Муниципальное бюджетное учреждение

дополнительного образования Сальского района «Спортивная школа»

(МБУ ДО Сальского района СШ)

Принято «Утверждаю»

на тренерском совете Директор МБУ ДО

 Сальского района «СШ»

№\_\_\_\_от\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2023 г. \_\_\_\_\_\_\_\_\_С.Г. Лохманов

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА**

**СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ ПО ВИДУ СПОРТА**

**«ФУТБОЛ»**

**по этапам спортивной подготовки НП, УТ, ССМ, ВСМ**

Срок реализации программы: бессрочно

2023 год

 2

УТВЕРЖДЕНА

приказом МБУ ДО Сальского района «СШ»

от «\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_ 202\_ г. № \_\_\_\_

**Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки**

**по виду спорта «футбол»**

1. **ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ**

 Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки по виду спорта «футбол» (далее – программа) разработана в рамках реализации Федерального закона от 30 апреля 2021 года № 127-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» и Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации».

1. **ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

**2.1. Краткая характеристика вида спорта «футбол»**

Вид спорта «футбол» – командный вид спорта на травяном поле, в котором две противоборствующие команды (по 11 человек в каждой), используя ведение и передачи мяча ногами или другими частями тела (кроме рук) стремятся забить его в ворота соперника большее количество раз и не пропустить в свои.

Спортивные дисциплины вида спорта «футбол» определяются организацией, реализующей (разрабатывающей) дополнительную образовательную программу спортивной подготовки по виду спорта «футбол» (далее – МБУ ДО Сальского района «СШ»), самостоятельно в соответствии со Всероссийским реестром видов спорта, а также Таблицей № 1.

Таблица №1

**Спортивные дисциплины вида спорта «футбол»**

|  |  |
| --- | --- |
| Наименование спортивной дисциплины | номер-код спортивной дисциплины |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| футбол | 001 | 001 | 2 | 6 | 1 | 1 | Я |
| мини-футбол (футзал) | 001 | 002 | 2 | 8 | 1 | 1 | Я |
| пляжный футбол | 001 | 003 | 2 | 8 | 1 | 1 | Я |
| футбол 6х6, 7х7, 8х8 | 001 | 005 | 2 | 8 | 1 | 1 |  Е |

3

**2.2. Отличительные особенности спортивных дисциплин**

**вида спорта «футбол»**

Спортивная дисциплина «мини-футбол (футзал)» является разновидностью футбола, но имеет ряд отличий. Игра проводится в зале и самое большое отличие от футбола - в тактике игры. Меньшие размеры площадки и ограниченное количество игроков предопределяют тактику игры, больше похожую на тактику игры других зальных видов спорта. Также используется мяч меньших размеров, чем при игре в футбол на траве. Кроме того, у мяча несколько иные физические характеристики: в частности, отскок мяча значительно меньше, чем у мяча, используемого в «большом» футболе.

Спортивная дисциплина «пляжный футбол» проводится на песчаных пляжах, при этом особое значение имеет техника владения мячом, скорость передвижения по вязкой поверхности, компактные размеры игрового поля.

Спортивная дисциплина «футбол 6х6, 7х7, 8х8» это разновидности вида спорта «футбол», в которых численный состав с вратарем не может превышать соответствующего числа.

**2.3. Цель, основные задачи и планируемые результаты реализации Программы**

Целью реализации Программы является достижение спортивных результатов на основе соблюдения спортивных и педагогических принципов в учебно-тренировочном процессе в условиях многолетнего, круглогодичного и поэтапного процесса спортивной подготовки.

Достижение поставленной цели предусматривает решение основных задач:

оздоровительные; образовательные; воспитательные; спортивные.

Планируемые результаты освоения Программы представляют собой систему ожидаемых результатов освоения обучающими всех компонентов учебно-тренировочного и соревновательного процессов, также обеспечивает формирование личностных результатов: овладение знаниями об индивидуальных особенностях физического развития и уровня физической подготовленности, о соответствии их возрастным нормативам, об особенностях индивидуального здоровья и о функциональных возможностях организма, способах профилактики перетренированности (недотренированности), перенапряжения; овладение знаниями и навыками инструкторской деятельности и судейской практики; умение

4

планировать режим дня, обеспечивать оптимальное сочетание нагрузки и отдыха, соблюдать правила безопасности и содержать в порядке спортивный инвентарь, оборудование, спортивную одежду, осуществлять подготовку спортивного инвентаря к учебно-тренировочным занятиям и спортивным соревнованиям; умение анализировать и творчески применять полученные знания в самостоятельных занятиях, находить адекватные способы поведения и взаимодействия в соревновательный период; развитие понимания о здоровье, как о важнейшем условии саморазвития и самореализации человека, умение добросовестно выполнять задания тренера-преподавателя, осознанно стремиться к освоению новых знаний и умений, умение организовывать места тренировочных занятий и обеспечивать их безопасность, ориентирование на определение будущей профессии, приобретение навыков по участию в спортивных соревнованиях различного уровня.

1. **«ТЕОРЕТИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ» ПРОГРАММЫ**

Теоретический раздел Программы предусматривает нормативные аспекты, которые необходимо учесть при разработке дополнительных образовательных программ спортивной подготовки по виду спорта «футбол» в своих регионах.

* данном разделе указаны минимальные и максимальные требования по: срокам реализации этапов спортивной подготовки; возрастным границам лиц, проходящих спортивную подготовку; наполняемости учебно-тренировочных групп; планируемом объеме соревновательной деятельности; учебно-тренировочным нагрузкам к объему учебно-тренировочного процесса.

 Медицинские требования к обучающимся по дополнительным образовательным

Программам спортивной подготовки устанавливаются в соответствии на основании

требований, предъявляемых приказом Минздрава России от 23.10.2020 № 1144н «Об утверждении порядка организации оказания медицинской помощи лицам, занимающимся физической культурой и спортом (в том числе при подготовке и проведении физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий), включая порядок медицинского осмотра лиц, желающих пройти спортивную подготовку, заниматься физической культурой и спортом в организациях и (или) выполнить нормативы испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)» и форм медицинских заключений о допуске к участию в физкультурных и спортивных мероприятиях» (зарегистрирован Минюстом России 03.12.2020, регистрационный № 61238).

**3.1. Сроки реализации этапов спортивной подготовки и возрастные границы лиц, проходящих спортивную подготовку, по отдельным этапам:**

На этап начальной подготовки зачисляются лица, которым в текущем году исполнилось (или) исполнится количество лет по году рождения, соответствующее возрасту зачисления, а также лица, старше зачисляемого возраста на этап начальной подготовки и учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации) до трех

5

лет. При этом при комплектовании учебно-тренировочных групп разница в возрасте зачисляемых лиц не должна быть более двух лет.

На этапах начальной подготовки и учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) до трех лет допускается зачисление лиц, прошедших спортивную подготовку в других организациях и (или) по другим видах спорта и выполнивших требования, необходимые для зачисления, согласно нормативам по физической подготовке, установленных в дополнительной образовательной программе по виду спорта «футбол» с учетом сроков реализации этапов спортивной подготовки и возрастных границ лиц, проходящих спортивную подготовку, по отдельным этапам.

Таблица № 2

**Сроки реализации этапов спортивной подготовки и возрастные границы лиц, проходящих спортивную подготовку, по отдельным этапам**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Этапы спортивной | Срок реализации этапов | Возраст зачисления |  |
| подготовки | спортивной подготовки |  |
|  |  |
|  |  | до одного года | 7 |  |
| Начальной |  | обучения |  |
| 3 |  |  |
| подготовки | свыше одного | 8 |  |
|  |  |
|  |  | года обучения |  |
|  |  |  |  |
| Учебно-тренировочный |  | до трех лет | 10 |  |
|  | обучения |  |
| (спортивной | 4-5 |  |  |
| свыше трех лет |  |  |
| специализации) |  | 13 |  |
|  | обучения |  |
|  |  |  |  |
|  |  | до одного года | 14 |  |
| Совершенствования |  | обучения |  |
| не ограничивается |  |  |
| спортивного мастерства | свыше одногогода обучения | 15 |  |
|  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  | до одного года | 16 |  |
| Высшего спортивного |  | обучения |  |
| не ограничивается |  |  |
| мастерства | свыше одногогода обучения | 17 |  |
|  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |

**3.2. Наполняемость учебно-тренировочных групп на этапах спортивной подготовки**

Наполняемость групп определяется МБУ ДО Сальского района «СШ» с учетом единовременной пропускной способности спортивного сооружения (объекта спорта), используемого

6

при реализации дополнительной образовательной программы спортивной подготовки по виду спорта «футбол».

Таблица № 3

**Наполняемость учебно-тренировочных групп на этапах спортивной подготовки**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Этапы спортивной подготовки | Количественный состав |  |
| группы (человек) |  |
|  |  |  |
|  | до одного года |  |  |
| Начальной | обучения |  14-20 |  |
| подготовки | свыше одного года |  |
|  |  |
|  | обучения |  |  |
| Учебно-тренировочный | до трех лет обучения |  |  |
| (спортивной |  |  12-20 |  |
| свыше трех лет |  |
| специализации) |  |  |
| обучения |  |  |
|  |  |  |
|  | до одного года |  |  |
| Совершенствования | обучения |  6-8 |  |
| спортивного мастерства | свыше одного года |  |
|  |  |
|  | обучения: |  |  |
|  | до одного года |  |  |
| Высшего спортивного | обучения | 4-6 |  |
| мастерства | свыше одного года |  |
|  |  |
|  | обучения |  |  |

**3.3. Планируемый объем соревновательной деятельности по виду спорта «футбол»**

 Планируемый объем соревновательной деятельности устанавливается

* Программе по типу спортивных соревнований: контрольные, отборочные, основные, с учетом особенностей видов спорта, с учетом задач спортивной подготовки на различных этапах спортивной подготовки, уровня подготовленности и состоянием тренированности обучающегося по дополнительной образовательной программе спортивной подготовки (далее – обучающийся).
	+ дополнительной образовательной программе спортивной подготовки МБУ ДО Сальского района «СШ» указывается количество спортивных соревнований в соответствии с единым календарным планом межрегиональных, всероссийских и международных физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий и с учетом значений, утвержденных в государственном (муниципальном) задании.

Контрольные соревнования проводятся с целью определения уровня подготовленности обучающихся, оценивается уровень развития физических качеств, выявляются сильные и слабые стороны спортсмена. Контрольную функцию могут выполнять как официальные спортивные соревнования различного

7

уровня, так и специально организованные МБУ ДО Сальского района «СШ».

 Отборочные соревнования проводятся с целью отбора обучающихся и комплектования команд для выступления на основных спортивных соревнованиях

и выполнения требований Единой всероссийской спортивной классификации. Основные соревнования проводятся с целью достижения спортивных

результатов и выполнения требований Единой всероссийской спортивной классификации.

Таблица № 4

**Планируемый объем соревновательной деятельности по виду спорта «футбол»**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  | Этапы и годы спортивной подготовки |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Этап | Учебно- |  |  |  |
| Виды | начальной | тренировочный | Этап | Этап |  |
| спортивных | подготовки | этап (этап |  |
| соревнований, |  |  |  | спортивной | совершенствования | высшего |  |
| игр |  |  |  | специализации) | спортивного | спортивного |  |
|  |  |  |  |  |  | мастерства | мастерства |  |
|  | До |  | Свыше | До трех | Свыше |  |
|  |  |  |  |  |
|  | года |  | года | лет | трех лет |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  | Для спортивной дисциплины «футбол» |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| Контрольные | 3 |  | 4 | 3 | 1 | 1 | 1 |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Основные | - |  | - | 1 |  1 | 1 | 2 |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| Для спортивной дисциплины «мини – футбол (футзал)» |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| Контрольные | 1 |  | 1 | 1 | 2 | 2 | 2 |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Отборочные | - |  | - | 1 | 2 | 1 | 1 |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Основные | - |  | - | 2 | 2 | 2 | 2 |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |

**3.4. Учебно-тренировочные нагрузки к объему учебно-тренировочного процесса**

Учебно-тренировочная нагрузка к объему учебно-тренировочного процесса рассчитывается для каждого учебно-тренировочного занятия на основании ее

8

интенсивности, длительности и для каждого этапа спортивной подготовки имеет свой часовой недельный (годовой) объем.

* + объем учебно-тренировочной нагрузки входит время восстановления организма обучающегося после определенной нагрузки и при кратковременной тренировке с высокой интенсивностью и долговременной тренировке с низкой интенсивностью, а также аспекты морально-волевой и теоретической подготовки.

Общий годовой объем учебно-тренировочной работы, предусмотренный

режимами работы (Таблица № 5), для этапов: учебно-тренировочного свыше трех лет, совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства, может быть сокращен не более чем на 25 %, реализуемых в период учебно-тренировочных мероприятий, а также на основании индивидуальных планов спортивной подготовки.

Таблица № 5

**Учебно-тренировочные нагрузки к объему учебно-тренировочного процесса**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  | Этапы и годы спортивной подготовки |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | Учебно- |  |  |  |
| Этапный | Этап | тренировоч-ный |  | Этап |  |
| начальной | этап | Этап |  |
| высшего |  |
| норматив | подготовки | (этап спортивной | совершенствова- |  |
| спортив- |  |
|  |  |  | специализации) | ния спортивного |  |
|  |  |  | ного |  |
|  |  |  | До | Свыше | мастерства |  |
|  |  | Свыше | мастерства |  |
|  | До года | трех | трех |  |  |
|  | года |  |  |  |
|  |  | лет | лет |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
| Количество |  |  |  |  |  |  |  |
| часов | 4,5-6 | 6-8 | 10-12 | 12-16 | 16-18 | 18-24 |  |
| в неделю |  |  |  |  |  |  |  |
| Общее |  | 312- |  |  |  |  |  |
| количество | 234-312 | 520-624 | 624-832 | 832-936 | 936-1248 |  |
| 416 |  |
| часов в год |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |

**3.5. Медицинские требования к обучающимся по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки**

Для прохождения обучения по дополнительной образовательной программе спортивной подготовки допускаются лица, получившие в установленном законодательством Российской Федерации порядке медицинское заключение об отсутствии медицинских противопоказаний для занятий видом спорта «футбол».

Организация ведет контроль за прохождением обучающимися медицинского обследования.

Обучающийся, должен иметь медицинский допуск к учебно-тренировочным занятиям и к соревновательным мероприятиям.

9

**4. «Практический раздел» Программы**

**4.1. Годовой учебно-тренировочный план**

Годовой учебно-тренировочный план по виду спорта «футбол» (далее – учебный план) определяет общий объем учебно-тренировочной нагрузки по видам спортивной подготовки, видам деятельности, практикам и распределяет учебное время, отводимое на их освоение по этапам спортивной подготовки и по годам обучения. Учебный план составляется и утверждается МБУ ДО Сальского района «СШ» ежегодно на 52 недели (в часах).

Учебный план определяет общую структуру планируемого учебно-тренировочного процесса в рамках деятельности МБУ ДО Сальского района «СШ», совокупность отдельных относительно самостоятельных, но не обособленных в их закономерных связях видах спортивной подготовки, соотношении и последовательности их как органических звеньев единого процесса, а также выступает в качестве одного из основных механизмов реализации дополнительной образовательной программы спортивной подготовки, оптимально вносящий свой вклад для достижения спортивных результатов.

Представленные в учебном плане тренировочные мероприятия – теоретическая подготовка, инструкторская и судейская практика, учебно-тренировочные, антидопинговые, воспитательные, аттестационные мероприятия,

медико-биологическое обследование являются неотъемлемой частью тренировочного процесса и регулируются МБУ ДО Сальского района «СШ» самостоятельно, указанные тренировочные мероприятия входят в годовой объем тренировочной нагрузки.

Объем тренировочной нагрузки на этапе высшего спортивного мастерства

представлен одним учебно-тренировочным годом, но необходимо учесть, что представленные параметры нагрузки не изменяются в течение всего периода обучения на данном этапе.

 Учебный план заполняется МБУ ДО Сальского района «СШ» в соответствии с формой и примерными объемами по видам подготовки, представленной в приложении № 2 к Программе.

**4.2. Календарный учебно-тренировочный график**

Календарный учебно-тренировочный график (далее – учебно-тренировочный график) составляется на учебный год МБУ ДО Сальского района «СШ» самостоятельно по каждому этапу спортивной подготовки согласно объему соревновательной деятельности, определенному в Программе, включающий в себя перечень спортивных и учебно-тренировочных мероприятий, период прохождения аттестации в течение учебного года, медико-биологических мероприятий, восстановительных мероприятий по отдельным этапам, определяет календарный период проведения мероприятия.

При составлении учебно-тренировочного графика могут быть учтены различные принципы периодизации учебного года в МБУ ДО Сальского района «СШ».

10

При составлении учебно-тренировочного графика МБУ ДО Сальского района «СШ» учитываются особенности осуществления спортивной подготовки по виду спорта «футбол».

**4.3. Перечень учебно-тренировочных мероприятий**

Учебно-тренировочные мероприятия проводятся МБУ ДО Сальского района «СШ» для подготовки обучающихся к соревновательной деятельности, а также для контроля за уровнем физической подготовленности и период проведения учитываются в учебно-тренировочном графике.

Перечень учебно-тренировочных мероприятий представлен в приложении № 3 к Программе.

**4.4. Режим учебно-тренировочного процесса**

Режим учебно-тренировочного процесса составляется МБУ ДО Сальского района «СШ» для каждой учебно-тренировочной группы с учетом единовременной пропускной способности спортивного сооружения (объекта спорта) и включает в себя:

наименование вида спорта (спортивной дисциплины);

фамилия, имя, отчество тренера-преподавателя;

этап спортивной подготовки и год обучения;

дни недели;

количество часов в неделю;

место проведения учебно-тренировочных занятий;

количество обучающихся;

начало и окончание учебно-тренировочного занятия.

**4.5. Рабочая программа тренера-преподавателя**

Рабочая программа тренера-преподавателя составляется на каждый реализуемый этап спортивной подготовки на основании дополнительной образовательной программы спортивной подготовки МБУ ДО Сальского района «СШ».

Рабочая программа тренера-преподавателя обеспечивает достижение планируемых результатов освоения дополнительной образовательной программы спортивной подготовки по виду спорту на этапах спортивной подготовки.

Функции рабочей программы тренера-преподавателя:

нормативная, то есть является документом, обязательным для выполнения тренером-преподавателем в полном объеме;

целеполагающая, то есть определяет ценности и задачи, ради достижения которых она введена на этапах спортивной подготовки по годам обучения;

содержательная, то есть фиксирует состав элементов содержания, подлежащих усвоению обучающимися (требования к минимуму содержания);

процессуальная, то есть определяет логическую последовательность усвоения элементов содержания, организационные формы и методы, средства и условия учебно-тренировочного процесса;

11

оценочная, то есть выявляет уровни усвоения элементов содержания, объекты контроля и критерии оценки уровня освоения дополнительной образовательной программы спортивной подготовки обучающихся.

Структура рабочей программы тренера-преподавателя:

I. Титульный лист;

II. Пояснительная записка;

1. Нормативно-методические инструментарии тренировочного процесса;

IV. Прогнозируемый результат учебно-тренировочной деятельности отдельного этапа спортивной подготовки;

Содержание рабочей программы тренера-преподавателя:

I. Титульный лист (на бланке МБУ ДО Сальского района «СШ»):

1.1. Гриф согласования с руководителем МБУ ДО Сальского района «СШ»;

1.2. Название рабочей программы тренера-преподавателя, фамилия, имя, отчество тренера-преподавателя, реализуемый этап спортивной подготовки, год обучения, срок реализации (не более года);

II. Пояснительная записка:

2.1. Цель и задачи этапа спортивной подготовки;

2.2. Прогнозируемый результат учебно-тренировочной деятельности реализуемого этапа спортивной подготовки;

1. Нормативно-методические инструментарии тренировочного процесса:

3.1. Перспективный план спортивной подготовки (для этапов совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства);

3.2. Годовой план спортивной подготовки (для реализуемых этапов);

3.3. План по месяцам;

3.4. Индивидуальный план спортивной подготовки составляется для каждого спортсмена этапов совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства;

VI. Прогнозируемый результат учебно-тренировочной деятельности реализуемого этапа спортивной подготовки.

**4.6. Календарный план воспитательной работы**

Календарный план воспитательной работы составляется МБУ ДО Сальского района «СШ» на учебный год с учетом учебного плана, учебно-тренировочного графика и следующих основных задач воспитательной работы:

формирование духовно-нравственных, морально-волевых и этических качеств;

воспитание лидерских качеств, ответственности и патриотизма;

всестороннее гармоничное развитие физических качеств;

укрепление здоровья спортсменов;

привитие навыков здорового образа жизни;

формирование основ безопасного поведения при занятиях спортом; развитие и совершенствование навыков саморегуляции и самоконтроля.

Календарный план воспитательной работы приведен в приложении № 4 к Программе.

12

**4.7. План мероприятий, направленный на**

**предотвращение допинга в спорте и борьбу с ним**

План мероприятий, направленный на предотвращение допинга в спорте

* борьбу с ним, составляется МБУ ДО Сальского района «СШ» на учебно-тренировочный год с учетом учебного плана, учебно-тренировочного графика, плана мероприятий, направленных на предотвращение допинга в спорте и борьбу с ним (приложение № 5 к Программе).

 В план мероприятий, направленный на предотвращение допинга в спорте и борьбу с ним включаются мероприятия, направленные на предотвращение допинга в спорте и борьбу с ним, а также мероприятия по научно-методическому обеспечению, которые реализуются в рамках воспитательной работы тренера-преподавателя, включающей в том числе научную, творческую и исследовательскую работу, а также другую работу, предусмотренную трудовыми (должностными) обязанностями и (или) индивидуальным планом (методическую, подготовительную, организационную, диагностическую, работу по ведению мониторинга, работу, предусмотренную планами спортивных и иных мероприятий, проводимых с обучающимися спортсменами, участие в работе коллегиальных органов управления МБУ ДО Сальского района «СШ»).

Среди мероприятий, направленных на предотвращение допинга в спорте

* борьбу с ним, выделяют беседы с обучающимися в условиях учебно-тренировочных занятий, беседы с родителями в рамках родительских собраний об определении понятия «допинг», последствиях допинга в спорте для здоровья

спортсменов, об ответственности за нарушение антидопинговых правил, об особенностях процедуры проведения допинг-контроля.

**4.8. Аттестационные формы контроля учебно-тренировочного процесса и оценочные материалы**

Аттестация в спорте представляет собой систему контроля, включающую дифференцированный и объективный мониторинг результатов учебно- тренировочного процесса, соревновательной деятельности и уровня подготовленности обучающихся. Контрольные занятия обеспечивают текущий контроль, промежуточную и итоговую информацию об уровне и результатах освоения программного материала спортивной подготовки каждым отдельным обучающимся спортсменом, представленными выполнением нормативных и квалификационных требований по годам и этапам спортивной подготовки.

Оценочный материал представлен комплексами контрольных упражнений для оценки общей физической, специальной физической, технической, тактической подготовки лиц, проходящих в МБУ ДО Сальского района «СШ» спортивную подготовку по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки (Таблицы № 6,7,8,9).

Обязательное контрольное тестирование включает:

нормативы по общей физической подготовке, основанные на требованиях федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта «футбол»; контроль выполнения квалификационных требований обучающимся соответствующего года

учебно-тренировочного этапа проводится с учетом приложения № 6 к Программе «Аттестационные формы контроля учебно-тренировочного процесса и оценочные материалы».

 13 Таблица № 6

**НОРМАТИВЫ**

**ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ И ТЕХНИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ДЛЯ ЗАЧИСЛЕНИЯ**

**И ПЕРЕВОДА НА ЭТАП НАЧАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ ПО ВИДУ**

**СПОРТА "ФУТБОЛ"**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| N п/п | Упражнения | Единица измерения | Норматив до года обучения | Норматив свыше года обучения |
|  |  |  | мальчики | девочки | мальчики | девочки |
| 1. Нормативы общей физической подготовки для спортивной дисциплины "футбол" |
| 1.1. | Челночный бег 3 x 10 м | с | не более | не более |
|  |  |  | - | - | 9,30 | 10,30 |
| 1.2. | Бег на 10 м с высокого старта | с | не более | не более |
|  |  |  | 2,35 | 2,50 | 2,30 | 2,40 |
| 1.3. | Бег на 30 м | с | не более | не более |
|  |  |  | - | - | 6,0 | 6,5 |
| 1.4. | Прыжок в длину с места толчком двумя ногами | см | не менее | не менее |
|  |  |  | 100 | 90 | 120 | 110 |
| 2. Нормативы технической подготовки для спортивной дисциплины "футбол" |
| 2.1. | Ведение мяча 10 м | с | не более | не более |
|  |  |  | 3,20 | 3,40 | 3,00 | 3,20 |
| 2.2. | Ведение мяча с изменением направления 10 м (начиная со второго года спортивной подготовки) | с | не более | не более |
|  |  |  | - | - | 8,60 | 8,80 |
| 2.3. | Ведение мяча 3 x 10 м (начиная со второго года спортивной подготовки) | с | не более | не более |
|  |  |  | - | - | 11,60 | 11,80 |
| 2.4. | Удар на точность по воротам (10 ударов) (начиная со второго года спортивной подготовки) | количество попаданий | не менее | не менее |
|  |  |  | - | - | 5 | 4 |
| 3. Нормативы общей физической подготовки для спортивной дисциплины "мини-футбол (футзал)" |
| 3.1. | Прыжок в длину с места толчком двумя ногами | см | не менее | не менее |
|  |  |  | 100 | 90 | 110 | 105 |
| 4. Нормативы технической подготовки для спортивной дисциплины "мини-футбол (футзал)" |
| 4.1. | Бег на 10 м с высокого старта | с | не более | не более |
|  |  |  | 2,35 | 2,50 | 2,30 | 2,40 |
| 4.2. | Челночный бег 5 x 6 м | с | не более | не более |
|  |  |  | 12,40 | 12,60 | 12,20 | 12,40 |
| 4.3. | Прыжок в длину с места толчком двумя ногами | см | не менее | не менее |
|  |  |  | 100 | 90 | 110 | 105 |

 14 Таблица № 7

**НОРМАТИВЫ**

**ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ И ТЕХНИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ, УРОВЕНЬ**

**СПОРТИВНОЙ КВАЛИФИКАЦИИ (СПОРТИВНЫЕ РАЗРЯДЫ) ДЛЯ ЗАЧИСЛЕНИЯ**

**И ПЕРЕВОДА НА УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫЙ ЭТАП (ЭТАП СПОРТИВНОЙ**

**СПЕЦИАЛИЗАЦИИ) ПО ВИДУ СПОРТА "ФУТБОЛ"**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| N п/п | Упражнения | Единица измерения | Норматив |
|  |  |  | юноши | девушки |
| 1. Нормативы общей физической подготовки для спортивной дисциплины "футбол" |
| 1.1. | Бег на 10 м с высокого старта | с | не более |
|  |  |  | 2,20 | 2,30 |
| 1.2. | Челночный бег 3 x 10 м | с | не более |
|  |  |  | 8,70 | 9,00 |
| 1.3. | Бег на 30 м | с | не более |
|  |  |  | 5,40 | 5,60 |
| 1.4. | Прыжок в длину с места толчком двумя ногами | см | не менее |
|  |  |  | 160 | 140 |
| 1.5. | Прыжок в высоту с места отталкиванием двумя ногами(начиная с пятого года спортивной подготовки) | см | не менее |
|  |  |  | 30 | 27 |
| 2. Нормативы технической подготовки для спортивной дисциплины "футбол" |
| 2.1. | Ведение мяча 10 м | с | не более |
|  |  |  | 2,60 | 2,80 |
| 2.2. | Ведение мяча с изменением направления 10 м | с | не более |
|  |  |  | 7,80 | 8,00 |
| 2.3. | Ведение мяча 3 x 10 м | с | не более |
|  |  |  | 10,00 | 10,30 |
| 2.4. | Удар на точность по воротам (10 ударов) | количество попаданий | не менее |
|  |  |  | 5 | 4 |
| 2.5. | Передача мяча в "коридор" (10 попыток) | количество попаданий | не менее |
|  |  |  | 5 | 4 |
| 2.6. | Вбрасывание мяча на дальность (начиная со второго года спортивной подготовки) | м | не менее |
|  |  |  | 8 | 6 |
| 15  |
| 3. Нормативы общей физической подготовки для спортивной дисциплины "мини-футбол (футзал)" |
| 3.1. | Бег на 10 м с высокого старта | с | не более |
|  |  |  | 2,20 | 2,30 |
| 3.2. | Бег на 30 м | с | не более |
|  |  |  | 5,40 | 5,60 |
| 3.3. | Прыжок в длину с места толчком двумя ногами | см | не менее |
|  |  |  | 160 | 140 |
| 3.4. | Челночный бег 3 x 10 м | с | не более |
|  |  |  | 8,70 | 9,00 |
| 4. Нормативы технической подготовки для спортивной дисциплины "мини-футбол (футзал)" |
| 4.1. | Прыжок в высоту с места отталкиванием двумя ногами | см | не менее |
|  |  |  | 20 | 16 |
| 4.2. | Челночный бег 104 м с высокого старта(в метрах: 2 x 6 + 2 x 10 + 2 x 20 + 2 x 10 + 2 x 6) | с | не более |
|  |  |  | 29,40 | 32,60 |
| 5. Уровень спортивной квалификации |
| 5.1. | Период обучения на этапе спортивной подготовки (до трех лет) | Не устанавливается |
| 5.2. | Период обучения на этапе спортивной подготовки (свыше трех лет) | Спортивные разряды - "третий юношеский спортивный разряд", "второй юношеский спортивный разряд", "первый юношеский спортивный разряд", "третий спортивный разряд" |

 16 Таблица № 8

**НОРМАТИВЫ**

**ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ И ТЕХНИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ, УРОВЕНЬ**

**СПОРТИВНОЙ КВАЛИФИКАЦИИ (СПОРТИВНЫЕ РАЗРЯДЫ) ДЛЯ ЗАЧИСЛЕНИЯ**

**И ПЕРЕВОДА ОБУЧАЮЩИХСЯ НА ЭТАП СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ**

**СПОРТИВНОГО МАСТЕРСТВА ПО ВИДУ СПОРТА "ФУТБОЛ"**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| N п/п | Упражнения | Единица измерения | Норматив |
|  |  |  | юноши | девушки |
| 1. Нормативы общей физической подготовки для спортивной дисциплины "футбол" |
| 1.1. | Бег на 10 м с высокого старта | с | не более |
|  |  |  | 1,95 | 2,10 |
| 1.2. | Челночный бег 3 x 10 м | с | не более |
|  |  |  | 7,40 | 7,80 |
| 1.3. | Бег на 30 м | с | не более |
|  |  |  | 4,80 | 5,00 |
| 1.4. | Прыжок в длину с места толчком двумя ногами | см | не менее |
|  |  |  | 230 | 215 |
| 1.5. | Прыжок в высоту с места отталкиванием двумя ногами | см | не менее |
|  |  |  | 35 | 27 |
| 2. Нормативы технической подготовки для спортивной дисциплины "футбол" |
| 2.1. | Ведение мяча 10 м | с | не более |
|  |  |  | 2,25 | 2,40 |
| 2.2. | Ведение мяча с изменением направления 10 м | с | не более |
|  |  |  | 7,10 | 7,30 |
| 2.3. | Ведение мяча 3 x 10 м | с | не более |
|  |  |  | 8,50 | 8,70 |
| 2.4. | Удар на точность по воротам (10 ударов) | количество попаданий | не менее |
|  |  |  | 5 | 4 |
| 2.5. | Передача мяча в "коридор" (10 попыток) | количество попаданий | не менее |
|  |  |  | 5 | 4 |
| 2.6. | Вбрасывание мяча на дальность | м | не менее |
|  |  |  | 15 | 12 |
| 3. Нормативы общей физической подготовки для спортивной дисциплины "мини-футбол" (футзал) |
| 3.1. | Бег на 15 м с высокого старта | с | не более |
|  |  |  | 2,53 | 2,80 |
| 3.2. | Бег на 30 м | с | не более |
|  |  |  | 4,60 | 4,90 |
| 3.3. | Прыжок в длину с места толчком двумя ногами | см | не менее |
|  |  |  | 215 | 190 |
| 17  |
| 3.4. | Челночный бег 3 x 10 м | с | не более |
|  |  |  | 8,50 | 8,90 |
| 4. Нормативы технической подготовки для спортивной дисциплины "мини-футбол" (футзал) |
| 4.1. | Прыжок в высоту с места отталкиванием двумя ногами | см | не менее |
|  |  |  | 27 | 20 |
| 4.2. | Челночный бег 104 м с высокого старта(в метрах:2 x 6 + 2 x 10 + 2 x 20 + 2 x 10 + 2 x 6) | с | не более |
|  |  |  | 26,00 | 28,80 |
| 5. Уровень спортивной квалификации |
| 5.1. | Спортивный разряд "второй спортивный разряд" |

 18 Таблица № 9

**НОРМАТИВЫ**

**ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ И ТЕХНИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ, УРОВЕНЬ**

**СПОРТИВНОЙ КВАЛИФИКАЦИИ (СПОРТИВНЫЕ РАЗРЯДЫ) ДЛЯ ЗАЧИСЛЕНИЯ**

**И ПЕРЕВОДА ОБУЧАЮЩИХСЯ НА ЭТАП ВЫСШЕГО СПОРТИВНОГО**

**МАСТЕРСТВА ПО ВИДУ СПОРТА "ФУТБОЛ"**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| N п/п | Упражнения | Единица измерения | Норматив |
|  |  |  | юноши/юниоры | девушки/юниорки |
| 1. Нормативы общей физической подготовки для спортивной дисциплины "футбол" |
| 1.1. | Бег на 10 м с высокого страта | с | не более |
|  |  |  | 1,90 | 2,05 |
| 1.2. | Челночный бег 3 x 10 м | с | не более |
|  |  |  | 7,15 | 7,50 |
| 1.3. | Бег на 30 м | с | не более |
|  |  |  | 4,40 | 4,60 |
| 1.4. | Прыжок в длину с места толчком двумя ногами | см | не менее |
|  |  |  | 250 | 215 |
| 1.5. | Прыжок в высоту с места отталкиванием двумя ногами | см | не менее |
|  |  |  | 40 | 30 |
| 2. Нормативы технической подготовки для спортивной дисциплины "футбол" |
| 2.1. | Ведение мяча 10 м | с | не более |
|  |  |  | 2,10 | 2,30 |
| 2.2. | Ведение мяча с изменением направления 10 м | с | не более |
|  |  |  | 6,60 | 6,90 |
| 2.3. | Ведение мяча 3 x 10 м | с | не более |
|  |  |  | 8,30 | 8,60 |
| 2.4. | Удар на точность по воротам (10 ударов) | количество попаданий | не менее |
|  |  |  | 5 | 4 |
| 2.5. | Передача мяча в "коридор" (10 попыток) | количество попаданий | не менее |
|  |  |  | 5 | 4 |
| 2.6. | Вбрасывание мяча на дальность | м | не менее |
|  |  |  | 18 | 15 |
| 3. Нормативы общей физической подготовки для спортивной дисциплины "мини-футбол" (футзал) |
| 3.1. | Бег на 15 м с высокого старта | с | не более |
|  |  |  | 2,35 | 2,60 |
| 19 |
| 3.2. | Бег на 30 м | с | не более |
|  |  |  | 4,30 | 4,70 |
| 3.3. | Прыжок в длину с места толчком двумя ногами | см | не менее |
|  |  |  | 250 | 210 |
| 3.4. | Челночный бег 3 x 10 м | с | не более |
|  |  |  | 8,10 | 8,50 |
| 4. Нормативы технической подготовки для спортивной дисциплины "мини-футбол" (футзал) |
| 4.1. | Прыжок в высоту с места отталкиванием двумя ногами | см | не менее |
|  |  |  | 40 | 27 |
| 4.2. | Челночный бег 104 м с высокого старта(в метрах2 x 6 + 2 x 10 + 2 x 20 + 2 x 10 + 2 x 6) | с | не более |
|  |  |  | 25,5 | 28,5 |
| 5. Уровень спортивной квалификации |
| 5.1. | Спортивный разряд "первый спортивный разряд" |

20

1. **Иные требования и условия реализации Программы**

**5.1. Требования к технике безопасности в условиях учебно-тренировочных занятий**

Учебно-тренировочные занятия, физкультурные и спортивные мероприятия разрешается проводить:

при условии наличия соответствующей квалификации тренерско-преподавательского состава, медицинского и иного персонала;

при наличии медицинского допуска у обучающихся к физкультурно-спортивным занятиям;

при соответствии спортивной экипировки санитарно-гигиеническим нормам, правилам спортивных соревнований и методике учебно-тренировочного процесса;

при соответствии мест проведения учебно-тренировочного процесса, спортивных соревнований, физкультурных и спортивных мероприятий санитарным нормами условиям безопасности;

при условии готовности места проведения, инвентаря и оборудования к конкретному мероприятию;

при ознакомлении каждого обучающегося с правилами техники безопасности.

**5.2. Требования к оборудованию и спортивному инвентарю, спортивной экипировке, необходимые для реализации Программы**

Требования к оборудованию и спортивному инвентарю, спортивной экипировке, необходимые для реализации Программы устанавливаются

* дополнительной образовательной программе спортивной подготовки с учетом приложения № 7 к Программе.

**5.3. Перечень информационного обеспечения Программы**

Информационное обеспечение деятельности МБУ ДО Сальского района «СШ» – многогранный процесс, направленный на решение профессиональных, организационных и воспитательных задач, формирование и структурирование информационного пространства МБУ ДО Сальского района «СШ» с использованием всей совокупности информационных ресурсов и информационных технологий в целях гармонизации спортивной и образовательной деятельности.

Перечень информационного обеспечения Программы приведен в приложении № 8 к Программе.

21

Приложение № 1

к Программе по виду спорта

«футбол», утвержденной приказом МБУ ДО Сальского района «СШ»

от «\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_202\_\_ № \_\_\_\_\_\_

**Титульный лист**

На «Титульном листе» Программы указываются:

название Программы с указанием вида спорта (спортивной дисциплины) и

этапов спортивной подготовки;

наименование организации, реализующей Программу;

гриф утверждения Программы;

срок реализации Программы;

год составления Программы.

*Образец титульного листа*



Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования

Сальского района «Спортивная школа»

(МБУ ДО Сальского района «СШ»)

Принято «Утверждаю»

на тренерском совете Директор МБУ ДО

 Сальского района «СШ»

№\_\_\_\_от\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2023 г. \_\_\_\_\_\_\_\_\_С.Г. Лохманов

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА**

**СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ ПО ВИДУ СПОРТА**

**«ФУТБОЛ»**

**по этапам спортивной подготовки НП, УТ, ССМ, ВСМ**

Срок реализации программы: бессрочно

2023 год

22

Приложение № 2

 к Программе по виду спорта

«футбол», утвержденной приказом

 МБУ ДО Сальского района «СШ»

от «\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_202\_\_ № \_\_\_\_\_\_

**Годовой учебно-тренировочный план**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  | Этапы и годы подготовки |  |  |  |  |
|  |  | Этап начальной | Учебно-тренировочный этап |  |  |  |  |
|  |  | (этап спортивной | Этап |  | Этап |  |
|  |  |  | подготовки |  |  |
|  |  |  | специализации) | совершенствования |  | высшего |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  | До трех | Свыше | спортивного |  | спортивного |  |
|  |  | До года |  | Свыше года | мастерства |  | мастерства |  |
|  |  |  | лет | трех лет |  |  |
| № |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Виды подготовки |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  | Недельная нагрузка в часах |  |  |  |  |
| п/п |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  | 4,5-6 |  | 6-8 | 10-12 | 12-16 | 16-18 |  | 18-24 |  |
|  |  |  | Максимальная продолжительность одного учебно-тренировочного занятия в часах |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |   | 2 |  | 2 | 3 | 3 | 4 |  | 4 |  |
|  |  |  |  | Наполняемость групп (чел) |  |  |  |  |
|  | Заполняется МБУ ДО Сальского района «СШ» самостоятельно с учетом суммарного количества обучающихся на этапах (годах) спортивной подготовки |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| Соотношение видов спортивной подготовки и иных мероприятий в структуре учебно-тренировочного процесса |  |
|  |  Общая физическая | 13-17 | 13-17 | 13-17 | 13-17 | 9-11 | 7-9 |
| 1. |  |
|  |
|  |  |
|  | подготовка (%) |  |
|  |  |  |  |

23

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  2. |  | Специальная физическая | - |  | - | 7-9 | 9-11 | 9-11 | 9-11 |  |
|  |  | подготовка (%) |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  3. |  | Участие в спортивных соревнованиях (%) | - |  | - | 7-8 | 7-8 | 10-12 | 9-11 |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  4. |  | Техническая подготовка (%) | 45-52 |  | 43-49 | 35-39 | 18-20 | 9-11 | 7-9 |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  5. |  | Тактическая, теоретическая, психологическая подготовка (%) | 1-2 |  | 1-2 | 7-9 | 11-13 | 19-20 | 26-29 |  |
|  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  6. |  | Инструкторская и судейская практика (%) | - |  | - | 2-3 | 2-3 | 3-4 | 2-3 |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 7. | Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль (%) | 3-5 |  | 3-5 | 2-4 | 8-11 | 8-11 | 8-11 |  |
|  |  |
|  |
|  |
|  8. | Интегральная подготовка (%) | 32-36 |  | 34-39 | 20-24 | 26-29 | 27-32 | 25-28 |  |
|  |  |  |  | Вариативная часть, формируемая МБУ ДО Сальского района «СШ»: |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  9. |  | Самоподготовка | Устанавливается в соответствии с годовым учебно-тренировочным планом для обеспечения непрерывности учебно-тренировочного процесса |  |
|  |  |  |  |
|  | Общее количество часов | 234-312 |  | 312-416 | 520-624 | 624-832 | 832-936 | 936-1248 |  |
|  |  | в год |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

24

Приложение № 3

 к Программе по виду спорта

«футбол», утвержденной приказом

 МБУ ДО Сальского района «СШ»

от «\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_202\_\_ № \_\_\_\_\_\_

**Перечень учебно-тренировочных мероприятий**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  |  | Предельная продолжительность учебно-тренировочных мероприятий |  |
|  |  |  | по этапам спортивной подготовки | (количество суток) |  |
|  | Виды учебно- |  |  |  |  |
| № |  |  |  |  |  |  |
|  | Учебно- |  |  |  |  |
| тренировочных |  | Этап совершенст- |  |  |  |
| п/п |  |  |  |  |
| мероприятий | Этап | тренировочный |  | Этап высшего |  |
|  | вования |  |  |
|  |  | начальной | этап |  | спортивного |  |
|  |  | спортивного |  |  |
|  |  | подготовки | (этап спортивной |  | мастерства |  |
|  |  | мастерства |  |  |
|  |  |  | специализации) |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  | 1. Тренировочные мероприятия по подготовке к спортивным соревнованиям |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Учебно- |  |  |  |  |  |  |
|  | тренировочные |  |  |  |  |  |  |
|  | мероприятия |  |  |  |  |  |  |
| 1.1. | по подготовке | - | - | 21 |  | 21 |  |
|  | к международным |  |  |  |  |  |  |
|  | спортивным |  |  |  |  |  |  |
|  | соревнованиям |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Учебно- |  |  |  |  |  |  |
|  | тренировочные |  |  |  |  |  |  |
|  | мероприятия |  |  |  |  |  |  |
| 1.2. | по подготовке | - | 14 | 18 |  | 21 |  |
|  | к чемпионатам России, |  |  |  |  |  |  |
|  | кубкам России, |  |  |  |  |  |  |
|  | первенствам России |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Учебно- |  |  |  |  |  |  |
|  | тренировочные |  |  |  |  |  |  |
|  | мероприятия |  |  |  |  |  |  |
| 1.3. | по подготовке к | - | 14 | 18 |  | 18 |  |
|  | другим всероссийским |  |  |  |  |  |  |
|  | спортивным |  |  |  |  |  |  |
|  | соревнованиям |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Учебно- |  |  |  |  |  |  |
|  | тренировочные |  |  |  |  |  |  |
| 1.4. | мероприятия | - | 14 | 14 |  | 14 |  |
| по подготовке |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |

* официальным

спортивным

25

соревнованиям

субъекта

Российской

Федерации

2. Специальные тренировочные мероприятия

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Учебно- |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | тренировочные |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 2.1. | мероприятия по общей | - |  | 14 | 18 |  | 18 |  |
|  | и (или) специальной |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | физической |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | подготовке |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 2.2. | Восстановительные | - |  | - | До 10 суток |  |  |
| мероприятия |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Мероприятия |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 2.3. | для комплексного | - |  | - | До 3 суток, но не более 2 раз в год |  |
| медицинского |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | обследования |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Учебно- |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | тренировочные | До 21 суток подряд и не более |  |  |  |  |
| 2.4. | мероприятия | двух учебно-тренировочного | - |  | - |  |
|  | в каникулярный |  | мероприятий в год |  |  |  |  |
|  | период |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Просмотровые |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 2.5. | тренировочные | - |  |  |  | До 60 суток |  |  |
|  | мероприятия |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

26

Приложение № 4

 к Программе по виду спорта

«футбол», утвержденной приказом

 МБУ ДО Сальского района «СШ»

от «\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_202\_\_ № \_\_\_\_\_\_

**Календарный план воспитательной работы**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Направление работы | Мероприятия | Сроки проведения |  |
| п/п |  |
|  |  |  |  |
| 1. | Профориентационная деятельность |  |  |
|  |  |  |  |  |
| 1.1. | Судейская практика | Спортивные соревнования | Учебно-тренировочный |  |
|  |  | различного типа | график |  |
| 1.2. | Инструкторская практика | Учебно-тренировочные занятия | Режим учебно- |  |
|  |  |  | тренировочного |  |
|  |  |  | процесса |  |
| 2. | Здоровье сбережение |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
| 2.1. | Медико-биологическое | Исследование организма | Учебно-тренировочный |  |
|  | исследование | спортсмена после/до | график |  |
|  |  | тренировочной и соревновательной |  |  |
|  |  | деятельности |  |  |
| 2.2. | Режим питания | Практическая деятельность и | Режим учебно- |  |
|  | и отдыха | восстановительные процессы | тренировочного |  |
|  |  |  | процесса |  |
| 3. | Патриотическое воспитание спортсменов |  |  |
|  |  |  |  |  |
| 3.1. | Теоретическая | Беседы, встречи, диспуты | Учебно-тренировочный |  |
|  | подготовка |  | график |  |
| 4. | Развитие творческого мышления |  |  |
|  |  |  |  |  |
| 4.1. | Практическая подготовка | Формирование умений и навыков, | Учебно-тренировочный |  |
|  |  | способствующих достижению | график, режим учебно- |  |
|  |  | спортивных результатов | тренировочного |  |
|  |  |  | процесса |  |

27

Приложение № 5

 к Программе по виду спорта

«футбол», утвержденной приказом

 МБУ ДО Сальского района «СШ»

от «\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_202\_\_ № \_\_\_\_\_\_

**План мероприятий, направленный на предотвращение допинга в спорте и борьбу с ним**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Этап спортивной |  | Содержание мероприятия и его форма | Сроки | Рекомендации по проведению мероприятий |
| подготовки |  |  |  | проведения |  |
| Начальной | 1. Веселые старты | «Честная игра» | 1-2 раза в год | Составление отчета о проведении мероприятия: |
| подготовки |  |  |  |  | сценарий/программа, фото/видео |
|  | 2. | Теоретическое занятие | «Ценности спорта. | 1 раз в год | Согласовать с ответственным за антидопинговое |
|  |  |  | Честная игра» |  | обеспечение в регионе |
|  | 3. | Проверка лекарственных препаратов (знакомство | 1 раз в месяц | Научить юных спортсменов проверять |
|  | с международным стандартом «Запрещенный |  | лекарственные препараты через сервисы по |
|  | список») |  |  | проверке препаратов в виде домашнего задания |
|  |  |  |  |  | (тренер называет спортсмену 2-3 лекарственных |
|  |  |  |  |  | препарата для самостоятельной проверки дома). |
|  | 4. | Антидопинговая | «Играй честно» | По | Проведение викторины на крупных спортивных |
|  | викторина |  | назначению | мероприятиях в регионе. |
|  | 5. | Онлайн обучение на сайте РУСАДА | 1 раз в год | Прохождение онлайн-курса – это неотъемлемая |
|  |  |  |  |  | часть системы антидопингового образования. |
|  | 6. | Родительское | «Роль родителей в | 1-2 раза в год | Включить в повестку дня родительского собрания |
|  | собрание | процессе формирования |  | вопрос по антидопингу. Использовать памятки для |
|  |  |  | антидопинговой |  | родителей. Научить родителей пользоваться |
|  |  |  | культуры» |  | сервисом по проверке препаратов |
|  | 7. | Семинар для тренеров | «Виды нарушений | 1-2 раза в год | Согласовать с ответственным за антидопинговое |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  | 28 |  |  |
|  |  | антидопинговых |  | обеспечение в субъекте Российской Федерации |
|  |  | правил», |  |  |
|  |  | «Роль тренера и |  |  |
|  |  | родителей в процессе |  |  |
|  |  | формирования |  |  |
|  |  | антидопинговой |  |  |
|  |  | культуры» |  |  |
| Учебно- | 1. Веселые старты | «Честная игра» | 1-2 раза в год | Предоставление отчета о проведении мероприятия: |
| тренировочный |  |  |  | сценарий/программа, фото/видео. |
| этап (этап | 2. Онлайн обучение на сайте РУСАДА | 1 раз в год | Прохождение онлайн-курса – это неотъемлемая |
| спортивной |  |  |  | часть системы антидопингового образования. |
| специализации) | 3. Антидопинговая | «Играй честно» | По | Проведение викторины на спортивных |
|  | викторина |  | назначению | мероприятиях |
|  | 4. Семинар для | «Виды нарушений | 1-2 раза в год | Согласовать с ответственным за антидопинговое |
|  | спортсменов и тренеров | антидопинговых правил» |  | обеспечение в субъекте Российской Федерации |
|  |  | «Проверка |  |  |
|  |  | лекарственных средств» |  |  |
|  | 5. Родительское | «Роль родителей в | 1-2 раза в год | Включить в повестку дня родительского собрания |
|  | собрание | процессе формирования |  | вопрос по антидопингу. Использовать памятки для |
|  |  | антидопинговой |  | родителей. Научить родителей пользоваться |
|  |  | культуры» |  | сервисом по проверке препаратов |
| Этапы | 1. Онлайн обучение на сайте РУСАДА | 1 раз в год | Прохождение онлайн-курса – это неотъемлемая |
| совершенствования |  |  |  | часть системы антидопингового образования |
| спортивного | 2. Семинар | «Виды нарушений | 1-2 раза в год | Согласовать с ответственным за антидопинговое |
| мастерства и |  | антидопинговых правил» |  | обеспечение в субъекте Российской Федерации |
| высшего |  | «Процедура допинг- |  |  |
| спортивного |  | контроля» |  |  |
| мастерства |  | «Подача запроса на ТИ» |  |  |
|  |  | «Система АДАМС» |  |  |

29

Приложение № 6

 к Программе по виду спорта

«футбол», утвержденной приказом

 МБУДО Сальского района «СШ»

от «\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_202\_\_ № \_\_\_\_\_\_

**Аттестационные формы контроля учебно-тренировочного процесса и оценочные материалы**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Формы аттестации | Оценочные материалы | Примечание |  |
| п/п |  |
|  |  |  |  |
| 1. | Контрольные тесты | протокол | Форма, разработанная |  |
|  |  |  | МБУ ДО Сальского района «СШ» и включающая |  |
|  |  |  | тесты из Рабочей программы |  |
|  |  |  | тренера - преподавателя |  |
| 2. | Медико-биологические | Заключения | Выдается Заключения |  |
|  | исследования |  | медицинским центром по всем |  |
|  |  |  | видам исследования |  |
| 3. | Собеседования | Протокол Комиссии | Проводится по итогам учебно- |  |
|  |  |  | тренировочного года или |  |
|  |  |  | полугодий |  |
| 4. | Переводные нормативы | Протокол | Проводятся только для этапов |  |
|  |  |  | начальной подготовки и учебно- |  |
|  |  |  | тренировочного этапа (этапа |  |
|  |  |  | спортивной специализации) до |  |
|  |  |  | трех лет, не имеющих |  |
|  |  |  | спортивных разрядов |  |
| 5. | Просмотровые сборы | Заключение тренера, | Проводятся при отборе детей на |  |
|  |  | Комиссии | этапы спортивной подготовки, а |  |
|  |  |  | также одаренных и способных |  |
|  |  |  | детей перешедших из других |  |
|  |  |  | видов спорта или поздно |  |
|  |  |  | ориентированных на занятия |  |
|  |  |  | спортом |  |
| 6. | Другие | устанавливаются МБУ ДО Сальского района «СШ» самостоятельно |  |
|  |  |  |  |  |

30

Приложение № 7

 к Программе по виду спорта

«футбол», утвержденной приказом

 МБУ ДО Сальского района «СШ»

от «\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_202\_\_ № \_\_\_\_\_\_

**Требования к оборудованию и спортивному инвентарю, спортивной экипировке, необходимые для реализации Программы**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  | Таблица № 1 |  |
|  |  |  |  |  |
| № | Наименование оборудования | Единица | Количество |  |
| п/п | и спортивного инвентаря | измерения | изделий |  |
| 1. | Барьер тренировочный (регулируемый) | штук | 10 |  |
| 2. | Ворота футбольные, тренировочные, переносные, уменьшенных размеров с сеткой (2х5 м) | штук | 4 |  |
| 3. | Ворота футбольные, тренировочные, переносные, уменьшенных размеров с сеткой (2х3 м) | штук | 4 |  |
| 4. | Ворота футбольные, тренировочные, переносные, уменьшенных размеров с сеткой (1х2 м или 1х1 м) | штук | 8 |  |
| 5. | Гантели массивные (от 0,5 до 5 кг) | комплект | 3 |  |
| 6. | Манекен футбольный (для отработки ударов и обводки) | комплект | 1 |  |
| 7. | Насос универсальный для накачивания мячей с иглой | комплект | 4 |  |
| 8. | Сетка для переноски мячей | штук | на группу2 |  |
| 9. | Стойка для обводки | штук | 20 |  |
| 10. | Секундомер | штук | на тренера-преподавателя1 |  |
| 11. | Свисток | штук | на тренера-преподавателя1 |  |
| 12. | Тренажер «лесенка» |  штук | на группу2 |  |
| 13. | Фишка для установления размеров площадки | штук | на группу50 |  |
| 31 |  |
| 14. | Флаг для разметки футбольного поля | штук | 6 |  |
|  | Для спортивной дисциплины «футбол» |  |  |
| 15. | Ворота футбольные стандартные с сеткой | штук | 2 |  |
| 16. | Ворота футбольные стандартные, переносные | штук | 2 |  |
| с сеткой |  |
| 17. | Макет футбольного поля с магнитными фишками | штук | на тренера-преподавателя1 |  |
| 18. | Мяч футбольный (размер № 3) | штук | 14 |  |
| 19. | Мяч футбольный (размер № 4) | штук | 14 |  |
| 20. | Мяч футбольный (размер № 5) | штук | 12 |  |
|  | Для спортивной дисциплины «мини-футбол (футзал)» |  |
| 21. | Ворота футбольные, тренировочные, переносные, уменьшенных размеров с сеткой (2х3 м) | штук | 2 |  |
| 22. | Макет мини-футбольного поля с магнитнымифишками | комплект | на тренера-преподавателя1 |  |
|  |  |  |  |  |
| 23. | Мяч для мини-футбола | штук | на группу14 |  |
|  | Для спортивной дисциплины «пляжный футбол» |  |  |
| 24. | Ворота футбольные, тренировочные, переносные, уменьшенных размеров с сеткой (2х3 м) | штук | 2 |  |
| 25. | Мяч для пляжного футбола | штук | на группу14 |  |
|  |  |  | . |  |

32

Таблица № 2

Спортивный инвентарь, передаваемый в индивидуальное пользование

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  | Этапы спортивной подготовки |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  | Учебно- |  Этапсовершенствованияспортивногомастерствасрокэксплуатации(лет)количество | Этап высшегоспортивногомастерствасрокэксплуатации(лет)количество |  |
|  |  |  |  | Этап начальной | тренировочный этап |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | подготовки | (этап спортивной |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  | Единица |  |  |  | специализации) |  |
| № |  |  |  |  |  |
| Наименование | Расчетная единица |  | срокэк | сплуатациилет) |  |  | срокэксплуатации(лет) |  |
| п/п | измерения | количество |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | Первый год | Второй год | Третий год |  До трех лет |  | Свыше трех лет |  |
| Количество |
|  |  |  | Для спортивной дисциплины «футбол» |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 1. | Мяч футбольный(размер № 3) | штук | на группу | 14 | - | - |  - |  | - | - | - |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 2. | Мяч футбольный(размер № 4) | штук | на группу | - |  14 |  14 |  12 |  | - | - | - |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 3. | Мяч футбольный(размер № 4) | штук | на группу | - |  - |  - |  - | 12 | 6 | 4 |  |
|  |  |
|  |  |  |  |

33

**Обеспечение спортивной экипировкой**

Таблица № 1

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| №п/п | Наименование | Единицаизмерения | Количество изделий |
| 1. | Манишка футбольная(двух цветов) | штук | 14 |

34

Таблица № 2

Спортивная экипировка, передаваемая в индивидуальное пользование

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  | Этапы спортивной подготовки |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  | Учебно- |  | Этап | Этап высшего |  |
|  |  |  |  | Этап начальной | тренировочный этап | совершенствования |  |
|  |  |  |  | спортивного |  |
|  |  |  |  | подготовки | (этап спортивной | спортивного |  |
|  |  |  |  | мастерства |  |
|  |  | Единица |  |  |  | специализации) | мастерства |  |
| № |  |  |  |  |  |  |  |
| Наименование | Расчетная единица |  | срокэксплуатациилет)Срок эксплуатации (лет) | количество количество |  Срок эксплуатации (лет)кэксплуатации(лет) | количество количество | срокэксплуатации(лет) Срок эксплуатации (лет) | колколичество | срокэксплуатации(лет) Срок эксплуатации (лет) |  |
| п/п | измерения | количествоколичество |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  | Для спортивной дисциплины «футбол» |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 1. | Брюки тренировочные для вратаря | штук | на обучающегося | – | – | 1 |  | 1 | 1 |  | 1 | 1 | 1 |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 2. | Гетры футбольные | пар | на обучающегося | 2 | 1 | 2 |  | 1 | 2 |  | 1 | 2 | 1 |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 3. | Перчатки футбольные | пар | на обучающегося | – | – | 1 |  | 1 | 1 |  | 0,5 | 1 | 0,5 |  |
| для вратаря |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 4. | Форма игровая (шорты и | комплект | на обучающегося | – | – | 1 |  | 1 | 1 |  | 1 | 1 | 1 |  |
| футболка) |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 5. | Свитер футбольный для | штук | на обучающегося | – | – | 1 |  | 1 | 1 |  | 1 | 1 | 1 |  |
| вратаря |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 6. | Футболка тренировочная с коротким рукавом | штук | на обучающегося | 1 | 1 | 2 |  | 1 | 2 |  | 1 | 2 | 1 |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

35

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 7. | Шорты футбольные | штук |  на обучающегося | 1 | 1 | 2 |  | 1 | 2 |  1 | 2 |  1 |  |
| 8. | Футболка тренировочная с длинным рукавом | штук | на обучающегося | 1 | 1 |  2 |  |  1 |  2 | 1 |  2 |  1 | 1 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 9. | Щитки футбольные | пар |  на обучающегося | – | – | 1 |  | 1 | 1 | 0,5 | 1 | 0,5 |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  10. | Костюм ветрозащитный или костюм тренировочный утепленный | штук | на обучающегося | – | – | 1 |  | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |  |
| 11. | Костюм спортивный парадный | штук |  на обучающегося | – | – |  – | – |  – | 1 |  1 | 1 |  1 |  |
| 12. | Костюм спортивный тренировочный | штук |  на обучающегося | – | – |  1 | – |  1 | 1 |  1 | 1 |  1 |  |
| Для спортивный дисциплины «футбол» |  |
| 13. | Бутсы футбольные | пар | на обучающегося | – | – | 1 |  | 1 | 1 | 0,5 | 1 | 0,5 |  |
|  |  |  | Для спортивной дисциплины «мини-футбол (футзал)» |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 14. | Бутсы для мини-футбола |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| (футзала) |  |  |
|  | пар | на обучающегося | – | – | 1 |  | 1 | 1 | 0,5 | 1 | 0,5 |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

36

Приложение № 8

 к Программе по виду спорта

«футбол», утвержденной приказом

 МБУ ДО Сальского района «СШ»

от «\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_202\_\_ № \_\_\_

**Перечень информационного обеспечения**

1.Боген М.М. «Обучение двигательным действиям». – М.: Физкультура и спорт, 1985.

2.Бойко В.В. «Целенаправленное развитие двигательных способностей человека». М.: ФиС, 1987

3.Золотарев А.П. Структура и содержание многолетней подготовки спортивного резерва в футболе // Теория и практика физической культуры. – 2008. – №3.

4.Иссурин В.Б. Блоковая периодизация спортивной тренировки. – М.: Сов.

 спорт, 2010

 5.Кузнецов А.А. Футбол. Настольная книга детского тренера. – М:

6.Лексаков А.В., Власов А.Е., Калинин Е.М., Кочешков Н.А. «Разработка научно-обоснованных предложений по совершенствованию спортивной подготовки футболистов 15-17 лет на современном этапе развития футбола». Научно-исследовательская работа. М.: 2017

7.Матвеев Л.П. Основы спортивной тренировки. – М.: Физкультура и спорт, 1977. – 280 с.

8.Осташев П.В. Прогнозирование способностей футболиста / П. В. Осташев. – М.: Физкультура и спорт, 1982. – 96 с.

9.Толстых Т.И. Становление социальной зрелости школьников на разных этапах развития // Психология и школа. – 2004. №4.

10.Федосеев А.М. Оценка физического развития современных школьников, сдающих нормы комплекса ГТО / МГАФК. Выпуск XXIV. – Малаховка, 2015. – 184 с.

11.Футбол: Программа для футбольных академий, детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва и училищ олимпийского резерва / Под общей редакцией д.п.н., профессора, заслуженного работника высшей школы РФ В.П. Губы. – М.: Человек, 2015. – 208 с.