Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа № 2
Василеостровского района Санкт-Петербурга

ПРИНЯТА
решением Педагогического совета
протокол от 28.08.2026 № 1

УТВЕРЖДЕНА
Приказ от 28.08.2026 № 139
Директор _____ Е.В. Поздняков

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

«Футбол»

Срок освоения: 1 год (36 недель)
Объём программы: 144 часа
Возраст обучающихся: 6–10 лет

Разработчик:
Птицын Алексей Андреевич,
тренер-преподаватель

Санкт-Петербург
2026

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеразвивающая программа «Футбол» (далее — Программа) разработана в соответствии со следующими нормативными правовыми актами и методическими документами:

- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральный закон от 04.12.2007 № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»;
- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года (распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 № 678-р);
- Концепция развития детско-юношеского спорта в Российской Федерации до 2030 года (распоряжение Правительства Российской Федерации от 28.12.2021 № 3894-р);
- приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи»;
- постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»;
- приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22.09.2021 № 652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;
- распоряжение Комитета по образованию Санкт-Петербурга от 25.08.2022 № 1676-р «Об утверждении критериев оценки качества дополнительных общеразвивающих программ, реализуемых организациями, осуществляющими образовательную деятельность, и индивидуальными предпринимателями Санкт-Петербурга»;
- распоряжение Комитета по образованию Санкт-Петербурга от 05.09.2022 № 1779-р «Об утверждении Правил проведения независимой оценки качества дополнительных общеразвивающих программ, планируемых к реализации в рамках персонифицированного финансирования дополнительного образования детей в Санкт-Петербурге» (в редакции распоряжения от 25.03.2025 № 310-р);
- Методические рекомендации по формированию механизмов обновления содержания, методов и технологий обучения в системе дополнительного образования детей (Министерство просвещения Российской Федерации, 2023);
- методические рекомендации «Проектирование дополнительных общеразвивающих программ» (Комитет по образованию Санкт-Петербурга, ГБНОУ «СПб ГДТЮ», 2022);
- Устав и локальные нормативные акты ГБОУ средней школы № 2 Василеостровского района Санкт-Петербурга.

Основные характеристики программы

Направленность программы — физкультурно-спортивная.

Адресат программы. Программа адресована обучающимся в возрасте от 6 до 10 лет и реализуется в четырёх группах: группа № 1 — 6–7 лет (академический час — 30 минут); группа № 2 — 8–10 лет, базовая подготовка, для начинающих (академический час — 30 минут); группы № 3 и № 4 — 8–10 лет, углублённая подготовка, для обучающихся, имеющих начальный опыт занятий футболом (академический час — 45 минут). Для каждой группы разработаны отдельная рабочая программа и календарно-тематический план с учётом возраста и подготовленности обучающихся.

Актуальность программы. Программа соответствует государственной политике в области дополнительного образования и детско-юношеского спорта: Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года и Концепция развития детско-юношеского спорта до 2030 года определяют приоритетом повышение доступности занятий физической культурой и спортом, развитие школьного спорта и обновление содержания программ физкультурно-спортивной направленности с учётом интересов детей. Футбол — самый массовый вид спорта в России; Российский футбольный союз реализует программы развития детского и школьного футбола, в том числе соревнования «Кожаный мяч» и проект «Футбол в школе».

Программа отвечает социальному заказу общества и запросам семьи: родители заинтересованы в регулярной двигательной активности детей младшего школьного возраста в безопасных условиях школы и в удобное после уроков время. Программа учитывает региональные социокультурные особенности: футбол в Санкт-Петербурге — значимое социальное явление, у города богатые футбольные традиции, и знакомство с ними формирует у детей интерес к спортивной жизни родного города.

Программа ориентирована на образовательные потребности детей 6–10 лет в движении, игре и общении со сверстниками и решает актуальные проблемы ребёнка: недостаток двигательной активности, трудности адаптации в коллективе — командная игра учит взаимодействию, соблюдению правил и уважению к сопернику.

Отличительные особенности программы. Программа переработана на основе дополнительной общеразвивающей программы «Футбол» ГБОУ СОШ № 2 (разработчик — А.А. Птицын) и адаптирована для детей 6–10 лет: введены возрастные группы с разной продолжительностью академического часа, для младших групп ведущим является игровой метод, используются мячи уменьшенного размера и игра в малых составах (3×3, 4×4, 5×5). Для групп углублённой подготовки 8–10 лет содержание расширено групповыми тактическими действиями и судейской практикой.

Уровень освоения программы — общекультурный.

Объём и срок освоения программы. Срок освоения — 1 год (36 учебных недель). Объём программы для каждой группы — 144 академических часа (72 занятия по 2 академических часа, 2 раза в неделю). Продолжительность академического часа зависит от возраста и уровня подготовки группы: в группах № 1 (6–7 лет) и № 2 (8–10 лет, базовая подготовка) — 30 минут, в группах № 3 и № 4 (8–10 лет, углублённая подготовка) — 45 минут.

Цель и задачи программы

Цель программы — освоение обучающимися 6–10 лет основ техники и тактики игры в футбол (мини-футбол) и развитие физических качеств средствами футбола и подвижных игр.

Задачи программы

Обучающие:

- познакомить с историей футбола, футболом в Санкт-Петербурге и правилами игры;
- обучить технике владения мячом в объёме, соответствующем возрасту;
- обучить тактическим действиям в игре;
- научить играть в мини-футбол по правилам, соответствующим возрасту.

Развивающие:

- развить быстроту, ловкость, координацию, гибкость и выносливость;
- развить быстроту реакции, внимание и умение ориентироваться в игровой ситуации;
- сформировать навыки самоконтроля на занятиях.

Воспитательные:

- воспитать дисциплинированность, честность в игре, уважение к партнёрам, сопернику и судье;
- сформировать устойчивый интерес к занятиям футболом и потребность в здоровом образе жизни.

Организационно-педагогические условия реализации программы

Язык реализации программы — государственный язык Российской Федерации — русский.

Форма обучения — очная.

Особенности реализации программы. Сетевая форма, модульный принцип и дистанционные образовательные технологии не используются.

Возможность обучения детей с ОВЗ и детей-инвалидов. Программа не является адаптированной. Обучение детей с ограниченными возможностями здоровья возможно при отсутствии медицинских противопоказаний к занятиям футболом на основании заключения врача.

Условия набора на обучение. На обучение принимаются все желающие в возрасте от 6 до 10 лет при наличии медицинской справки (заключения) о допуске к занятиям футболом. Обучающиеся 6–7 лет зачисляются в группу 6–7 лет; обучающиеся 8–10 лет, начинающие занятия, — в группу базовой подготовки; обучающиеся 8–10 лет, имеющие опыт занятий футболом, — в группу углублённой подготовки. Предварительный отбор по физическим способностям не проводится; в течение года возможен дополнительный набор при наличии свободных мест. Наполняемость группы — 15–20 человек (группа 6–7 лет — 12–15 человек).

Формы организации и проведения занятий.

- форма организации занятий — аудиторная: занятия проводятся в спортивном зале школы и на пришкольной спортивной площадке;

– формы проведения занятий: учебно-тренировочное занятие, игровое занятие, круговая тренировка, учебная игра, беседа с просмотром видеозаписей, викторина, контрольное занятие, соревнования, открытое занятие;
– формы организации деятельности обучающихся на занятии: фронтальная, групповая, командная, в парах и тройках, индивидуальная, поточная (круговая).

Особенности организации образовательного процесса. Занятия проводятся 2 раза в неделю, в понедельник и четверг: группа № 1 (6–7 лет) — 16.00–17.00; группа № 2 (8–10 лет, базовая подготовка) — 17.00–18.00; группа № 3 (8–10 лет, углублённая подготовка) — 18.00–19.30; группа № 4 (8–10 лет, углублённая подготовка) — 19.30–21.00. Каждое занятие включает подготовительную, основную и заключительную части. Теоретический материал излагается в начале занятия или по ходу практической части в форме короткой беседы, объяснения и показа. В течение года проводятся соревнования внутри групп и между группами, школьные соревнования по мини-футболу, итоговые открытые занятия, на которые приглашаются родители (законные представители). Занятия, выпадающие на нерабочие праздничные дни, переносятся на дни осенних и весенних школьных каникул (5 дополнительных занятий), что позволяет выполнить объём программы до 31 мая.

Кадровое обеспечение. Программу реализует педагог дополнительного образования (тренер-преподаватель), имеющий высшее или среднее профессиональное образование в области физической культуры и спорта и соответствующий требованиям профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых».

Материально-техническое оснащение.

Вид оснащения	Перечень
Помещения и площадки	спортивный зал 12×24 м; пришкольная спортивная площадка (футбольное поле) с разметкой; раздевалки
Оборудование	ворота для мини-футбола; гимнастические маты; гимнастические скамейки; гимнастическая стенка; барьеры малой высоты
Спортивный инвентарь	футбольные мячи размера 3 (группа 6–7 лет), размера 4 и мячи для мини-футбола; облегчённые мячи; резиновые и мягкие мячи для подвижных игр; баскетбольные мячи, мячи для ручного мяча; набивные мячи 1 кг; стойки для обводки; фишки и конусы; координационная лестница; скакалки; обручи; манишки 2–3 цветов; вратарские перчатки; комплекты игровой формы со щитками
Приборы и инструменты	секундомер, свисток, рулетка, линейка для теста на гибкость
Технические средства обучения	ноутбук, проектор (экран), аудиосистема
Программное обеспечение и ЭОР	программа для просмотра презентаций и видеозаписей; видеозаписи матчей и обучающие видеоматериалы по технике футбола

Планируемые результаты

Предметные:

– знание истории футбола, футбольных традиций Санкт-Петербурга и правил игры;
– выполнение приёмов техники владения мячом в объёме, соответствующем возрасту;
– применение тактических действий в игре;
– умение играть в мини-футбол по правилам, соответствующим возрасту.

Метапредметные:

- прирост показателей физической подготовленности по результатам контрольных нормативов;
- умение быстро реагировать и ориентироваться в игровой ситуации;
- умение контролировать своё самочувствие на занятиях.

Личностные:

- дисциплинированность, честность в игре, уважение к партнёрам, сопернику и судье;
- устойчивый интерес к занятиям футболом, соблюдение правил здорового образа жизни.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

Учебный план составлен для каждой возрастной группы. Последовательность и названия разделов едины для всех групп; распределение часов и содержание разделов определяются возрастом обучающихся и раскрываются в рабочих программах.

Учебный план. Группа № 1. 6–7 лет

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Вводное занятие	2	0	2	входная диагностика (педагогическое наблюдение, тестирование)
2	Основы знаний о футболе	8	4	4	опрос, викторина
3	Общая физическая подготовка	22	2	20	педагогическое наблюдение
4	Специальная физическая подготовка	12	1	11	педагогическое наблюдение
5	Подвижные игры и эстафеты	34	1	33	педагогическое наблюдение
6	Техническая подготовка	38	3	35	педагогическое наблюдение, зачёт по технике
7	Тактическая подготовка	6	1	5	педагогическое наблюдение
8	Игровая и соревновательная практика	16	1	15	учебная игра, соревнования
9	Контрольные занятия	4	0	4	контрольные нормативы, зачёт по технике
10	Итоговое занятие	2	0	2	открытое занятие
	Итого	**144**	**13**	**131**	

Учебный план. Группа № 2. 8–10 лет, базовая подготовка

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Вводное занятие	2	0	2	входная диагностика (педагогическое наблюдение, тестирование)
2	Основы знаний о футболе	8	4	4	опрос, викторина
3	Общая физическая подготовка	22	2	20	педагогическое наблюдение
4	Специальная физическая подготовка	14	1	13	педагогическое наблюдение
5	Подвижные игры и эстафеты	24	1	23	педагогическое наблюдение
6	Техническая подготовка	42	3	39	педагогическое наблюдение, зачёт по технике
7	Тактическая подготовка	8	1	7	педагогическое наблюдение
8	Игровая и соревновательная практика	18	1	17	учебная игра, соревнования
9	Контрольные занятия	4	0	4	контрольные нормативы, зачёт по технике
10	Итоговое занятие	2	0	2	открытое занятие
	Итого	**144**	**13**	**131**	

Учебный план. Группа № 3. 8–10 лет, углублённая подготовка

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Вводное занятие	2	0	2	входная диагностика (педагогическое наблюдение, тестирование)
2	Основы знаний о футболе	8	4	4	опрос, викторина
3	Общая физическая подготовка	18	2	16	педагогическое наблюдение
4	Специальная физическая подготовка	16	1	15	педагогическое наблюдение
5	Подвижные игры и эстафеты	12	1	11	педагогическое наблюдение
6	Техническая подготовка	46	4	42	педагогическое наблюдение, зачёт по технике
7	Тактическая подготовка	16	2	14	педагогическое наблюдение
8	Игровая и соревновательная практика	20	1	19	учебная игра, соревнования
9	Контрольные занятия	4	0	4	контрольные нормативы, зачёт по технике
10	Итоговое занятие	2	0	2	открытое занятие
	Итого	**144**	**15**	**129**	

Учебный план. Группа № 4. 8–10 лет, углублённая подготовка

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Вводное занятие	2	0	2	входная диагностика (педагогическое наблюдение, тестирование)
2	Основы знаний о футболе	8	4	4	опрос, викторина
3	Общая физическая подготовка	18	2	16	педагогическое наблюдение
4	Специальная физическая подготовка	16	1	15	педагогическое наблюдение
5	Подвижные игры и эстафеты	12	1	11	педагогическое наблюдение
6	Техническая подготовка	46	4	42	педагогическое наблюдение, зачёт по технике
7	Тактическая подготовка	16	2	14	педагогическое наблюдение
8	Игровая и соревновательная практика	20	1	19	учебная игра, соревнования
9	Контрольные занятия	4	0	4	контрольные нормативы, зачёт по технике
10	Итоговое занятие	2	0	2	открытое занятие
	Итого	**144**	**15**	**129**	

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

Группа	Дата начала обучения	Дата окончания обучения	Учебных недель	Количество занятий	Количество часов	Режим занятий
№ 1: 6–7 лет	17.09.2026	31.05.2027	36	72	144	2 раза в неделю по 2 академических часа (академический час — 30 минут); понедельник, четверг, 16.00–17.00
№ 2: 8–10 лет, базовая	17.09.2026	31.05.2027	36	72	144	2 раза в неделю по 2 академических часа (академический час — 30 минут); понедельник, четверг, 17.00–18.00
№ 3: 8–10 лет, углублённая	17.09.2026	31.05.2027	36	72	144	2 раза в неделю по 2 академических часа (академический час — 45 минут); понедельник, четверг, 18.00–19.30
№ 4: 8–10 лет, углублённая	17.09.2026	31.05.2027	36	72	144	2 раза в неделю по 2 академических часа (академический час — 45 минут); понедельник, четверг, 19.30–21.00

Обучение начинается 15.09.2026; первое занятие — в четверг 17.09.2026, последнее — 31.05.2027. Занятия проводятся в течение учебного года, включая каникулярное время. В нерабочие праздничные дни, приходящиеся на понедельник и четверг (31.12.2026, 04.01.2027, 07.01.2027, 22.02.2027, 08.03.2027, 03.05.2027, 10.05.2027), занятия не проводятся; для выполнения объёма программы в период школьных каникул проводятся 5 дополнительных занятий в то же время по расписанию группы: 28.10.2026 (среда), 30.10.2026 (пятница) — осенние каникулы; 30.03.2027 (вторник), 31.03.2027 (среда), 02.04.2027 (пятница) — весенние каникулы. Промежуточная аттестация — 24.12.2026, итоговая аттестация — 24.05.2027, итоговое открытое занятие — 31.05.2027.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА. ГРУППА № 1. 6–7 ЛЕТ

Особенности организации образовательного процесса

Рабочая программа рассчитана на обучающихся 6–7 лет. Занятия проводятся 2 раза в неделю (понедельник, четверг, 16.00–17.00) по 2 академических часа; продолжительность академического часа для данной возрастной группы — 30 минут, общая продолжительность занятия — 60 минут. При переходе от первого академического часа ко второму предусматривается смена вида деятельности.

Ведущий метод — игровой: не менее половины времени занятия отводится подвижным играм и игровым заданиям с мячом. Используются мячи размера 3, уменьшенные ворота и площадка. Учебная игра проводится в составах 3×3 и 4×4 по упрощённым правилам. Нагрузка дозируется с учётом быстрой утомляемости детей.

Структура занятия: подготовительная часть (10–12 мин) — построение, разминка в игровой форме; основная часть (38–40 мин) — упражнения с мячом, подвижные игры, учебная игра; заключительная часть (8–10 мин) — игры малой подвижности, подведение итогов.

Цель и задачи

Цель: Формирование у детей 6–7 лет интереса к занятиям футболом и начальных навыков владения мячом через подвижные игры и игровые упражнения.

Обучающие задачи:

- познакомить в доступной форме с футболом, главными правилами игры и правилами поведения на занятиях;
- обучить ведению мяча, остановке мяча подошвой и внутренней стороной стопы, удару и передаче внутренней стороной стопы, стойке вратаря;
- научить играть в мини-футбол 3×3 и 4×4 по упрощённым правилам.

Развивающие задачи:

- развить быстроту, ловкость, координацию и гибкость;
- развить умение выполнять упражнения по показу и инструкции педагога, внимание и быстроту реакции.

Воспитательные задачи:

- воспитать дисциплинированность, доброжелательное отношение к партнёрам и соперникам;
- сформировать интерес к занятиям футболом и привычку к режиму дня и гигиене.

Содержание

Раздел 1. Вводное занятие (2 ч: теория — 0 ч, практика — 2 ч)

Практика: инструктаж по технике безопасности в спортивном зале и на площадке; знакомство с программой, режимом занятий и инвентарём; игры на знакомство; входная диагностика физической подготовленности и владения мячом.

Форма контроля: *входная диагностика (педагогическое наблюдение, тестирование).*

Раздел 2. Основы знаний о футболе (8 ч: теория — 4 ч, практика — 4 ч)

Теория: что такое футбол; правила поведения в зале и на площадке, форма футболиста; футбол в России и Санкт-Петербурге; главные правила игры; гигиена и режим дня.

Практика: рассматривание иллюстраций и видеороликов, беседа; викторина «Юный футболист».

Форма контроля: *опрос, викторина.*

Раздел 3. Общая физическая подготовка (22 ч: теория — 2 ч, практика — 20 ч)

Теория: зачем нужна зарядка; как развиваются сила и ловкость.

Практика: строевые и общеразвивающие упражнения; ходьба и бег в разных направлениях; прыжки через скакалку; бег с ускорением; упражнения с мячом в руках; полоса препятствий; упражнения с собственным весом; растяжка; круговая тренировка; упражнения на равновесие; подготовка к сдаче нормативов.

Форма контроля: *педагогическое наблюдение.*

Раздел 4. Специальная физическая подготовка (12 ч: теория — 1 ч, практика — 11 ч)

Теория: зачем футболисту быстрые ноги.

Практика: беговые упражнения с изменением направления; челночный бег, рывки по сигналу; упражнения на координацию с фишками; прыжки через линии и фишки; упражнения на реакцию; эстафеты.

Форма контроля: *педагогическое наблюдение.*

Раздел 5. Подвижные игры и эстафеты (34 ч: теория — 1 ч, практика — 33 ч)

Теория: правила подвижных игр и безопасность.

Практика: игры «Салки», «Совушка», «Пятнашки», «Два Мороза», «Мяч в кругу», «Попади в ворота», «Футбольный бильярд», «Охотники и утки», «Гонка мячей», «Не урони мяч», «Удочка», «Квадрат» (упрощённый вариант), «Вышибалы» мягким мячом; игры на внимание; эстафеты с мячом, с ведением мяча, с ударом по воротам; весёлые старты.

Форма контроля: *педагогическое наблюдение.*

Раздел 6. Техническая подготовка (38 ч: теория — 3 ч, практика — 35 ч)

Теория: как управлять мячом; удар внутренней стороной стопы; кто такой вратарь.

Практика: прокатывание и остановка мяча подошвой и внутренней стороной стопы; ведение мяча правой и левой ногой по прямой, по кругу, между фишками, «змейкой», с изменением направления; удар по неподвижному и катящемуся мячу внутренней стороной стопы, удары по воротам; передачи в парах и тройках на месте и в движении; стойка вратаря, ловля катящегося мяча; игровое задание «Отбери мяч».

Форма контроля: *педагогическое наблюдение, зачёт по технике.*

Раздел 7. Тактическая подготовка (6 ч: теория — 1 ч, практика — 5 ч)

Теория: где стоять на поле: вратарь, защитники, нападающие.

Практика: игровые задания «Открывайся для паса», «Защити ворота».

Форма контроля: *педагогическое наблюдение.*

Раздел 8. Игровая и соревновательная практика (16 ч: теория — 1 ч, практика — 15 ч)

Теория: правила игры в мини-футбол для малышей.

Практика: учебные игры 3×3 и 4×4, с вратарём и без, с заданиями на передачу и ведение; соревнования «Футбольный праздник»; турнир внутри группы «Маленький футболист».

Форма контроля: *учебная игра, соревнования.*

Раздел 9. Контрольные занятия (4 ч: теория — 0 ч, практика — 4 ч)

Практика: промежуточная аттестация (декабрь) и итоговая аттестация (май): сдача контрольных нормативов по общей физической подготовке, зачёт по технике.

Форма контроля: *контрольные нормативы, зачёт по технике.*

Раздел 10. Итоговое занятие (2 ч: теория — 0 ч, практика — 2 ч)

Практика: открытое занятие для родителей: показательная учебная игра, игровые задания, подведение итогов учебного года, награждение.

Форма контроля: *открытое занятие.*

Планируемые результаты

Предметные:

- знает, что такое футбол, главные правила игры и правила поведения на занятиях;
- ведёт мяч, останавливает его подошвой и внутренней стороной стопы, выполняет удар и передачу внутренней стороной стопы;
- играет в мини-футбол 3×3 и 4×4 по упрощённым правилам.

Метапредметные:

- показывает прирост результатов в контрольных упражнениях на быстроту, ловкость и гибкость;
- выполняет упражнения по показу и словесной инструкции, быстро реагирует на сигналы.

Личностные:

- соблюдает дисциплину, доброжелательно относится к партнёрам и соперникам;
- проявляет интерес к занятиям футболом, соблюдает режим дня и правила гигиены.

Календарно-тематический план. Группа № 1. 6–7 лет

Режим занятий: 2 раза в неделю по 2 академических часа (академический час — 30 минут); понедельник, четверг, 16.00–17.00. Обучение — с 15.09.2026 по 31.05.2027; 72 занятий, 144 часа. Дополнительные занятия в период осенних и весенних каникул (28.10, 30.10.2026, 30.03, 31.03, 02.04.2027) проводятся взамен занятий, выпадающих на праздничные дни. Каждое занятие включает разминку и элементы физической подготовки; в плане занятие отнесено к разделу учебного плана по его основному содержанию. Графа «Дата по факту» заполняется педагогом в ходе реализации программы.

№	Дата по плану	Дата по факту	Раз-дел	Тема занятия	Т	П	Все-го	Форма контроля
1	17.09.26		1	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности. Знакомство с программой. Входная диагностика физической подготовленности и владения мячом	0	2	2	входная диагностика
2	21.09.26		2	Что такое футбол. Правила поведения в зале и на площадке, форма футболиста	1	1	2	опрос
3	24.09.26		6	Как управлять мячом. Знакомство с мячом: прокатывание, остановка подошвой	1	1	2	педагогическое наблюдение
4	28.09.26		5	Правила подвижных игр и безопасность. Игры «Салки», «Совушка»	1	1	2	педагогическое наблюдение
5	01.10.26		3	Зачем нужна зарядка. Строевые упражнения, общеразвивающие упражнения	1	1	2	педагогическое наблюдение
6	05.10.26		8	Правила игры в мини-футбол для малышей. Игра 3×3	1	1	2	учебная игра
7	08.10.26		6	Ведение мяча внутренней стороной стопы по прямой	0	2	2	педагогическое наблюдение
8	12.10.26		4	Зачем футболисту быстрые ноги. Беговые упражнения с изменением направления	1	1	2	педагогическое наблюдение
9	15.10.26		5	Игры с бегом «Пятнашки», «Два Мороза»	0	2	2	педагогическое наблюдение
10	19.10.26		6	Ведение мяча по кругу и между фишками	0	2	2	педагогическое наблюдение
11	22.10.26		3	Ходьба и бег в разных направлениях	0	2	2	педагогическое наблюдение
12	26.10.26		5	Игра «Мяч в кругу»	0	2	2	педагогическое наблюдение
13	28.10.26		7	Где стоять на поле: вратарь, защитники, нападающие	1	1	2	педагогическое наблюдение
14	29.10.26		6	Удар по неподвижному мячу внутренней стороной стопы	1	1	2	педагогическое наблюдение
15	30.10.26		8	Учебная игра 3×3 без вратаря	0	2	2	учебная игра
16	02.11.26		5	Эстафеты с мячом	0	2	2	педагогическое наблюдение
17	05.11.26		3	Прыжки на одной и двух ногах, через скакалку	0	2	2	педагогическое наблюдение
18	09.11.26		6	Передача мяча в парах внутренней стороной стопы	0	2	2	педагогическое наблюдение
19	12.11.26		4	Челночный бег, рывки по сигналу	0	2	2	педагогическое наблюдение
20	16.11.26		2	Футбол в России и Санкт-Петербурге. Наши любимые команды	1	1	2	опрос
21	19.11.26		5	Игра «Попади в ворота»	0	2	2	педагогическое наблюдение
22	23.11.26		6	Остановка катящегося мяча подошвой	0	2	2	педагогическое наблюдение

№	Дата по плану	Дата по факту	Раз-дел	Тема занятия	Т	П	Все-го	Форма контроля
23	26.11.26		8	Учебная игра 4×4	0	2	2	учебная игра
24	30.11.26		3	Развитие быстроты: бег с ускорением, старты из разных положений	0	2	2	педагогическое наблюдение
25	03.12.26		5	Игры на внимание «Запрещённое движение», «День и ночь»	0	2	2	педагогическое наблюдение
26	07.12.26		6	Ведение мяча с изменением направления	0	2	2	педагогическое наблюдение
27	10.12.26		5	Игра «Футбольный бильярд»	0	2	2	педагогическое наблюдение
28	14.12.26		6	Удар по воротам с места	0	2	2	педагогическое наблюдение
29	17.12.26		3	Упражнения с мячом в руках: броски, ловля, перекаты	0	2	2	педагогическое наблюдение
30	21.12.26		4	Упражнения на координацию с фишками	0	2	2	педагогическое наблюдение
31	24.12.26		9	Контрольное занятие. Промежуточная аттестация: контрольные нормативы по ОФП, зачёт по технике	0	2	2	контрольные нормативы, зачёт по технике
32	28.12.26		8	Соревнования внутри группы «Футбольный праздник»	0	2	2	соревнования
33	11.01.27		5	Эстафеты с ведением мяча	0	2	2	педагогическое наблюдение
34	14.01.27		6	Остановка мяча внутренней стороной стопы	0	2	2	педагогическое наблюдение
35	18.01.27		3	Развитие ловкости: полоса препятствий	0	2	2	педагогическое наблюдение
36	21.01.27		5	Игра «Охотники и утки»	0	2	2	педагогическое наблюдение
37	25.01.27		6	Ведение мяча «змейкой»	0	2	2	зачёт по технике
38	28.01.27		7	Игровое задание «Открывайся для паса»	0	2	2	педагогическое наблюдение
39	01.02.27		2	Главные правила игры: ворота, мяч, вратарь, гол	1	1	2	опрос
40	04.02.27		6	Кто такой вратарь. Стойка вратаря, ловля катящегося мяча	1	1	2	педагогическое наблюдение
41	08.02.27		5	Игра «Гонка мячей»	0	2	2	педагогическое наблюдение
42	11.02.27		8	Учебная игра 4×4 с вратарём	0	2	2	учебная игра
43	15.02.27		4	Прыжковые упражнения через линии и фишки	0	2	2	педагогическое наблюдение
44	18.02.27		3	Как растут сила и ловкость. Упражнения с собственным весом	1	1	2	педагогическое наблюдение
45	25.02.27		6	Удар по катящемуся мячу	0	2	2	педагогическое наблюдение
46	01.03.27		5	Игры с прыжками «Удочка», «Прыжки по кочкам»	0	2	2	педагогическое наблюдение
47	04.03.27		6	Ведение мяча и удар по воротам	0	2	2	педагогическое наблюдение
48	11.03.27		5	Игра «Не урони мяч»	0	2	2	педагогическое наблюдение
49	15.03.27		3	Развитие гибкости: упражнения на растяжку	0	2	2	педагогическое наблюдение
50	18.03.27		8	Учебная игра с заданием на передачу	0	2	2	учебная игра

№	Дата по плану	Дата по факту	Раз-дел	Тема занятия	Т	П	Все-го	Форма контроля
51	22.03.27		6	Ведение мяча правой и левой ногой	0	2	2	педагогическое наблюдение
52	25.03.27		5	Эстафеты с ударом по воротам	0	2	2	педагогическое наблюдение
53	29.03.27		4	Упражнения на быстроту реакции	0	2	2	педагогическое наблюдение
54	30.03.27		2	Гигиена и режим дня юного футболиста. Викторина «Юный футболист»	1	1	2	викторина
55	31.03.27		6	Передачи в движении в парах	0	2	2	педагогическое наблюдение
56	01.04.27		3	Круговая тренировка	0	2	2	педагогическое наблюдение
57	02.04.27		5	Игра «Квадрат» (упрощённый вариант)	0	2	2	педагогическое наблюдение
58	05.04.27		8	Учебная игра 4×4 с заданием на ведение	0	2	2	учебная игра
59	08.04.27		6	Передача мяча в тройках	0	2	2	педагогическое наблюдение
60	12.04.27		7	Игровое задание «Защити ворота»	0	2	2	педагогическое наблюдение
61	15.04.27		5	Игры по выбору обучающихся	0	2	2	педагогическое наблюдение
62	19.04.27		3	Упражнения на равновесие и координацию	0	2	2	педагогическое наблюдение
63	22.04.27		6	Отбор мяча в игровом задании «Отбери мяч»	0	2	2	педагогическое наблюдение
64	26.04.27		5	Игра «Вышибалы» мягким мячом	0	2	2	педагогическое наблюдение
65	29.04.27		4	Эстафеты с элементами специальной подготовки	0	2	2	педагогическое наблюдение
66	06.05.27		6	Удары по воротам с разных точек	0	2	2	зачёт по технике
67	13.05.27		8	Турнир внутри группы «Маленький футболист»	0	2	2	соревнования
68	17.05.27		3	Подготовка к сдаче контрольных нормативов	0	2	2	педагогическое наблюдение
69	20.05.27		5	Весёлые старты с мячом	0	2	2	педагогическое наблюдение
70	24.05.27		9	Контрольное занятие. Итоговая аттестация: контрольные нормативы по ОФП, зачёт по технике	0	2	2	контрольные нормативы, зачёт по технике
71	27.05.27		6	Совершенствование ведения, передачи и удара	0	2	2	педагогическое наблюдение
72	31.05.27		10	Итоговое занятие. Открытое занятие для родителей: показательная учебная игра, подведение итогов года, награждение	0	2	2	открытое занятие
				Итого	**13**	**131**	**144**	

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА. ГРУППА № 2. 8–10 ЛЕТ, БАЗОВАЯ ПОДГОТОВКА

Особенности организации образовательного процесса

Рабочая программа базовой подготовки рассчитана на обучающихся 8–10 лет, начинающих занятия футболом. Занятия проводятся 2 раза в неделю (понедельник, четверг, 17.00–18.00) по 2 академических часа продолжительностью 30 минут; общая продолжительность занятия — 60 минут.

Сочетаются игровой и соревновательный методы. Обучающиеся осваивают основные приёмы техники — ведение, остановку, передачи и удары внутренней стороной стопы и серединой подъёма, простейшие финты, отбор мяча, вбрасывание, технику игры вратаря — и играют в мини-футбол 4×4 и 5×5 по упрощённым правилам.

Структура занятия: подготовительная часть (10–12 мин) — разминка, подвижная игра; основная часть (40 мин) — техника, учебная игра; заключительная часть (8–10 мин) — восстановительные упражнения, подведение итогов.

Цель и задачи

Цель: Освоение обучающимися 8–10 лет основных приёмов техники футбола и игры в мини-футбол, развитие физических качеств средствами футбола и подвижных игр.

Обучающие задачи:

- познакомить с историей футбола, футболом в Санкт-Петербурге, правилами игры в мини-футбол, ролью капитана;
- обучить ведению, остановке, передачам и ударам внутренней стороной стопы и серединой подъёма, простейшим финтам, отбору мяча, вбрасыванию, технике игры вратаря;
- обучить открыванию, игре в пас и опеке игрока;
- научить играть в мини-футбол 4×4 и 5×5.

Развивающие задачи:

- развить быстроту, ловкость, координацию, силу и выносливость;
- развить быстроту реакции и ориентирование на площадке;
- сформировать навыки самоконтроля на занятиях.

Воспитательные задачи:

- воспитать дисциплинированность, честность в игре, уважение к сопернику и судье;
- сформировать интерес к футболу и спортивной жизни Санкт-Петербурга.

Содержание

Раздел 1. Вводное занятие (2 ч: теория — 0 ч, практика — 2 ч)

Практика: инструктаж по технике безопасности в спортивном зале и на площадке; знакомство с программой, режимом занятий и инвентарём; игры на знакомство; входная диагностика физической подготовленности и владения мячом.

Форма контроля: *входная диагностика (педагогическое наблюдение, тестирование).*

Раздел 2. Основы знаний о футболе (8 ч: теория — 4 ч, практика — 4 ч)

Теория: история футбола; правила поведения и техника безопасности; футбол в России и Санкт-Петербурге, футбольные клубы города; правила игры в мини-футбол, роль капитана команды; гигиена, режим дня и питание.

Практика: беседа с просмотром видеороликов; викторина.

Форма контроля: *опрос, викторина.*

Раздел 3. Общая физическая подготовка (22 ч: теория — 2 ч, практика — 20 ч)

Теория: влияние физических упражнений на организм; самоконтроль на занятиях.

Практика: строевые и общеразвивающие упражнения; бег 30 м, старты; прыжки через скакалку и в длину; упражнения с собственным весом и набивными мячами; полоса препятствий, акробатические упражнения; упражнения со скакалкой и обручем; упражнения на выносливость и гибкость; круговая тренировка; баскетбол и ручной мяч по упрощённым правилам; подготовка к сдаче нормативов.

Форма контроля: *педагогическое наблюдение.*

Раздел 4. Специальная физическая подготовка (14 ч: теория — 1 ч, практика — 13 ч)

Теория: специальная подготовка футболиста.

Практика: беговые упражнения с изменением направления; челночный бег, рывки по сигналу; упражнения на координационной лестнице; прыжки через фишки; упражнения на реакцию; бег с ведением мяча на скорость; эстафеты.

Форма контроля: *педагогическое наблюдение.*

Раздел 5. Подвижные игры и эстафеты (24 ч: теория — 1 ч, практика — 23 ч)

Теория: значение подвижных игр.

Практика: игры «Салки», «Вызов номеров», «Мяч в кругу», «Футбольный бильярд», «Квадрат» 4×1 и 3×1, «Гонка мячей», «Попади в ворота»; игры на внимание и реакцию; эстафеты с ведением, передачей мяча и ударом по воротам; игры по выбору обучающихся.

Форма контроля: *педагогическое наблюдение.*

Раздел 6. Техническая подготовка (42 ч: теория — 3 ч, практика — 39 ч)

Теория: классификация технических приёмов; техника удара серединой подъёма; техника игры вратаря.

Практика: ведение мяча внутренней и внешней стороной стопы, «змейкой», с изменением направления и скорости; остановка неподвижного и катящегося мяча подошвой и внутренней стороной стопы, остановка мяча бедром (ознакомление); передачи на месте и в движении, в парах и тройках; удары по неподвижному и катящемуся мячу внутренней стороной стопы и серединой подъёма; финт «уход в сторону»; отбор мяча выбиванием; вбрасывание из-за боковой линии; стойка и ловля мяча вратарём; жонглирование (ознакомление); ведение, обводка и удар по воротам, удары на точность.

Форма контроля: *педагогическое наблюдение, зачёт по технике.*

Раздел 7. Тактическая подготовка (8 ч: теория — 1 ч, практика — 7 ч)

Теория: понятие о тактике; позиции игроков на поле.

Практика: открывание для получения мяча; игра в пас в тройках; опека игрока.

Форма контроля: *педагогическое наблюдение.*

Раздел 8. Игровая и соревновательная практика (18 ч: теория — 1 ч, практика — 17 ч)

Теория: правила учебной игры в мини-футбол.

Практика: учебные игры 4×4 и 5×5, с заданиями на передачу, удар по воротам и отбор мяча, по правилам мини-футбола; соревнования внутри группы и между группами.

Форма контроля: *учебная игра, соревнования.*

Раздел 9. Контрольные занятия (4 ч: теория — 0 ч, практика — 4 ч)

Практика: промежуточная аттестация (декабрь) и итоговая аттестация (май): сдача контрольных нормативов по общей физической подготовке, зачёт по технике.

Форма контроля: *контрольные нормативы, зачёт по технике.*

Раздел 10. Итоговое занятие (2 ч: теория — 0 ч, практика — 2 ч)

Практика: открытое занятие для родителей: показательная учебная игра, игровые задания, подведение итогов учебного года, награждение.

Форма контроля: *открытое занятие.*

Планируемые результаты

Предметные:

- знает историю футбола, футбольные клубы Санкт-Петербурга, правила игры в мини-футбол, роль капитана;
- выполняет ведение, остановку, передачи и удары изученными способами, простейшие финты, отбор мяча, вбрасывание, ловлю мяча вратарём;
- открывается для получения мяча, играет в пас, опекает игрока;
- играет в мини-футбол 4×4 и 5×5 с соблюдением правил.

Метапредметные:

- показывает прирост результатов в контрольных нормативах;
- ориентируется на площадке, быстро реагирует на изменение игровой ситуации;
- контролирует своё самочувствие.

Личностные:

- соблюдает дисциплину, честно играет, уважает соперника и судью;
- проявляет интерес к футболу и спортивной жизни Санкт-Петербурга.

Календарно-тематический план. Группа № 2. 8–10 лет, базовая подготовка

Режим занятий: 2 раза в неделю по 2 академических часа (академический час — 30 минут); понедельник, четверг, 17.00–18.00. Обучение — с 15.09.2026 по 31.05.2027; 72 занятий, 144 часа. Дополнительные занятия в период осенних и весенних каникул (28.10, 30.10.2026, 30.03, 31.03, 02.04.2027) проводятся взамен занятий, выпадающих на праздничные дни. Каждое занятие включает разминку и элементы физической подготовки; в плане занятие отнесено к разделу учебного плана по его основному содержанию. Графа «Дата по факту» заполняется педагогом в ходе реализации программы.

№	Дата по плану	Дата по факту	Раз-дел	Тема занятия	Т	П	Все-го	Форма контроля
1	17.09.26		1	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности. Знакомство с программой. Входная диагностика физической подготовленности и владения мячом	0	2	2	входная диагностика
2	21.09.26		2	История футбола. Правила поведения и техника безопасности на занятиях	1	1	2	опрос
3	24.09.26		6	Классификация технических приёмов. Ведение мяча внутренней и внешней стороной стопы	1	1	2	педагогическое наблюдение
4	28.09.26		5	Значение подвижных игр. Игры «Салки», «Вызов номеров»	1	1	2	педагогическое наблюдение
5	01.10.26		3	Влияние физических упражнений на организм. Строевые и общеразвивающие упражнения	1	1	2	педагогическое наблюдение
6	05.10.26		8	Правила учебной игры в мини-футбол. Учебная игра	1	1	2	учебная игра
7	08.10.26		4	Специальная подготовка футболиста. Беговые упражнения с изменением направления	1	1	2	педагогическое наблюдение
8	12.10.26		6	Остановка мяча подошвой и внутренней стороной стопы	0	2	2	педагогическое наблюдение
9	15.10.26		6	Передача мяча внутренней стороной стопы в парах	0	2	2	педагогическое наблюдение
10	19.10.26		5	Игра «Мяч в кругу»	0	2	2	педагогическое наблюдение
11	22.10.26		7	Понятие о тактике. Позиции игроков на поле	1	1	2	педагогическое наблюдение
12	26.10.26		3	Развитие быстроты: бег 30 м, старты	0	2	2	педагогическое наблюдение
13	28.10.26		6	Удар по неподвижному мячу внутренней стороной стопы	0	2	2	педагогическое наблюдение
14	29.10.26		8	Учебная игра 4×4	0	2	2	учебная игра
15	30.10.26		5	Эстафеты с ведением мяча	0	2	2	педагогическое наблюдение
16	02.11.26		4	Челночный бег, рывки по сигналу	0	2	2	педагогическое наблюдение
17	05.11.26		6	Удар серединой подъёма: техника выполнения	1	1	2	педагогическое наблюдение
18	09.11.26		3	Прыжки через скакалку, в длину с места	0	2	2	педагогическое наблюдение
19	12.11.26		6	Ведение мяча «змейкой» между стойками	0	2	2	педагогическое наблюдение
20	16.11.26		2	Футбол в России и Санкт-Петербурге, футбольные клубы города	1	1	2	опрос
21	19.11.26		8	Учебная игра с заданием на передачу	0	2	2	учебная игра
22	23.11.26		5	Игра «Футбольный бильярд»	0	2	2	педагогическое наблюдение

№	Дата по плану	Дата по факту	Раз-дел	Тема занятия	Т	П	Все-го	Форма контроля
23	26.11.26		6	Удар по катящемуся мячу	0	2	2	педагогическое наблюдение
24	30.11.26		3	Развитие силы: упражнения с собственным весом, набивными мячами	0	2	2	педагогическое наблюдение
25	03.12.26		4	Упражнения на координационной лестнице	0	2	2	педагогическое наблюдение
26	07.12.26		6	Остановка катящегося мяча	0	2	2	педагогическое наблюдение
27	10.12.26		5	Игры на внимание и быстроту реакции	0	2	2	педагогическое наблюдение
28	14.12.26		7	Открывание для получения мяча	0	2	2	педагогическое наблюдение
29	17.12.26		8	Соревнования внутри группы	0	2	2	соревнования
30	21.12.26		6	Ведение мяча с изменением направления и скорости	0	2	2	педагогическое наблюдение
31	24.12.26		9	Контрольное занятие. Промежуточная аттестация: контрольные нормативы по ОФП, зачёт по технике	0	2	2	контрольные нормативы, зачёт по технике
32	28.12.26		3	Развитие ловкости: полоса препятствий, акробатические упражнения	0	2	2	педагогическое наблюдение
33	11.01.27		6	Простейшие финты: «уход в сторону»	0	2	2	педагогическое наблюдение
34	14.01.27		5	Игра «Квадрат» 4×1	0	2	2	педагогическое наблюдение
35	18.01.27		3	Самоконтроль на занятиях: пульс и самочувствие. Развитие выносливости	1	1	2	педагогическое наблюдение
36	21.01.27		4	Прыжковые упражнения через фишки	0	2	2	педагогическое наблюдение
37	25.01.27		6	Передачи мяча в движении	0	2	2	педагогическое наблюдение
38	28.01.27		8	Учебная игра 5×5	0	2	2	учебная игра
39	01.02.27		2	Правила игры в мини-футбол. Роль капитана команды	1	1	2	опрос
40	04.02.27		5	Эстафеты с передачей мяча	0	2	2	педагогическое наблюдение
41	08.02.27		6	Остановка мяча бедром (ознакомление)	0	2	2	педагогическое наблюдение
42	11.02.27		3	Развитие гибкости	0	2	2	педагогическое наблюдение
43	15.02.27		6	Передачи в тройках в движении	0	2	2	педагогическое наблюдение
44	18.02.27		8	Учебная игра с заданием на удар по воротам	0	2	2	учебная игра
45	25.02.27		5	Игра «Гонка мячей»	0	2	2	педагогическое наблюдение
46	01.03.27		7	Игра в пас в тройках	0	2	2	педагогическое наблюдение
47	04.03.27		4	Упражнения на быстроту реакции	0	2	2	педагогическое наблюдение
48	11.03.27		6	Техника игры вратаря: стойка, ловля мяча	1	1	2	педагогическое наблюдение
49	15.03.27		3	Развитие координации: упражнения со скакалкой и обручем	0	2	2	педагогическое наблюдение
50	18.03.27		6	Отбор мяча выбиванием	0	2	2	педагогическое наблюдение

№	Дата по плану	Дата по факту	Раз-дел	Тема занятия	Т	П	Все-го	Форма контроля
51	22.03.27		5	Игра «Попади в ворота»	0	2	2	педагогическое наблюдение
52	25.03.27		8	Соревнования между группами	0	2	2	соревнования
53	29.03.27		6	Вбрасывание мяча из-за боковой линии	0	2	2	педагогическое наблюдение
54	30.03.27		2	Гигиена, режим дня и питание юного футболиста. Викторина	1	1	2	викторина
55	31.03.27		3	Круговая тренировка	0	2	2	педагогическое наблюдение
56	01.04.27		4	Бег с ведением мяча на скорость	0	2	2	педагогическое наблюдение
57	02.04.27		6	Удары по воротам после ведения	0	2	2	зачёт по технике
58	05.04.27		5	Эстафеты с ударом по воротам	0	2	2	педагогическое наблюдение
59	08.04.27		6	Жонглирование мячом (ознакомление)	0	2	2	педагогическое наблюдение
60	12.04.27		8	Учебная игра с заданием на отбор мяча	0	2	2	учебная игра
61	15.04.27		3	Спортивные игры (баскетбол, ручной мяч) по упрощённым правилам	0	2	2	педагогическое наблюдение
62	19.04.27		5	Игра «Квадрат» 3×1	0	2	2	педагогическое наблюдение
63	22.04.27		7	Действия в защите: опека игрока	0	2	2	педагогическое наблюдение
64	26.04.27		6	Ведение, обводка и удар по воротам	0	2	2	педагогическое наблюдение
65	29.04.27		4	Эстафеты с элементами специальной подготовки	0	2	2	педагогическое наблюдение
66	06.05.27		6	Удары на точность в заданную часть ворот	0	2	2	зачёт по технике
67	13.05.27		8	Учебная игра 5×5 по правилам мини-футбола	0	2	2	учебная игра
68	17.05.27		3	Подготовка к сдаче контрольных нормативов	0	2	2	педагогическое наблюдение
69	20.05.27		5	Игры по выбору обучающихся	0	2	2	педагогическое наблюдение
70	24.05.27		9	Контрольное занятие. Итоговая аттестация: контрольные нормативы по ОФП, зачёт по технике	0	2	2	контрольные нормативы, зачёт по технике
71	27.05.27		6	Совершенствование ведения, передачи и удара	0	2	2	педагогическое наблюдение
72	31.05.27		10	Итоговое занятие. Открытое занятие для родителей: показательная учебная игра, подведение итогов года, награждение	0	2	2	открытое занятие
				Итого	**13**	**131**	**144**	

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА. ГРУППА № 3. 8–10 ЛЕТ, УГЛУБЛЁННАЯ ПОДГОТОВКА

Особенности организации образовательного процесса

Рабочая программа углублённой подготовки рассчитана на обучающихся 8–10 лет, имеющих начальный опыт занятий футболом и готовых к большему объёму нагрузки. Занятия проводятся 2 раза в неделю (понедельник, четверг, 18.00–19.30) по 2 академических часа продолжительностью 45 минут; общая продолжительность занятия — 90 минут.

Содержание расширено по сравнению с группой базовой подготовки: изучаются удар внешней частью подъёма, длинная передача, остановка опускающегося мяча и мяча бедром, финты с сопротивлением, перехват, техника вратаря (отбивание, ввод мяча в игру), удар головой облегчённым мячом (только ознакомление), групповые тактические действия (игра «в стенку», страховка, зонная защита, стандартные положения). Учебная игра проводится по правилам мини-футбола с судейством обучающимися; обучающиеся участвуют в школьных соревнованиях.

Структура занятия: подготовительная часть (15–20 мин) — разминка, подвижная игра; основная часть (55–60 мин) — техника, тактика, учебная игра; заключительная часть (10–15 мин) — восстановительные упражнения, разбор игры.

Цель и задачи

Цель: Совершенствование техники и освоение групповых тактических действий игры в мини-футбол обучающимися 8–10 лет, развитие физических качеств и формирование опыта соревновательной деятельности.

Обучающие задачи:

- расширить знания по истории футбола, правилам мини-футбола и футбола, стандартным положениям;
- обучить ведению и обводке, остановкам и передачам различными способами, ударам серединой и внешней частью подъёма, финтам, отбору и перехвату, технике игры вратаря;
- обучить индивидуальным и групповым тактическим действиям в нападении и защите;
- научить играть в мини-футбол по правилам, судить учебную игру.

Развивающие задачи:

- развить быстроту, ловкость, координацию, скоростно-силовые качества и специальную выносливость;
- развить умение оценивать игровую ситуацию и принимать решение;
- сформировать навыки самоконтроля.

Воспитательные задачи:

- воспитать командный дух, ответственность, уважение к сопернику и судье;
- сформировать устойчивый интерес к футболу и спортивной жизни Санкт-Петербурга.

Содержание

Раздел 1. Вводное занятие (2 ч: теория — 0 ч, практика — 2 ч)

Практика: инструктаж по технике безопасности в спортивном зале и на площадке; знакомство с программой, режимом занятий и инвентарём; игры на знакомство; входная диагностика физической подготовленности и владения мячом.

Форма контроля: *входная диагностика (педагогическое наблюдение, тестирование).*

Раздел 2. Основы знаний о футболе (8 ч: теория — 4 ч, практика — 4 ч)

Теория: история футбола в мире и России; техника безопасности; футбол в Санкт-Петербурге (клубы, стадионы, выдающиеся футболисты); правила мини-футбола и футбола, стандартные положения; гигиена, режим, питание и закаливание.

Практика: викторина по правилам; просмотр и разбор видеозаписей матчей.

Форма контроля: *опрос, викторина.*

Раздел 3. Общая физическая подготовка (18 ч: теория — 2 ч, практика — 16 ч)

Теория: влияние физических упражнений на организм; самоконтроль на занятиях.

Практика: общеразвивающие упражнения; бег 30 м, старты; упражнения с собственным весом и набивными мячами; круговая тренировка; упражнения на гибкость; акробатические упражнения; многоскоки; баскетбол и ручной мяч по упрощённым правилам; подготовка к сдаче нормативов.

Форма контроля: *педагогическое наблюдение.*

Раздел 4. Специальная физическая подготовка (16 ч: теория — 1 ч, практика — 15 ч)

Теория: специальная подготовка футболиста.

Практика: челночный бег, рывки с изменением направления; упражнения на координационной лестнице; прыжки через фишки и барьеры; бег с ведением мяча на скорость; упражнения на реакцию; игровые упражнения с повторными рывками; круговая тренировка с мячом.

Форма контроля: *педагогическое наблюдение.*

Раздел 5. Подвижные игры и эстафеты (12 ч: теория — 1 ч, практика — 11 ч)

Теория: подвижные игры в разминке футболиста.

Практика: игры «Вызов номеров», «Квадрат» 4×2 и 3×1 в одно касание, «Футбольный теннис» через скамейку; игры на внимание и реакцию; эстафеты с ведением и передачей мяча.

Форма контроля: *педагогическое наблюдение.*

Раздел 6. Техническая подготовка (46 ч: теория — 4 ч, практика — 42 ч)

Теория: классификация и терминология технических приёмов; удар внешней частью подъёма; отбор мяча; техника игры вратаря.

Практика: ведение мяча различными частями стопы, обводка стоек; остановка мяча подошвой, внутренней стороной стопы, бедром, остановка опускающегося мяча; передачи в движении, длинная передача серединой подъёма; удары серединой и внешней частью подъёма по неподвижному и катящемуся мячу, удары по воротам после передачи, удары на точность; финты «уход в сторону», «остановка», финты с сопротивлением; отбор

выбиванием и перехват; вбрасывание; жонглирование; удар головой облегчённым мячом и удар по летящему мячу (ознакомление); финты в игровых упражнениях 1×1; ловля, отбивание, ввод мяча в игру вратарём; комбинация «передача — открывание — удар».

Форма контроля: *педагогическое наблюдение, зачёт по технике.*

Раздел 7. Тактическая подготовка (16 ч: теория — 2 ч, практика — 14 ч)

Теория: понятие о тактике, функции игроков; действия в защите: опека, страховка, зонная защита.

Практика: открывание и выбор позиции; игра «в стенку»; взаимодействие в нападении 2×1, 3×2; стандартные положения (угловой, штрафной); быстрый переход от защиты к атаке; тактические задания в учебной игре.

Форма контроля: *педагогическое наблюдение.*

Раздел 8. Игровая и соревновательная практика (20 ч: теория — 1 ч, практика — 19 ч)

Теория: правила соревнований по мини-футболу.

Практика: учебные игры 4×4 и 5×5, с тактическими заданиями и заданием на стандартные положения, с судейством обучающимися; соревнования внутри группы; школьные соревнования по мини-футболу; товарищеская игра между группами.

Форма контроля: *учебная игра, соревнования.*

Раздел 9. Контрольные занятия (4 ч: теория — 0 ч, практика — 4 ч)

Практика: промежуточная аттестация (декабрь) и итоговая аттестация (май): сдача контрольных нормативов по общей физической подготовке, зачёт по технике.

Форма контроля: *контрольные нормативы, зачёт по технике.*

Раздел 10. Итоговое занятие (2 ч: теория — 0 ч, практика — 2 ч)

Практика: открытое занятие для родителей: показательная учебная игра, игровые задания, подведение итогов учебного года, награждение.

Форма контроля: *открытое занятие.*

Планируемые результаты

Предметные:

- знает историю футбола, клубы и выдающихся футболистов Санкт-Петербурга, правила мини-футбола и стандартные положения;
- выполняет изученные приёмы техники полевого игрока и вратаря в игровых условиях;
- применяет индивидуальные и групповые тактические действия;
- играет в мини-футбол по правилам, судит учебную игру.

Метапредметные:

- показывает прирост результатов в контрольных нормативах;
- оценивает игровую ситуацию и выбирает рациональное действие;
- контролирует своё самочувствие.

Личностные:

- действует в интересах команды, уважает соперника и судью;

– проявляет устойчивый интерес к футболу, участвует в соревнованиях.

Календарно-тематический план. Группа № 3. 8–10 лет, углублённая подготовка

Режим занятий: 2 раза в неделю по 2 академических часа (академический час — 45 минут); понедельник, четверг, 18.00–19.30. Обучение — с 15.09.2026 по 31.05.2027; 72 занятий, 144 часа. Дополнительные занятия в период осенних и весенних каникул (28.10, 30.10.2026, 30.03, 31.03, 02.04.2027) проводятся взамен занятий, выпадающих на праздничные дни. Каждое занятие включает разминку и элементы физической подготовки; в плане занятие отнесено к разделу учебного плана по его основному содержанию. Графа «Дата по факту» заполняется педагогом в ходе реализации программы.

№	Дата по плану	Дата по факту	Раз-дел	Тема занятия	Т	П	Все-го	Форма контроля
1	17.09.26		1	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности. Знакомство с программой. Входная диагностика физической подготовленности и владения мячом	0	2	2	входная диагностика
2	21.09.26		2	История футбола в мире и России. Правила поведения и техника безопасности	1	1	2	опрос
3	24.09.26		6	Классификация и терминология технических приёмов. Ведение мяча различными частями стопы	1	1	2	педагогическое наблюдение
4	28.09.26		8	Правила соревнований по мини-футболу. Учебная игра	1	1	2	учебная игра
5	01.10.26		3	Влияние физических упражнений на организм. Общеразвивающие упражнения	1	1	2	педагогическое наблюдение
6	05.10.26		4	Специальная подготовка футболиста: быстрота, ловкость, координация	1	1	2	педагогическое наблюдение
7	08.10.26		7	Понятие о тактике. Функции вратаря, защитников, полузащитников, нападающих	1	1	2	педагогическое наблюдение
8	12.10.26		6	Остановка мяча подошвой, внутренней стороной стопы, бедром	0	2	2	педагогическое наблюдение
9	15.10.26		5	Подвижные игры в разминке футболиста. Игра «Вызов номеров»	1	1	2	педагогическое наблюдение
10	19.10.26		6	Передачи внутренней стороной стопы в движении	0	2	2	педагогическое наблюдение
11	22.10.26		8	Учебная игра 4×4 с заданием на передачу	0	2	2	учебная игра
12	26.10.26		6	Удар серединой подъёма по неподвижному и катящемуся мячу	0	2	2	педагогическое наблюдение
13	28.10.26		3	Развитие быстроты: бег 30 м, старты из разных положений	0	2	2	педагогическое наблюдение
14	29.10.26		4	Челночный бег, рывки с изменением направления	0	2	2	педагогическое наблюдение
15	30.10.26		7	Индивидуальные действия в нападении: открывание, выбор позиции	0	2	2	педагогическое наблюдение
16	02.11.26		6	Удар внешней частью подъёма	1	1	2	педагогическое наблюдение
17	05.11.26		6	Ведение мяча с обводкой стоек	0	2	2	педагогическое наблюдение
18	09.11.26		5	Игра «Квадрат» 4×2	0	2	2	педагогическое наблюдение
19	12.11.26		8	Учебная игра 5×5	0	2	2	учебная игра
20	16.11.26		2	Футбол в Санкт-Петербурге: клубы, стадионы, выдающиеся футболисты	1	1	2	опрос
21	19.11.26		3	Развитие силы: упражнения с собственным весом, набивными мячами	0	2	2	педагогическое наблюдение

№	Дата по плану	Дата по факту	Раз-дел	Тема занятия	Т	П	Все-го	Форма контроля
22	23.11.26		6	Финты: «уход в сторону», «остановка»	0	2	2	педагогическое наблюдение
23	26.11.26		4	Упражнения на координационной лестнице	0	2	2	педагогическое наблюдение
24	30.11.26		7	Групповые действия: игра «в стенку»	0	2	2	педагогическое наблюдение
25	03.12.26		6	Остановка опускающегося мяча	0	2	2	педагогическое наблюдение
26	07.12.26		8	Соревнования внутри группы	0	2	2	соревнования
27	10.12.26		6	Жонглирование мячом	0	2	2	педагогическое наблюдение
28	14.12.26		3	Развитие выносливости: круговая тренировка	0	2	2	педагогическое наблюдение
29	17.12.26		6	Отбор мяча: выбивание, перехват	1	1	2	педагогическое наблюдение
30	21.12.26		5	Эстафеты с ведением и передачей мяча	0	2	2	педагогическое наблюдение
31	24.12.26		9	Контрольное занятие. Промежуточная аттестация: контрольные нормативы по ОФП, зачёт по технике	0	2	2	контрольные нормативы, зачёт по технике
32	28.12.26		4	Прыжки через фишки и барьеры	0	2	2	педагогическое наблюдение
33	11.01.27		7	Действия в защите: опека, страховка, зонная защита	1	1	2	педагогическое наблюдение
34	14.01.27		8	Учебная игра с судейством обучающимися	0	2	2	учебная игра
35	18.01.27		6	Удары по воротам после передачи	0	2	2	педагогическое наблюдение
36	21.01.27		3	Самоконтроль на занятиях. Развитие гибкости	1	1	2	педагогическое наблюдение
37	25.01.27		6	Вбрасывание мяча из-за боковой линии	0	2	2	педагогическое наблюдение
38	28.01.27		2	Правила игры в мини-футбол и футбол: состав команды, нарушения, стандартные положения	1	1	2	викторина
39	01.02.27		6	Техника игры вратаря: ловля, отбивание, ввод мяча в игру	1	1	2	педагогическое наблюдение
40	04.02.27		8	Учебная игра с тактическим заданием	0	2	2	учебная игра
41	08.02.27		4	Бег с ведением мяча на скорость	0	2	2	педагогическое наблюдение
42	11.02.27		7	Стандартные положения: угловой, штрафной удары	0	2	2	педагогическое наблюдение
43	15.02.27		5	Игра «Футбольный теннис» через скамейку	0	2	2	педагогическое наблюдение
44	18.02.27		6	Ведение, обводка и удар по воротам	0	2	2	зачёт по технике
45	25.02.27		3	Развитие ловкости: акробатические упражнения	0	2	2	педагогическое наблюдение
46	01.03.27		6	Длинная передача серединой подъёма	0	2	2	педагогическое наблюдение
47	04.03.27		8	Школьные соревнования по мини-футболу	0	2	2	соревнования
48	11.03.27		6	Удар головой облегчённым мячом (ознакомление)	0	2	2	педагогическое наблюдение
49	15.03.27		4	Упражнения на быстроту реакции	0	2	2	педагогическое наблюдение

№	Дата по плану	Дата по факту	Раз-дел	Тема занятия	Т	П	Все-го	Форма контроля
50	18.03.27		7	Взаимодействие в нападении 2×1, 3×2	0	2	2	педагогическое наблюдение
51	22.03.27		6	Удар по летящему мячу (ознакомление)	0	2	2	педагогическое наблюдение
52	25.03.27		3	Прыжковые упражнения, многоскоки	0	2	2	педагогическое наблюдение
53	29.03.27		5	Игры на внимание и быстроту реакции	0	2	2	педагогическое наблюдение
54	30.03.27		8	Учебная игра по правилам мини-футбола	0	2	2	учебная игра
55	31.03.27		6	Финты в парах с сопротивлением	0	2	2	педагогическое наблюдение
56	01.04.27		2	Гигиена, режим, питание и закаливание футболиста. Просмотр и разбор видеозаписей матчей	1	1	2	опрос
57	02.04.27		6	Финты в игровых упражнениях 1×1	0	2	2	педагогическое наблюдение
58	05.04.27		4	Специальная выносливость: игровые упражнения с повторными рывками	0	2	2	педагогическое наблюдение
59	08.04.27		7	Быстрый переход от защиты к атаке	0	2	2	педагогическое наблюдение
60	12.04.27		3	Спортивные игры (баскетбол, ручной мяч) по упрощённым правилам	0	2	2	педагогическое наблюдение
61	15.04.27		6	Удары на точность в заданную треть ворот	0	2	2	зачёт по технике
62	19.04.27		8	Учебная игра 5×5 с заданием на стандартные положения	0	2	2	учебная игра
63	22.04.27		6	Совершенствование техники в игровых упражнениях	0	2	2	педагогическое наблюдение
64	26.04.27		5	Игра «Квадрат» 3×1 в одно касание	0	2	2	педагогическое наблюдение
65	29.04.27		6	Комбинации «передача — открывание — удар»	0	2	2	педагогическое наблюдение
66	06.05.27		4	Круговая тренировка с мячом	0	2	2	педагогическое наблюдение
67	13.05.27		7	Тактические задания в учебной игре	0	2	2	педагогическое наблюдение
68	17.05.27		3	Подготовка к сдаче контрольных нормативов	0	2	2	педагогическое наблюдение
69	20.05.27		8	Товарищеская игра между группами	0	2	2	соревнования
70	24.05.27		9	Контрольное занятие. Итоговая аттестация: контрольные нормативы по ОФП, зачёт по технике	0	2	2	контрольные нормативы, зачёт по технике
71	27.05.27		6	Совершенствование техники вратаря	0	2	2	педагогическое наблюдение
72	31.05.27		10	Итоговое занятие. Открытое занятие для родителей: показательная учебная игра, подведение итогов года, награждение	0	2	2	открытое занятие
				Итого	**15**	**129**	**144**	

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА. ГРУППА № 4. 8–10 ЛЕТ, УГЛУБЛЁННАЯ ПОДГОТОВКА

Особенности организации образовательного процесса

Рабочая программа углублённой подготовки рассчитана на обучающихся 8–10 лет, имеющих начальный опыт занятий футболом и готовых к большему объёму нагрузки. Занятия проводятся 2 раза в неделю (понедельник, четверг, 19.30–21.00) по 2 академических часа продолжительностью 45 минут; общая продолжительность занятия — 90 минут.

Содержание расширено по сравнению с группой базовой подготовки: изучаются удар внешней частью подъёма, длинная передача, остановка опускающегося мяча и мяча бедром, финты с сопротивлением, перехват, техника вратаря (отбивание, ввод мяча в игру), удар головой облегчённым мячом (только ознакомление), групповые тактические действия (игра «в стенку», страховка, зонная защита, стандартные положения). Учебная игра проводится по правилам мини-футбола с судейством обучающимися; обучающиеся участвуют в школьных соревнованиях.

Структура занятия: подготовительная часть (15–20 мин) — разминка, подвижная игра; основная часть (55–60 мин) — техника, тактика, учебная игра; заключительная часть (10–15 мин) — восстановительные упражнения, разбор игры.

Цель и задачи

Цель: Совершенствование техники и освоение групповых тактических действий игры в мини-футбол обучающимися 8–10 лет, развитие физических качеств и формирование опыта соревновательной деятельности.

Обучающие задачи:

- расширить знания по истории футбола, правилам мини-футбола и футбола, стандартным положениям;
- обучить ведению и обводке, остановкам и передачам различными способами, ударам серединой и внешней частью подъёма, финтам, отбору и перехвату, технике игры вратаря;
- обучить индивидуальным и групповым тактическим действиям в нападении и защите;
- научить играть в мини-футбол по правилам, судить учебную игру.

Развивающие задачи:

- развить быстроту, ловкость, координацию, скоростно-силовые качества и специальную выносливость;
- развить умение оценивать игровую ситуацию и принимать решение;
- сформировать навыки самоконтроля.

Воспитательные задачи:

- воспитать командный дух, ответственность, уважение к сопернику и судье;
- сформировать устойчивый интерес к футболу и спортивной жизни Санкт-Петербурга.

Содержание

Раздел 1. Вводное занятие (2 ч: теория — 0 ч, практика — 2 ч)

Практика: инструктаж по технике безопасности в спортивном зале и на площадке; знакомство с программой, режимом занятий и инвентарём; игры на знакомство; входная диагностика физической подготовленности и владения мячом.

Форма контроля: *входная диагностика (педагогическое наблюдение, тестирование).*

Раздел 2. Основы знаний о футболе (8 ч: теория — 4 ч, практика — 4 ч)

Теория: история футбола в мире и России; техника безопасности; футбол в Санкт-Петербурге (клубы, стадионы, выдающиеся футболисты); правила мини-футбола и футбола, стандартные положения; гигиена, режим, питание и закаливание.

Практика: викторина по правилам; просмотр и разбор видеозаписей матчей.

Форма контроля: *опрос, викторина.*

Раздел 3. Общая физическая подготовка (18 ч: теория — 2 ч, практика — 16 ч)

Теория: влияние физических упражнений на организм; самоконтроль на занятиях.

Практика: общеразвивающие упражнения; бег 30 м, старты; упражнения с собственным весом и набивными мячами; круговая тренировка; упражнения на гибкость; акробатические упражнения; многоскоки; баскетбол и ручной мяч по упрощённым правилам; подготовка к сдаче нормативов.

Форма контроля: *педагогическое наблюдение.*

Раздел 4. Специальная физическая подготовка (16 ч: теория — 1 ч, практика — 15 ч)

Теория: специальная подготовка футболиста.

Практика: челночный бег, рывки с изменением направления; упражнения на координационной лестнице; прыжки через фишки и барьеры; бег с ведением мяча на скорость; упражнения на реакцию; игровые упражнения с повторными рывками; круговая тренировка с мячом.

Форма контроля: *педагогическое наблюдение.*

Раздел 5. Подвижные игры и эстафеты (12 ч: теория — 1 ч, практика — 11 ч)

Теория: подвижные игры в разминке футболиста.

Практика: игры «Вызов номеров», «Квадрат» 4×2 и 3×1 в одно касание, «Футбольный теннис» через скамейку; игры на внимание и реакцию; эстафеты с ведением и передачей мяча.

Форма контроля: *педагогическое наблюдение.*

Раздел 6. Техническая подготовка (46 ч: теория — 4 ч, практика — 42 ч)

Теория: классификация и терминология технических приёмов; удар внешней частью подъёма; отбор мяча; техника игры вратаря.

Практика: ведение мяча различными частями стопы, обводка стоек; остановка мяча подошвой, внутренней стороной стопы, бедром, остановка опускающегося мяча; передачи в движении, длинная передача серединой подъёма; удары серединой и внешней частью подъёма по неподвижному и катящемуся мячу, удары по воротам после передачи, удары на точность; финты «уход в сторону», «остановка», финты с сопротивлением; отбор

выбиванием и перехват; вбрасывание; жонглирование; удар головой облегчённым мячом и удар по летящему мячу (ознакомление); финты в игровых упражнениях 1×1; ловля, отбивание, ввод мяча в игру вратарём; комбинация «передача — открывание — удар».

Форма контроля: *педагогическое наблюдение, зачёт по технике.*

Раздел 7. Тактическая подготовка (16 ч: теория — 2 ч, практика — 14 ч)

Теория: понятие о тактике, функции игроков; действия в защите: опека, страховка, зонная защита.

Практика: открывание и выбор позиции; игра «в стенку»; взаимодействие в нападении 2×1, 3×2; стандартные положения (угловой, штрафной); быстрый переход от защиты к атаке; тактические задания в учебной игре.

Форма контроля: *педагогическое наблюдение.*

Раздел 8. Игровая и соревновательная практика (20 ч: теория — 1 ч, практика — 19 ч)

Теория: правила соревнований по мини-футболу.

Практика: учебные игры 4×4 и 5×5, с тактическими заданиями и заданием на стандартные положения, с судейством обучающимися; соревнования внутри группы; школьные соревнования по мини-футболу; товарищеская игра между группами.

Форма контроля: *учебная игра, соревнования.*

Раздел 9. Контрольные занятия (4 ч: теория — 0 ч, практика — 4 ч)

Практика: промежуточная аттестация (декабрь) и итоговая аттестация (май): сдача контрольных нормативов по общей физической подготовке, зачёт по технике.

Форма контроля: *контрольные нормативы, зачёт по технике.*

Раздел 10. Итоговое занятие (2 ч: теория — 0 ч, практика — 2 ч)

Практика: открытое занятие для родителей: показательная учебная игра, игровые задания, подведение итогов учебного года, награждение.

Форма контроля: *открытое занятие.*

Планируемые результаты

Предметные:

- знает историю футбола, клубы и выдающихся футболистов Санкт-Петербурга, правила мини-футбола и стандартные положения;
- выполняет изученные приёмы техники полевого игрока и вратаря в игровых условиях;
- применяет индивидуальные и групповые тактические действия;
- играет в мини-футбол по правилам, судит учебную игру.

Метапредметные:

- показывает прирост результатов в контрольных нормативах;
- оценивает игровую ситуацию и выбирает рациональное действие;
- контролирует своё самочувствие.

Личностные:

- действует в интересах команды, уважает соперника и судью;

– проявляет устойчивый интерес к футболу, участвует в соревнованиях.

Календарно-тематический план. Группа № 4. 8–10 лет, углублённая подготовка

Режим занятий: 2 раза в неделю по 2 академических часа (академический час — 45 минут); понедельник, четверг, 19.30–21.00. Обучение — с 15.09.2026 по 31.05.2027; 72 занятий, 144 часа. Дополнительные занятия в период осенних и весенних каникул (28.10, 30.10.2026, 30.03, 31.03, 02.04.2027) проводятся взамен занятий, выпадающих на праздничные дни. Каждое занятие включает разминку и элементы физической подготовки; в плане занятие отнесено к разделу учебного плана по его основному содержанию. Графа «Дата по факту» заполняется педагогом в ходе реализации программы.

№	Дата по плану	Дата по факту	Раз-дел	Тема занятия	Т	П	Все-го	Форма контроля
1	17.09.26		1	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности. Знакомство с программой. Входная диагностика физической подготовленности и владения мячом	0	2	2	входная диагностика
2	21.09.26		2	История футбола в мире и России. Правила поведения и техника безопасности	1	1	2	опрос
3	24.09.26		6	Классификация и терминология технических приёмов. Ведение мяча различными частями стопы	1	1	2	педагогическое наблюдение
4	28.09.26		8	Правила соревнований по мини-футболу. Учебная игра	1	1	2	учебная игра
5	01.10.26		3	Влияние физических упражнений на организм. Общеразвивающие упражнения	1	1	2	педагогическое наблюдение
6	05.10.26		4	Специальная подготовка футболиста: быстрота, ловкость, координация	1	1	2	педагогическое наблюдение
7	08.10.26		7	Понятие о тактике. Функции вратаря, защитников, полузащитников, нападающих	1	1	2	педагогическое наблюдение
8	12.10.26		6	Остановка мяча подошвой, внутренней стороной стопы, бедром	0	2	2	педагогическое наблюдение
9	15.10.26		5	Подвижные игры в разминке футболиста. Игра «Вызов номеров»	1	1	2	педагогическое наблюдение
10	19.10.26		6	Передачи внутренней стороной стопы в движении	0	2	2	педагогическое наблюдение
11	22.10.26		8	Учебная игра 4×4 с заданием на передачу	0	2	2	учебная игра
12	26.10.26		6	Удар серединой подъёма по неподвижному и катящемуся мячу	0	2	2	педагогическое наблюдение
13	28.10.26		3	Развитие быстроты: бег 30 м, старты из разных положений	0	2	2	педагогическое наблюдение
14	29.10.26		4	Челночный бег, рывки с изменением направления	0	2	2	педагогическое наблюдение
15	30.10.26		7	Индивидуальные действия в нападении: открывание, выбор позиции	0	2	2	педагогическое наблюдение
16	02.11.26		6	Удар внешней частью подъёма	1	1	2	педагогическое наблюдение
17	05.11.26		6	Ведение мяча с обводкой стоек	0	2	2	педагогическое наблюдение
18	09.11.26		5	Игра «Квадрат» 4×2	0	2	2	педагогическое наблюдение
19	12.11.26		8	Учебная игра 5×5	0	2	2	учебная игра
20	16.11.26		2	Футбол в Санкт-Петербурге: клубы, стадионы, выдающиеся футболисты	1	1	2	опрос
21	19.11.26		3	Развитие силы: упражнения с собственным весом, набивными мячами	0	2	2	педагогическое наблюдение

№	Дата по плану	Дата по факту	Раз-дел	Тема занятия	Т	П	Все-го	Форма контроля
22	23.11.26		6	Финты: «уход в сторону», «остановка»	0	2	2	педагогическое наблюдение
23	26.11.26		4	Упражнения на координационной лестнице	0	2	2	педагогическое наблюдение
24	30.11.26		7	Групповые действия: игра «в стенку»	0	2	2	педагогическое наблюдение
25	03.12.26		6	Остановка опускающегося мяча	0	2	2	педагогическое наблюдение
26	07.12.26		8	Соревнования внутри группы	0	2	2	соревнования
27	10.12.26		6	Жонглирование мячом	0	2	2	педагогическое наблюдение
28	14.12.26		3	Развитие выносливости: круговая тренировка	0	2	2	педагогическое наблюдение
29	17.12.26		6	Отбор мяча: выбивание, перехват	1	1	2	педагогическое наблюдение
30	21.12.26		5	Эстафеты с ведением и передачей мяча	0	2	2	педагогическое наблюдение
31	24.12.26		9	Контрольное занятие. Промежуточная аттестация: контрольные нормативы по ОФП, зачёт по технике	0	2	2	контрольные нормативы, зачёт по технике
32	28.12.26		4	Прыжки через фишки и барьеры	0	2	2	педагогическое наблюдение
33	11.01.27		7	Действия в защите: опека, страховка, зонная защита	1	1	2	педагогическое наблюдение
34	14.01.27		8	Учебная игра с судейством обучающимися	0	2	2	учебная игра
35	18.01.27		6	Удары по воротам после передачи	0	2	2	педагогическое наблюдение
36	21.01.27		3	Самоконтроль на занятиях. Развитие гибкости	1	1	2	педагогическое наблюдение
37	25.01.27		6	Вбрасывание мяча из-за боковой линии	0	2	2	педагогическое наблюдение
38	28.01.27		2	Правила игры в мини-футбол и футбол: состав команды, нарушения, стандартные положения	1	1	2	викторина
39	01.02.27		6	Техника игры вратаря: ловля, отбивание, ввод мяча в игру	1	1	2	педагогическое наблюдение
40	04.02.27		8	Учебная игра с тактическим заданием	0	2	2	учебная игра
41	08.02.27		4	Бег с ведением мяча на скорость	0	2	2	педагогическое наблюдение
42	11.02.27		7	Стандартные положения: угловой, штрафной удары	0	2	2	педагогическое наблюдение
43	15.02.27		5	Игра «Футбольный теннис» через скамейку	0	2	2	педагогическое наблюдение
44	18.02.27		6	Ведение, обводка и удар по воротам	0	2	2	зачёт по технике
45	25.02.27		3	Развитие ловкости: акробатические упражнения	0	2	2	педагогическое наблюдение
46	01.03.27		6	Длинная передача серединой подъёма	0	2	2	педагогическое наблюдение
47	04.03.27		8	Школьные соревнования по мини-футболу	0	2	2	соревнования
48	11.03.27		6	Удар головой облегчённым мячом (ознакомление)	0	2	2	педагогическое наблюдение
49	15.03.27		4	Упражнения на быстроту реакции	0	2	2	педагогическое наблюдение

№	Дата по плану	Дата по факту	Раз-дел	Тема занятия	Т	П	Все-го	Форма контроля
50	18.03.27		7	Взаимодействие в нападении 2×1, 3×2	0	2	2	педагогическое наблюдение
51	22.03.27		6	Удар по летящему мячу (ознакомление)	0	2	2	педагогическое наблюдение
52	25.03.27		3	Прыжковые упражнения, многоскоки	0	2	2	педагогическое наблюдение
53	29.03.27		5	Игры на внимание и быстроту реакции	0	2	2	педагогическое наблюдение
54	30.03.27		8	Учебная игра по правилам мини-футбола	0	2	2	учебная игра
55	31.03.27		6	Финты в парах с сопротивлением	0	2	2	педагогическое наблюдение
56	01.04.27		2	Гигиена, режим, питание и закаливание футболиста. Просмотр и разбор видеозаписей матчей	1	1	2	опрос
57	02.04.27		6	Финты в игровых упражнениях 1×1	0	2	2	педагогическое наблюдение
58	05.04.27		4	Специальная выносливость: игровые упражнения с повторными рывками	0	2	2	педагогическое наблюдение
59	08.04.27		7	Быстрый переход от защиты к атаке	0	2	2	педагогическое наблюдение
60	12.04.27		3	Спортивные игры (баскетбол, ручной мяч) по упрощённым правилам	0	2	2	педагогическое наблюдение
61	15.04.27		6	Удары на точность в заданную треть ворот	0	2	2	зачёт по технике
62	19.04.27		8	Учебная игра 5×5 с заданием на стандартные положения	0	2	2	учебная игра
63	22.04.27		6	Совершенствование техники в игровых упражнениях	0	2	2	педагогическое наблюдение
64	26.04.27		5	Игра «Квадрат» 3×1 в одно касание	0	2	2	педагогическое наблюдение
65	29.04.27		6	Комбинации «передача — открывание — удар»	0	2	2	педагогическое наблюдение
66	06.05.27		4	Круговая тренировка с мячом	0	2	2	педагогическое наблюдение
67	13.05.27		7	Тактические задания в учебной игре	0	2	2	педагогическое наблюдение
68	17.05.27		3	Подготовка к сдаче контрольных нормативов	0	2	2	педагогическое наблюдение
69	20.05.27		8	Товарищеская игра между группами	0	2	2	соревнования
70	24.05.27		9	Контрольное занятие. Итоговая аттестация: контрольные нормативы по ОФП, зачёт по технике	0	2	2	контрольные нормативы, зачёт по технике
71	27.05.27		6	Совершенствование техники вратаря	0	2	2	педагогическое наблюдение
72	31.05.27		10	Итоговое занятие. Открытое занятие для родителей: показательная учебная игра, подведение итогов года, награждение	0	2	2	открытое занятие
				Итого	**15**	**129**	**144**	

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ

Описание методов, приёмов, технологий и практик

При реализации программы используются следующие методы обучения:

- словесные — объяснение, рассказ, беседа, указания и команды, разбор ошибок, разбор видеозаписей игр;
- наглядные — показ упражнений и технических приёмов педагогом и подготовленными обучающимися, демонстрация схем, плакатов, видеоматериалов;
- практические — метод целостного и расчленённого разучивания, подводящие упражнения, метод повторного выполнения, метод круговой тренировки, игровые упражнения с сопротивлением;
- игровой метод — подвижные игры, игровые задания, учебная игра в малых составах; является ведущим в группе 6–7 лет и в группе базовой подготовки 8–10 лет;
- соревновательный метод — эстафеты, соревнования внутри группы и между группами, школьные соревнования, сдача нормативов.

Используемые педагогические технологии:

- здоровьесберегающие технологии — дозирование нагрузки с учётом возраста и продолжительности академического часа, чередование нагрузки и отдыха, смена видов деятельности, профилактика травм (щитки, разминка, правила безопасной игры);
- игровые технологии — подвижные игры и игры в малых составах для освоения техники и тактики;
- технология дифференцированного обучения — разделение на группы по возрасту и подготовленности, разноуровневые задания и нормативы;
- технология сотрудничества — работа в парах и тройках, взаимопомощь при выполнении упражнений, самооценка и взаимооценка.

Методы воспитания: убеждение и личный пример педагога, поощрение, требование соблюдать правила игры, традиции коллектива (построение и приветствие команды, рукопожатие после игры, итоговое открытое занятие для родителей), беседы о футбольных традициях Санкт-Петербурга.

Перечень дидактических средств и электронных образовательных ресурсов

№	Наименование	Вид	Раздел программы
1	Презентация «История футбола. Футбол в Санкт-Петербурге»; видеоролики и видеозаписи матчей	ЭОР (презентация, видео)	раздел 2
2	Вопросы викторин и контрольного теста по правилам футбола	раздаточный материал	раздел 2
3	Карточки-задания для станций круговой тренировки, комплексы общеразвивающих упражнений	раздаточный материал	разделы 3, 4
4	Картотека подвижных игр и эстафет с описанием правил	методический материал	раздел 5

№	Наименование	Вид	Раздел программы
5	Схемы и плакаты «Ведение мяча», «Остановка мяча», «Удары по мячу», «Финты», «Техника вратаря»; обучающие видеоролики	наглядный материал, ЭОР (видео)	раздел 6
6	Схемы расстановки игроков, групповых взаимодействий и стандартных положений; магнитная тактическая доска	наглядный материал	раздел 7
7	Правила игры в мини-футбол; положение о соревнованиях внутри группы; протоколы игр	методический материал	раздел 8
8	Протоколы сдачи контрольных нормативов и зачётов по технике, диагностические карты	методический материал	раздел 9
9	Инструкция по охране труда на занятиях футболом; сценарий итогового открытого занятия; музыкальное сопровождение	методический материал, ЭОР (аудио)	разделы 1, 10

Информационные источники

Список литературы для педагога

1. Андреев, С. Н. Футбол в школе : книга для учителя / С. Н. Андреев. – Москва : Просвещение, 1986. – 144 с. – Текст : непосредственный.

2. Колодницкий, Г. А. Внеурочная деятельность учащихся. Футбол : пособие для учителей и методистов / Г. А. Колодницкий, В. С. Кузнецов, М. В. Маслов. – Москва : Просвещение, 2011. – (Работаем по новым стандартам). – Текст : непосредственный.

3. Кузнецов, А. А. Футбол. Настольная книга детского тренера / А. А. Кузнецов. – Москва : Олимпия ; Человек, 2008. – Текст : непосредственный.

4. Лапшин, О. Б. Теория и методика подготовки юных футболистов / О. Б. Лапшин. – Москва : Человек, 2010. – Текст : непосредственный.

5. Цирин, Б. Я. Футбол / Б. Я. Цирин, Ю. С. Лукашин. – 2-е изд., испр. и доп. – Москва : Физкультура и спорт, 1982. – 207 с. – Текст : непосредственный.

6. Юный футболист : учебное пособие для тренеров / под общей редакцией А. П. Лаптева, А. А. Сучилина. – Москва : Физкультура и спорт, 1983. – Текст : непосредственный.

Список литературы для обучающихся и родителей

1. Андреев, С. Н. Мини-футбол / С. Н. Андреев. – Москва : Физкультура и спорт, 1978. – 111 с. – Текст : непосредственный.

2. Лукашин, Ю. С. Я учусь играть в футбол : энциклопедия юного футболиста / Ю. С. Лукашин. – Москва : Лабиринт, 2004. – Текст : непосредственный.

3. Сучилин, А. А. Футбол во дворе / А. А. Сучилин. – Москва : Физкультура и спорт, 1978. – Текст : непосредственный.

Интернет-источники

1. Российский футбольный союз : официальный сайт. – Москва. – URL: https://www.rfs.ru (дата обращения: 19.10.2026). – Текст : электронный.

2. Ассоциация мини-футбола России : официальный сайт. – Москва. – URL: https://www.amfr.ru (дата обращения: 19.10.2026). – Текст : электронный.

3. FIFA : официальный сайт. – URL: https://www.fifa.com (дата обращения: 19.10.2026). – Текст : электронный.

4. UEFA : официальный сайт. – URL: https://ru.uefa.com (дата обращения: 19.10.2026). – Текст : электронный.

5. Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» (ГТО) : официальный сайт. – URL: https://www.gto.ru (дата обращения: 19.10.2026). – Текст : электронный.

ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

Виды контроля и их периодичность

Вид контроля	Сроки	Содержание и формы
Входной	сентябрь (вводное занятие, 17.09.2026)	определение исходного уровня физической подготовленности и владения мячом: тестирование, педагогическое наблюдение
Текущий	на каждом занятии и по завершении изучения темы	педагогическое наблюдение, опрос, викторина, зачёт по технике, учебная игра, соревнования
Промежуточный	декабрь (24.12.2026)	промежуточная аттестация: контрольные нормативы по ОФП, зачёт по технике
Итоговый	май (24.05.2027, 31.05.2027)	итоговая аттестация: контрольные нормативы по ОФП, зачёт по технике; итоговое открытое занятие

Формы и методы отслеживания результатов, формы фиксации

Предметные результаты выявляются через опрос, викторину, зачёт по технике, учебную игру, соревнования, сдачу контрольных нормативов и открытое занятие. Метапредметные результаты выявляются по динамике результатов контрольных нормативов и методом педагогического наблюдения в учебной игре; личностные результаты — методом педагогического наблюдения на занятиях и соревнованиях. Используются оценка педагога, совместная оценка обучающегося и педагога, самооценка.

Формы фиксации результатов: журнал учёта работы педагога, протоколы сдачи контрольных нормативов и зачётов по технике, индивидуальные карты обучающихся, протоколы соревнований, видеозаписи игр.

Критериальный аппарат

Результаты оцениваются по трём уровням: высокий, средний, низкий. Итоговый уровень освоения программы определяется по совокупности результатов: высокий — по большинству форм контроля показан высокий уровень; средний — по большинству форм контроля показан средний уровень; низкий — по большинству форм контроля показан низкий уровень.

1. Педагогическое наблюдение (входная диагностика, личностные и метапредметные результаты)

Показатель	Высокий уровень	Средний уровень	Низкий уровень
Дисциплина и соблюдение техники безопасности	соблюдает постоянно, без напоминаний	соблюдает, иногда требуется напоминание	часто нарушает, требуется постоянный контроль
Взаимодействие в команде	отдаёт пас партнёрам, действует в интересах команды	взаимодействует с партнёрами с подсказкой	играет «на себя», конфликтует
Ориентирование в игровой ситуации	быстро и верно выбирает действие	выбирает действие с запаздыванием	теряется в игровой ситуации
Самоконтроль (эмоции, самочувствие)	сдерживает эмоции, сообщает о самочувствии	иногда не сдерживает эмоции	не контролирует эмоции и самочувствие
Интерес к занятиям	активен, регулярно посещает занятия, участвует в соревнованиях	посещает занятия без выраженной инициативы	пассивен, пропускает занятия без причины

2. Опрос и викторина

Показатель	Высокий уровень	Средний уровень	Низкий уровень
Знание истории футбола, правил игры, гигиены	80–100 % правильных ответов	50–79 % правильных ответов	менее 50 % правильных ответов

Примерные вопросы: сколько игроков одной команды находится на поле в футболе и в мини-футболе; где вратарь может брать мяч руками; как вводится мяч в игру, если он ушёл за боковую линию; за ворота; когда назначается 11-метровый удар; за что игрока предупреждают жёлтой карточкой; сколько очков получает команда за победу и за ничью; как часто проводятся чемпионаты мира по футболу; какие футбольные клубы есть в Санкт-Петербурге. Для группы 6–7 лет опрос проводится устно с использованием иллюстраций.

3. Учебная игра и соревнования

Показатель	Высокий уровень	Средний уровень	Низкий уровень
Применение изученной техники в игре	уверенно ведёт, передаёт мяч и бьёт по воротам, редко теряет мяч	применяет основные приёмы с ошибками	редко владеет мячом, часто его теряет
Тактические действия	открывается, выбирает позицию, взаимодействует с партнёрами	выполняет тактические задания с подсказкой	не выполняет тактические задания
Соблюдение правил	знает и соблюдает правила, уважает соперника и судью	допускает отдельные нарушения	систематически нарушает правила

4. Зачёт по технике

Зачёт проводится по контрольным упражнениям; учитываются результат и качество техники (положение опорной ноги, работа бьющей ноги, контроль мяча). Ведение «змейкой» выполняется между 5 стойками, установленными через 2 м, с возвращением к линии старта.

Группа № 1. 6–7 лет

Упражнение	Высокий уровень	Средний уровень	Низкий уровень
Ведение мяча «змейкой» между стойками, с	14 и менее	15–20	21 и более
Остановка катящегося мяча подошвой (из 5 попыток)	4–5	2–3	1 и менее
Удар по воротам внутренней стороной стопы с 6 м (из 5 попыток)	4–5	2–3	1 и менее

Группа № 2. 8–10 лет, базовая подготовка

Упражнение	Высокий уровень	Средний уровень	Низкий уровень
Ведение мяча «змейкой» между стойками, с	11 и менее	12–15	16 и более
Передача мяча в парах внутренней стороной стопы с 6 м (из 10 попыток)	8 и более	5–7	4 и менее
Удар на точность в ворота с 9 м (из 10 попыток)	6 и более	3–5	2 и менее
Жонглирование мячом, раз	10 и более	4–9	3 и менее

Группы № 3 и № 4. 8–10 лет, углублённая подготовка

Упражнение	Высокий уровень	Средний уровень	Низкий уровень
Ведение мяча «змейкой» между стойками, с	9,5 и менее	9,6–12,0	12,1 и более
Бег 30 м с ведением мяча, с	6,8 и менее	6,9–7,8	7,9 и более
Удар на точность в заданную треть ворот с 11 м (из 10 попыток)	6 и более	3–5	2 и менее
Удар по мячу на дальность (сумма лучших попыток правой и левой ногой), м	40 и более	28–39	27 и менее
Жонглирование мячом, раз	20 и более	8–19	7 и менее

5. Контрольные нормативы по общей физической подготовке

Нормативы разработаны с учётом возрастных показателей физической подготовленности детей. Для времени (с) указан результат «не более», для остальных показателей — «не менее». Оценивается также индивидуальный прирост результата по сравнению с входной диагностикой. Нормативы применяются для обучающихся основной медицинской группы; педагог может корректировать их с учётом индивидуальных особенностей обучающихся.

Группа № 1. 6–7 лет

Контрольное упражнение	Мальчики			Девочки		
	высокий	средний	низкий	высокий	средний	низкий
Бег 30 м, с	6,9	7,0–7,9	8,0 и более	7,1	7,2–8,1	8,2 и более
Челночный бег 3×10 м, с	9,8	9,9–10,6	10,7 и более	10,2	10,3–11,0	11,1 и более
Прыжок в длину с места, см	125	105–124	104 и менее	120	100–119	99 и менее
Поднимание туловища из положения лёжа на спине за 30 с, раз	15	10–14	9 и менее	14	9–13	8 и менее
Наклон вперёд из положения стоя на гимнастической скамье, см	+5	+1…+4	0 и менее	+7	+3…+6	+2 и менее

Группы № 2, № 3, № 4. 8–10 лет

Контрольное упражнение	Мальчики			Девочки		
	высокий	средний	низкий	высокий	средний	низкий
Бег 30 м, с	6,0	6,1–6,8	6,9 и более	6,3	6,4–7,1	7,2 и более
Челночный бег 3×10 м, с	9,0	9,1–9,8	9,9 и более	9,4	9,5–10,2	10,3 и более
Прыжок в длину с места, см	155	135–154	134 и менее	145	125–144	124 и менее
Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на полу, раз	18	12–17	11 и менее	11	6–10	5 и менее
Поднимание туловища из положения лёжа на спине за 1 мин, раз	38	28–37	27 и менее	33	24–32	23 и менее
Наклон вперёд из положения стоя на гимнастической скамье, см	+6	+2…+5	+1 и менее	+10	+4…+9	+3 и менее

6. Итоговое открытое занятие

Показатель	Высокий уровень	Средний уровень	Низкий уровень
Демонстрация освоенных умений в показательной игре и игровых заданиях	уверенно выполняет приёмы и взаимодействует с командой	выполняет приёмы с отдельными ошибками	выполняет отдельные приёмы с помощью педагога

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Оператор ЭДО ООО "Компания "Тензор"

Идентификатор: a87bb12f-8009-435d-82eb-a9770795b93c

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 2 ВАСИЛЕОСТРОВСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА,
Поздняков Егор Владимирович, Директор

29.08.26 15:10 (MSK)

Сертификат 0080627F3BBC077BB076F226F9F1F67585