

**Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа № 87
Петроградского района Санкт-Петербурга**

РАЗРАБОТАНА и ПРИНЯТА

На заседании Педагогического совета
ГБОУ СОШ №87
Петроградского района
Санкт-Петербурга
Протокол от 31.08.2018 № 1

УТВЕРЖДАЮ

Директор Государственного бюджетного
общеобразовательного учреждения
средней общеобразовательной школы № 87
Петроградского района Санкт-Петербурга



Муляр И.В.

Приказ № 143 от 31.08.2018

**Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа
«Футбол»**

Разработчик:
Удальцов Павел Алексеевич
Педагог дополнительного образования

Санкт-Петербург
2018 г.

Введение

Вряд ли какое-то занятие больше, чем спорт, способно повлиять на ребенка, отвлечь его от отрицательного влияния улицы, от пагубных привычек.

Футбол по праву считается самым массовым и популярным видом спорта. Размеры футбольного поля и особенности игры представляют к её участникам повышенные требования в плане двигательной активности, проявляющейся в различных формах перемещений (ходьба, равномерный бег, ускорения, рывки с изменением направления, прыжки). Специфику футбола определяют действия с мячом, к которым относятся: удары, ведение, остановки, отбор, финты, ввод из-за боковой линии и приёмы техники игры вратаря.

Спортсмен-футболист должен по всем показателям соответствовать требованиям сегодняшнего дня: быть физически подготовленным, в совершенстве владеть техническими приемами, уметь взаимодействовать с партнерами по звеньям, проявлять тактическую смекалку, наносить точные удары по воротам. Именно от этих основных компонентов в первую очередь и зависит мастерство игрока. Футболист – это в своем роде актер, который должен сыграть свою игру на определенную тему, но в условиях преодоления сопротивления соперника, исходя из ситуации, которая меняется чуть ли не каждую секунду.

Пояснительная записка

Направленность дополнительной общеобразовательной (общеразвивающей) программы: физкультурно – спортивная.

Уровень освоения дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы: базовый

Актуальность дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы:

Актуальность разработки данной программы связана с тем, футбол является одним из наиболее доступных, а, следовательно, массовым средством физического развития и укрепления здоровья занимающихся.

Отличительная особенность программы по футболу в её социальной направленности.

Программа предоставляет возможности детям, достигшим 7-12 летнего возраста, но не получившим ранее практики занятий футболом или каким-либо другим видом спорта, имеющим различный уровень физической подготовки приобщиться к активным занятиям футболом, укрепить здоровье, получить социальную практику общения в детском коллективе.

Адресат программы:

Мальчики (юноши) и девочки (девушки) 8-12 лет, пришедшие на занятия на добровольной основе и не имеющие противопоказаний к занятиям физической культурой и спортом. Учащиеся должны иметь желание заниматься спортом, наличие специальных знаний, умений и навыков приветствуется, но не является обязательным.

Объём и срок реализации программы: 648 часов; 3 года обучения

Цель программы:

Формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепления здоровья учащихся приобретение знаний и умений необходимых футболистам, посредством занятий по данной общеобразовательной общеразвивающей дополнительной программе.

Задачи:

Обучающие:

Теоретические знания:

1. Ознакомить - с историей появления футбола:
 - с историей футбола в России,
 - с терминологическим языком,
2. Ознакомить учащихся с основами личной гигиены и режимом дня
3. Ознакомить учащихся с основами здорового образа жизни
4. Ознакомить учащихся с методами контроля за функциональными системами организма человека

Практические знания:

1. обучение навыкам и умениям игры в футбол, самостоятельной организации занятий физическими упражнениями;
2. обучение техническим и тактическим приемам игры
3. сформировать начальные навыки судейства

Развивающие:

1. Развивать основные двигательные качества

2. Развивать специальные способности и качества для успешного овладения техникой и тактикой игры.
3. Развивать познавательные способности через подвижные игры на психические процессы, задействованные во время игры
 - восприятие (целостность и структурность образа),
 - внимание (концентрация и устойчивость),
 - память (зрительная и кинематическая),
 - мышление (пространственное и креативное).
4. Развивать конструктивные способности через овладение техникой приемов игры в футбол по инструкции педагога (словесное описание и демонстрация действий), по памяти, по схемам.

Воспитательные:

1. Способствовать укреплению здоровья, содействовать правильному физическому развитию учащихся;
2. Содействовать развитию основных двигательных качеств и совершенствовать жизненно важные двигательные навыки и умения.
3. Способствовать предупреждению спортивных травм.
4. Содействовать развитию познавательных интересов, творческой активности и инициативы;
5. Стимулировать развитие волевых и нравственных качеств, определяющих формирование личности ребёнка
6. Формировать стойкий интерес к занятиям спортом

Условия реализации программы:

-Условия набора в коллектив:

В группы принимаются дети, на добровольной основе. При поступлении в объединение дети должны предоставить медицинскую справку, о состоянии здоровья и письменное заявление родителей.

1-й год обучения: набор в секцию осуществляется посредством медицинского допуска врача, и достижения 7-ми летнего возраста занимающимися.

2-й год обучения допускаются к занятиям учащиеся, достигшие 7-8 летнего возраста и, которые занимались по программе 1-ого года обучения, имеющие медицинский допуск врача. Также допускаются школьники, не обучавшиеся по программе 1-ого года, но у которых общая и специальная физическая подготовка соответствует необходимому уровню для качественного освоения программы.

3-й год обучения: допускаются к занятиям учащиеся, достигшие 9 летнего возраста и, которые занимались по программе 2-ого года обучения, имеющие медицинский допуск врача.

-Условия формирования групп:

Группы формируются в начале учебного года, группы могут быть одновозрастные и разновозрастные, все группы смешанные по гендерному признаку. 1-й год обучения: набор в секцию осуществляется посредством медицинского допуска врача, и достижения 7-ми летнего возраста занимающимися.

2-й год обучения допускаются к занятиям учащиеся, достигшие 7-8 летнего возраста и, которые занимались по программе 1-ого года обучения, имеющие медицинский допуск врача. Также допускаются школьники, не обучавшиеся по программе 1-ого года, но у которых общая и специальная физическая подготовка соответствует необходимому уровню для качественного освоения программы.

3-й год обучения: допускаются к занятиям учащиеся, достигшие 9 летнего возраста и, которые занимались по программе 2-ого года обучения, имеющие медицинский допуск врача.

-Количество учащихся в группах

Списочный состав группы формируется по нормам наполняемости групп объединений дополнительного образования детей

- 1 год обучения - наполняемость групп по 15 человек
- 2 год обучения - наполняемость групп по 12 человек
- 3 год обучения - наполняемость групп по 10 человек

-Особенности организации образовательного процесса:

Образовательный процесс имеет три этапа: подготовительный, основной и заключительный.

На первом (подготовительном этапе) образовательного процесса определяются цель и конкретные задачи, планируются и подбираются методы воздействия с учетом основной задачи, возраста детей и концепции воспитания (на современном этапе – это концепция личностно-ориентированного подхода, предполагающего соблюдение воспитателем Декларации прав ребенка

На втором (основном этапе) осуществляется педагогическое взаимодействие ребенка и педагога, ведется постоянный оперативный контроль за промежуточными результатами.

На третьем (заключительном) этапе проводится анализ результатов и установление причин образования недостатков в обучении.

Ступени (этапы) образовательной программы:

1-й год обучения, предполагает освоение терминологии, правил личной гигиены, обучение первоначальным техническим и тактическим навыкам, понимание роли капитана команды, его права и обязанности, изучение базовых упражнений по общей физической подготовке.

2-й год обучения, предполагает получение более углублённых знаний по техническим и тактическим навыкам, изучение более сложных комбинации упражнений и комплексов, закрепление навыков атакующих и защитных действий, обучение остановке верховой передачи мяча, финтам и обманным движениям, освоение прав и обязанностей игроков, правил судейства.

3-й год обучения, предполагает совершенствование технико-тактических действий учащихся, обучение видам и способы отбора мяча, тактике групповых действий.

Структура каждого занятия состоит из трех частей:

I часть (разминка) включает задания на умеренную моторную двигательную активность: построение, приветствие, комплекс упражнений для подготовки разных групп мышц к основной работе, либо сочетает в себе лекционную часть и разминку. По длительности – 15-20 минут.

II часть (основная) включает задания с большой двигательной активностью, разучивание технический, тактических навыков и передвижений. По длительности – 60-70 минут.

III часть (заминка) включает задания на расслабление мышц и восстановление дыхания. По длительности – 2–3 минуты.

-Формы проведения занятий:

Лекция

Игра

Тренировочное занятие

Занятие с использованием тренажёрных комплексов

Занятие с использованием силы собственного тела

Круговая тренировка

Интервальная тренировка

Контрольно – проверочное занятие

Занятие – соревнование

-Формы организации деятельности учащихся:

Фронтальная (со всеми учащимися одновременно)- теоретические занятия по технике безопасности, теоретические занятия, лекции и беседы по разделам программы, круговые тренировки, объяснение новых упражнений, сдача контрольных нормативов, учебно-тренировочные игры

Групповая (в малых группах, в парах)- тренинги на развитие гибкости, силы мышц, координации, рефлексия и т.д.

Индивидуальная (отдельно с каждым учащимся) – коррекция ошибок

-Материально – техническое оснащение программы:

Для реализации настоящей программы требуется спортивный зал, спортивная площадка на улице, зал ОФП.

Необходимый спортивный инвентарь для проведения учебных занятий (на 15 человек):

- мячи футбольные (12-15 шт);
- футбольные мини – ворота- 2 пары

- форма для занятий по футболу;
- мячи для других игровых видов спорта :
- баскетбольные мячи- 10 шт,
- волейбольные мячи -10шт.);
- мячи для метания ;10 шт.
- мячи набивные (1 кг-5 шт., 2 кг-5 шт., 3 кг-5 шт.);
- гимнастическая стенка «шведская»;
- маты гимнастические-15 шт.
- скакалки;15 шт.
- гимнастические палки -10 шт.;
- секундомер; 1шт
- рулетка;1 шт.
- канат; 1 шт
- свисток.1 шт

Аптечка для оказания первой доврачебной помощи

-Кадровое обеспечение программы:

дипломированный специалист по физической культуре и спорту, тренер-преподаватель по футболу

Планируемые результаты освоение программы:

1.Личностные результаты:

- формирование навыков собственной культуры здорового и безопасного образа жизни;
- понимание необходимости личного участия в формировании собственного здоровья;
- готовность к саморазвитию и дальнейшему самообразованию в сфере физической культуры и здорового образа жизни;
- владение знаниями об особенностях индивидуального здоровья и о функциональных возможностях организма, способах профилактики заболеваний, травматизма и оказания доврачебной помощи при занятиях физическими упражнениями;
- соблюдение норм и правил, принятых в спортивном сообществе;
- овладение навыками сотрудничества со взрослыми людьми и сверстниками;
- уважительное отношение к иному мнению;
- оказание бескорыстной помощи окружающим;
- способность принимать активное участие в организации и проведении совместных физкультурно-оздоровительных и спортивных мероприятий;

2.Метапредметные результаты:

- умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить для себя новые задачи;
- умение планировать, контролировать и объективно оценивать свои физические, учебные и практические действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации;
- самостоятельно оценивать уровень сложности заданий (упражнений) в соответствии с возможностями своего организма;
- умение работать в команде: находить компромиссы и общие решения, разрешать конфликты; формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение, умение вести дискуссию, обсуждать содержание и результаты совместной деятельности;
- умение самостоятельно искать, анализировать и отбирать необходимую информацию
- умение содержать в порядке спортивный инвентарь и оборудование, спортивную одежду, осуществлять их подготовку к занятиям и спортивным соревнованиям.
- восприятие спортивного соревнования как культурно- массового зрелищного мероприятия, проявление адекватных норм поведения, неантагонистических способов общения и взаимодействия.
- умение самостоятельно выполнять упражнения на развитие быстроты, ловкости, выносливости;
- умение постоянно следить за ходом игры, мгновенно оценивать изменившуюся обстановку и принимать правильное решение;

3.Предметные результаты:

- расширение двигательного опыта за счёт упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма.
- владение теоретическими основами спортивной тренировки по футболу
- владение умением составлять тактический план игры
- владение правилами и игры и правилами проведения соревнований по футболу
- владение техническими приёмами игры в футбол
- владение тактическими приёмами игры в футбол

УЧЕБНЫЙ ПЛАН 1-ГО ГОДА ОБУЧЕНИЯ

№	Раздел	Количество часов			Форма контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Техника безопасности	4	2	2	Устный зачёт
2	ОФП и СФП	42	4	38	Выполнение комплекса упражнений, позволяющих определить физический уровень занимающихся Сдача контрольных нормативов
3	Техника и тактика игры	60	8	52	Устный зачёт Педагогическое наблюдение в процессе учебно-тренировочных игр
4	Подвижные и спортивные игры	34	2	32	Педагогическое наблюдение
5	Соревнования	4		4	Мониторинг голевых моментов, удачных атак, хороших передач и т.д.
ИТОГО:		144	16	128	

УЧЕБНЫЙ ПЛАН 2-ГО ГОДА ОБУЧЕНИЯ

№	Раздел	Количество часов			Форма контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Техника безопасности	4	2	2	Устный зачёт
2	ОФП и СФП	70	8	62	Выполнение комплекса упражнений, позволяющих определить физический уровень занимающихся Сдача контрольных нормативов
3	Техника и тактика игры	82	16	66	Устный зачёт Педагогическое наблюдение в процессе учебно-тренировочных игр
4	Подвижные и спортивные игры	52	6	46	Педагогическое наблюдение
5	Соревнования	8		8	Мониторинг голевых моментов, удачных атак, хороших передач и т.д. Мониторинг призовых и победных мест
ИТОГО:		216	32	184	

УЧЕБНЫЙ ПЛАН 3-ГО ГОДА ОБУЧЕНИЯ

№	Раздел	Количество часов			Форма контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Техника безопасности	4	2	2	Устный зачёт
2	ОФП и СФП	100	12	88	Выполнение комплекса упражнений, позволяющих определить физический уровень занимающихся Сдача контрольных нормативов
3	Техника и тактика игры	88	14	74	Устный зачёт Педагогическое наблюдение в процессе учебно-тренировочных игр
4	Подвижные и спортивные игры	84	8	76	Педагогическое наблюдение
5	Соревнования	12		12	Мониторинг голевых моментов, удачных атак, хороших передач и т.д. Мониторинг призовых и победных мест
ИТОГО:		288	36	252	

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК
реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы
«Футбол»

на 2018-2019 учебный год

Год обучения	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Количество учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий
1 год	-	-	36	72	144	2 раза в неделю по 2 часа (4 часа в неделю)
2 год	-	-	36	108	216	3 раза в неделю по 2 часа (6 часов в неделю)
3 год	1.09.2017		36	144	288	4 раза в неделю по 2 часа (8 часов в неделю)

ОЦЕНОЧНЫЕ И МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ

1.1. ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

Входная диагностика проводится в сентябре с целью выявления первоначального уровня физической подготовленности, возможностей и определения природных физических и технико – тактических действий и качеств детей.

Формы:

- педагогическое наблюдение
- медицинский контроль (справки о здоровье, допуск на занятия)
- диагностическое тестирование (тестирование физической подготовленности)

Тестирование:

Физическая подготовленность:

1. Бег на 10-30 м

В забеге принимают участие не менее двух человек. Бег выполняют из положения высокого старта. Время определяется с точностью до 0,1 с.

2. Прыжок в длину с места.

Провести на полу линию и перпендикулярно к ней положить сантиметровую ленту, закрепив ее с обоих концов. Расстояние измеряется от начальной отметки до пяток. Даются три попытки.

3. 5-и минутный бег (м).

Тест предназначен для определения выносливости.

Проводится в спортзале, на стадионе или ровной местности по грунтовой дорожке размеченным через каждые 10 м. Фиксируется расстояние (в метрах) которое ученик преодолел за 5 минут. В забеге участвуют 6-8 человек. Перед забегом проводится разминка. В процессе бега допускается переход на шаг.

Скоростно-силовая подготовленность:

Используются два теста: «Прыжок в длину с места толчком двух ног» и «Прыжок вверх толчком двух ног».

Прыжок вверх толчком двух ног можно измерить разными способами. Один из них предполагает использовать, так называемую, «ленту Абалакова».

При другом можно использовать баскетбольный щит или обычную стену, на которых на некоторой высоте наносится разметка.

Испытуемый, стоя на носках ног и подняв вытянутую руку вверх, делает первую отметку на разметке. Затем, подпрыгнув вверх со взмахом рук, делает вторую отметку. Разница между двумя отметками позволяет получить высоту выпрыгивания.

Можно использовать и специальную прыжковую платформу с электронным оборудованием.

Три попытки.

При отборе вратарей следует изучать и оценивать быстроту специфического действия. Именно она является самым важным показателем функциональных возможностей систем организма в действиях, направленных на защиту ворот.

Выносливость

Бег 300 м (По дорожке стадиона с высокого старта). Одна попытка.

Скоростная выносливость Измеряется время челночного бега. 7х30 м. Одна попытка.

Оценка гибкости. . Эффективность осуществления многих технических приемов игры, например ударов по мячу ногой и головой, защитных действий, финтов, зависит от эластичности мышц, подвижности в суставах, размаха, амплитуды движений.

При измерении эластичности мышц задней поверхности бедра, голени, спины можно пользоваться методикой Н. Озолина.

Специальная физическая подготовка

1. Ведение мяча 30 м.

Ведение мяча 30 м с высокого старта; делать не менее трех касаний мяча, последнее на отрезке от 20 до 30 метров.

Две попытки.

2. Вбрасывание мяча.

И.п. — стойка ноги врозь (на ширине плеч) или в положении шага. Руки с мячом, несколько согнутые в локтевых суставах, поднимаются вверх — за голову. Туловище отклоняется назад, ноги сгибаются в коленном суставе, вес тела на сзади расположенной ноге (при положении шага)

Рабочая фаза — бросок, начинается энергичным выпрямлением ног, туловища, рук и завершается кистевым усилием в сторону вбрасывания. Три попытки.

3. Удар на дальность.

Удар выполняется по неподвижному мячу. (По две попытки правой и левой ногой. Сумма дальности полета мяча в метрах и характеризует качество выполнения упражнения.)

йб. Специальная координация оценивается по слаломному ведению мяча (дриблингу) с обводкой пяти кругов. Дается две попытки. Не разрешается заходить с мячом в площадь круга.

Техническая подготовка

1. Ведение, обводка стоек, удар по воротам.

На 11-метровой отметке и далее с интервалом в 3 м (по направлению к центру поля) устанавливаются три стойки.

Участник любой ногой ведет мяч от угла штрафной площади, обводит змейкой стойки (причем при обводке стойки с правой стороны мяч находится под контролем правой ноги, а с левой стороны — под контролем левой ноги) и правой ногой посылает мяч в ворота (по воздуху, без вратаря).

То же с другого угла, но удар по воротам левой ногой. Время двух упражнений суммируется. Дается по две попытки, лучшие результаты с правой и левой стороны усредняются. .

2. Удар на точность .

С линии штрафной площади в ворота, разделенные на три части пробиваются по пять ударов правой и левой ногой. Мяч должен пересечь линию ворот по воздуху.

За попадание в крайние зоны (2 м) начисляется 3 очка, в среднюю — 2 очка, в штангу — 1 очко. Суммируется общая сумма очков каждой ногой.

3. Ловкость в обращении с мячом

Подбросить мяч над головой, выполнить три удара головой (жонглирование), третьим ударом послать мяч на ногу и, не давая ему опуститься на площадку, 4 раза подряд подбить его вверх (жонглирование) поочередно одной и другой ногой, а пятым ударом послать мяч в гандбольные ворота, расположенные на расстоянии 10—12 м от линии старта.

За каждый удар по мячу головой, ногой начисляются — 0,1 очка, за попадание мячом в ворота — 0,3 очка.

Если упражнение выполняется не полностью, оценивается правильно выполненная часть.

Дается три попытки, лучшая учитывается.

4. Жонглирование

Жонглирование мяча ногами, головой в любой последовательности — 45 сек. без потери мяча. Фиксируется время до первой потери мяча.

5. Комплексная оценка способности обучаться технике, тактике футбола.

Контрольные упражнения, с помощью которых можно проследить за качеством овладения тем или иным техническим приемом игры:

1. Ведение мяча 30 м. (С высокого старта; делать не менее трех касаний мяча, последнее на отрезке от 20 до 30 м.) Две попытки.

2. Удары на дальность по неподвижному мячу. (По две попытки правой и левой ногой. Сумма дальности полета мяча в метрах и характеризует качество выполнения упражнения.)

3. Удары в цель. (С линии штрафной площади в ворота, разделенные на три части.) Мяч должен пересечь линию ворот по воздуху.

За попадание в крайние зоны (2 м) начисляется 3 очка, в среднюю — 2 очка, в штангу — 1 очко. Дается 5 ударов. В зачет — общая сумма очков.

4. Комплексное упражнение. Выполняется на отрезке в 30 м. Подбросить мяч над головой не ниже 2 м.; ударом головы послать его вперед, принять любым способом; обвести 4 стойки и финишировать, остановив мяч ногой за линией финиша.

Секундомер включается по касанию мяча головой и останавливается в момент прекращения движения мяча за линией финиша.

Упражнения	8 лет			9 лет			10 лет			11 лет			12 лет			13 лет			
	удвл.	хор.	отл.	удвл.	хор.	отл.	удвл.	хор.	отл.	удвл.	хор.	отл.	удвл.	хор.	отл.	удвл.	хор.	отл.	
Общая физическая подготовка																			
Бег 10 м (с)	2,5	2,4	2,3	2,4	2,3	2,2	2,3	2,2	2,1	2,2	2,1	2,0	2,1	2,0	1,9	2,0	1,9	1,8	
Бег 30 м (с)	5,8	5,7	5,5	5,7	5,5	5,3	5,6	5,45	5,3	5,45	5,3	5,15	5,2	5,1	5,0	4,9	4,8	4,65	
Бег 50 м (с)	9,0	8,9	8,8	8,9	8,8	8,7	8,8	8,7	8,6	8,7	8,6	8,5	8,6	8,5	8,4	8,5	8,4	8,3	
Прыжок в длину с места (см)	150	155	160	156	162	168	164	170	176	168	176	184	180	188	196	195	205	215	
Тройной прыжок с места (см)							445	450	460	455	460	470	500	520	545	550	570	590	
Пятикратный прыжок (м)																			
Челночный бег 7х50 (с)																	69,0	68,0	66,0
Бег 400 (с)										87,0	84,0	80,0	84,0	80,0	76,0	77,0	74,0	70,0	
6-минутный бег (м)										1200	1300	1400	1300	1400	1500				
12 минутный бег (м)																2700	2800	290	
Специальная физическая подготовка																			
Бег 30 м с ведением мяча (с)	8,0	7,5	7,0	7,5	7,0	6,5	6,4	6,2	6,0	6,2	6,0	5,8	6,0	5,8	5,6	5,8	5,6	5,4	
Бег 5х30 м с ведением мяча (с)													34,0	32,0	30,0	32,0	30,0	28,0	
Удар по мячу на дальность. Сумма ударов правой и левой ногой (м)										37	40	43	42	45	48	51	55	59	
Вбрасывание мяча руками на дальность (м)	6	7	8	8	9	10	10	11	12	10,5	12	13,5	11,5	13	14,5	13,5	15	16,5	

Очки выставляются из расчета 5-баллов.

Статистическая система оформления результатов тестирования.

Результаты каждого тестирования заносятся в сводные протоколы. В протоколах указывается результат и уровень физической подготовленности учащихся (высокий, средний, низкий)

Результаты тестирования подвергаются анализу. Что позволяет корректировать не только сам процесс обучения но и выявление перспектив и направленности в спортивной деятельности. Комплекс тестов показателей уровня физической подготовленности взяты из «Комплексной программы физического воспитания учащихся 1- 11 классов общеобразовательной школы»

Текущий контроль осуществляется на занятиях в течение всего учебного года для отслеживания уровня освоения учебного материала учащимися и повышение их физических качеств, исключения симптомов перетренированности и ухудшения здоровья

Формы:

- педагогическое наблюдение
- медицинский контроль (допуск к занятиям)
- устный зачёт
- выполнение комплекса специальных упражнений

Устный зачёт проводится по изученным темам, и включает в себя знания по следующим темам «Техни-ка безопасности на тренировке», «Основы правильного и здорового образа жизни», «Мониторинг здоровья школьника», «история и основные правила футбола»

Самостоятельные работы проводятся по изученным темам и включают в себя разработку индивидуального режима дня и режима питания учащегося, создание спортивного дневника самонаблюдения, разработку индивидуальных комплексов упражнений на растяжку, разминку, заминку, профилактику плоскостопия и формированию осанки и т.д.,

Промежуточный контроль предусмотрен 2 раза в год (декабрь и май) с целью выявления уровня освоения программы учащимися и повышении их технико-тактических навыков, исключения симптомов перетренированности и ухудшения здоровья

Итоговый контроль проводится в конце обучения по программе.

Формы:

- Выполнение самостоятельной работы на заданную тему
- Сдача контрольных нормативов

1.2.МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ

Учебно – методический комплекс программы состоит из четырёх компонентов:

- 1.Нормативно – правовая база
- 2.Учебные и методические пособия для педагога и учащихся (информационная база)
- 3.Система средств обучения
- 4.Система средств контроля результативности обучения

I.Нормативно – правовая база – включает в себя нормативную документацию необходимую педагогу для работы в образовательном учреждении:

- 1.Конвенция о правах ребёнка (Утверждённая Генеральной ассамблеей ООН 20.11.1989)
- 2.Конституция Российской Федерации
- 3.Закон об образовании № 273 от 29.12.2012
- 4.Федеральный закон о дополнительном образовании
- 5.Концепция развития дополнительного образования детей (Распоряжение правительства от 4 сентября 2014 г. №1726-р)
- 6.Приказ № 1008 от 29 августа 2013 г. «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»
- 7.Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (письмо министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 №09-3242)
- 8.Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (Распоряжение Комитета по образованию № 617-р от 01.03.2017)
- 9.СанПин 2.4.4.3172-14 «Санитарно – эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей»
- 10.Распоряжение КО СПб от 10.05.2016 № 14.06-р «Об утверждении отраслевых технологических регламентов оказания государственных услуг в сфере дополнительного образования»
- 11.Устав ГБОУ СОШ № 87 Петроградского района Санкт-Петербурга
- 12.Должностная инструкция педагога дополнительного образования
- 13.Положение об ОДОД ГБОУ СОШ № 87 Петроградского района
- 14.Инструкции по охране труда

II. Учебные и методические пособия для педагога и учащихся (информационная база)– включают в себя списки литературы и интернет-источников, необходимые для работы педагога и учащихся:

Список литературы:

- 1.Богданов В.П. «Игры и развлечения в группах продленного дня: Пособия для учителя. М., Просвещение, 1985 – С144;
- 2.Бриль М.С. «Отбор в спортивных играх».– М.: Физкультура и спорт, 1980;
- 3.Билеева Л.В., Коротков А.М. «Подвижные игры»: Учебное пособие для институтов физической культуры.– М.: Физкультура и спорт, 1982 –С224;

4. Былеева Л.В., Грегорьев В.М. «Подвижные игры» - М.: Физкультура и спорт, 1985-С302;
5. Васильков Г.А., Васильков В.Г. «От игры к спорту»: сборник эстафет и игровых заданий. - М.: Физкультура и спорт, 1985 С 3-16, 36-41;
6. Комплексная программа физического воспитания учащихся I-XI классов общеобразовательной школы» Второе дополнение, М.: Просвещение, 1992;
7. Комплексная программа физического воспитания учащихся I-XI классов общеобразовательной школы, основанная на одном из видов спорта (футбол)» М.: Просвещение, 1993;
8. Комплексная программа физического воспитания учащихся I-XI классов общеобразовательной школы с направленным развитием двигательных способностей» Журнал, Физкультура и спорт, 1994 № 1-4;
9. Кравец А.С. «Педагогические условия эффективности развития физических способностей учащихся 6-8 классов средними подвижными играми» Автореф. Дис. док. Пед. наук. М., 1982, С35;
10. Кузнецова З.И. «Развитие двигательных качеств школьников» М.: Физкультура и спорт, 1967;
11. Кузнецова З.И., Холодов Ж.К. «Развитие двигательных качеств школьников» М.: Физкультура и спорт, 1984-С203;
12. Лях В.И. «Координационные способности школьников» Минск, 1989-С159;
13. Методика физического воспитания/Под. ред. Мейксона Г.Б., Л.Е.Люболирского М.: Просвещение, 1989 –С61-66, 84-88/;
14. Портных Ю.М. «Подвижные игры» В учебнике: Спортивные подвижные игры /Под. ред. П.А.Чумалова М.: Физкультура и спорт, 1970 –С46-83;

Интернет-ресурсы:

1. FootballTrainer.ru- Уроки футбола и тренировка футболистов. Сайт для тренера по футболу
2. atmrf.ru.- Академия тренерского мастерства
3. aradevich.blogspot.ru- футбол с тренерской скамьи
4. <http://www.gto.ru/> - сайт Всероссийский физкультурно - спортивный комплекс «Готов к труду и обороне»
5. <http://www.fizkultura-vsem.ru/> - занятия физкультурой и спортом в домашних условиях
7. <http://pculture.ru/> - сайт для учителей и преподавателей физической культуры
8. <http://fizkultura-obg.ru/> - сайт для учителей и преподавателей физической культуры

III. Система средств обучения – материалы используемые педагогом для проведения занятий.

1. Рабочие программы по годам обучения
2. Учебные планы по годам обучения
3. Календарно – тематическое планирование
4. Методики эффективных и экономичных способов овладения жизненно важными умениями и навыками
5. Простейшие методики самооценки работоспособности, утомления.
6. Основные методики самомассажа
7. Методики развития основных физических качеств
8. Методы регулирования психоэмоционального состояния, применяемые на занятиях физической культурой и спортом. Средства и методы мышечной релаксации.
9. Технологии развивающего обучения
10. Игровые технологии
11. Информационно – коммуникативные технологии
12. Здоровьесберегающие технологии
13. Электронные образовательные ресурсы:
 - компьютерные презентации, разработанные педагогом, по темам программы
 - банк видеоматериалов с комплексами упражнений
14. Информационные материалы к темам программы
 - плакаты с изображением строения скелета человека и его мышц, с комплексами упражнений, мотивирующими изображениями, правилами поведения в зале, основами гигиены, режима дня
 - раздаточные материалы по темам программы

IV. Система средств контроля и результативности обучения-представляет собой различные виды анкетирования, самостоятельных работ и мониторинга.

1. Мониторинг «Диагностическое тестирование физической подготовленности учащихся»

- 2.Мониторинг «Уровень функционального состояния учащихся»
- 3.Мониторинг «Уровень физической подготовленности учащихся для перехода на следующую степень подготовки»
- 4.Анкета для родителей «Насколько спортивен мой ребёнок?»
- 5.Анкета для родителей «Степень удовлетворённости спектром и качеством дополнительного образования в ОДОД ГБОУ СОШ № 87 Петроградского района г.Санкт-Петербурга»
- 6.Положения о конкурсах, соревнованиях и фестивалях
- 7.Мониторинг социальной и физической активности учащихся (участие в различных творческих и спортивных мероприятия учебного учреждения и района)