

**МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ АМУРСКОЙ ОБЛАСТИ**  
**Государственное автономное учреждение Амурской области**  
**«Детский оздоровительный лагерь «Колосок»**  
**Центр выявления и поддержки одарённых детей «Вега»**

---

Программа рекомендована к  
реализации Экспертным советом  
ЦВПОД «Вега»

«УТВЕРЖДАЮ»  
Директор ГАУ ДОЛ «Колосок»  
/ *А.Б. Носкова* / А.Б. Носкова/  
(Ф.И.О.)

Протокол заседания  
от «*21*» *август* 20*21* г.  
№ *4*



Дополнительная общеобразовательная программа  
«ФутболВега»

Направленность: физкультурно-спортивная  
Уровень программы: углубленный  
Возраст обучающихся: 10-15 лет  
Срок реализации программы: 18 (3 дней)  
Форма обучения: очная, интенсивная

Ф.И.О.	Должность	Дата	Подпись
Яворская Е.Е.	Председатель экспертного совета ЦВПОД «Вега» по направлению «Спорт»	<i>21.05.2021</i>	<i>[Signature]</i>
Гейко А.А.	Член экспертного совета ЦВПОД «Вега», по направлению «Спорт»	<i>21.05.2021</i>	<i>[Signature]</i>
Безматерных Е.С.	Член экспертного совета ЦВПОД «Вега», по направлению «Спорт»	<i>21.05.2021</i>	<i>[Signature]</i>
Авторы: Командиров Ю.А.	Тренер-преподаватель ФК «Смена»	<i>21.05.2021</i>	<i>[Signature]</i>
Ананьев И.Д.	Специалист ЦВПОД «Вега»	<i>21.05.2021</i>	<i>[Signature]</i>

Благовещенск, 2021

## ОГЛАВЛЕНИЕ

1.	ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА	
1.1	Нормативно-правовая база	3
1.2	Актуальность программы	3
1.3	Направленность программы	4
1.4	Педагогическая целесообразность	4
1.5	Цель реализации программы	4
1.6	Задачи реализации программы	4
1.7	Категория обучающихся, на которую ориентирована программа	5
2.	СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ	
2.1	Учебно-тематический план	6
2.2	Содержание учебно-тематического плана	6
2.3	Планируемые результаты обучения	7
2.4	Формы организации учебных занятий	7
2.5	Формы контроля и оценочные материалы	7
3.	ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ	
3.1	Учебно-методическое и информационное обеспечение программы	8
3.2	Кадровое обеспечение	8

## 1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

### 1.1 Нормативно-правовая база

Дополнительная образовательная программа разработана с учетом следующих нормативно-правовых актов:

- Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральный закон от 03 июля 2016 г. № 313-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации в части предоставления права органам государственной власти субъектов Российской Федерации на предоставление государственной поддержки дополнительного образования детей»;
- приоритетный проект «Доступное дополнительное образование детей», утвержденный протоколом заседания президиума Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и приоритетным проектам от 30 ноября 2016 г. № 11;
- Постановление Правительства Российской Федерации от 17.11.2015 г. № 1239 «Об утверждении Правил выявления детей, проявивших выдающиеся способности, сопровождения и мониторинга их дальнейшего развития»;
- Концепция развития дополнительного образования (Распоряжение Правительства Российской Федерации от 04.09.2014 № 1726);
- СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей»;
- Приказ Минобрнауки России от 29.08.2013 г. № 1008 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- методические рекомендации по организации образовательного процесса при сетевых формах реализации образовательных программ, письмо Минобрнауки России от 28.08.2015 г. № АК-2563/05;
- методические рекомендации по проектированию общеобразовательных программ (включая разноуровневые программы), письмо Департамента государственной политики в сфере воспитания детей молодежи Минобрнауки России от 18.11.2015 г. № 09-3242;

### 1.2 Актуальность программы

Футбол - одна из самых популярных и массовых спортивных игр. Коллективный характер футбола позволяет игрокам проявить свои лучшие морально-волевые качества: ответственности и дисциплинированности, уважения к товарищам по команде и сопернику, взаимовыручки, смелости и решительности.

Актуальность общеразвивающей программы «Футбол» состоит в решении проблемы более качественного физического развития детей посредством футбола, т.к. в основу программы положены нормативные требования по физической и технической подготовке, данные научных исследований и спортивной практики, опыт педагогов физической культуры и спорта.

### 1.3 Направленность программы

Направленность физкультурно-спортивная. Программа спортивной подготовки направлена на отбор одаренных детей, создание условий для их физического воспитания и физического развития, совершенствование знаний, умений и навыков в области физической культуры и спорта (в том числе в избранном виде спорта).

### 1.4 Педагогическая целесообразность

Педагогическая целесообразность программы заключается в том, что занятия по этой программе позволят учащимся восполнить недостаток навыков и овладеть необходимыми приемами игры во внеурочное время, т.к. количество учебных часов, отведенных на изучение раздела «Футбол» в школьной программе, недостаточно для качественного овладения игровыми навыками и в особенности тактическими приемами. Программа актуальна на сегодняшний день, т.к. ее реализация восполняет недостаток двигательной активности, имеющийся у детей в связи с высокой учебной нагрузкой.

Систематические занятия футболом способствуют развитию у

учащихся: силы, быстроты, выносливости, решительности, чувства коллективизма, а также улучшают деятельность центральной нервной системы, сердечно-сосудистой, дыхательной системы и др., что плодотворно сказывается на здоровье занимающихся.

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

### 1.5 Цель реализации программы

- отбор перспективных детей, занимающихся футболом в области;
- оценка перспектив и составление индивидуальной траектории развития юных футболистов;

– мониторинг динамики спортивных и образовательных достижений участников проекта.

#### 1.6 Задачи реализации программы

– сформировать навыки общей культуры и здорового образа жизни, социализации;

– создать дополнительное специализированное спортивно-образовательное пространство, которое позволит провести грамотную селекцию и систематизировать процесс подготовки юных футболистов;

– обеспечить детям и подросткам психолого-педагогическую поддержку в период тренировочного процесса.

#### 1.7 Категория обучающихся, на которую ориентирована программа

Количество приглашенных участников:

51 человек (юноши);

11-15 лет (2006-2010 г.р.).

## 2. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

### 2.1 Учебно-тематический план

Планирование с определением основных видов учебно-тренировочной деятельности:

Дата	Кол-во часов	Наименование
06.09	120 минут	тренировка
06.09	60 мин	ОФП
06.09	120 минут	тренировка
07.09	120 минут	тренировка
07.09	60 минут	теория
07.09	120 минут	тренировка
08.09	60 минут	ОФП
08.09	120 минут	тренировка
08.09	120 минут	тесты

Распорядок дня:

Время	Наименование вида деятельности
7:00	Подъем
8:00 – 8:20	Завтрак
9:30 -11:30	Тренировка
13:00	Обед
15:00 -17:00	Тренировка
18:00 -19:00	Теория
19:30	Ужин
20:00 – 22:00	Свободное время
22:00	Отбой

Тренировочные занятия осуществляются по рабочему плану тренеров.

### 2.2 Содержание учебно-тематического плана:

Дни	Время	Утренняя тренировка	Вечерняя тренировка
06.09	120 мин 120 мин ОФП 60 мин.	Работа с мячом. Футбольная школа. Удары по воротам. Чеканка мяча	Общая разминка. Передачи мяча в парах. Удары по воротам. Игра 2 тайма по 25 минут
07.09	120 мин. 60 мин. 120 мин.	Дриблинг. Отбор мяча в квадратах. Удары в створ ворот	Игра 2 тайма по 30 мин. Отработка розыгрыша штрафных ударов. Удары в створ ворот

08.09	60 мин. 120 мин. 120 мин.	Футбольная эстафета. Дриблинг мяча. Передачи в парах. Удары в створ	Игра 2 тайма по 30 мин. Кросс 30 мин. Индивидуальное время 30 мин(саморазвитие)
-------	---------------------------------	---	---

### 2.3 Планируемые результаты обучения

- приобщение детей к ведению здорового образа жизни через занятия футболом;
- развитие профессиональных навыков юных спортсменов в выбранном виде спорта;
- создание условий для полноценного достижения атлетами максимально возможного уровня технико-тактической, физической и психологической подготовки для достижения высоких результатов в соревновательном периоде;
- эмоциональное и психологическое благополучие каждого обучающегося;
- помощь и дальнейшая поддержка одаренных детей.

### 2.4 Формы организации учебных занятий

Основной формой образовательного процесса является учебно-тренировочное занятие. Занятия проводятся в форме физической тренировки, теоретической подготовки, проведения культурно – массовых мероприятий, соревнований, бесед, игр. В ходе проведения занятий используется и индивидуальный подход. Продолжительность учебно-тренировочных занятий – 60-120 мин.

Общее количество тренировочных часов 18 академических часов.

### 2.5 Формы контроля и оценочные материалы

- тестирование уровня общей и специальной физической, а также технико-тактической подготовки молодых футболистов, диагностика их психоэмоционального и функционального состояния, замеры антропометрических показателей;
- педагогическая, экспертная и скаутская оценка игроков;
- проведения и участие спортсменов в региональных и межрегиональных соревнованиях с последующим анализом выступлений футболистов, прошедших подготовку в рамках интенсивных профильных смен.

### 3. ОРГАНИЗАЦИОННО – ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

#### 3.1 Учебно-методическое и информационное обеспечение программы

Сопровождение смены фото и видеосъемкой, размещение информационных постов в сети Интернет (Инстаграм-аккаунт).

Учебно-практическое оборудование:

Наименование	Количество	Комментарии
Мячи футбольные	10 шт.	
Конусы	20 шт.	
Фишки	100 шт.	
Барьеры	10 шт.	Высота 24 см.
Координационная лестница	2 шт.	Длина 4 метра
Манишки спортивные	20 шт.	Двух цветов
Обручи	5 шт.	
Мячи для Мини-футбола	3 шт.	

#### 3.2 Кадровое обеспечение

Авторы-составители:

Командиров Юрий Андреевич, тренер-преподаватель ФК «Смена»;  
Ананьев Иван Дмитриевич, специалист ЦВПОД «Вега».

Тренеры:

Командиров Юрий Андреевич – тренер по футболу ФК «Смена»;  
Ерошевский Евгений Алексеевич – тренер по футболу ФК «Олимп»;  
Харитонов Станислав Игоревич – тренер по футболу ФК «Динамо».