

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 28»
623107 Свердловская область, г. Первоуральск, улица Зои Космодемьянской, 20
Тел./факс: 8 (3439) 63 – 15 – 47; 63 – 13 – 97
e-mail: chkola28@mail.ru
сайт: школа-28.рф

СОГЛАСОВАНО:
на заседании Педагогического совета
протокол от 28.08.2026 г. № 1



УТВЕРЖДАЮ:
А.В. Селюнина
Директор МАОУ СОШ № 28
(приказом от 01.09.2026 г. № 408)

Рабочая программа курса «Спортивные игры. Футбол»

(часть дополнительной общеобразовательной программы МАОУ СОШ № 28)

Уровень: базовый
Возраст обучающихся: 11 – 15 лет
Срок реализации: 1 года

Составитель: Ахметзянов С.Р.

Первоуральск, 2026 г.

Содержание

2. Комплекс основных характеристик общеразвивающей программы	
2.1 Пояснительная записка	3
2.2 Цель и задачи общеразвивающей программы.....	5
2.3. Содержание общеразвивающей программы	
Учебный (тематический) план.....	6
Содержание программы.....	6
2.4. Планируемые результаты.....	11
3. Комплекс организационно – педагогических условий, включая формы аттестации	
3.1. Календарный учебный график.....	13
3.2. Условия реализации программы.....	14
3.3. Формы аттестации/контроля и оценочные материалы.....	16
4. Список литературы.....	17

2. Комплекс основных характеристик общеразвивающей программы

2.1 Пояснительная записка

Программа курса «Спортивные игры. Футбол» является дополнительной общеразвивающей программой **физкультурно-спортивной направленности** и предназначена для обучения детей в МАОУ СОШ № 28.

Программа «Спортивные игры. Футбол» разработана на основе следующих документов:

- Федерального Закона Российской Федерации от 29.12.2012 г. № 273 «Об образовании в Российской Федерации» (далее – ФЗ № 273);
- Концепции развития дополнительного образования детей от 4 сентября 2014 г. № 1726;
- Письма Минобрнауки России от 18.11.15 № 09-3242 о направлении «Методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы);
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 г. № 196 « Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам;
- Приказ Министерства просвещения России от 30.09.2020 года № 533 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» с изменениями;
- Приказ Министерства просвещения России от 30.09.2020 года № 533 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» с изменениями;
- Приказ Министерства образования и молодежной политики Свердловской области Государственное автономное негосударственное образовательное учреждение Свердловской области «Дворец молодежи» от 04.03.2022 г. № 219 – од «О внесении изменений в методические рекомендации «Разработка дополнительных общеобразовательных программ в образовательных организациях»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 января 2021 года N 2«Об утверждении [санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 "Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и \(или\) безвредности для человека факторов среды обитания"»](#)
- Санитарно-эпидемиологических требований к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей» 2.4.3172-14 № 41;
- «Положения о дополнительном образовании детей в ОО» МАОУ СОШ № 28 от 24.01.2021 приказ № 92;
- Устава МАОУ СОШ № 28 и других нормативных и локальных актов.

Актуальность. Футбол является одним из наиболее популярных спортивных игр среди учащейся молодежи. Применяясь в качестве средств физического воспитания, футбол оказывает положительное влияние на развитие основных физических качеств: выносливости, быстроты, ловкости, прыгучести. Атмосфера здорового соперничества, характерная для соревновательно-игровой деятельности в футболе, способствует формированию таких качеств, как ответственность за собственные и командные результаты, целеустремленность, самостоятельность, а также решает вопрос потребности адаптации к социуму. Учебные занятия по футболу проводятся, как правило, на открытом воздухе при различных погодных условиях, что оказывает положительное оздоровительное влияние на организм учащихся. В процессе тренировочных занятий у ребенка формируется определенный уровень рефлексии и конформизма, а это способствует дисциплине, без которой педагогический процесс не представляется возможным.

Отличительная особенность и новизна данной программы состоит в осуществлении постоянного психологического сопровождения, выявления приоритетных интересов и умений учащихся, особый акцент на детей, требующих педагогического внимания.

Адресат программы: учащиеся 5 – 9 классов (12 – 16 лет).

Режим занятий: Продолжительность одного академического часа – 40 мин

Общее количество часов в неделю - 2 часа

Занятия проводятся 2 раза в неделю по 1 часу

Объем программы: 68 часов.

Программа рассчитана на 1 год.

Особенности организации образовательного процесса

- 1. «Стартовый уровень»-** предполагает использование и реализацию общедоступных и универсальных форм организации материала, минимальную сложность предлагаемого для освоения содержания общеразвивающей программы.
- 2. «Базовый уровень»** - предполагает использование и реализацию таких форм организации материала, которые допускают освоение специализированных знаний и языка, гарантированно обеспечивает трансляцию общей и целостной картины в рамках содержательно- тематического направления общеразвивающей программы.
- 3. «Продвинутый уровень»** - предполагает использование форм организации материала, обеспечивающих доступ к сложным (возможно узкоспециализированным) и нетрадиционным разделам в рамках содержательно-тематического направления общеразвивающей программы. Также предполагает углубленное изучение содержания дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы и доступ к около

профессиональным и профессиональным знаниям в рамках содержательно-тематического направления общеразвивающей программы.

Каждому обучающемуся по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе должно обеспечиваться право на стартовый доступ к любому из предоставляемых уровней через организацию условий и процедур оценки изначальной готовности обучающегося (где определяется та или иная степень готовности к освоению содержания материала, заявленного обучающимся уровнем).

Перечень форм обучения: фронтальная, групповая, индивидуально-групповая.

Перечень видов занятий: беседа, инструктажи, тренировки, соревнования, турниры, эстафеты, игры.

Перечень форм подведения итогов реализации общеразвивающей программы: спортивная игра, открытое занятие, беседа.

2.2 Цель и задачи общеразвивающей программы

Цель программы: создание условий для формирования у детей и подростков мотивации здорового образа жизни путем вовлечения в спортивную деятельность с целью самореализации личности, физического и духовного развития.

Для достижения этой цели решаются следующие **задачи:**

образовательные:

- формирование представлений об игре в футбол;
- обучение основам техники и тактики игры в футбол;
- обучение основным техническим и тактическим приемам.

Оздоровительные

- укрепление здоровья;
- содействие гармоническому физическому развитию.

Развивающие:

- развитие и совершенствование жизненно важных двигательных навыков и умений;
- развитие основных двигательных качеств (быстроты, координации, ловкости, выносливости, гибкости), а также психических качеств (памяти, внимания, мышления).

Воспитательные:

- привитие стойкого интереса к занятиям спортом, к футболу;
- формирование потребности в самостоятельном физическом развитии детей и подростков;
- формирование потребности в здоровом образе жизни у детей и подростков.

2.3. Содержание общеразвивающей программы

Учебный (тематический) план

№ п/п	Наименование раздела, темы	Количество часов			Формы/ методы контроля
		Теория	Практика	Всего	
1.	Теоретическая подготовка	5	-	5	Опрос
2.	Общая физическая подготовка	-		12	Выполнение упражнений, эстафеты, сдача нормативов
3.	Специальная физическая подготовка	1	11	12	Выполнение упражнений
4.	Техническая подготовка	1	14	15	Выполнение упражнений
5.	Игровые упражнения		16	16	Выполнение упражнений
6.	Соревнования	1	5	6	Участие в соревнованиях
7.	Сдача нормативов (начало и конец года)	-	2	2	Сдача нормативов
	Итого:	8	60	68	

Содержание программы

1. Теоретический материал

- Понятие о технике и тактике игры;
- Особенности отдельных технических приемов;
- Современные правила футбола;
- Судейство в футболе;
- Правила организации самостоятельных занятий;
- Организация игр во дворе.

2. Практическая подготовка

2.1. Физическая подготовка

Общая физическая подготовка:

- упражнения, укрепляющие здоровье;
- упражнения на развитие и совершенствование основных двигательных навыков и умений;
- упражнения на укрепление систем организма.

Специальная физическая подготовка:

- подготовительные упражнения, направленные на развитие силы и быстроты сокращений мышц, участвующих в выполнении технических приемов;

- упражнения, направленные на развитие быстроты переключений от одного двигательного действия к другому.

2.2. Специальная физическая подготовка.

1). Упражнения для развития быстроты. Упражнения для развития стартовой скорости. По сигналу (преимущественно зрительному) рывки на 5-10 метров из различных исходных положений: стоя лицом, боком и спиной к стартовой линии, из приседа, широкого выпада, седа, лежа, медленного бега, подпрыгивания или бега на месте. Эстафеты с элементами старта. Подвижные игры типа «день и ночь», «вызов», «вызов номеров», «рывок за мячом» и т.д. Стартовые рывки к мячу с последующим ударом по воротам, в соревнованиях с партнером за овладение мячом.

2). Упражнения для развития дистанционной скорости. Ускорения на 15,30,60, метров без мяча и с мячом. Ускорение под уклон 3-5 градусов. Бег змейкой между расставленными в различном положении стойками, неподвижными или медленно передвигающимися партнерами. Бег прыжками. Эстафетный бег. Обводка препятствий (на скорость). Переменный бег на дистанции 100-150 метров. То же с ведением мяча. Подвижные игры типа «салки по кругу», «бегуны», «сумей догнать» и т. д.

3). Упражнения для развития скорости переключения от одного действия к другому. Бег с быстрым изменением способа передвижения (например, быстрый переход с обычного бега на бег спиной вперед и т.п.) Бег с изменением направления (до 180 градусов). Бег с изменением скорости: после быстрого бега резко замедлить бег или остановиться, затем выполнить новый рывок в том или другом направлении и т.д. «Челночный бег» - отрезок вначале пробегается лицом вперед, обратно - спиной вперед и т.п. Бег с «тенью» (повторение движений партнера, который выполняет бег с максимальной скоростью и с изменением направления). То же, но с ведением мяча. Выполнение элементов техники в быстром темпе (например, остановка мяча с последующим рывком в сторону и ударом в цель).

Для вратарей. Из «стойки вратаря» рывки (на 5-15 метров) из ворот на перехват или отбивание высоко летящего мяча, на прострел мяча с фланга. Из положения приседа, широкого выпада, седа, лежа - рывки на 2-3 метра с последующей ловлей и отбиванием мяча. Упражнения в ловле мячей, пробитых по воротам. Упражнения в ловле теннисного мяча. Игра в баскетбол по упрощенным правилам.

4). Упражнения для развития скоростно-силовых качеств. Приседания с отягощением (гантели, набивные мячи, мешочки с песком, диск от штанги) с последующим быстрым выпрямлением. Подскоки и прыжки после приседа без отягощения и с отягощением. Прыжки на одной или двух ногах с продвижением с преодолением

препятствий, То же с отягощением, Прыжки по ступенькам с максимальной скоростью. Прыжки в глубину. Спрыгивание с высоты (40-80 см) с последующим прыжком вверх или рывком на 7-10 метров. Беговые и прыжковые упражнения, выполняемые в гору, по песку, опилкам; эстафеты с элементами бега, прыжков, переносом тяжестей, Подвижные игры. Вбрасывание футбольного и набивного мяча на дальность. Броски набивного мяча на дальность за счет энергетического маха ногой вперед. Удар по мячу ногой и головой на силу в тренировочную стенку, ворота; удары на дальность. Точки плечом партнера. Борьба за мяч. Для вратарей. Из упора стоя у стены одновременное и попеременное сгибание рук в лучезапястных суставах; то же, но отталкиваясь от стены ладонями и пальцами; в упоре лежа передвижение на руках вправо, влево, по кругу (носки ног на месте), в упоре лежа хлопки ладонями. Упражнения для кистей рук с гантелями и кистевым амортизатором. Сжатие теннисного резинового мяча. Многократное повторение упражнений в ловле и бросках набивного мяча от груди двумя руками. Броски футбольного и набивного мяча на дальность. Упражнения в ловле и бросках набивных мячей, бросаемых в «стойке вратаря» толчком двух ног в стороны, то же приставным шагом, то же с отягощением.

5). Упражнения для развития специальной выносливости. Повторное выполнение беговых и прыжковых упражнений. То же, но с ведением мяча. Переменный бег (несколько повторений в серии). Кроссы с переменной скоростью. Многократно повторяемые специальные технико-тактические упражнения. Например, повторные рывки с мячом с последующей обводкой нескольких стоек с ударами по воротам; с увеличением длины рывка, количества повторений и сокращением интервалов отдыха между рывками. Игровые упражнения с мячом большой интенсивности (трое против трех, трое против двух и т.д.). Двухсторонние тренировочные игры с увеличенной продолжительностью. Игры с уменьшенным по численности составом.

Для вратарей. Повторная, непрерывная в течении 5-12 минут ловля и отбивание мяча. Ловля мяча с падением, когда удары по воротам выполняются с минимальными интервалами 3-5 игроками.

6). Упражнения для развития ловкости. Прыжки с разбега толчком одной и двумя ногами, стараясь достать высоко подвешенный мяч головой, ногой, рукой; то же, выполняя в прыжке поворот на 90-180 градусов. Прыжки вверх с поворотом и имитацией удара головой или ногами. Прыжки с места и с разбега с ударом по мячам, подвешенным на разной высоте. Кувырки вперед и назад, в сторону через правое и левое плечо. Держание мяча в воздухе (жонглирование), чередуя удары различными частями стопы, бедром, головой; ведение мяча головой. Парные и групповые упражнения с ведением мяча,

обводкой стоек, обманными движениями. Подвижные игры типа «живая мишень», «салки мячом», «ловля парами» и другие.

Для вратарей. Прыжки с короткого разбега, доставая высоко подвешенный мяч руками (кулаком), то же с поворотом до 180 градусов. Упражнения в различных прыжках с короткой скакалкой. Прыжки с поворотами, используя подкидной трамплин. Переворот в сторону с места и с разбега. Стойка на руках. Из стойки на руках кувырок вперед. Кувырок назад через стойку на руках. Переворот вперед с разбега.

2.3. Техника и тактика игры.

Техника игры.

1). Техника передвижения. Бег обычный, спиной вперед, скрестным и приставным шагом. Бег по прямой, дугами, с изменением направления и скорости. Прыжки: вверх, вверх - вперед, вверх- назад, вверх- вправо, вверх- влево, толчком двумя ногами с места и толчком одной и двумя ногами с разбега. Для вратарей - прыжки в сторону с падением «перекатом». Повороты переступанием, прыжком, на одной ноге; в стороны и назад; на месте и в движении. Остановка во время бега выпадом и прыжком.

2). Удары по мячу ногой. Удары внутренней стороной стопы, внутренней и средней частью подъёма, по неподвижному и катящемуся (навстречу, от игрока, справа и слева) мячу. Удары по прыгающему и летящему мячу внутренней стороной стопы и средней частью подъёма. Удары внешней частью подъёма. Выполнение ударов после остановки, рывков, ведения, обманных движений, посылая мяч низом и верхом на короткое с среднее расстояние. Удары на точность: в определенную цель на поле, в ворота, в ноги партнеру, на ход двигающемуся партнеру.

3). Удары по мячу головой. Удары серединой лба без прыжка и в прыжке, с места и с разбега, по летящему навстречу мячу. Удары на точность: в определённую цель на поле, в ворота, в ноги партнеру, на ход двигающемуся партнеру.

4). Остановка мяча. Остановка подошвой и внутренней стороной стопы катящегося и опускающегося мяча - на месте, в движении вперед и назад. Остановка внутренней стороной стопы, бедром и грудью летящего навстречу мяча. Остановки с переводом в стороны, подготавливая мяч для последующих действий и закрывая его туловищем от соперника.

5). Ведение мяча. Ведение внутренней частью подъёма, внешней частью подъёма. Ведение правой, левой ногой и поочередно по прямой и кругу, а также меняя направление движения, между стоек и движущимися партнёрами; изменяя скорость, выполняя ускорения и рывки, не теряя контроль над мячом.

6). Обманные движения (финты). Обманные движения «уход» выпадам (при атаке противника спереди умение показать туловищем движение в сторону и уйти с мячом в другую). Финт «остановкой» мяча ногой (после замедления бега и ложной попытки остановки мяча выполняется рывок с мячом). Обманное движение «ударом» по мячу ногой (имитируя удар, уход от соперника вправо или влево).

7). Отбор мяча. Отбор мяча при единоборстве с соперником, находящимся на месте, движущимся навстречу или сбоку, применяя выбивание мяча ногой в выпаде.

8). Вбрасывание мяча из-за боковой линии. Вбрасывание с места из положения ноги вместе и шага. Вбрасывание мяча на точность: в ноги или на ход партнеру.

9). Техника игры вратаря. Основная стойка вратаря. Передвижение в воротах без мяча в сторону скрестным, приставным шагом и скачками. Ловля летящего навстречу и несколько в сторону от вратаря мяча на высоте груди и живота без прыжка и в прыжке. Ловля катящего и низко летящего навстречу и несколько в сторону мяча без падения и с падением. Ловля высоко летящего навстречу и в сторону мяча без прыжка и в прыжке с места и с разбега. Ловля летящего в сторону на уровне живота, груди мяча с падением перекатом. Быстрый подъем с мячом на ноги после падения. Отбивание мяча одной или двумя руками без прыжка и в прыжке; с места и разбега. Выбивание мяча ногой: с земли (по неподвижному мячу) и с рук (с воздуха по выпущенному из рук и подброшенному перед собой мячу) на точность.

Тактика игры.

1). Тактика нападения.

Индивидуальные действия без мяча. Правильное расположение на футбольном поле. Умение ориентироваться, реагировать соответствующим образом на действия партнера и соперника. Выбор момента и способа передвижения для «открывания» на свободное место с целью получения мяча. Индивидуальные действия с мячом. Целесообразное использование изученных способов ударов по мячу. Применение необходимого способа остановок в зависимости от направления, траектории и скорости мяча. Определение игровой ситуации, целесообразной для использования ведения мяча, выбор способа и направления ведения. Применение различных видов обводки (с изменением скорости направления движения с мячом, изученные финты) в зависимости от игровой ситуации. Групповые действия. Взаимодействие двух и более игроков. Уметь точно и своевременно выполнить передачу в ноги партнеру, на свободное место, на удар; короткую или среднюю передачи, низом или верхом. Комбинация «игра в стенку». Выполнять простейшие комбинации при стандартных положениях: начале игры, угловом, штрафном и свободных ударах, вбрасывание мяча (не менее одной по каждой группе).

2). Тактика защиты.

Индивидуальные действия. Правильно выбирать позицию по отношению опекаемого игрока и противодействовать получению им мяча, т.е. осуществлять «закрывание». Выбор момента и способа действия (удар или остановка) для перехвата мяча. Умение строить игровую ситуацию и осуществлять отбор мяча изученным способом. Групповые действия. Противодействие комбинации «стенка». Взаимодействие игроков при розыгрыше противником «стандартных» комбинаций. Тактика вратаря. Уметь выбрать правильную позицию в воротах при различных ударах в зависимости от «угла удара», разыгрывать удар от своих ворот, вести мяч в игру (после ловли) открывшемуся партнеру, занимать правильную позицию при угловом, штрафном и свободном ударах вблизи своих ворот.

2.4. Планируемые результаты

В процессе обучения и воспитания собственных установок, потребностей в значимой мотивации на соблюдение норм и правил здорового образа жизни, культуры здоровья у обучающихся формируются познавательные, личностные, регулятивные, коммуникативные универсальные учебные действия.

Основная образовательная программа учреждения предусматривает достижение следующих результатов образования:

Личностные результаты

Личностными результатами программы является формирование следующих умений:

- Определять и высказывать простые и общие для всех людей правила поведения при сотрудничестве (этические нормы);
- В предложенных педагогом ситуациях общения и сотрудничества, опираясь на общие для всех простые правила поведения, делать выбор, при поддержке других участников группы и педагога, как поступить.

Метапредметными результатами программы является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД):

1. Регулятивные УУД:

- Определять и формулировать цель деятельности на занятии с помощью учителя, а далее самостоятельно.
- Проговаривать последовательность действий.
- Учить высказывать своё предположение (версию) на основе данного задания, учить работать по предложенному учителем плану, а в дальнейшем уметь самостоятельно планировать свою деятельность.

- Средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога на этапе изучения нового материала.
- Учиться совместно с учителем и другими воспитанниками давать эмоциональную оценку деятельности команды на занятии.
- Средством формирования этих действий служит технология оценивания образовательных достижений (учебных успехов).

2. Познавательные УУД:

- Добывать новые знания: находить ответы на вопросы, используя разные источники информации, свой жизненный опыт и информацию, полученную на занятии.
- Перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всей команды.
- Средством формирования этих действий служит учебный материал и задания.

3. Коммуникативные УУД:

- Умение донести свою позицию до других: оформлять свою мысль. Слушать и понимать речь других.
- Совместно договариваться о правилах общения и поведения в игре и следовать им.
- Учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика).
- Средством формирования этих действий служит организация работы в парах и малых группах.

Оздоровительные результаты программы внеурочной деятельности:

- осознание обучающимися необходимости заботы о своём здоровье и выработки форм поведения, которые помогут избежать опасности для жизни и здоровья, а значит, произойдет уменьшение пропусков по причине болезни и произойдет увеличение численности обучающихся, посещающих спортивные секции и спортивно-оздоровительные мероприятия;
- социальная адаптация детей, расширение сферы общения, приобретение опыта взаимодействия с окружающим миром.

Первостепенным результатом реализации программы внеурочной деятельности будет сознательное отношение обучающихся к собственному здоровью.

Предметные результаты

- Планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, использовать средства физической культуры в проведении своего отдыха и досуга;
- Использовать подвижные игры с элементами футбола как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовленности человека;

- Измерять (познавать) индивидуальные показатели физического развития (длины и массы тела) и развития основных физических качеств;
- Организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т.д.);
- Выполнение технических действий из базовых видов спорта, применение их в игровой и соревновательной деятельности;
- Излагать факты истории развития футбола, характеризовать его роль и значение в жизнедеятельности человека, связь с трудовой и военной деятельностью;
- Оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснить ошибки и способы их устранения;
- Бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам поведения;
- Взаимодействовать со сверстниками по правилам поведения подвижных игр и соревнований;
- В доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;
- Применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

3. Комплекс организационно – педагогических условий, включая формы аттестации

3.1. Календарный учебный график

№ п/п	Основные характеристики образовательного процесса	
1	Количество учебных недель	34
2	Количество часов в неделю	2
3	Количество часов	68
4	Недель в I полугодии	16
5	Недель во II полугодии	18
6	Начало учебного года	01.09.2022
7	Каникулы	25.10.25 – 02.11.25 31.12.25 – 08.01.26 21.03.26 – 29.03.26
8	Окончание учебного года	26.05.2025

3.2. Условия реализации программы

- материально-техническое обеспечение:

Для отражения количественных показателей в требованиях используется следующая система обозначений:

Д — демонстрационный экземпляр (1 экз., кроме специально оговоренных случаев);

К — комплект (из расчета на каждого учащегося исходя из реальной наполняемости класса);

Г — комплект, необходимый для практической работы в группах, насчитывающих несколько учащихся.

№ п/п	Наименование объектов и средств материально-технического оснащения	Необходимое количество	Примечание
		Основная школа	
1	Библиотечный фонд (книгопечатная продукция)		
1.1	Стандарт основного общего образования по физической культуре	Д	Стандарт по физической культуре, примерные программы, авторские рабочие программы входят в состав обязательного программно-методического обеспечения кабинета по физической культуре (спортивного зала)
1.2	Примерная программа по физической культуре среднего (полного) общего образования (базовый профиль)	Д	
1.3	Авторские рабочие программы по физической культуре	Д	
1.4	Учебник по физической культуре	Г	В библиотечный фонд входят комплекты учебников, рекомендованных или допущенных Министерством образования и науки Российской Федерации
1.5	Научно-популярная и художественная литература по физической культуре, спорту, олимпийскому движению	Д	В составе библиотечного фонда
1.6	Методические издания по физической культуре для учителей	Д	Методические пособия и рекомендации, журнал «Физическая культура в школе»
2	Учебно-практическое и учебно-лабораторное оборудование		
2.1	Щит баскетбольный тренировочный	Г	
2.2	Стенка гимнастическая	Г	
2.3	Скамейки гимнастические	Г	
2.5	Стойки волейбольные	Г	
2.6	Сетки волейбольные	Г	
2.7	Ворота для мини-футбола	Г	
2.8	Бадминтон	Г	

2.9	Бревно гимнастическое напольное	Д	
2.10	Перекладина гимнастическая	Г	
2.11	Обручи гимнастические	Г	
2.12	Скакалка гимнастическая	Г	
2.13	Палка гимнастическая	Г	
2.14	Комплект матов гимнастических	Г	
2.15	Аптечка медицинская	Д	
2.16	Мячи футбольные	Г	
2.17	Мячи баскетбольные	Г	
2.18	Мячи резиновые большие D = 20см	Г	
2.19	Кегли	Г	
2.20	Мячи набивные (1 кг)	Г	
2.21	Мячи малые (теннисные)	Г	
2.22	Мешочки с грузом	Г	
2.23	Коврики гимнастические	Г	
2.24	Мячи для метания	Г	
2.25	Гранаты 500гр., 700гр	Г	
2.26	Теннисные мячи	Г	
2.27	Сетки для защиты окон	Г	
2.28	Сетки для переноса мячей	Г	
2.29	Стеллажи для хранения мячей	Г	
2.30	Секундомер	Д	
2.31	Насос для накачивания мячей	Г	
2.32	Рулетка измерительная	Г	
2.33	Жилетки игровые с номерами	Г	
3	Спортивные залы (кабинеты)		
3.1	Спортивный зал игровой (гимнастический)		
3.2	Кабинет учителя		С раздевалками для мальчиков и девочек
4	Пришкольный стадион (площадка)		Включает в себя стеллажи.
4.1	Легкоатлетическая дорожка		
4.2	Сектор для прыжков в длину	Д	
4.3	Игровое поле для футбола (мини-футбола)	Д	
4.4	Полоса препятствий	Д	
5	Экранно-звуковые пособия		
5.1	Видеофильмы		
5.2	Аудиозаписи		
5.3	Электронные проекты и презентации учителей и учащихся		
6.	Информационные и технические средства обучения		
6.1	Аудиоцентр,		
6.2	Сканер		

6.3	Мультимедийный компьютер с выходом в Интернет		
6.4	Телевизор		

- **информационное обеспечение:** видео уроки по футболу.

- **кадровое обеспечение:** педагог дополнительного образования, первой категории.

Технологии, используемые на занятиях: здоровьесберегающая, игровая, информационно-коммуникационная и личностно-ориентированный подход.

3.3. Формы аттестации/контроля и оценочные материалы: контрольные занятия; наблюдение; контрольные нормативы; соревнования; игры.

Нормативные требования для групп начальной подготовки

Умения и навыки проверяются во время участия учащихся в соревнованиях, в организации и проведении судейства. Подведение итогов по технической и общефизической подготовке проводится 2 раза в год (октябрь, май), учащиеся выполняют контрольные нормативы.

Контрольные испытания.

Общефизическая подготовка.

1. Бег 30 м 6х5м. на расстоянии 5 м чертятся две линии – стартовая и контрольная. По зрительному сигналу учащийся бежит. Преодолевая 5 м шесть раз. При изменении движения в обратном направлении обе ноги испытуемого должны пересечь линию.
2. Прыжок в длину с места. Замер делается от контрольной линии до ближайшего к ней следа при приземлении. Из трех попыток берется лучший результат.

Техническая подготовка.

1. Удар по воротам, количество попаданий из 10 ударов с 9 метров
2. Чеканка мяча ногами, количество раз
3. Бег 30 метров на скорость

3. Список литературы

Нормативные документы

1. Федерального Закона Российской Федерации от 29.12.2012 г. № 273 «Об образовании в Российской Федерации» (далее – ФЗ № 273);
2. Концепции развития дополнительного образования детей от 4 сентября 2014 г. № 1726;
3. Письма Минобрнауки России от 18.11.15 № 09-3242 о направлении «Методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы);
4. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 г. № 196 « Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам;
5. Приказ Министерства просвещения России от 30.09.2020 года № 533 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» с изменениями;
6. Приказ Министерства просвещения России от 30.09.2020 года № 533 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» с изменениями;
7. Приказ Министерства образования и молодежной политики Свердловской области Государственное автономное негосударственное образовательное учреждение Свердловской области «Дворец молодежи» от 04.03.2022 г. № 219 – од «О внесении изменений в методические рекомендации «Разработка дополнительных общеобразовательных программ в образовательных организациях»;
8. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от от 28 января 2021 года N 2 «Об утверждении [санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 "Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и \(или\) безвредности для человека факторов среды обитания"](#)»
9. Санитарно-эпидемиологических требований к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей» 2.4.3172-14 № 41;
10. «Положения о дополнительном образовании детей в ОО» МАОУ СОШ № 28 от 24.01.2021 приказ № 92;
11. Устава МАОУ СОШ № 28 и других нормативных и локальных актов.

Литература, использованная при составлении программы

1. Матвеев, Л.П. Теория и методика физической культуры (10-е изд., 2024). — М.: Советский спорт, 2024. Классический учебник, обновлённый с учётом современных подходов к подготовке спортсменов.
2. Верхошанский, Ю.В. Программирование и организация оперативного процесса (2-е изд., 2023). — М.: Олимпийская литература, 2023. Фундаментальная работа по построению организационных циклов, применимая к игровому виду спорта.

3. Уильямс А.М. и Фэрроу Д. Перцептивно-когнитивная экспертиза в спорте (2-е изд., 2023 г.). — Рутледж. Исследование восприятия и принятия решений в игровых видах спорта, включая футбол и хоккей. <https://www.routledge.com/Perceptual-Cognitive-Expertise-in-Sport/Williams-Farrow/p/book/9780367758291>
5. Миронов, В.В. Психологическая подготовка юных спортсменов в командных видах спорта (2024 г.). — М.: Спорт, 2024. Методики развития, лидерства и командного мотива у детей.
6. Немов, Р.С. Психология. Книга 3: Психология личности (2024). — М.: Юрайт. Для понимания возраста каждого пользователя и построения индивидуального статуса.
7. Губа, В.П., Самсонова, А.В. Функциональная подготовка спортсменов: теория и практика (2024 г.). — М.: Спорт, 2024. Методики оценки и развития выносливости, силы, конкуренции — ключевые компоненты для футбола и хоккея.

Литература для обучающихся и родителей

1. Горбунова А.А., Зотова О.В. Физическое воспитание детей и подростков: Руководство для родителей — М.: Спорт, 2023. Практическое пособие о том, как поддерживать устойчивое развитие ребенка дома, как правильно оценивать его нагрузку и соблюдать перетренированность.
2. Ершова, Е.Б. Психология молодого спортсмена: Как помочь ребёнку добиться результата без стресса — М.: Вако, 2024. Книга для родителей, раскрывающая психологические аспекты занятий спортом, мотивация: страх поражения, конкуренция, отношения с тренером.
3. Марков, А.Г. Спорт и образование: Как объединить учебу и тренировку — СПб.: Питер, 2024. Практические советы по тайм-менеджменту, режиму дня, питанию и частичному переутомлению у юных спортсменов.
4. Кудрявцев, М.Т. Техника безопасности и профилактика травм в детском спорте — М.: Советский спорт, 2023. Книга помогает родителям понимать риски при занятиях футболом и хоккеем, раскрывает принципы предварительной подготовки, разминки и восстановления.

Перечень Интернет-ресурсов:

1. Консультант Плюс <http://www.consultant.ru>
2. Министерство спорта Российской Федерации <http://www.minsport.gov.ru/>

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 352191790442986473152692261956718905753445707929

Владелец Селюнина Анна Владимировна

Действителен с 20.04.2026 по 20.04.2027