

ГБУ ДО «МОЛОДЕЖНЫЙ ТВОРЧЕСКИЙ ФОРУМ КИТЕЖ ПЛЮС»

ПРИНЯТО  
на педагогическом совете  
ГБУ ДО  
«Молодежный творческий Форум Китеж плюс»  
Протокол № 1  
« 31 » 08 2018 г.



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

**«ПОДГОТОВКА ЮНОГО  
ФУТБОЛИСТА»**

Возраст учащихся – 7 -12 лет.  
Срок реализации - 3 года.

Разработчики:  
педагоги дополнительного образования:  
Челпанов Александр Валерьевич,  
Ульянов Алексей Викторович,  
Смирнов Юрий Иванович

Санкт-Петербург  
2018

## **Пояснительная записка**

### **Направленность - физкультурно-спортивная.**

#### **Актуальность программы.**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа (далее – Программа) направлена по реализации программ по виду спорта: футбол. Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Подготовка юного футболиста» разработана в соответствии с современной нормативной базой Российского образования для реализации в условиях дополнительного образования.

Актуальность Программы состоит в том, что она соответствует социальному заказу общества и ориентирована на удовлетворение образовательных потребностей современных детей и родителей. Данная Программа в своей деятельности привлекает максимально возможное число детей к систематическим занятиям спортом и выявляет их склонность и пригодность для дальнейшего обучения и совершенствования, воспитывает устойчивый интерес к учебно-тренировочному процессу и соревнованиям.

**Отличительной особенностью Программы** является то, что в её основу положена программа по футболу, разработанная Российским футбольным союзом и комитетом юношеского футбола РФ. Данная Программа максимально адаптирована для обучения в условиях дополнительного образования. Она представляет собой начальный (базовый) уровень подготовки футболиста и является I ступенью на пути к совершенствованию футбольного мастерства. Основной акцент в спортивной подготовке этого периода делается на развитие физической подготовки через освоение техники игры в футбол в целом.

**Адресат Программы** - учащиеся в возрасте от 7 до 12 лет.

#### **Цель и задачи Программы**

##### **Цель Программы:**

- развитие физических качеств и формирование двигательных умений и навыков средствами футбола.

##### **Задачи Программы:**

##### **Обучающие:**

- знакомство с теоретическими основами техники и тактики футбола;  
- овладение практическими основами техники и тактики футбола;  
- формирование навыков владения учащимися основными техническими приёмами игры в футбол;

##### **Развивающие:**

-развитие показателей общей физической подготовленности: силы, быстроты, выносливости, гибкости и координационных способностей;  
-развитие показателей специальной физической подготовленности: развитие специальной выносливости, специальной гибкости, скоростно-силовых качеств.

##### **Воспитательные:**

-формирование установки на здоровый образ жизни через организацию разминки со здоровьесберегающей направленностью;  
-развитие морально-волевых качеств и мотивации к систематическим тренировочным нагрузкам;  
-развитие культуры общения и взаимодействия в учебной и игровой деятельности.

#### **Условия реализации Программы.**

В группу 1-го года обучения принимаются дети в возрасте 7 - 8 лет при наличии медицинской справки о состоянии здоровья поступающих.

В группу 2-го года обучения принимаются учащиеся, прошедшие 1-ый год обучения и сдавшие переводные нормативы при наличии медицинской справки. Возможен прием детей 8 - 10 лет с хорошими физическими данными, которые определяются педагогом дополнительного образования с помощью контрольных нормативов при наличии медицинской справки о состоянии здоровья поступающих.

В группу 3-го года обучения принимаются учащиеся, прошедшие 2-й год обучения и

сдавшие переводные нормативы при наличии медицинской справки, а также дети 10 - 12 лет, занимавшиеся ранее одним из видов спорта и сдавшие вступительные нормативы, либо спортсмены из других объединений футбола при наличии медицинской справки о состоянии здоровья поступающих.

Учащиеся, не выполнившие нормативные требования, могут продолжить обучение на том же этапе повторно.

Наполняемость учебной группы по годам обучения (списочный состав):

- 1 год обучения – не менее 15 человек
- 2 год обучения – не менее 12 человек
- 3 год обучения – не менее 10 человек.

В процессе реализации Программы предусматривается возможность участия учащихся в спортивных соревнованиях по футболу, организация совместных спортивных мероприятий с другими образовательными и физкультурно-спортивными организациями.

Кадровое обеспечение Программы предполагает наличие квалифицированных педагогов ДО, которые её реализуют.

Данная Программа рассчитана на 3 года.

**Для успешной реализации Программы в материально-техническом обеспечении необходимо наличие:**

• спортивного зала; в теплое время года (сентябрь, октябрь, апрель, май) возможно проведение занятий на пришкольной уличной спортивной площадке с искусственным покрытием;

- футбольных ворот;
- спортивных матов.
- гимнастических скамеек;
- зоны приземления для прыжков в длину;
- гимнастических матов;
- секундомеров;
- медицинболов (4 кг, 5 кг);
- свистков;
- теннисных мячей (150 гр)
- фишек для разметки поля;
- футбольные мячи;
- скакалки;
- навесных турников.

**Планируемые результаты.**

**Предметные результаты** включают освоенные учащимися в ходе изучения:

- знания, специфичные для футбола, и владение терминологией футбола;
- владение навыками технической подготовки футболиста.

**Личностные результаты** включают:

- сформированность установки на здоровый образ жизни;
- готовность и способность учащихся к саморазвитию;
- готовность и способность учащихся к личностному самоопределению;
- сформированность мотивации учащихся к обучению;
- способность учащихся ставить цели и строить планы.

**Метапредметные результаты** включают:

- управление учащимися своей деятельностью;
- готовность учащихся к сотрудничеству;
- взаимный контроль совместных действий.

**Учебный план  
1 год обучения**

| №<br>п/п | Наименование раздела, темы  | Количество часов |        |          | Формы контроля        |
|----------|---|------------------|--------|----------|-----------------------|
|          |   | Всего            | Теория | Практика |                       |
| 1        | Комплектование групп  | 6                | -      | 6        | журнал                |
| 2        | Вводное занятие. Инструктаж по охране труда                       | 1                | 1      | -        | беседа                |
| 3        | Определение начального уровня умений, спортивной подготовленности | 2                | 1      | 1        | входящий контроль     |
| 4        | ОФП. Развитие силовых качеств                                     | 12               | 2      | 10       | беседа,<br>наблюдение |
| 5        | ОФП. Развитие выносливости  | 12               | 2      | 10       | беседа,<br>наблюдение |
| 6        | Учебные и тренировочные игры.                                     | 3                | 1      | 2        | соревнования          |
| 7        | ОФП. Развитие быстроты и координационных способностей.            | 12               | 2      | 10       | беседа,<br>наблюдение |
| 8        | ОФП. Развитие ловкости.   | 12               | 2      | 10       | беседа,<br>наблюдение |
| 9        | Учебные и тренировочные игры.                                     | 2                | -      | 2        | соревнования          |
| 10       | СФП. Развитие скоростной выносливости.                            | 10               | 2      | 8        | беседа,<br>наблюдение |
| 11       | СФП. Развитие Скоростно-силовых качеств.                          | 10               | 2      | 8        | беседа, наблюдение    |
| 12       | СФП. Развитие гибкости.   | 10               | 2      | 8        | беседа,<br>наблюдение |
| 13       | СФП. Развитие «Взрывной силы».                                    | 10               | 2      | 8        | беседа, наблюдение    |
| 14       | Учебные и тренировочные игры.                                     | 3                | 1      | 2        | соревнования          |
| 15       | Инструктаж по охране труда  | 1                | 1      | -        | беседа                |
| 16       | Техническая подготовка. Ведение мяча.                             | 12               | 4      | 8        | беседа, наблюдение    |
| 17       | Техническая подготовка. Передачи мяча.                            | 12               | 4      | 8        | беседа, наблюдение    |
| 18       | Техническая подготовка. Жонглирование.                            | 12               | 4      | 8        | беседа, наблюдение    |
| 19       | Учебные и тренировочные игры.                                     | 2                | 1      | 1        | соревнования          |
| 20       | Техническая подготовка. Удары по мячу.                            | 12               | 4      | 8        | беседа, наблюдение    |
| 21       | Техническая подготовка. Удары по мячу головой.                    | 12               | 4      | 8        | беседа, наблюдение    |
| 22       | Учебные и тренировочные игры.                                     | 2                | 1      | 1        | соревнования          |
| 23       | Техническая подготовка. Ложные движения (финты) и отбор мяча.     | 12               | 4      | 8        | беседа, наблюдение    |
| 24       | Тактическая подготовка. Атакующие действия                        | 12               | 6      | 6        | беседа, наблюдение    |
| 25       | Тактическая подготовка. Защитные действия.                        | 12               | 6      | 6        | беседа, наблюдение    |
| 26       | Участие в соревнованиях.  | 6                | 2      | 4        | соревнования          |
| 27       | Выполнение контрольных нормативов                                 | 2                | -      | 2        | итоговый контроль     |

|    |                   |     |    |     |                           |
|----|-------------------|-----|----|-----|---------------------------|
| 28 | Итоговое занятие. | 2   | 1  | 1   | показательные выступления |
|    | Итого:            | 216 | 62 | 154 |                           |

### 2 год обучения

| № п/п | Наименование раздела, темы  | Количество часов |        |          | Формы контроля     |
|-------|---|------------------|--------|----------|--------------------|
|       |   | Всего            | Теория | Практика |                    |
| 1     | Вводное занятие. Инструктаж по охране труда                       | 1                | 1      | -        | беседа             |
| 2     | Определение начального уровня умений, спортивной подготовленности | 2                | 1      | 1        | входящий контроль  |
| 3     | ОФП. Развитие силовых качеств                                     | 12               | 2      | 10       | беседа, наблюдение |
| 4     | ОФП. Развитие выносливости  | 12               | 2      | 10       | беседа, наблюдение |
| 5     | Учебные и тренировочные игры.                                     | 3                | 1      | 2        | соревнования       |
| 6     | ОФП. Развитие быстроты и координационных способностей.            | 12               | 2      | 10       | беседа, наблюдение |
| 7     | ОФП. Развитие ловкости.   | 12               | 2      | 10       | беседа, наблюдение |
| 8     | Учебные и тренировочные игры.                                     | 2                | -      | 2        | соревнования       |
| 9     | СФП. Развитие скоростной выносливости.                            | 10               | 2      | 8        | беседа, наблюдение |
| 10    | СФП. Развитие Скоростно-силовых качеств.                          | 10               | 2      | 8        | беседа, наблюдение |
| 11    | СФП. Развитие гибкости.   | 10               | 2      | 8        | беседа, наблюдение |
| 12    | СФП. Развитие «Взрывной силы».                                    | 10               | 2      | 8        | беседа, наблюдение |
| 13    | Участие в соревнованиях   | 6                | 1      | 5        | соревнования       |
| 14    | Инструктаж по охране труда  | 1                | 1      | -        | беседа             |
| 15    | Учебные и тренировочные игры.                                     | 3                | 1      | 2        | соревнования       |
| 16    | Техническая подготовка. Ведение мяча.                             | 12               | 2      | 10       | беседа, наблюдение |
| 17    | Техническая подготовка. Передачи мяча.                            | 12               | 2      | 10       | беседа, наблюдение |
| 18    | Техническая подготовка. Жонглирование.                            | 12               | 2      | 10       | беседа, наблюдение |
| 19    | Учебные и тренировочные игры.                                     | 2                | 1      | 1        | соревнования       |
| 20    | Техническая подготовка. Удары по мячу.                            | 12               | 2      | 10       | беседа, наблюдение |
| 21    | Техническая подготовка. Удары по мячу головой.                    | 12               | 2      | 10       | беседа, наблюдение |
| 22    | Учебные и тренировочные игры.                                     | 2                | 1      | 1        | соревнования       |
| 23    | Техническая подготовка. Ложные движения (финты) и отбор мяча.     | 12               | 2      | 10       | беседа, наблюдение |
| 24    | Тактическая подготовка. Атакующие действия                        | 12               | 6      | 6        | беседа, наблюдение |

|    |  |     |    |     |                           |
|----|--|-----|----|-----|---------------------------|
| 25 | Тактическая подготовка. Защитные действия. | 12  | 6  | 6   | беседа, наблюдение        |
| 26 | Участие в соревнованиях.                   | 6   | 3  | 3   | соревнования              |
| 27 | Выполнение контрольных нормативов          | 2   | -  | 2   | итоговый контроль         |
| 28 | Итоговое занятие.                          | 2   | 1  | 1   | показательные выступления |
|    | Итого:                                     | 216 | 52 | 164 |                           |

### 3 год обучения

| № п/п | Наименование раздела, темы  | Количество часов |        |          | Формы контроля     |
|-------|---|------------------|--------|----------|--------------------|
|       |   | Всего            | Теория | Практика |                    |
| 1     | Вводное занятие. Инструктаж по охране труда                       | 1                | 1      | -        | беседа             |
| 2     | Определение начального уровня умений, спортивной подготовленности | 2                | 1      | 1        | входящий контроль  |
| 3     | ОФП. Развитие силовых качеств                                     | 10               | 2      | 8        | беседа, наблюдение |
| 4     | ОФП. Развитие выносливости  | 10               | 2      | 8        | беседа, наблюдение |
| 5     | Учебные и тренировочные игры.                                     | 3                | 1      | 2        | соревнования       |
| 6     | ОФП. Развитие быстроты и координационных способностей.            | 10               | 2      | 8        | беседа, наблюдение |
| 7     | ОФП. Развитие ловкости.   | 10               | 2      | 8        | беседа, наблюдение |
| 8     | Учебные и тренировочные игры.                                     | 2                | -      | 2        | соревнования       |
| 9     | СФП. Развитие скоростной выносливости.                            | 12               | 2      | 10       | беседа, наблюдение |
| 10    | СФП. Развитие Скоростно-силовых качеств.                          | 12               | 2      | 10       | беседа, наблюдение |
| 11    | СФП. Развитие гибкости.   | 12               | 2      | 10       | беседа, наблюдение |
| 12    | СФП. Развитие «Взрывной силы».                                    | 12               | 2      | 10       | беседа, наблюдение |
| 13    | Участие в соревнованиях   | 8                | 1      | 7        | соревнования       |
| 14    | Инструктаж по охране труда  | 1                | 1      | -        | беседа             |
| 15    | Учебные и тренировочные игры.                                     | 3                | 1      | 2        | соревнования       |
| 16    | Техническая подготовка. Ведение мяча.                             | 12               | 4      | 8        | беседа, наблюдение |
| 17    | Техническая подготовка. Передачи мяча.                            | 12               | 4      | 8        | беседа, наблюдение |
| 18    | Техническая подготовка. Жонглирование.                            | 12               | 4      | 8        | беседа, наблюдение |
| 19    | Учебные и тренировочные игры.                                     | 2                | -      | 2        | соревнования       |
| 20    | Техническая подготовка. Удары по мячу.                            | 12               | 4      | 8        | беседа, наблюдение |
| 21    | Техническая подготовка. Удары по мячу головой.                    | 12               | 4      | 8        | беседа, наблюдение |
| 22    | Учебные и тренировочные игры.                                     | 2                | -      | 2        | соревнования       |

|    |   |     |    |     |                           |
|----|---|-----|----|-----|---------------------------|
| 23 | Техническая подготовка. Ложные движения (финты) и отбор мяча. | 12  | 2  | 10  | беседа, наблюдение        |
| 24 | Тактическая подготовка. Атакующие действия                    | 12  | 4  | 8   | беседа, наблюдение        |
| 25 | Тактическая подготовка. Защитные действия.                    | 12  | 4  | 8   | беседа, наблюдение        |
| 26 | Участие в соревнованиях.                                      | 4   | 1  | 3   | соревнования              |
| 27 | Выполнение контрольных нормативов                             | 2   | -  | 2   | итоговый контроль         |
| 28 | Итоговое занятие.   | 2   | 1  | 1   | показательные выступления |
|    | Итого:  | 216 | 54 | 162 |                           |

### Календарный учебный график

| Год обучения | Дата начала обучения по программе | Дата окончания обучения по программе | Всего учебных недель | Количество учебных часов | Режим занятий   |
|--------------|-----------------------------------|--------------------------------------|----------------------|--------------------------|---|
| 1 год        | 1.09                              | 30.05                                | 36                   | 216                      | 3 раза в неделю по 2 академических часа<br>Академический час – 45 мин |
| 1 год        | 1.09                              | 30.05                                | 36                   | 216                      | 2 раза в неделю по 3 академических часа<br>Академический час – 45 мин |
| 2 год        | 1.09                              | 30.05                                | 36                   | 216                      | 3 раза в неделю по 2 академических часа<br>Академический час – 45 мин |
| 2 год        | 1.09                              | 30.05                                | 36                   | 216                      | 2 раза по 3 академических часа<br>Академический час – 45 мин          |
| 3 год        | 1.09                              | 30.05                                | 36                   | 216                      | 3 раза в неделю по 2 академических часа<br>Академический час – 45 мин |
| 3 год        | 1.09                              | 30.05                                | 36                   | 216                      | 2 раза по 3 академических часа<br>Академический час – 45 мин          |



**Методические материалы  
1 год обучения**

| Тема   | Форма занятий                   | Приёмы и методы организации образовательного процесса | Учебные пособия.<br>Дидактический материал.<br>Информационные источники.   | Техническое оснащение  |
|--|---------------------------------|---|--|--|
| 1.Комплектование групп   |                                 | словесный   | -  | -  |
| 2.Вводное занятие. Инструктаж по охране труда.                       | Беседа                          | словесный   | Инструкция по технике безопасности   | -  |
| 3. Определение начального уровня умений, спортивной подготовленности | Практическое занятие            | практический  | 1.Теория и методика физической культуры: учебник / под ред. Ю.Ф. Курамшина. - М.: Советский спорт, 2003 (или 2004, 2006, 2007). гл. 24.4 с. 375-387<br>2.Матвеев, Л.П. Спорт, спортивная тренировка // Теория и методика физической культуры (общие основы теории и методики физического воспитания: теоретико-методические аспекты спорта и профессионально-прикладных форм физической культуры): учеб. для ин-тов физ.культуры. - М.: Физкультура и спорт, 1991. с 400-451.<br>3.Мутко В.Л., Андреев С.Н. , Алиев Э.Г. Мини-футбол-игра для всех - М. Советский спорт, 2008.- 264 стр.<br>4.Тюленьков С.Ю. , Федоров А.А. Футбол в зале: система подготовки.- М.: Terra-Спорт,2006.- 86 стр. (Библиотечка тренера)<br>Таблица нормативов<br>Официальный сайт «Российский Футбольный Союз»<br><a href="http://www.rfs.ru">http://www.rfs.ru</a> | спортивный зал;<br>гимнастические скамейки;<br>зоны приземления для прыжков в длину;<br>гимнастические маты;<br>секундомеры;<br>свистки;<br>теннисные мячи (150 гр); фишки для разметки поля<br>навесные турники |
| 4. ОФП. Развитие силовых качеств                                     | Беседа.<br>Практическое занятие | Беседа.<br>Наглядный, практический                    | 1.Теория и методика физической культуры: учебник / под ред. Ю.Ф. Курамшина. - М.: Советский спорт, 2003 (или 2004, 2006, 2007). гл. 24.4 с. 375-387<br>2.Матвеев, Л.П. Спорт, спортивная тренировка // Теория и методика физической культуры (общие основы теории и  | спортивный зал;<br>спортивные маты;<br>гимнастические скамейки;  |

|                               |                                 |                                    |   |  |
|-------------------------------|---------------------------------|------------------------------------|---|--|
|                               |                                 |                                    | <p>методики физического воспитания: теоретико-методические аспекты спорта и профессионально-прикладных форм физической культуры): учеб. для ин-тов физ.культуры. - М.: Физкультура и спорт, 1991. с 400-451.</p> <p>3.Мутко В.Л., Андреев С.Н. , Алиев Э.Г. Мини-футбол-игра для всех - М. Советский спорт, 2008.- 264 стр.</p> <p>4.Тюленьков С.Ю. , Федоров А.А. Футбол в зале: система подготовки.- М.: Terra-Спорт,2006.- 86 стр. (Библиотечка тренера)</p> <p>Таблица нормативов<br/>Официальный сайт «Российский Футбольный Союз»<br/><a href="http://www.rfs.ru">http://www.rfs.ru</a></p>   | <p>зоны приземления для прыжков в длину;<br/>гимнастические маты;<br/>секундомеры;<br/>медицинболы (4 кг, 5 кг);<br/>свистки;<br/>теннисные мячи (150 гр); фишки для разметки поля<br/>скакалки;<br/>навесные турники</p>                  |
| 5. ОФП. Развитие выносливости | Беседа.<br>Практическое занятие | Беседа.<br>Наглядный, практический | <p>1.Теория и методика физической культуры: учебник / под ред. Ю.Ф. Курамшина. - М.: Советский спорт, 2003 (или 2004, 2006, 2007). гл. 24.4 с. 375-387</p> <p>2.Матвеев, Л.П. Спорт, спортивная тренировка // Теория и методика физической культуры (общие основы теории и методики физического воспитания: теоретико-методические аспекты спорта и профессионально-прикладных форм физической культуры): учеб. для ин-тов физ.культуры. - М.: Физкультура и спорт, 1991. с 400-451.</p> <p>3.Мутко В.Л., Андреев С.Н. , Алиев Э.Г. Мини-футбол-игра для всех - М. Советский спорт, 2008.- 264 стр.</p> <p>4.Тюленьков С.Ю. , Федоров А.А. Футбол в зале: система подготовки.- М.: Terra-Спорт,2006.- 86 стр. (Библиотечка тренера)</p> <p>Таблица нормативов<br/>Официальный сайт «Российский Футбольный Союз»<br/><a href="http://www.rfs.ru">http://www.rfs.ru</a></p> | <p>спортивный зал;<br/>спортивные маты;<br/>гимнастические скамейки;<br/>зоны приземления для прыжков в длину;<br/>гимнастические маты;<br/>секундомеры;<br/>медицинболы (4 кг, 5 кг);<br/>свистки;<br/>теннисные мячи (150 гр); фишки</p> |

|   |                              |                                 |  |  |
|---|------------------------------|---------------------------------|--|--|
|   |                              |                                 |  | для разметки поля скакалки; навесные турники   |
| 6. Учебные и тренировочные игры             | Беседа Соревнование          | практический                    | -  | спортивный зал; футбольные ворота; спортивные маты; гимнастические скамейки; зоны приземления для прыжков в длину; гимнастические маты; секундомеры; медицинболы (4 кг, 5 кг); свистки; теннисные мячи (150 гр); фишки для разметки поля футбольные мячи; скакалки; навесные турники |
| 7. ОФП. Развитие быстроты и координационных | Беседа. Практическое занятие | Беседа. Наглядный, практический | 1. Теория и методика физической культуры: учебник / под ред. Ю.Ф. Курамшина. - М.: Советский спорт, 2003 (или 2004, 2006, 2007). гл. 24.4 с. 375-387 | спортивный зал; футбольные ворота;   |

|                 |          |                              |  |  |
|-----------------|----------|------------------------------|--|--|
| способностей    |          |                              | <p>2.Матвеев, Л.П. Спорт, спортивная тренировка // Теория и методика физической культуры (общие основы теории и методики физического воспитания: теоретико-методические аспекты спорта и профессионально-прикладных форм физической культуры): учеб. для ин-тов физ.культуры. - М.: Физкультура и спорт, 1991. с 400-451.</p> <p>3.Мутко В.Л., Андреев С.Н. , Алиев Э.Г. Мини-футбол-игра для всех - М. Советский спорт, 2008.- 264 стр.</p> <p>4.Тюленьков С.Ю. , Федоров А.А. Футбол в зале: система подготовки.- М.: Terra-Спорт,2006.- 86 стр. (Библиотечка тренера)</p> <p>Таблица нормативов<br/>Официальный сайт «Российский Футбольный Союз»<br/><a href="http://www.rfs.ru">http://www.rfs.ru</a></p> | <p>спортивные маты;<br/>гимнастические скамейки;<br/>зоны приземления для прыжков в длину;<br/>гимнастические маты;<br/>секундомеры;<br/>медицинболы (4 кг, 5 кг);<br/>свистки;<br/>теннисные мячи (150 гр); фишки для разметки поля<br/>футбольные мячи;<br/>скакалки;<br/>навесные турники</p> |
| 8.ОФП. ловкости | Развитие | Беседа. Практическое занятие | <p>Беседа. Наглядный, практический</p> <p>1.Теория и методика физической культуры: учебник / под ред. Ю.Ф. Курамшина. - М.: Советский спорт, 2003 (или 2004, 2006, 2007). гл. 24.4 с. 375-387</p> <p>2.Матвеев, Л.П. Спорт, спортивная тренировка // Теория и методика физической культуры (общие основы теории и методики физического воспитания: теоретико-методические аспекты спорта и профессионально-прикладных форм физической культуры): учеб. для ин-тов физ.культуры. - М.: Физкультура и спорт, 1991. с 400-451.</p> <p>3.Мутко В.Л., Андреев С.Н. , Алиев Э.Г. Мини-футбол-игра для всех - М. Советский спорт, 2008.- 264 стр.</p>   | <p>спортивный зал;<br/>футбольные ворота;<br/>спортивные маты<br/>гимнастические скамейки;<br/>зоны приземления для прыжков в длину;</p>   |

|   |                              |                         |  |   |
|---|------------------------------|-------------------------|--|---|
|   |                              |                         | <p>4. Тюленьков С.Ю. , Федоров А.А. Футбол в зале: система подготовки.- М.: Terra-Спорт,2006.- 86 стр. (Библиотечка тренера)<br/>         Таблица нормативов<br/>         Официальный сайт «Российский Футбольный Союз»<br/> <a href="http://www.rfs.ru">http://www.rfs.ru</a></p>   | <p>гимнастические маты;<br/>         секундомеры;<br/>         медицинболы (4 кг, 5 кг);<br/>         свистки;<br/>         теннисные мячи (150 гр); фишки для разметки поля<br/>         футбольные мячи;<br/>         скакалки;<br/>         навесные турники</p> |
| 9. Учебные и тренировочные игры           | Беседа Соревнование          | практический            | -  | <p>спортивный зал;<br/>         футбольные ворота;<br/>         свистки;фишки для разметки поля<br/>         футбольные мячи;<br/>         скакалки;</p>  |
| 10. СФП. Развитие скоростной выносливости | Беседа. Практическое занятие | Наглядный, практический | <p>1.Теория и методика физической культуры: учебник / под ред. Ю.Ф. Курамшина. - М.: Советский спорт, 2003 (или 2004, 2006, 2007). гл. 24.4 с. 375-387<br/>         2.Матвеев, Л.П. Спорт, спортивная тренировка // Теория и методика физической культуры (общие основы теории и методики физического воспитания: теоретико-методические аспекты спорта и профессионально-прикладных форм физической культуры): учеб. для ин-тов физ.культуры. - М.: Физкультура и спорт, 1991. с 400-451.<br/>         3.Мутко В.Л., Андреев С.Н. , Алиев Э.Г. Мини-футбол-игра</p> | <p>спортивный зал;<br/>         футбольные ворота;<br/>         спортивные маты;<br/>         гимнастические скамейки;<br/>         зоны приземления для прыжков в</p>  |

|  |  |                                |   |  |
|--|--|--------------------------------|---|--|
|  |  |                                | <p>для всех - М. Советский спорт, 2008.- 264 стр.</p> <p>4.Тюленьков С.Ю. , Федоров А.А. Футбол в зале: система подготовки.- М.: Terra-Спорт,2006.- 86 стр. (Библиотечка тренера)</p> <p>Таблица нормативов</p> <p>Официальный сайт «Российский Футбольный Союз»</p> <p><a href="http://www.rfs.ru">http://www.rfs.ru</a></p>   | <p>длину;</p> <p>гимнастические маты;</p> <p>секундомеры;</p> <p>медицинболы (4 кг, 5 кг);</p> <p>свистки;</p> <p>теннисные мячи (150 гр); фишки для разметки поля</p> <p>футбольные мячи;</p> <p>скакалки;</p> <p>навесные турники</p>                                      |
| <p>11. СФП. Развитие скоростно-силовых качеств</p> | <p>Беседа.</p> <p>Практическое занятие</p> | <p>Наглядный, практический</p> | <p>1.Теория и методика физической культуры: учебник / под ред. Ю.Ф. Курамшина. - М.: Советский спорт, 2003 (или 2004, 2006, 2007). гл. 24.4 с. 375-387</p> <p>2.Матвеев, Л.П. Спорт, спортивная тренировка // Теория и методика физической культуры (общие основы теории и методики физического воспитания: теоретико-методические аспекты спорта и профессионально-прикладных форм физической культуры): учеб. для ин-тов физ.культуры. - М.: Физкультура и спорт, 1991. с 400-451.</p> <p>3.Мутко В.Л., Андреев С.Н. , Алиев Э.Г. Мини-футбол-игра для всех - М. Советский спорт, 2008.- 264 стр.</p> <p>4.Тюленьков С.Ю. , Федоров А.А. Футбол в зале: система подготовки.- М.: Terra-Спорт,2006.- 86 стр. (Библиотечка тренера)</p> <p>Таблица нормативов</p> <p>Официальный сайт «Российский Футбольный Союз»</p> <p><a href="http://www.rfs.ru">http://www.rfs.ru</a></p> | <p>спортивный зал;</p> <p>футбольные ворота;</p> <p>спортивные маты;</p> <p>гимнастические скамейки;</p> <p>зоны приземления для прыжков в длину;</p> <p>гимнастические маты;</p> <p>секундомеры;</p> <p>медицинболы (4 кг, 5 кг);</p> <p>свистки;</p> <p>теннисные мячи</p> |

|                            |                                 |                         |  |  |
|----------------------------|---------------------------------|-------------------------|--|--|
|                            |                                 |                         |  | (150 гр); фишки для разметки поля<br>футбольные мячи;<br>скакалки;<br>навесные турники   |
| 12. СФП. Развитие гибкости | Беседа.<br>Практическое занятие | Наглядный, практический | <p>1. Теория и методика физической культуры: учебник / под ред. Ю.Ф. Курамшина. - М.: Советский спорт, 2003 (или 2004, 2006, 2007). гл. 24.4 с. 375-387</p> <p>2. Матвеев, Л.П. Спорт, спортивная тренировка // Теория и методика физической культуры (общие основы теории и методики физического воспитания: теоретико-методические аспекты спорта и профессионально-прикладных форм физической культуры): учеб. для ин-тов физ.культуры. - М.: Физкультура и спорт, 1991. с 400-451.</p> <p>3. Мутко В.Л., Андреев С.Н., Алиев Э.Г. Мини-футбол-игра для всех - М. Советский спорт, 2008.- 264 стр.</p> <p>4. Тюленьков С.Ю., Федоров А.А. Футбол в зале: система подготовки.- М.: Terra-Спорт, 2006.- 86 стр. (Библиотечка тренера)</p> <p>Таблица нормативов<br/>Официальный сайт «Российский Футбольный Союз»<br/><a href="http://www.rfs.ru">http://www.rfs.ru</a></p> | спортивный зал;<br>футбольные ворота;<br>спортивные маты;<br>гимнастические скамейки;<br>зоны приземления для прыжков в длину;<br>гимнастические маты;<br>секундомеры;<br>медицинболы (4 кг, 5 кг);<br>свистки;<br>теннисные мячи (150 гр); фишки для разметки поля<br>футбольные мячи;<br>скакалки;<br>навесные турники |

|  |   |                                |  |   |
|--|---|--------------------------------|--|---|
| <p>13. СФП. Развитие «взрывной силы»</p> | <p>Беседа.<br/>Практическое занятие</p> | <p>Наглядный, практический</p> | <p>1. Теория и методика физической культуры: учебник / под ред. Ю.Ф. Курамшина. - М.: Советский спорт, 2003 (или 2004, 2006, 2007). гл. 24.4 с. 375-387<br/> 2. Матвеев, Л.П. Спорт, спортивная тренировка // Теория и методика физической культуры (общие основы теории и методики физического воспитания: теоретико-методические аспекты спорта и профессионально-прикладных форм физической культуры): учеб. для ин-тов физ. культуры. - М.: Физкультура и спорт, 1991. с 400-451.<br/> 3. Мутко В.Л., Андреев С.Н., Алиев Э.Г. Мини-футбол-игра для всех - М. Советский спорт, 2008. - 264 стр.<br/> 4. Тюленьков С.Ю., Федоров А.А. Футбол в зале: система подготовки. - М.: Terra-Спорт, 2006. - 86 стр. (Библиотечка тренера)<br/> Таблица нормативов<br/> Официальный сайт «Российский Футбольный Союз»<br/> <a href="http://www.rfs.ru">http://www.rfs.ru</a></p> | <p>спортивный зал;<br/>футбольные ворота;<br/>спортивные маты;<br/>гимнастические скамейки;<br/>зоны приземления для прыжков в длину;<br/>гимнастические маты;<br/>секундомеры;<br/>медицинболы (4 кг, 5 кг);<br/>свистки;<br/>теннисные мячи (150 гр); фишки для разметки поля<br/>футбольные мячи;<br/>скакалки;<br/>навесные турники</p> |
| <p>14. Учебные и тренировочные игры</p>  | <p>Беседа<br/>Соревнование</p>          | <p>практический</p>            | <p>-</p>   | <p>спортивный зал;<br/>футбольные ворота;<br/>свистки; фишки для разметки поля<br/>футбольные мячи;</p>   |



|   |                                |                            |   |   |
|---|--------------------------------|----------------------------|---|---|
|   |                                |                            |   | скакалки;   |
| 15. Инструктаж по охране труда            | Беседа.                        | словесный                  | Инструкция по технике безопасности  | -   |
| 16. Техническая подготовка. Ведение мяча  | Беседа<br>Практическое занятие | Наглядный,<br>практический | <p>1.Бриль М.С. Отбор в спортивных играх. – М. ФиС, 1980</p> <p>2.Лаптев А.П. Юный футболист. – М. ФиС, 1983</p> <p>3.Вайн Х. Как научиться играть в футбол. – М. Олимпия PRESS, 2004</p> <p>4.Ильин Е.П. Психология спорта. – СПб: Иматон, 2008</p> <p>5.Гриндлер К. Техническая и тактическая подготовка футболистов. – М. ФиС, 2000</p> <p>6.Гриндлер К. Физическая подготовка футболистов. – М. ФиС, 1996</p> <p>7.Мутко В.Л., Андреев С.Н. , Алиев Э.Г. Мини-футбол-игра для всех - М. Советский спорт, 2008.- 264 стр.</p> <p>8.Тюленьков С.Ю. , Федоров А.А. Футбол в зале: система подготовки.- М.: Terra-Спорт,2006.- 86 стр. (Библиотечка тренера)</p> <p>Таблица нормативов</p> <p>Официальный сайт «Российский Футбольный Союз»<br/><a href="http://www.rfs.ru">http://www.rfs.ru</a></p> | <p>спортивный зал;</p> <p>футбольные ворота;</p> <p>спортивные маты;</p> <p>гимнастические скамейки;</p> <p>зоны приземления для прыжков в длину;</p> <p>гимнастические маты;</p> <p>секундомеры;</p> <p>медицинболы (4 кг, 5 кг);</p> <p>свистки;</p> <p>теннисные мячи (150 гр); фишки для разметки поля</p> <p>футбольные мячи;</p> <p>скакалки;</p> <p>навесные турники</p> |
| 17. Техническая подготовка. Передачи мяча | Беседа<br>Практическое занятие | Наглядный,<br>практический | <p>1.Бриль М.С. Отбор в спортивных играх. – М. ФиС, 1980</p> <p>2.Лаптев А.П. Юный футболист. – М. ФиС, 1983</p> <p>3.Вайн Х. Как научиться играть в футбол. – М. Олимпия PRESS, 2004</p> <p>4.Ильин Е.П. Психология спорта. – СПб: Иматон, 2008</p>  | <p>спортивный зал;</p> <p>футбольные ворота;</p> <p>спортивные маты;</p>  |

|  |  |                                |   |  |
|--|--|--------------------------------|---|--|
|  |  |                                | <p>5.Гриндлер К. Техническая и тактическая подготовка футболистов. – М. ФиС, 2000</p> <p>6.Гриндлер К. Физическая подготовка футболистов. – М. ФиС, 1996</p> <p>7.Мутко В.Л., Андреев С.Н. , Алиев Э.Г. Мини-футбол-игра для всех - М. Советский спорт, 2008.- 264 стр.</p> <p>8.Тюленьков С.Ю. , Федоров А.А. Футбол в зале: система подготовки.- М.: Terra-Спорт,2006.- 86 стр. (Библиотечка тренера)</p> <p>Таблица нормативов</p> <p>Официальный сайт «Российский Футбольный Союз»<br/> <a href="http://www.rfs.ru">http://www.rfs.ru</a></p>   | <p>гимнастические скамейки;</p> <p>зоны приземления для прыжков в длину;</p> <p>гимнастические маты;</p> <p>секундомеры;</p> <p>медицинболы (4 кг, 5 кг);</p> <p>свистки;</p> <p>теннисные мячи (150 гр); фишки для разметки поля</p> <p>футбольные мячи;</p> <p>скакалки;</p> <p>навесные турники</p> |
| <p>18. Техническая подготовка.<br/>Жонглирование</p> | <p>Беседа<br/>Практическое занятие</p> | <p>Наглядный, практический</p> | <p>1.Бриль М.С. Отбор в спортивных играх. – М. ФиС, 1980</p> <p>2.Лаптев А.П. Юный футболист. – М. ФиС, 1983</p> <p>3.Вайн Х. Как научиться играть в футбол. – М. Олимпия PRESS, 2004</p> <p>4.Ильин Е.П. Психология спорта. – СПб: Иматон, 2008</p> <p>5.Гриндлер К. Техническая и тактическая подготовка футболистов. – М. ФиС, 2000</p> <p>6.Гриндлер К. Физическая подготовка футболистов. – М. ФиС, 1996</p> <p>7.Мутко В.Л., Андреев С.Н. , Алиев Э.Г. Мини-футбол-игра для всех - М. Советский спорт, 2008.- 264 стр.</p> <p>8.Тюленьков С.Ю. , Федоров А.А. Футбол в зале: система подготовки.- М.: Terra-Спорт,2006.- 86 стр. (Библиотечка</p> | <p>спортивный зал;</p> <p>футбольные ворота;</p> <p>спортивные маты;</p> <p>гимнастические скамейки;</p> <p>зоны приземления для прыжков в длину;</p> <p>гимнастические маты;</p>  |

|   |                             |                         |   |   |
|---|-----------------------------|-------------------------|---|---|
|   |                             |                         | <p>тренера)<br/>Таблица нормативов<br/>Официальный сайт «Российский Футбольный Союз»<br/><a href="http://www.rfs.ru">http://www.rfs.ru</a></p>  | <p>секундомеры;<br/>медицинболы (4 кг, 5 кг);<br/>свистки;<br/>теннисные мячи (150 гр); фишки для разметки поля<br/>футбольные мячи;<br/>скакалки;<br/>навесные турники</p> |
| 19. Учебные и тренировочные игры          | Беседа Соревнование         | практический            | -   | <p>спортивный зал;<br/>футбольные ворота;<br/>свистки; фишки для разметки поля<br/>футбольные мячи;<br/>скакалки;</p>   |
| 20. Техническая подготовка. Удары по мячу | Беседа Практическое занятие | Наглядный, практический | <p>1. Бриль М.С. Отбор в спортивных играх. – М. ФиС, 1980<br/>2. Лаптев А.П. Юный футболист. – М. ФиС, 1983<br/>3. Вайн Х. Как научиться играть в футбол. – М. Олимпия PRESS, 2004<br/>4. Ильин Е.П. Психология спорта. – СПб: Иматон, 2008<br/>5. Гриндлер К. Техническая и тактическая подготовка футболистов. – М. ФиС, 2000<br/>6. Гриндлер К. Физическая подготовка футболистов. – М. ФиС, 1996<br/>7. Мутко В.Л., Андреев С.Н., Алиев Э.Г. Мини-футбол-игра для всех - М. Советский спорт, 2008.- 264 стр.<br/>8. Тюленьков С.Ю., Федоров А.А. Футбол в зале: система</p> | <p>спортивный зал;<br/>футбольные ворота;<br/>спортивные маты;<br/>гимнастические скамейки;<br/>зоны приземления для прыжков в длину;<br/>гимнастические</p>                |

|  |   |                                |  |   |
|--|---|--------------------------------|--|---|
|  |   |                                | <p>подготовки.- М.: Terra-Спорт,2006.- 86 стр. (Библиотечка тренера)<br/>         Таблица нормативов<br/>         Официальный сайт «Российский Футбольный Союз»<br/> <a href="http://www.rfs.ru">http://www.rfs.ru</a></p>   | <p>маты;<br/>         секундомеры;<br/>         медицинболы (4 кг, 5 кг);<br/>         свистки;<br/>         теннисные мячи (150 гр); фишки для разметки поля<br/>         футбольные мячи;<br/>         скакалки;<br/>         навесные турники</p>  |
| <p>21. Техническая подготовка. Удары по мячу головой</p> | <p>Беседа<br/>         Практическое занятие</p> | <p>Наглядный, практический</p> | <p>1.Бриль М.С. Отбор в спортивных играх. – М. ФиС, 1980<br/>         2.Лаптев А.П. Юный футболист. – М. ФиС, 1983<br/>         3.Вайн Х. Как научиться играть в футбол. – М. Олимпия PRESS, 2004<br/>         4.Ильин Е.П. Психология спорта. – СПб: Имятон, 2008<br/>         5.Гриндлер К. Техническая и тактическая подготовка футболистов. – М. ФиС, 2000<br/>         6.Гриндлер К. Физическая подготовка футболистов. – М. ФиС, 1996<br/>         7.Мутко В.Л., Андреев С.Н. , Алиев Э.Г. Мини-футбол-игра для всех - М. Советский спорт, 2008.- 264 стр.<br/>         8.Тюленьков С.Ю. , Федоров А.А. Футбол в зале: система подготовки.- М.: Terra-Спорт,2006.- 86 стр. (Библиотечка тренера)<br/>         Таблица нормативов<br/>         Официальный сайт «Российский Футбольный Союз»<br/> <a href="http://www.rfs.ru">http://www.rfs.ru</a></p> | <p>спортивный зал;<br/>         футбольные ворота;<br/>         спортивные маты;<br/>         гимнастические скамейки;<br/>         зоны приземления для прыжков в длину;<br/>         гимнастические маты;<br/>         секундомеры;<br/>         медицинболы (4 кг, 5 кг);<br/>         свистки;<br/>         теннисные мячи (150 гр); фишки для разметки</p> |

|   |                                   |                            |  |  |
|---|-----------------------------------|----------------------------|--|--|
|   |                                   |                            |  | поля<br>футбольные<br>мячи;<br>скакалки;<br>навесные<br>турники  |
| 22. Учебные и<br>тренировочные игры                                       | Беседа<br>Соревнование            | практический               | -  | спортивный зал;<br>футбольные<br>ворота;<br>свистки; фишки<br>для разметки<br>поля<br>футбольные<br>мячи;<br>скакалки;   |
| 23. Техническая<br>подготовка. Ложные<br>движения (финты) и<br>отбор мяча | Беседа<br>Практическое<br>занятие | Наглядный,<br>практический | <p>1. Бриль М.С. Отбор в спортивных играх. – М. ФиС, 1980</p> <p>2. Лаптев А.П. Юный футболист. – М. ФиС, 1983</p> <p>3. Вайн Х. Как научиться играть в футбол. – М. Олимпия PRESS, 2004</p> <p>4. Ильин Е.П. Психология спорта. – СПб: Иматон, 2008</p> <p>5. Гриндлер К. Техническая и тактическая подготовка футболистов. – М. ФиС, 2000</p> <p>6. Гриндлер К. Физическая подготовка футболистов. – М. ФиС, 1996</p> <p>7. Мутко В.Л., Андреев С.Н., Алиев Э.Г. Мини-футбол-игра для всех - М. Советский спорт, 2008.- 264 стр.</p> <p>8. Тюленьков С.Ю., Федоров А.А. Футбол в зале: система подготовки.- М.: Терра-Спорт, 2006.- 86 стр. (Библиотечка тренера)</p> <p>Таблица нормативов</p> <p>Официальный сайт «Российский Футбольный Союз»<br/><a href="http://www.rfs.ru">http://www.rfs.ru</a></p> | спортивный зал;<br>футбольные<br>ворота;<br>спортивные<br>маты;<br>гимнастические<br>скамейки;<br>зоны<br>приземления для<br>прыжков в<br>длину;<br>гимнастические<br>маты;<br>секундомеры;<br>медицинболы (4<br>кг, 5 кг);<br>свистки;<br>теннисные мячи<br>(150 гр); фишки |

|  |                                |                            |  |  |
|--|--------------------------------|----------------------------|--|--|
|  |                                |                            |  | для разметки поля<br>футбольные мячи;<br>скакалки;<br>навесные турники   |
| 24.Тактическая подготовка.<br>Атакующие действия | Беседа<br>Практическое занятие | Наглядный,<br>практический | <p>1.Бриль М.С. Отбор в спортивных играх. – М. ФиС, 1980</p> <p>2.Лаптев А.П. Юный футболист. – М. ФиС, 1983</p> <p>3.Вайн Х. Как научиться играть в футбол. – М. Олимпия PRESS, 2004</p> <p>4.Ильин Е.П. Психология спорта. – СПб: Иматон, 2008</p> <p>5.Гриндлер К. Техническая и тактическая подготовка футболистов. – М. ФиС, 2000</p> <p>6.Гриндлер К. Физическая подготовка футболистов. – М. ФиС, 1996</p> <p>7.Мутко В.Л., Андреев С.Н. , Алиев Э.Г. Мини-футбол-игра для всех - М. Советский спорт, 2008.- 264 стр.</p> <p>8.Тюленьков С.Ю. , Федоров А.А. Футбол в зале: система подготовки.- М.: Terra-Спорт,2006.- 86 стр. (Библиотечка тренера)</p> <p>Таблица нормативов<br/>Официальный сайт «Российский Футбольный Союз»<br/><a href="http://www.rfs.ru">http://www.rfs.ru</a></p> | спортивный зал;<br>футбольные ворота;<br>спортивные маты;<br>гимнастические скамейки;<br>зоны приземления для прыжков в длину;<br>гимнастические маты;<br>секундомеры;<br>медицинболы (4 кг, 5 кг);<br>свистки;<br>теннисные мячи (150 гр); фишки для разметки поля<br>футбольные мячи;<br>скакалки;<br>навесные турники |
| 25.Тактическая                                   | Беседа                         | Наглядный,                 |  | спортивный зал;  |

|                                      |                      |              |                    |  |
|--------------------------------------|----------------------|--------------|--------------------|--|
| подготовка. Защитные действия        | Практическое занятие | практический |                    | футбольные ворота;<br>спортивные маты;<br>гимнастические скамейки;<br>секундомеры;<br>медицинболы (4 кг, 5 кг);<br>свистки;<br>теннисные мячи (150 гр); фишки для разметки поля<br>футбольные мячи;<br>скакалки;<br>навесные турники |
| 26.Участие в соревнованиях           | Беседа Соревнование  | практический | -                  | спортивный зал;<br>футбольные ворота;<br>свистки;фишки для разметки поля<br>футбольные мячи;<br>скакалки;  |
| 27.Выполнение контрольных нормативов | Контрольное занятие  | практический | Таблица нормативов | спортивный зал;<br>спортивные маты;<br>гимнастические скамейки;<br>зоны  |

|                     |                    |              |   |   |
|---------------------|--------------------|--------------|---|---|
|                     |                    |              |   | приземления для прыжков в длину; гимнастические маты; секундомеры; свистки; теннисные мячи (150 гр); фишки для разметки поля навесные турники |
| 28.Итоговое занятие | Показательная игра | практический | - | спортивный зал; футбольные ворота; свистки; фишки для разметки поля футбольные мячи; скакалки;  |

### 2 год обучения

| Тема  | Форма занятий        | Приёмы и методы организации образовательного процесса | Учебные пособия.<br>Дидактический материал.<br>Информационные источники.                                     | Техническое оснащение                    |
|---|----------------------|---|--|--|
| 1.Вводное занятие. Инструктаж по охране труда.      | Беседа               | словесный   | Инструкция по технике безопасности   | -  |
| 2. Определение начального уровня умений, спортивной | Практическое занятие | практический  | 1.Теория и методика физической культуры: учебник / под ред. Ю.Ф. Курамшина. - М.: Советский спорт, 2003 (или | спортивный зал; гимнастические скамейки; |



|                                  |                                 |                                    |   |   |
|----------------------------------|---------------------------------|------------------------------------|---|---|
| подготовленности                 |                                 |                                    | <p>2004, 2006, 2007). гл. 24.4 с. 375-387</p> <p>2.Матвеев, Л.П. Спорт, спортивная тренировка // Теория и методика физической культуры (общие основы теории и методики физического воспитания: теоретико-методические аспекты спорта и профессионально-прикладных форм физической культуры): учеб. для ин-тов физ.культуры. - М.: Физкультура и спорт, 1991. с 400-451.</p> <p>Таблица нормативов</p> <p>Официальный сайт «Российский Футбольный Союз»<br/><a href="http://www.rfs.ru">http://www.rfs.ru</a></p>  | <p>зоны приземления для прыжков в длину;<br/>гимнастические маты;<br/>секундомеры;<br/>свистки;<br/>теннисные мячи (150 гр); фишки для разметки поля навесные турники</p>   |
| 3. ОФП. Развитие силовых качеств | Беседа.<br>Практическое занятие | Беседа.<br>Наглядный, практический | <p>1.Теория и методика физической культуры: учебник / под ред. Ю.Ф. Курамшина. - М.: Советский спорт, 2003 (или 2004, 2006, 2007). гл. 24.4 с. 375-387</p> <p>2.Матвеев, Л.П. Спорт, спортивная тренировка // Теория и методика физической культуры (общие основы теории и методики физического воспитания: теоретико-методические аспекты спорта и профессионально-прикладных форм физической культуры): учеб. для ин-тов физ.культуры. - М.: Физкультура и спорт, 1991. с 400-451.</p> <p>Таблица нормативов</p> <p>Официальный сайт «Российский Футбольный Союз»<br/><a href="http://www.rfs.ru">http://www.rfs.ru</a></p> | <p>спортивный зал;<br/>спортивные маты;<br/>гимнастические скамейки;<br/>зоны приземления для прыжков в длину;<br/>гимнастические маты;<br/>секундомеры;<br/>медицинболы (4 кг, 5 кг); свистки;<br/>теннисные мячи (150 гр); фишки для разметки поля скакалки;<br/>навесные турники</p> |
| 4. ОФП. Развитие выносливости    | Беседа.<br>Практическое занятие | Беседа.<br>Наглядный, практический | <p>1.Теория и методика физической культуры: учебник / под ред. Ю.Ф. Курамшина. - М.: Советский спорт, 2003 (или 2004, 2006, 2007). гл. 24.4 с. 375-387</p>  | <p>спортивный зал;<br/>спортивные маты;<br/>гимнастические скамейки;</p>  |

|  |                              |                                 |   |  |
|--|------------------------------|---------------------------------|---|--|
|  |                              |                                 | <p>2.Матвеев, Л.П. Спорт, спортивная тренировка // Теория и методика физической культуры (общие основы теории и методики физического воспитания: теоретико-методические аспекты спорта и профессионально-прикладных форм физической культуры): учеб. для ин-тов физ.культуры. - М.: Физкультура и спорт, 1991. с 400-451.</p> <p>Таблица нормативов</p> <p>Официальный сайт «Российский Футбольный Союз»<br/> <a href="http://www.rfs.ru">http://www.rfs.ru</a></p> | <p>зоны приземления для прыжков в длину;<br/> гимнастические маты;<br/> секундомеры;<br/> медицинболы (4 кг, 5 кг); свистки;<br/> теннисные мячи (150 гр); фишки для разметки поля скакалки;<br/> навесные турники</p> |
| 5.Учебные и тренировочные игры                           | Беседа Соревнование          | практический                    | -   | <p>спортивный зал;<br/> футбольные ворота;<br/> гимнастические скамейки;<br/> секундомеры;<br/> свистки;<br/> фишки для разметки поля<br/> футбольные мячи;<br/> скакалки;</p>   |
| 6. ОФП. Развитие быстроты и координационных способностей | Беседа. Практическое занятие | Беседа. Наглядный, практический | <p>1.Теория и методика физической культуры: учебник / под ред. Ю.Ф. Курамшина. - М.: Советский спорт, 2003 (или 2004, 2006, 2007). гл. 24.4 с. 375-387</p> <p>2.Матвеев, Л.П. Спорт, спортивная тренировка // Теория и методика физической культуры (общие основы теории и методики физического воспитания: теоретико-методические аспекты спорта и профессионально-прикладных форм физической культуры): учеб. для ин-тов</p>                                      | <p>спортивный зал;<br/> спортивные маты;<br/> гимнастические скамейки;<br/> зоны приземления для прыжков в длину;<br/> гимнастические маты;<br/> секундомеры;</p>  |

|                                 |                              |                                 |  |   |
|---------------------------------|------------------------------|---------------------------------|--|---|
|                                 |                              |                                 | <p>физ.культуры. - М.: Физкультура и спорт, 1991. с 400-451.</p> <p>Таблица нормативов</p> <p>Официальный сайт «Российский Футбольный Союз»<br/> <a href="http://www.rfs.ru">http://www.rfs.ru</a></p>   | <p>медицинболы (4 кг, 5 кг); свистки; теннисные мячи (150 гр); фишки для разметки поля скакалки; навесные турники</p>   |
| 7.ОФП. Развитие ловкости        | Беседа. Практическое занятие | Беседа. Наглядный, практический | <p>1.Теория и методика физической культуры: учебник / под ред. Ю.Ф. Курамшина. - М.: Советский спорт, 2003 (или 2004, 2006, 2007). гл. 24.4 с. 375-387</p> <p>2.Матвеев, Л.П. Спорт, спортивная тренировка // Теория и методика физической культуры (общие основы теории и методики физического воспитания: теоретико-методические аспекты спорта и профессионально-прикладных форм физической культуры): учеб. для ин-тов физ.культуры. - М.: Физкультура и спорт, 1991. с 400-451.</p> <p>Таблица нормативов</p> <p>Официальный сайт «Российский Футбольный Союз»<br/> <a href="http://www.rfs.ru">http://www.rfs.ru</a></p> | <p>спортивный зал; спортивные маты; гимнастические скамейки; зоны приземления для прыжков в длину; гимнастические маты; секундомеры; медицинболы (4 кг, 5 кг); свистки; теннисные мячи (150 гр); фишки для разметки поля скакалки; навесные турники</p> |
| 8. Учебные и тренировочные игры | Беседа Соревнование          | практический                    | -  | <p>спортивный зал; футбольные ворота; гимнастические скамейки; секундомеры; свистки; фишки для разметки поля футбольные мячи;</p>   |

|   |                                 |                         |   |   |
|---|---------------------------------|-------------------------|---|---|
|   |                                 |                         |   | скакалки;   |
| 9. СФП. Развитие скоростной выносливости    | Беседа.<br>Практическое занятие | Наглядный, практический | <p>1. Теория и методика физической культуры: учебник / под ред. Ю.Ф. Курамшина. - М.: Советский спорт, 2003 (или 2004, 2006, 2007). гл. 24.4 с. 375-387</p> <p>2. Матвеев, Л.П. Спорт, спортивная тренировка // Теория и методика физической культуры (общие основы теории и методики физического воспитания: теоретико-методические аспекты спорта и профессионально-прикладных форм физической культуры): учеб. для ин-тов физ.культуры. - М.: Физкультура и спорт, 1991. с 400-451.</p> <p>Таблица нормативов</p> <p>Официальный сайт «Российский Футбольный Союз»<br/><a href="http://www.rfs.ru">http://www.rfs.ru</a></p>   | <p>спортивный зал;<br/>спортивные маты;<br/>гимнастические скамейки;<br/>зоны приземления для прыжков в длину;<br/>гимнастические маты;<br/>секундомеры;<br/>медицинболы (4 кг, 5 кг); свистки;<br/>теннисные мячи (150 гр); фишки для разметки поля скакалки;<br/>навесные турники</p> |
| 10. СФП. Развитие скоростно-силовых качеств | Беседа.<br>Практическое занятие | Наглядный, практический | <p>1. Теория и методика физической культуры: учебник / под ред. Ю.Ф. Курамшина. - М.: Советский спорт, 2003 (или 2004, 2006, 2007). гл. 24.4 с. 375-387</p> <p>2. Матвеев, Л.П. Спорт, спортивная тренировка // Теория и методика физической культуры (общие основы теории и методики физического воспитания: теоретико-методические аспекты спорта и профессионально-прикладных форм физической культуры): учеб. для ин-тов физ.культуры. - М.: Физкультура и спорт, 1991. с 400-451.</p> <p>Таблица нормативов</p> <p>Официальный сайт «Российский Футбольный Союз»<br/><a href="http://www.rfs.ru">http://www.rfs.ru</a> -</p> | <p>спортивный зал;<br/>спортивные маты;<br/>гимнастические скамейки;<br/>зоны приземления для прыжков в длину;<br/>гимнастические маты;<br/>секундомеры;<br/>медицинболы (4 кг, 5 кг); свистки;<br/>теннисные мячи (150 гр); фишки для разметки поля скакалки;</p>                      |

|                                   |                                 |                         |   |   |
|-----------------------------------|---------------------------------|-------------------------|---|---|
|                                   |                                 |                         |   | навесные турники  |
| 11. СФП. Развитие гибкости        | Беседа.<br>Практическое занятие | Наглядный, практический | <p>1. Теория и методика физической культуры: учебник / под ред. Ю.Ф. Курамшина. - М.: Советский спорт, 2003 (или 2004, 2006, 2007). гл. 24.4 с. 375-387</p> <p>2. Матвеев, Л.П. Спорт, спортивная тренировка // Теория и методика физической культуры (общие основы теории и методики физического воспитания: теоретико-методические аспекты спорта и профессионально-прикладных форм физической культуры): учеб. для ин-тов физ.культуры. - М.: Физкультура и спорт, 1991. с 400-451.</p> <p>Таблица нормативов</p> <p>Официальный сайт «Российский Футбольный Союз»<br/><a href="http://www.rfs.ru">http://www.rfs.ru</a></p> | <p>спортивный зал;<br/>спортивные маты;<br/>гимнастические скамейки;<br/>зоны приземления для прыжков в длину;<br/>гимнастические маты;<br/>секундомеры;<br/>медицинболы (4 кг, 5 кг); свистки;<br/>теннисные мячи (150 гр); фишки для разметки поля скакалки;<br/>навесные турники</p> |
| 12. СФП. Развитие «взрывной силы» | Беседа.<br>Практическое занятие | Наглядный, практический | <p>1. Теория и методика физической культуры: учебник / под ред. Ю.Ф. Курамшина. - М.: Советский спорт, 2003 (или 2004, 2006, 2007). гл. 24.4 с. 375-387</p> <p>2. Матвеев, Л.П. Спорт, спортивная тренировка // Теория и методика физической культуры (общие основы теории и методики физического воспитания: теоретико-методические аспекты спорта и профессионально-прикладных форм физической культуры): учеб. для ин-тов физ.культуры. - М.: Физкультура и спорт, 1991. с 400-451.</p> <p>Таблица нормативов</p> <p>Официальный сайт «Российский Футбольный Союз»<br/><a href="http://www.rfs.ru">http://www.rfs.ru</a></p> | <p>спортивный зал;<br/>спортивные маты;<br/>гимнастические скамейки;<br/>зоны приземления для прыжков в длину;<br/>гимнастические маты;<br/>секундомеры;<br/>медицинболы (4 кг, 5 кг); свистки;<br/>теннисные мячи (150 гр); фишки для разметки поля скакалки;</p>                      |

|  |                             |                         |  |   |   |
|--|-----------------------------|-------------------------|--|---|---|
|  |                             |                         |  | навесные турники  |   |
| 13. Участие в соревнованиях              | Беседа Соревнования         | Наглядный, практически  | -  | спортивный зал;<br>футбольные ворота;<br>гимнастические скамейки;<br>секундомеры;<br>свистки;<br>фишки для разметки поля<br>футбольные мячи;<br>скакалки; | - |
| 14. Инструктаж по охране труда           | Беседа.                     | словесный               | Инструкция по технике безопасности   | -   |   |
| 15. Учебные и тренировочные игры         | Беседа Соревнование         | практический            | -  | спортивный зал;<br>футбольные ворота;<br>гимнастические скамейки;<br>секундомеры;<br>свистки;<br>фишки для разметки поля<br>футбольные мячи;<br>скакалки; |   |
| 16. Техническая подготовка. Ведение мяча | Беседа Практическое занятие | Наглядный, практический | 1.Бриль М.С. Отбор в спортивных играх. – М. ФиС, 1980<br>2.Лаптев А.П. Юный футболист. – М. ФиС, 1983<br>3.Вайн Х. Как научиться играть в футбол. – М. Олимпия PRESS, 2004<br>4.Ильин Е.П. Психология спорта. – СПб: Иматон, 2008<br>5.Гриндлер К. Техническая и тактическая подготовка футболистов. – М. ФиС, 2000<br>6.Гриндлер К. Физическая подготовка футболистов. – М. ФиС, 1996 | спортивный зал;<br>спортивные маты;<br>гимнастические скамейки;<br>зоны приземления для прыжков в длину;<br>гимнастические маты;                          |   |

|   |                                |                         |  |  |
|---|--------------------------------|-------------------------|--|--|
|   |                                |                         | Таблица нормативов<br>Официальный сайт «Российский Футбольный Союз»<br><a href="http://www.rfs.ru">http://www.rfs.ru</a>   | секундомеры;<br>медицинболы (4 кг, 5 кг); свистки;<br>теннисные мячи (150 гр); фишки для разметки поля скакалки;<br>навесные турники   |
| 17. Техническая подготовка. Передачи мяча | Беседа<br>Практическое занятие | Наглядный, практический | 1.Бриль М.С. Отбор в спортивных играх. – М. ФиС, 1980<br>2.Лаптев А.П. Юный футболист. – М. ФиС, 1983<br>3.Вайн Х. Как научиться играть в футбол. – М. Олимпия PRESS, 2004<br>4.Ильин Е.П. Психология спорта. – СПб: Иматон, 2008<br>5.Гриндлер К. Техническая и тактическая подготовка футболистов. – М. ФиС, 2000<br>6.Гриндлер К. Физическая подготовка футболистов. – М. ФиС, 1996<br>Таблица нормативов<br>Официальный сайт «Российский Футбольный Союз»<br><a href="http://www.rfs.ru">http://www.rfs.ru</a> | спортивный зал;<br>спортивные маты;<br>гимнастические скамейки;<br>зоны приземления для прыжков в длину;<br>гимнастические маты;<br>секундомеры;<br>медицинболы (4 кг, 5 кг); свистки;<br>теннисные мячи (150 гр); фишки для разметки поля скакалки;<br>навесные турники |
| 18. Техническая подготовка. Жонглирование | Беседа<br>Практическое занятие | Наглядный, практический | 1.Бриль М.С. Отбор в спортивных играх. – М. ФиС, 1980<br>2.Лаптев А.П. Юный футболист. – М. ФиС, 1983<br>3.Вайн Х. Как научиться играть в футбол. – М. Олимпия PRESS, 2004<br>4.Ильин Е.П. Психология спорта. – СПб: Иматон, 2008<br>5.Гриндлер К. Техническая и тактическая подготовка футболистов. – М. ФиС, 2000<br>6.Гриндлер К. Физическая подготовка футболистов. – М. ФиС, 1996   | спортивный зал;<br>спортивные маты;<br>гимнастические скамейки;<br>зоны приземления для прыжков в длину;<br>гимнастические маты;   |

|   |                                |                         |  |  |
|---|--------------------------------|-------------------------|--|--|
|   |                                |                         | Таблица нормативов<br>Официальный сайт «Российский Футбольный Союз»<br><a href="http://www.rfs.ru">http://www.rfs.ru</a>   | секундомеры;<br>медицинболы (4 кг, 5 кг); свистки;<br>теннисные мячи (150 гр); фишки для разметки поля скакалки;<br>навесные турники   |
| 19. Учебные и тренировочные игры          | Беседа Соревнование            | практический            | -  | спортивный зал;<br>футбольные ворота;<br>гимнастические скамейки;<br>секундомеры;<br>свистки;<br>фишки для разметки поля<br>футбольные мячи;<br>скакалки;  |
| 20. Техническая подготовка. Удары по мячу | Беседа<br>Практическое занятие | Наглядный, практический | 1.Бриль М.С. Отбор в спортивных играх. – М. ФиС, 1980<br>2.Лаптев А.П. Юный футболист. – М. ФиС, 1983<br>3.Вайн Х. Как научиться играть в футбол. – М. Олимпия PRESS, 2004<br>4.Ильин Е.П. Психология спорта. – СПб: Иматон, 2008<br>5.Гриндлер К. Техническая и тактическая подготовка футболистов. – М. ФиС, 2000<br>6.Гриндлер К. Физическая подготовка футболистов. – М. ФиС, 1996<br>Таблица нормативов<br>Официальный сайт «Российский Футбольный Союз»<br><a href="http://www.rfs.ru">http://www.rfs.ru</a> | спортивный зал;<br>спортивные маты;<br>гимнастические скамейки;<br>зоны приземления для прыжков в длину;<br>гимнастические маты;<br>секундомеры;<br>медицинболы (4 кг, 5 кг); свистки;<br>теннисные мячи (150 гр); фишки для разметки поля |



|  |                                |                            |  |  |
|--|--------------------------------|----------------------------|--|--|
|  |                                |                            |  | скакалки;<br>навесные турники  |
| 21. Техническая подготовка. Удары по мячу головой                | Беседа<br>Практическое занятие | Наглядный,<br>практический | 1.Бриль М.С. Отбор в спортивных играх. – М. ФиС, 1980<br>2.Лаптев А.П. Юный футболист. – М. ФиС, 1983<br>3.Вайн Х. Как научиться играть в футбол. – М. Олимпия PRESS, 2004<br>4.Ильин Е.П. Психология спорта. – СПб: Иматон, 2008<br>5.Гриндлер К. Техническая и тактическая подготовка футболистов. – М. ФиС, 2000<br>6.Гриндлер К. Физическая подготовка футболистов. – М. ФиС, 1996<br>Таблица нормативов<br>Официальный сайт «Российский Футбольный Союз»<br><a href="http://www.rfs.ru">http://www.rfs.ru</a> | спортивный зал;<br>спортивные маты;<br>гимнастические скамейки;<br>зоны приземления для прыжков в длину;<br>гимнастические маты;<br>секундомеры;<br>медицинболы (4 кг, 5 кг); свистки;<br>теннисные мячи (150 гр); фишки для разметки поля скакалки;<br>навесные турники |
| 22. Учебные и тренировочные игры                                 | Беседа<br>Соревнование         | практический               | -  | спортивный зал;<br>футбольные ворота;<br>гимнастические скамейки;<br>секундомеры;<br>свистки;<br>фишки для разметки поля<br>футбольные мячи;<br>скакалки;  |
| 23. Техническая подготовка. Ложные движения (финты) и отбор мяча | Беседа<br>Практическое занятие | Наглядный,<br>практический | 1.Бриль М.С. Отбор в спортивных играх. – М. ФиС, 1980<br>2.Лаптев А.П. Юный футболист. – М. ФиС, 1983<br>3.Вайн Х. Как научиться играть в футбол. – М. Олимпия PRESS, 2004   | спортивный зал;<br>спортивные маты;<br>гимнастические скамейки;  |

|   |   |                                |   |   |
|---|---|--------------------------------|---|---|
|   |   |                                | <p>4.Ильин Е.П. Психология спорта. – СПб: Иматон, 2008</p> <p>5.Гриндлер К. Техническая и тактическая подготовка футболистов. – М. ФиС, 2000</p> <p>6.Гриндлер К. Физическая подготовка футболистов. – М. ФиС, 1996</p> <p>Таблица нормативов</p> <p>Официальный сайт «Российский Футбольный Союз»<br/> <a href="http://www.rfs.ru">http://www.rfs.ru</a></p>   | <p>зоны приземления для прыжков в длину;</p> <p>гимнастические маты;</p> <p>секундомеры;</p> <p>медицинболы (4 кг, 5 кг); свистки;</p> <p>теннисные мячи (150 гр); фишки для разметки поля скакалки;</p> <p>навесные турники</p>  |
| <p>24.Тактическая подготовка.</p> <p>Атакующие действия</p> | <p>Беседа</p> <p>Практическое занятие</p> | <p>Наглядный, практический</p> | <p>1.Бриль М.С. Отбор в спортивных играх. – М. ФиС, 1980</p> <p>2.Лаптев А.П. Юный футболист. – М. ФиС, 1983</p> <p>3.Вайн Х. Как научиться играть в футбол. – М. Олимпия PRESS, 2004</p> <p>4.Ильин Е.П. Психология спорта. – СПб: Иматон, 2008</p> <p>5.Гриндлер К. Техническая и тактическая подготовка футболистов. – М. ФиС, 2000</p> <p>6.Гриндлер К. Физическая подготовка футболистов. – М. ФиС, 1996</p> <p>Таблица нормативов</p> <p>Официальный сайт «Российский Футбольный Союз»<br/> <a href="http://www.rfs.ru">http://www.rfs.ru</a></p> | <p>спортивный зал;</p> <p>спортивные маты;</p> <p>гимнастические скамейки;</p> <p>зоны приземления для прыжков в длину;</p> <p>гимнастические маты;</p> <p>секундомеры;</p> <p>медицинболы (4 кг, 5 кг); свистки;</p> <p>теннисные мячи (150 гр); фишки для разметки поля скакалки;</p> <p>навесные турники</p> |
| <p>25.Тактическая подготовка.</p> <p>Защитные действия</p>  | <p>Беседа</p> <p>Практическое занятие</p> | <p>Наглядный, практический</p> |   |   |
| <p>26.Участие в</p>   | <p>Беседа</p>                             | <p>практический</p>            | -   | <p>спортивный зал;</p>  |

|                                      |                     |              |                    |  |
|--------------------------------------|---------------------|--------------|--------------------|--|
| соревнованиях                        | Соревнование        |              |                    | футбольные ворота;<br>гимнастические скамейки;<br>секундомеры;<br>свистки;<br>фишки для разметки поля<br>футбольные мячи;<br>скакалки;   |
| 27.Выполнение контрольных нормативов | Контрольное занятие | практический | Таблица нормативов | спортивный зал;<br>спортивные маты;<br>гимнастические скамейки;<br>зоны приземления для прыжков в длину;<br>гимнастические маты;<br>секундомеры;<br>свистки;<br>теннисные мячи (150 гр); фишки для разметки поля<br>навесные турники |
| 28.Итоговое занятие                  | Показательная игра  | практический | -                  | спортивный зал;<br>футбольные ворота;<br>свистки;фишки для разметки поля<br>футбольные мячи;<br>скакалки;  |

### 3 год обучения

| Тема   | Форма занятий                   | Приёмы и методы организации образовательного процесса | Учебные пособия.<br>Дидактический материал.<br>Информационные источники.   | Техническое оснащение  |
|--|---------------------------------|---|--|--|
| 1. Вводное занятие. Инструктаж по охране труда.                      | Беседа                          | словесный   | Инструкция по технике безопасности   | -  |
| 2. Определение начального уровня умений, спортивной подготовленности | Практическое занятие            | практический  | <p>1. Теория и методика физической культуры: учебник / под ред. Ю.Ф. Курамшина. - М.: Советский спорт, 2003 (или 2004, 2006, 2007). гл. 24.4 с. 375-387</p> <p>2. Матвеев, Л.П. Спорт, спортивная тренировка // Теория и методика физической культуры (общие основы теории и методики физического воспитания: теоретико-методические аспекты спорта и профессионально-прикладных форм физической культуры): учеб. для ин-тов физ. культуры. - М.: Физкультура и спорт, 1991. с 400-451.</p> <p>Таблица нормативов</p> <p>Официальный сайт «Российский Футбольный Союз»<br/><a href="http://www.rfs.ru">http://www.rfs.ru</a></p> | <p>спортивный зал;<br/>гимнастические скамейки;<br/>зоны приземления для прыжков в длину;<br/>гимнастические маты;<br/>секундомеры;<br/>свистки;<br/>теннисные мячи (150 гр); фишки для разметки поля<br/>навесные турники</p> |
| 3. ОФП. Развитие силовых качеств                                     | Беседа.<br>Практическое занятие | Беседа.<br>Наглядный, практический                    | <p>1. Теория и методика физической культуры: учебник / под ред. Ю.Ф. Курамшина. - М.: Советский спорт, 2003 (или 2004, 2006, 2007). гл. 24.4 с. 375-387</p> <p>2. Матвеев, Л.П. Спорт, спортивная тренировка // Теория и методика физической культуры (общие основы теории и методики физического воспитания: теоретико-методические аспекты спорта и профессионально-прикладных форм</p>  | <p>спортивный зал;<br/>спортивные маты;<br/>гимнастические скамейки;<br/>зоны приземления для прыжков в</p>  |

|                                      |  |   |  |   |
|--------------------------------------|--|---|--|---|
|                                      |  |   | <p>физической культуры): учеб. для ин-тов физ.культуры. - М.: Физкультура и спорт, 1991. с 400-451.</p> <p>Таблица нормативов</p> <p>Официальный сайт «Российский Футбольный Союз»<br/> <a href="http://www.rfs.ru">http://www.rfs.ru</a></p>  | <p>длину;<br/> гимнастические маты;<br/> секундомеры;<br/> медицинболы (4 кг, 5 кг);<br/> свистки;<br/> теннисные мячи (150 гр); фишки для разметки поля<br/> скакалки;<br/> навесные турники</p>   |
| <p>4. ОФП. Развитие выносливости</p> | <p>Беседа.<br/> Практическое занятие</p> | <p>Беседа.<br/> Наглядный, практический</p> | <p>1. Теория и методика физической культуры: учебник / под ред. Ю.Ф. Курамшина. - М.: Советский спорт, 2003 (или 2004, 2006, 2007). гл. 24.4 с. 375-387</p> <p>2. Матвеев, Л.П. Спорт, спортивная тренировка // Теория и методика физической культуры (общие основы теории и методика физического воспитания: теоретико-методические аспекты спорта и профессионально-прикладных форм физической культуры): учеб. для ин-тов физ.культуры. - М.: Физкультура и спорт, 1991. с 400-451.</p> <p>Таблица нормативов</p> <p>Официальный сайт «Российский Футбольный Союз»<br/> <a href="http://www.rfs.ru">http://www.rfs.ru</a></p> | <p>спортивный зал;<br/> спортивные маты;<br/> гимнастические скамейки;<br/> зоны приземления для прыжков в длину;<br/> гимнастические маты;<br/> секундомеры;<br/> медицинболы (4 кг, 5 кг);<br/> свистки;<br/> теннисные мячи (150 гр); фишки для разметки поля<br/> скакалки;</p> |

|  |                              |                                 |  |  |
|--|------------------------------|---------------------------------|--|--|
|  |                              |                                 |  | навесные турники   |
| 5. Учебные и тренировочные игры                          | Беседа Соревнование          | практический                    | -  | спортивный зал;<br>футбольные ворота;<br>гимнастические скамейки;<br>секундомеры;<br>свистки;<br>фишки для разметки поля<br>футбольные мячи;<br>скакалки;  |
| 6. ОФП. Развитие быстроты и координационных способностей | Беседа. Практическое занятие | Беседа. Наглядный, практический | 1. Теория и методика физической культуры: учебник / под ред. Ю.Ф. Курамшина. - М.: Советский спорт, 2003 (или 2004, 2006, 2007). гл. 24.4 с. 375-387<br><br>2. Матвеев, Л.П. Спорт, спортивная тренировка // Теория и методика физической культуры (общие основы теории и методики физического воспитания: теоретико-методические аспекты спорта и профессионально-прикладных форм физической культуры): учеб. для ин-тов физ. культуры. - М.: Физкультура и спорт, 1991. с 400-451.<br><br>Таблица нормативов<br><br>Официальный сайт «Российский Футбольный Союз»<br><a href="http://www.rfs.ru">http://www.rfs.ru</a> | спортивный зал;<br>спортивные маты;<br>гимнастические скамейки;<br>зоны приземления для прыжков в длину;<br>гимнастические маты;<br>секундомеры;<br>медицинболы (4 кг, 5 кг);<br>свистки;<br>теннисные мячи (150 гр); фишки для разметки поля<br>скакалки; |

|                                    |          |                                    |                                       |   |
|------------------------------------|----------|------------------------------------|---------------------------------------|---|
|                                    |          |                                    |                                       | навесные турники  |
| 7.ОФП.<br>ловкости                 | Развитие | Беседа.<br>Практическое<br>занятие | Беседа.<br>Наглядный,<br>практический | спортивный зал;<br>спортивные<br>маты;<br>гимнастические<br>скамейки;<br>зоны<br>приземления для<br>прыжков в<br>длину;<br>гимнастические<br>маты;<br>секундомеры;<br>медицинболы (4<br>кг, 5 кг);<br>свистки;<br>теннисные мячи<br>(150 гр); фишки<br>для разметки<br>поля<br>скакалки;<br>навесные<br>турники |
| 8. Учебные и<br>тренировочные игры |          | Беседа<br>Соревнование             | практический                          | спортивный зал;<br>футбольные<br>ворота;<br>гимнастические<br>скамейки;<br>секундомеры;<br>свистки;<br>фишки для<br>разметки поля<br>футбольные   |

|   |                                 |                         |   |  |
|---|---------------------------------|-------------------------|---|--|
|   |                                 |                         |   | мячи;<br>скакалки;   |
| 9. СФП. Развитие скоростной выносливости    | Беседа.<br>Практическое занятие | Наглядный, практический | <p>1. Теория и методика физической культуры: учебник / под ред. Ю.Ф. Курамшина. - М.: Советский спорт, 2003 (или 2004, 2006, 2007). гл. 24.4 с. 375-387</p> <p>2. Матвеев, Л.П. Спорт, спортивная тренировка // Теория и методика физической культуры (общие основы теории и методики физического воспитания: теоретико-методические аспекты спорта и профессионально-прикладных форм физической культуры): учеб. для ин-тов физ.культуры. - М.: Физкультура и спорт, 1991. с 400-451.</p> <p>Таблица нормативов</p> <p>Официальный сайт «Российский Футбольный Союз»<br/><a href="http://www.rfs.ru">http://www.rfs.ru</a></p> | спортивный зал;<br>спортивные маты;<br>гимнастические скамейки;<br>зоны приземления для прыжков в длину;<br>гимнастические маты;<br>секундомеры;<br>медицинболы (4 кг, 5 кг);<br>свистки;<br>теннисные мячи (150 гр); фишки для разметки поля<br>скакалки;<br>навесные турники |
| 10. СФП. Развитие скоростно-силовых качеств | Беседа.<br>Практическое занятие | Наглядный, практический | <p>1. Теория и методика физической культуры: учебник / под ред. Ю.Ф. Курамшина. - М.: Советский спорт, 2003 (или 2004, 2006, 2007). гл. 24.4 с. 375-387</p> <p>2. Матвеев, Л.П. Спорт, спортивная тренировка // Теория и методика физической культуры (общие основы теории и методики физического воспитания: теоретико-методические аспекты спорта и профессионально-прикладных форм физической культуры): учеб. для ин-тов физ.культуры. - М.:</p>  | спортивный зал;<br>спортивные маты;<br>гимнастические скамейки;<br>зоны приземления для прыжков в длину;<br>гимнастические   |



|                                   |  |                                |   |   |
|-----------------------------------|--|--------------------------------|---|---|
|                                   |  |                                | <p>Физкультура и спорт, 1991. с 400-451.</p> <p>Таблица нормативов</p> <p>Официальный сайт «Российский Футбольный Союз»<br/> <a href="http://www.rfs.ru">http://www.rfs.ru</a> -</p>  | <p>маты;<br/> секундомеры;<br/> медицинболы (4 кг, 5 кг);<br/> свистки;<br/> теннисные мячи (150 гр); фишки для разметки поля<br/> скакалки;<br/> навесные турники</p>  |
| <p>11. СФП. Развитие гибкости</p> | <p>Беседа.<br/> Практическое занятие</p> | <p>Наглядный, практический</p> | <p>1. Теория и методика физической культуры: учебник / под ред. Ю.Ф. Курамшина. - М.: Советский спорт, 2003 (или 2004, 2006, 2007). гл. 24.4 с. 375-387</p> <p>2. Матвеев, Л.П. Спорт, спортивная тренировка // Теория и методика физической культуры (общие основы теории и методики физического воспитания: теоретико-методические аспекты спорта и профессионально-прикладных форм физической культуры): учеб. для ин-тов физ. культуры. - М.: Физкультура и спорт, 1991. с 400-451.</p> <p>Таблица нормативов</p> <p>Официальный сайт «Российский Футбольный Союз»<br/> <a href="http://www.rfs.ru">http://www.rfs.ru</a></p> | <p>спортивный зал;<br/> спортивные маты;<br/> гимнастические скамейки;<br/> зоны приземления для прыжков в длину;<br/> гимнастические маты;<br/> секундомеры;<br/> медицинболы (4 кг, 5 кг);<br/> свистки;<br/> теннисные мячи (150 гр); фишки для разметки поля<br/> скакалки;<br/> навесные турники</p> |

|  |   |                                |   |   |
|--|---|--------------------------------|---|---|
| <p>12. СФП. Развитие «взрывной силы»</p> | <p>Беседа.<br/>Практическое занятие</p> | <p>Наглядный, практический</p> | <p>1. Теория и методика физической культуры: учебник / под ред. Ю.Ф. Курамшина. - М.: Советский спорт, 2003 (или 2004, 2006, 2007). гл. 24.4 с. 375-387</p> <p>2. Матвеев, Л.П. Спорт, спортивная тренировка // Теория и методика физической культуры (общие основы теории и методики физического воспитания: теоретико-методические аспекты спорта и профессионально-прикладных форм физической культуры): учеб. для ин-тов физ.культуры. - М.: Физкультура и спорт, 1991. с 400-451.<br/>Таблица нормативов<br/>Официальный сайт «Российский Футбольный Союз»<br/><a href="http://www.rfs.ru">http://www.rfs.ru</a></p> | <p>спортивный зал;<br/>спортивные маты;<br/>гимнастические скамейки;<br/>зоны приземления для прыжков в длину;<br/>гимнастические маты;<br/>секундомеры;<br/>медицинболы (4 кг, 5 кг);<br/>свистки;<br/>теннисные мячи (150 гр); фишки для разметки поля<br/>скакалки;<br/>навесные турники</p> |
| <p>13. Участие в соревнованиях</p>       | <p>Беседа<br/>Соревнования</p>          | <p>Наглядный, практически</p>  | <p>-</p>  | <p>спортивный зал;<br/>футбольные ворота;<br/>гимнастические скамейки;<br/>секундомеры;<br/>свистки;<br/>фишки для разметки поля<br/>футбольные мячи;<br/>скакалки;</p>   |

|  |                             |                         |  |  |
|--|-----------------------------|-------------------------|--|--|
| 14. Инструктаж по охране труда           | Беседа.                     | словесный               | Инструкция по технике безопасности   | -  |
| 15. Учебные и тренировочные игры         | Беседа Соревнование         | практический            | -  | спортивный зал;<br>футбольные ворота;<br>гимнастические скамейки;<br>секундомеры;<br>свистки;<br>фишки для разметки поля<br>футбольные мячи;<br>скакалки;  |
| 16. Техническая подготовка. Ведение мяча | Беседа Практическое занятие | Наглядный, практический | 1.Бриль М.С. Отбор в спортивных играх. – М. ФиС, 1980<br>2.Лаптев А.П. Юный футболист. – М. ФиС, 1983<br>3.Вайн Х. Как научиться играть в футбол. – М. Олимпия PRESS, 2004<br>4.Ильин Е.П. Психология спорта. – СПб: Иматон, 2008<br>5.Гриндлер К. Техническая и тактическая подготовка футболистов. – М. ФиС, 2000<br>6.Гриндлер К. Физическая подготовка футболистов. – М. ФиС, 1996<br>Таблица нормативов<br>Официальный сайт «Российский Футбольный Союз»<br><a href="http://www.rfs.ru">http://www.rfs.ru</a> | спортивный зал;<br>спортивные маты;<br>гимнастические скамейки;<br>зоны приземления для прыжков в длину;<br>гимнастические маты;<br>секундомеры;<br>медицинболы (4 кг, 5 кг);<br>свистки;<br>теннисные мячи (150 гр); фишки для разметки поля<br>скакалки; |

|   |                                |                         |  |  |
|---|--------------------------------|-------------------------|--|--|
|   |                                |                         |  | навесные турники   |
| 17. Техническая подготовка. Передачи мяча | Беседа<br>Практическое занятие | Наглядный, практический | <p>1.Бриль М.С. Отбор в спортивных играх. – М. ФиС, 1980</p> <p>2.Лаптев А.П. Юный футболист. – М. ФиС, 1983</p> <p>3.Вайн Х. Как научиться играть в футбол. – М. Олимпия PRESS, 2004</p> <p>4.Ильин Е.П. Психология спорта. – СПб: Иматон, 2008</p> <p>5.Гриндлер К. Техническая и тактическая подготовка футболистов. – М. ФиС, 2000</p> <p>6.Гриндлер К. Физическая подготовка футболистов. – М. ФиС, 1996</p> <p>Таблица нормативов</p> <p>Официальный сайт «Российский Футбольный Союз»<br/><a href="http://www.rfs.ru">http://www.rfs.ru</a></p> | <p>спортивный зал;</p> <p>спортивные маты;</p> <p>гимнастические скамейки;</p> <p>зоны приземления для прыжков в длину;</p> <p>гимнастические маты;</p> <p>секундомеры;</p> <p>медицинболы (4 кг, 5 кг);</p> <p>свистки;</p> <p>теннисные мячи (150 гр); фишки для разметки поля скакалки;</p> <p>навесные турники</p> |
| 18. Техническая подготовка. Жонглирование | Беседа<br>Практическое занятие | Наглядный, практический | <p>1.Бриль М.С. Отбор в спортивных играх. – М. ФиС, 1980</p> <p>2.Лаптев А.П. Юный футболист. – М. ФиС, 1983</p> <p>3.Вайн Х. Как научиться играть в футбол. – М. Олимпия PRESS, 2004</p> <p>4.Ильин Е.П. Психология спорта. – СПб: Иматон, 2008</p> <p>5.Гриндлер К. Техническая и тактическая подготовка футболистов. – М. ФиС, 2000</p> <p>6.Гриндлер К. Физическая подготовка футболистов. – М. ФиС, 1996</p> <p>Таблица нормативов</p>  | <p>спортивный зал;</p> <p>спортивные маты;</p> <p>гимнастические скамейки;</p> <p>зоны приземления для прыжков в длину;</p> <p>гимнастические</p>  |

|   |                             |                         |  |   |
|---|-----------------------------|-------------------------|--|---|
|   |                             |                         | Официальный сайт «Российский Футбольный Союз»<br><a href="http://www.rfs.ru">http://www.rfs.ru</a>   | маты;<br>секундомеры;<br>медицинболы (4 кг, 5 кг);<br>свистки;<br>теннисные мячи (150 гр); фишки для разметки поля<br>скакалки;<br>навесные турники       |
| 19. Учебные и тренировочные игры          | Беседа Соревнование         | практический            | -  | спортивный зал;<br>футбольные ворота;<br>гимнастические скамейки;<br>секундомеры;<br>свистки;<br>фишки для разметки поля<br>футбольные мячи;<br>скакалки; |
| 20. Техническая подготовка. Удары по мячу | Беседа Практическое занятие | Наглядный, практический | 1.Бриль М.С. Отбор в спортивных играх. – М. ФиС, 1980<br>2.Лаптев А.П. Юный футболист. – М. ФиС, 1983<br>3.Вайн Х. Как научиться играть в футбол. – М. Олимпия PRESS, 2004<br>4.Ильин Е.П. Психология спорта. – СПб: Иматон, 2008<br>5.Гриндлер К. Техническая и тактическая подготовка футболистов. – М. ФиС, 2000<br>6.Гриндлер К. Физическая подготовка футболистов. – М. ФиС, 1996<br>Таблица нормативов | спортивный зал;<br>спортивные маты;<br>гимнастические скамейки;<br>зоны приземления для прыжков в длину;<br>гимнастические                                |

|  |   |                                |   |   |
|--|---|--------------------------------|---|---|
|  |   |                                | <p>Официальный сайт «Российский Футбольный Союз»<br/> <a href="http://www.rfs.ru">http://www.rfs.ru</a></p>   | <p>маты;<br/> секундомеры;<br/> медицинболы (4 кг, 5 кг);<br/> свистки;<br/> теннисные мячи (150 гр); фишки для разметки поля<br/> скакалки;<br/> навесные турники</p>  |
| <p>21. Техническая подготовка. Удары по мячу головой</p> | <p>Беседа<br/> Практическое занятие</p> | <p>Наглядный, практический</p> | <p>1.Бриль М.С. Отбор в спортивных играх. – М. ФиС, 1980<br/> 2.Лаптев А.П. Юный футболист. – М. ФиС, 1983<br/> 3.Вайн Х. Как научиться играть в футбол. – М. Олимпия PRESS, 2004<br/> 4.Ильин Е.П. Психология спорта. – СПб: Иматон, 2008<br/> 5.Гриндлер К. Техническая и тактическая подготовка футболистов. – М. ФиС, 2000<br/> 6.Гриндлер К. Физическая подготовка футболистов. – М. ФиС, 1996<br/> Таблица нормативов<br/> Официальный сайт «Российский Футбольный Союз»<br/> <a href="http://www.rfs.ru">http://www.rfs.ru</a></p> | <p>спортивный зал;<br/> спортивные маты;<br/> гимнастические скамейки;<br/> зоны приземления для прыжков в длину;<br/> гимнастические маты;<br/> секундомеры;<br/> медицинболы (4 кг, 5 кг);<br/> свистки;<br/> теннисные мячи (150 гр); фишки для разметки поля<br/> скакалки;<br/> навесные турники</p> |

|  |                                |                         |  |  |
|--|--------------------------------|-------------------------|--|--|
| 22. Учебные и тренировочные игры                                 | Беседа<br>Соревнование         | практический            | -  | спортивный зал;<br>футбольные ворота;<br>гимнастические скамейки;<br>секундомеры;<br>свистки;<br>фишки для разметки поля<br>футбольные мячи;<br>скакалки;  |
| 23. Техническая подготовка. Ложные движения (финты) и отбор мяча | Беседа<br>Практическое занятие | Наглядный, практический | 1.Бриль М.С. Отбор в спортивных играх. – М. ФиС, 1980<br>2.Лаптев А.П. Юный футболист. – М. ФиС, 1983<br>3.Вайн Х. Как научиться играть в футбол. – М. Олимпия PRESS, 2004<br>4.Ильин Е.П. Психология спорта. – СПб: Иматон, 2008<br>5.Гриндлер К. Техническая и тактическая подготовка футболистов. – М. ФиС, 2000<br>6.Гриндлер К. Физическая подготовка футболистов. – М. ФиС, 1996<br>Таблица нормативов<br>Официальный сайт «Российский Футбольный Союз»<br><a href="http://www.rfs.ru">http://www.rfs.ru</a> | спортивный зал;<br>спортивные маты;<br>гимнастические скамейки;<br>зоны приземления для прыжков в длину;<br>гимнастические маты;<br>секундомеры;<br>медицинболы (4 кг, 5 кг);<br>свистки;<br>теннисные мячи (150 гр); фишки для разметки поля<br>скакалки;<br>навесные турники |

|  |  |                                    |   |   |
|--|--|------------------------------------|---|---|
| <p>24.Тактическая подготовка.<br/>Атакующие действия</p> | <p>Беседа<br/>Практическое занятие</p> | <p>Наглядный,<br/>практический</p> | <p>1.Бриль М.С. Отбор в спортивных играх. – М. ФиС, 1980<br/>2.Лаптев А.П. Юный футболист. – М. ФиС, 1983<br/>3.Вайн Х. Как научиться играть в футбол. – М. Олимпия PRESS, 2004<br/>4.Ильин Е.П. Психология спорта. – СПб: Иматон, 2008<br/>5.Гриндлер К. Техническая и тактическая подготовка футболистов. – М. ФиС, 2000<br/>6.Гриндлер К. Физическая подготовка футболистов. – М. ФиС, 1996<br/>Таблица нормативов<br/>Официальный сайт «Российский Футбольный Союз»<br/><a href="http://www.rfs.ru">http://www.rfs.ru</a></p> | <p>спортивный зал;<br/>спортивные маты;<br/>гимнастические скамейки;<br/>зоны приземления для прыжков в длину;<br/>гимнастические маты;<br/>секундомеры;<br/>медицинболы (4 кг, 5 кг);<br/>свистки;<br/>теннисные мячи (150 гр); фишки для разметки поля<br/>скакалки;<br/>навесные турники</p> |
| <p>25.Тактическая подготовка.<br/>Защитные действия</p>  | <p>Беседа<br/>Практическое занятие</p> | <p>Наглядный,<br/>практический</p> |   |   |
| <p>26.Участие в соревнованиях</p>                        | <p>Беседа<br/>Соревнование</p>         | <p>практический</p>                | <p>-</p>  | <p>спортивный зал;<br/>футбольные ворота;<br/>гимнастические скамейки;<br/>секундомеры;<br/>свистки;фишки для разметки поля</p>   |



|                                      |                     |              |                    |  |
|--------------------------------------|---------------------|--------------|--------------------|--|
|                                      |                     |              |                    | футбольные мячи;<br>скакалки;  |
| 27.Выполнение контрольных нормативов | Контрольное занятие | практический | Таблица нормативов | спортивный зал;<br>спортивные маты;<br>гимнастические скамейки;<br>зоны приземления для прыжков в длину;<br>гимнастические маты;<br>секундомеры;<br>свистки;<br>теннисные мячи (150 гр); фишки для разметки поля<br>навесные турники |
| 28.Итоговое занятие                  | Показательная игра  | практический | -                  | спортивный зал;<br>футбольные ворота;<br>свистки;фишки для разметки поля<br>футбольные мячи;<br>скакалки;  |

## Оценочные материалы

Для отслеживания результативности образовательной деятельности по Программе проводится:

1. **Входящий контроль**
2. **Итоговый контроль**

Входящий контроль определяет стартовый уровень умений и спортивной подготовленности учащихся при поступлении в образовательное учреждение, и на начало учебного года.

Входящий контроль проводится в сентябре и включает в себя мероприятия, направленные на определение начального уровня общей физической подготовленности учащихся.

Входящий контроль проводится в форме выполнения следующих нормативов:

| 1 год  | 2 год  | 3 год  |
|--|--|--|
| 1.«челночный бег» (3x10)   | 1.«челночный бег» (3x10)   | 1.«челночный бег» (3x10)   |
| 2.Прыжки в длину с места   | 2.Прыжки в длину с места   | 2.Прыжки в длину с места   |
| 3.Подтягивание на высокой перекладине или на низкой перекладине из виса лёжа | 3.Подтягивание на высокой перекладине или на низкой перекладине из виса лёжа | 3.Подтягивание на высокой перекладине или на низкой перекладине из виса лёжа |
| 4.Сгибание и разгибание рук в упоре, лежа на полу                            | 4.Сгибание и разгибание рук в упоре, лежа на полу                            | 4.Сгибание и разгибание рук в упоре, лежа на полу                            |
| 5.Сгибание и разгибание туловища, лежа на спине                              | 5.Сгибание и разгибание туловища, лежа на спине                              | 5.Сгибание и разгибание туловища, лежа на спине                              |
|  | 6.Наклон вперед, стоя на гимнастической скамейке                             | 6.Наклон вперед, стоя на гимнастической скамейке                             |
|  | 7.Бег на 30 м с ведением мяча (сек)  | 7. Бег 5x30 м с ведением мяча (сек)  |
|  | 8.Удар по мячу на дальность (сумма 3-х ударов правой и левой ногой )( м)     | 8. Удары по мячу ногой на точность (число попаданий)                         |
|  |  | 9. Ведение мяча, обвод стоек и удар по воротам (сек)                         |
|  |  | 10.Жонглирование мяча головой (кол-во раз)                                   |
|  |  | 11. Жонглирование мяча ногой (кол-во раз)                                    |

### Итоговый контроль в виде выполнения контрольных нормативов

Итоговый контроль представляет собой окончательную оценку результатов освоения программы и проводится в виде выполнения контрольных нормативов. Он проводится в мае и включает в себя ту же оценку контроля, что и входящий. Результаты входящего и итогового контроля отражаются в диагностических картах, разработанных на каждый год обучения.

Цель:

- выявить приобретенный уровень физической и спортивной подготовки учащихся;
- оценить уровень технической подготовленности.

### Контрольные нормативы.

| Год обучения | Виды контрольных нормативов | Критерии оценки сдачи контрольных нормативов |
|--------------|-----------------------------|--|
|--------------|-----------------------------|--|

|       |  |   |
|-------|--|---|
| 1 год | 1.«челночный бег» (3x10)   | если учащиеся выполнил 5 установленных нормативов- <b>«высокий уровень»</b> ;<br>если учащийся выполнил 3-4 установленных нормативов- <b>«средний уровень»</b> ;<br>если учащийся выполнил 1-2 установленных нормативов - <b>«низкий уровень»</b>         |
|       | 2.Прыжки в длину с места   |   |
|       | 3.Подтягивание на высокой перекладине или на низкой перекладине из виса лёжа |   |
|       | 4.Сгибание и разгибание рук в упоре, лежа на полу                            |   |
|       | 5.Сгибание и разгибание туловища, лежа на спине                              |   |
| 2 год | 1.«челночный бег» (3x10)   | Если учащиеся выполнил 8 установленных нормативов- <b>«высокий уровень»</b><br>если учащийся выполнил 4-7 установленных нормативов- <b>«средний уровень»</b> ;<br>если учащийся выполнил менее 1-3 установленных нормативов - <b>«низкий уровень»</b>     |
|       | 2.Прыжки в длину с места   |   |
|       | 3.Подтягивание на высокой перекладине или на низкой перекладине из виса лёжа |   |
|       | 4.Сгибание и разгибание рук в упоре, лежа на полу                            |   |
|       | 5.Сгибание и разгибание туловища, лежа на спине                              |   |
|       | 6.Наклон вперед, стоя на гимнастической скамейке                             |   |
|       | 7.Бег на 30 м с ведением мяча (сек)  |   |
|       | 8.Удар по мячу на дальность (сумма 3-х ударов правой и левой ногой )( м)     |   |
| 3 год | 1.«челночный бег» (3x10)   | Если учащиеся выполнил 11 установленных нормативов- <b>«высокий уровень»</b> ;<br>если учащийся выполнил 6-10 установленных нормативов- <b>«средний уровень»</b> ;<br>если учащийся выполнил менее 1-5 установленных нормативов - <b>«низкий уровень»</b> |
|       | 2.Прыжки в длину с места   |   |
|       | 3.Подтягивание на высокой перекладине или на низкой перекладине из виса лёжа |   |
|       | 4.Сгибание и разгибание рук в упоре, лежа на полу                            |   |
|       | 5.Сгибание и разгибание туловища, лежа на спине                              |   |
|       | 6.Наклон вперед, стоя на гимнастической скамейке                             |   |
|       | 7. Бег 5x30 м с ведением мяча (сек)  |   |
|       | 8. Удары по мячу ногой на точность (число попаданий)                         |   |
|       | 9. Ведение мяча, обвод стоек и удар по воротам (сек)                         |   |
|       | 10.Жонглирование мяча головой (кол-во раз)                                   |   |
|       | 11. Жонглирование мяча ногой (кол-во раз)                                    |   |

**Оценка метапредметных результатов** осуществляется по выбору педагога в следующих формах:

1) в ходе выполнения учащимися контрольных заданий, одновременно с оценкой предметных результатов. В этом случае педагогом для выбранного типа контрольного задания обозначается цель оценки метапредметного уровня (например, оценка регуляторных или коммуникативных УУД) и составляется форма фиксации (например, карта наблюдения или экспертной оценки).

2) в процессе занятий по учебному плану, проводимых в специально-организованных педагогических формах (педагогических технологиях), позволяющих оценивать уровень проявленности УУД определенного типа. В этом случае педагогом определяется тема занятия

из учебного плана, педагогически целесообразная форма (или технология) проведения занятия, обозначается цель оценки метапредметного уровня (например, оценка компонентов познавательных, регуляторных или коммуникативных УУД)

3) в процессе организации метапредметных проектов разного уровня:

- в ходе реализации индивидуальных, групповых проектов внутри направления ДО;
- внутриорганизационных проектов учреждения, предполагающих применение метапредметных умений разного (или определенного) типа;
- межорганизационных (социальных, социо-культурных и иных, в т.ч. сетевых, проектов, мероприятий, предполагающих применение метапредметных умений разного (или определенного) типа.

В данном случае педагогом определяется и предлагается на выбор учащимся тип и уровень метапредметного проекта (с учетом индивидуальных возможностей), обозначается цель оценки метапредметного уровня (оценка компонентов познавательных, регуляторных или коммуникативных УУД), составляется форма диагностики фиксации (карта наблюдения или экспертной оценки, интервью, анализ обратной связи, анализ продуктов образовательной деятельности, анализ портфолио)

**Оценка личностных результатов** осуществляется с учетом следующих общих требований оценки результатов данного уровня:

- процедура оценки и уровни интерпретации носят неперсонифицированный характер;
- результаты по данному блоку (ЛР) используются в целях оптимизации качества образовательного процесса;
- по согласованию, процедура оценивания может осуществляться с привлечением специалистов учреждения, имеющих соответствующую профессиональную квалификацию и / или независимых экспертов.

**Оценка личностных результатов** осуществляется по выбору педагога в следующих формах:

- в процессе участия учащихся в конкурсах, выставках различного уровня, творческих мастер-классах, выездов на тематические экскурсии, в музеи, на природу, историко-культурной и духовно-нравственной направленности лично-ориентированной, предполагающих применение личностных качеств, социальных умений, отвечающим задачам становления духовно-нравственной личности.
- в процессе организации метапредметных проектов и мероприятий социальной, духовно-нравственной направленности, в т.ч. сетевых, предполагающих применение личностных качеств, социальных умений, отвечающим задачам возрастосообразного личностного развития.

В данном случае педагогом: определяется и предлагается учащимся на выбор тип мероприятия или уровень метапредметного проекта (с учетом индивидуальных возможностей); обозначается цель оценки личностных результатов (оценка компонентов личностного развития, отвечающих задачам становления духовно-нравственной личности), составляется форма диагностики фиксации (карта наблюдения или экспертной оценки, интервью, анализ обратной связи, анализ продуктов образовательной деятельности, анализ портфолио), обеспечиваются процедуры конфиденциальности.

Конкретизация форм оценки метапредметных и личностных результатов осуществляется каждым педагогом согласно учебным планам по годам обучения с учетом плана работы педагога.

Интегративная персональная оценка по динамике результативности и достижений освоения учащимися образовательных программ отслеживается по результатам итоговой диагностики предметных и метапредметных результатов в течение 3 лет обучения.

Динамика личностных результатов (неперсонифицированных групповых) используется для интерпретации достижений предметного и метапредметного уровней с учетом контекстной информации в целях оптимизации качества образовательного процесса.