

Муниципальное бюджетное учреждение
дополнительного образования «Детско-юношеская спортивная школа по
футболу имени А.И. Зинина»



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ПРЕДПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ
ПРОГРАММА
ПО ГРУППЕ ВИДОВ СПОРТА
КОМАНДНЫЕ ИГРОВЫЕ (ФУТБОЛ)**

Срок реализации Программы: 10 лет
Разработчик Программы:
Инструктор-методист:
Комарова С.Т.

Программа одобрена
Педагогическим советом
МБУДО «ДЮСШ по футболу»
от «07» сентября 2015г.

г. Междуреченск, 2015год

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.

1.1. Командные-игровые виды спорта. Отличительной особенностью этого вида спорта – является то, что игрок должен удерживать в поле зрения партнеров, соперников, мяч, уметь быстро переключать внимание с одного объекта на другой. В последнее время футбол стал более скоростно-силовым. В нем увеличилось число игровых эпизодов, в которых футболисты принимают мяч в условиях жесткого сопротивления соперника. Уменьшилось время на принятие решений. Возросла эффективность групповых действий в каждом игровом эпизоде и одновременно-эффективность индивидуальной игры в штрафных площадках соперников. Скоростная техника постепенно становится основным фактором решения игровых задач, особенно задач завершения атаки ударом по воротам. Так же увеличилось значение специальной физической подготовки, особенно таких качеств, как быстрота реагирования и принятия решения, в условиях дефицита времени, быстрота передвижения по полю, взрывная сила, координация движения.

1.2. Дополнительная предпрофессиональная программа в области физической культуры и спорта по группе видов спорта командные игровые разработана МБОУ ДОД «ДЮСШ по футболу имени А.И. Зинина» в соответствии и с учетом основных положений и требований нормативных правовых актов и законодательства в сфере образования и физической культуре и спорта.

Дополнительная предпрофессиональная программа в области физической культуры и спорта по группе видов спорта командные игровые (далее-Программа) реализуется в соответствии с Федеральными государственными требованиями к минимуму содержания, структуре, условиям реализации дополнительных предпрофессиональных программ в области физической культуры и спорта и к срокам обучения по этим программам, с учетом требований Федеральных стандартов спортивной подготовки по видам спорта.

Программа определяет содержание и организацию образовательного процесса в Муниципальном бюджетном образовательном учреждении дополнительного образования детей «Детско-юношеская спортивная школа по футболу имени А.И. Зинина» (далее – Учреждение) та.

1.3. Программа учитывает возрастные и индивидуальные особенности обучающихся и направлена на:

- отбор одаренных детей в области физической культуры и спорта;
- создание условий для физического воспитания и физического развития детей;
- формирование знаний, умений навыков в области физической культуры и спорта;

- подготовку одаренных детей к поступлению в образовательные организации, реализующие профессиональные образовательные программы в области физической культуры и спорта;
- организация досуга и формирование потребности в поддержании здорового образа жизни;

1.4. Основные задачи и содержание Программы.

Основными задачами реализации Программы являются:

- формирование и развитие творческих спортивных способностей детей, удовлетворение их индивидуальных потребностей в физическом совершенствовании;
- формировании культуры здорового образа жизни, укрепление здоровья обучающихся;
- выявление и поддержка детей, проявивших выдающиеся способности в спорте.
- постепенное увеличение интенсивности тренировочного процесса;
- повышение специальной скоростно-силовой подготовленности;

1.5. Результаты освоения Программы.

Результатом освоения Программы являются приобретение обучающимися следующих знаний, умений и навыков в предметных областях:

- теория и методика физической культуры и спорта;
- общая физическая подготовка;
- избранный вид спорта;
- другие виды спорта и подвижные игры.

1.5.1. В области теории и методики физической культуры и спорта:

- история развития избранного вида спорта;
- место и роль физической культуры и спорта в современном обществе;
- основы спортивной подготовки и тренировочного процесса;
- основы законодательства в сфере физической культуры и спорта (правила игры в футбол, требования, нормы и условия их выполнения для присвоения спортивных разрядов и званий в футболе; федеральные стандарты спортивной подготовки по футболу; общероссийские антидопинговые правила, утвержденные федеральным органом исполнительной власти в области физической культуры и спорта, и антидопинговые правила, утвержденные международными антидопинговыми организациями):
- необходимые сведения о строении и функциях организма человека;
- гигиенические знания, умения и навыки;
- режим дня, закаливание организма, здоровый образ жизни;
- основы спортивного питания;
- требования техники безопасности при занятиях футболом;

1.5.2. В области общей физической подготовки:

- освоение комплексов физических упражнений;
- развитие основных физических качеств (гибкости, быстроты, силы, координации, выносливости) и их гармоничное сочетание применительно к специфике занятий избранным видом спорта;

- укрепление здоровья, повышение уровня физической работоспособности и функциональных возможностей организма, содействие гармоничному физическому развитию, воспитанию личных качеств и нравственных чувств (коллективизм, взаимопомощь).

1.5.3. В области избранного вида спорта:

- овладение основами техники и тактики футбола;
- приобретение соревновательного опыта путем участия в спортивных соревнованиях;
- повышение уровня функциональной подготовленности;
- освоение соответствующие возрасту, полу и уровню подготовленности занимающихся тренировочных и соревновательных нагрузок;
- выполнение требований, норм и условий их выполнения для присвоения спортивных разрядов и званий по избранному виду спорта.

1.5.4. В области других видов спорта и подвижных игр:

- умение точно и своевременно выполнять задания, связанные с обязательными для всех правилами;
- умение развивать профессионально необходимые физические качества в избранном виде спорта средствами других видов спорта и подвижных игр;
- умение соблюдать требования техники безопасности при самостоятельном выполнении упражнений;
- навыки сохранения собственной физической формы.

НОРМАТИВНАЯ ЧАСТЬ

1.6. Нормативная часть программы является официальным документом, в соответствии с которым планируется подготовка обучающихся в спортивной школе.

На основании нормативной части программы и методических положений многолетней подготовки спортсменов МБОУДОД ДЮСШ по футболу имени А.И. Зинина» г. Междуреченск разрабатываются планы подготовки учебных групп и отдельных спортсменов с учетом имеющихся условий. Утверждение планов подготовки проводится на основании решения педагогического совета и директора ДЮСШ.

Результаты, показанные учащимися на приемных и переводных испытаниях, заносятся в журнал учета групповых занятий ДЮСШ. Приемные и переводные нормативы проводятся соответственно в начале и в конце года.

Нормативная часть программы определяет основные требования по ее структуре и содержанию: по возрасту, численному составу занимающихся, объему отдельных видов подготовки (физической, технико-тактической, игровой) и нагрузок разной направленности, а также по структуре многолетней подготовке юных футболистов. Многолетняя подготовка включает в себя следующие этапы: начальной подготовки, тренировочный.

1.6.2. Организация занятий по Программе. Зачисление обучающихся по годам обучения проводится на основании сдачи нормативов по общей и специальной физической подготовке. Требования к минимальному возрасту и наполняемости групп обучающихся, предусмотренные Программой, указаны в Таблице № 1.

Таблица 1. Продолжительность этапов спортивной подготовки, минимальный возраст лиц для зачисления на этапы спортивной подготовки и наполняемость групп

Этапы спортивной подготовки	Продолжительность Этапов (в годах)	Минимальный возраст для зачисления в группы (лет)	Наполняемость групп (человек)
Этап начальной подготовки	3	8	14
Тренировочный этап	5	10	14
Этап совершенствования спортивного мастерства	2	13	6

1.6.3. Прием на обучение по Программе осуществляется на основании результатов индивидуального отбора лиц, имеющих необходимые для освоения соответствующей программы способности в области физической культуры и спорта. Порядок и сроки отбора устанавливаются Учреждением самостоятельно.

Минимальный возраст детей, допускаемых к освоению Программы – 8 лет. Максимальный возраст обучающихся по Программе составляет – 18 лет.

На этап совершенствования спортивного мастерства прием на обучение не ведется. На данном этапе продолжают обучение обучающиеся, зачисленные в Учреждение и прошедшие обучение на тренировочном этапе (спортивной специализации).

1.6.4. Продолжительность одного тренировочного занятия при реализации Программы рассчитывается в академических часах с учетом возрастных особенностей и этапа (периода) подготовка занимающихся и не может превышать:

- на этапе начальной подготовки – 2 часов;
- на тренировочном этапе – 3 часов
- этап совершенствования спортивного мастерства -4 часов;

При проведении одного тренировочного занятия в один день суммарная продолжительность занятий не должна превышать 8 академических часов.

Непрерывность освоения обучающимися Программы в каникулярный период обеспечивается следующим образом:

- в физкультурно-спортивных или спортивно-оздоровительных лагерях (центрах) а также в спортивно-образовательных центрах;
- участием обучающихся в тренировочных сборах, проводимых образовательными организациями и иными физкультурно-спортивными организациями;
- самостоятельная работа обучающихся по индивидуальным планам подготовки.

Соотношение объемов тренировочного процесса по видам спортивной подготовки на этапах спортивной подготовки по виду спорта футбол указаны в Таблице №2.

Таблица №2. Соотношение объемов тренировочного процесса по видам спортивной подготовки на этапах спортивной подготовки по виду спорта футбол

Разделы спортивной подготовки	Этапы и годы спортивной подготовки				
	Этап начальной подготовки		Тренировочный этап		Этап совершенствования спортивного мастерства
	1 год	свыше года	до 2 лет	свыше 2 лет	
1	2		3		4
Общая физическая подготовка (%)	15	15	13	13	4
Специальная физическая подготовка (%)	5	5	11	11	9
Техническая подготовка (%)	40	40	27	21	12
Тактическая, теоритическая, психологическая подготовка (%)	9	9	11	11	13
Технико-тактическая (интегральная) подготовка (%)	25	25	30	36	17
Участие в соревнованиях, тренерская и судейская практика (%)	6	6	8	8	45

1.6.5. Реализация Программы обеспечивается педагогическими работниками и другими специалистами, имеющими соответствующее среднее профессиональное образование или высшее образование.

На всех этапах подготовки могут привлекаться дополнительно к основному тренеру-преподавателю другие тренеры-преподаватели и специалисты. Обеспечивающие образовательный процесс (в том числе тренировочный), при условии их одновременной с основным тренером-преподавателем работы с обучающимися.

1.6.6. Учреждение осуществляет обеспечение спортивной экипировкой, спортивным инвентарем и оборудованием, проездом к месту проведения физкультурных и спортивных мероприятий и обратно, питанием

проживанием в период проведения физкультурных и спортивных мероприятий, а также осуществляет медицинское обеспечение обучающихся в порядке и объемах, установленных учредителем образовательной организации.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

Учебный план является неотъемлемой частью Программы и определяет содержание и организацию образовательного процесса в Учреждении и включает в себя:

- наименование предметных областей;
- продолжительность и объемы реализации Программы по предметным областям;
- соотношение объемов тренировочного процесса по разделам обучения, включая время, отведенное для самостоятельной работы обучающихся, в том числе и по индивидуальным планам.

Учебный план определяет последовательность освоения содержания Программы по годам обучения, объем часов по каждому учебному предмету (максимальную нагрузку обучающихся).

В целях реализации Программы Учреждение ежегодно разрабатывает и утверждает годовой учебный график из расчета 42 недели.

График и объем нагрузки в рамках образовательного процесса по Программе представлены в Таблице № 3.

Таблица № 3 Продолжительность и объемы реализации программы по предметным областям.

Предметные области	Начальная подготовка (НП)	Учебно-тренировочный (УТ)					Совершенствование спортивного мастерства (ССМ)	
		1 год 6 час	2 год 8 час	1 год 12 час	2 год 12 час	3 год 15 час	4 год 15 час	1 год 20 час
1. Теория и методика физической культуры и спорта	24	34	50	50	64	64	84	84
2. Общая физическая подготовка	76	100	154	154	190	190	252	252
3. Избранный вид спорта	114	152	226	226	282	282	378	378
4. Другие виды спорта и подвижные игры	38	50	74	74	94	94	126	126
Всего:	252	336	504	504	630	630	840	840

Таблица 4. Соотношение объемов тренировочного процесса

а по разделам обучения.

№ п/п	Предметная область	Соотношение объемов в %
1	Теория и методика физической культуры и спорта	10%

2	Общая физическая подготовка	30%
3	Избранный вид спорта	40%
4	Другие виды спорта подвижные игры	15%
	Всего:	100%

Режимы учебно-тренировочной работы и требования по физической, технической и спортивной подготовке

Год обучения	Минимальный возраст для зачисления	Минимальное число занимающихся в группах	Максимальное кол-во учебных часов в неделю	Требования по физической и специальной подготовке на начало года
Этап начальной подготовки				
1-й	8	15	6	Выполнение нормативов ОФП
2-й		15	9	
3-й		12	9	
Тренировочный этап				
1-й	11	12	12	Выполнение нормативов ОФП, СФП, ТТП.
2-й		12	14	
3-й		12	16	
4-й		12	18	
5-й		12	20	

Учебный план предусматривает ежегодное увеличение объемов и интенсивности тренировочных нагрузок на основе общих закономерностей развития физических качеств и спортивного совершенствования и является многолетним планом подготовки спортсмена.

МЕТОДИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ

Содержание и методика работы по предметным областям, этапам подготовки в рамках Программы.

Процессы подготовки обучающихся строятся в соответствии с задачами, стоящими на каждом этапе подготовки. Изучаемый материал Программы распределяется по годам обучения в определенной последовательности в соответствии с физической и технической подготовленностью обучающихся.

Процесс подготовки обучающихся включает в себя: физическую, теоретическую, техническую, тактическую, психологическую виды подготовки.

Под физической подготовкой следует понимать Общую Физическую подготовку(ОФП) и Специальную Физическую подготовку (СФП).

Общая физическая подготовка обучающегося осуществляется в процессе тренировочных занятий, в которые включаются общеразвивающие упражнения на развитие основных качеств.

Общая физическая подготовка должна быть обусловлена разнообразностью средств физического развития и относительно частой их сменой в тренировочном процессе.

упражнений по футболу								
Методика обучения, планирование спортивной тренировки	+	+	+	+	+	+	+	+
Общая и специальная физическая подготовка, средства восстановления	+	+	+	+	+	+	+	+
Психологическая подготовка	+	+	+	+	+	+	+	+
Инструкторская и судейская практика	+	+	+	+	+	+	+	+
Основы законодательства в сфере физической культуры и спорта(правила соревнований, антидопинговые правила)	+	+	+	+	+	+	+	+
Требования к оборудованию, инвентарю и спортивной экипировке	+	+	+	+	+	+	+	+
Требования к ТБ при занятиях избранным видом спорта	+	+	+	+	+	+	+	+
Практические занятия								
2.Общая физическая подготовка								
Общеразвивающие упражнения (в т.ч. разминка и заключительный этап УТЗ)	+	+	+	+	+	+	+	+
Специальная физическая подготовка	+	+	+	+	+	+	+	+
Инструкторская и судейская практика			+	+	+	+	+	+
Восстановительные мероприятия	+	+	+	+	+	+	+	+
Контрольные испытания, участие в соревнованиях	+	+	+	+	+	+	+	+
3.Другие виды спорта и подвижные игры								
Легкая атлетика, плавание, гимнастика, спортивные и подвижные игры, единоборства	+	+	+	+	+	+	+	+

2. Формы проведения тренировочных занятий.

Основными формами осуществления тренировочных занятий являются:

- теоритические занятия;
- групповые или индивидуальные тренировочные занятия;
- тестирование и контроль;
- судейская и инструкторская практика;
- участие в спортивных соревнованиях и тренировочных мероприятиях;
- медико-восстановительные мероприятия, психологическая подготовка;
- самостоятельная работа обучающихся по индивидуальным планам(не менее 10% от общего объема тренировочной деятельности);
- посещение обучающимися официальных спортивных мероприятий;
- организация и проведение совместных мероприятий с другими образовательными и физкультурно-спортивными организациями;
- тренировочные мероприятия.

2.1. Теоритические занятия.

На теоритических занятиях обучающиеся знакомятся с развитием физкультурного движения, историей развития вида спорта, получают знания по анатомии, физиологии, врачебному контролю, первой медицинской помощи, гигиене, теоритических

сведения о технике выполнения упражнений, методике обучения и тренировки, правилам и судейству соревнований.

Занятия проводятся в форме лекций или бесед с демонстрацией наглядных пособий, кино и видеоматериалов, публикаций в прессе, в сети Интернет в электронных средствах массовой информации, специализированных журналах.

Теоритические занятия проводятся самостоятельно или в комплексе с практическими занятиями.

2.2. практические занятия.

На практических занятиях наряду с разучиванием нового материала и закреплением пройденного, большое внимание уделяется повышению общей и специальной работоспособности обучающихся. Практические занятия различаются по цели (на тренировочные, контрольные и соревновательные); количественному составу обучающихся (индивидуальные, групповые). В процессе тренировочных занятий осуществляется совершенствование физической, психологической и специальной подготовленности обучающихся. Также обучающиеся приобретают инструкторские и судейские навыки, выполняют контрольные нормативы.

Основной формой организации освоения практических навыки, выполняют контрольные нормативы.

Основной формой организации освоения практических навыков в рамках Программы являются групповое тренировочное занятие.

Групповое тренировочное занятие состоит из трех частей:

- подготовительной;
- основной;
- заключительной.

Для каждой части определяются свои задачи и средства их решения.

- 1) Подготовительная часть-(примерно 15-20% занятия), организация обучающихся, изложение задач и содержания занятия, разминка и подготовка обучающихся к выполнению нагрузок, формирование осанки, развитие координации движения.

Задачи: раскрепощение; разогревание и подведение к основной нагрузке;

«двигательная настройка» (вработывание в режим специализированных упражнений);

«психическая нагрузка» (обеспечение оптимальной возбудимости, сосредоточенности, психической готовности к тренировке с тяжестями различной интенсивности и величины объемов).

- 2) Основная часть-(примерно 67-70% занятия), изучение, совершенствование техники упражнений, элементов, дальнейшее развитие скоростно-силовых качеств.

- 3) Заключительная часть-(примерно 10-20% занятия):

-снятие напряжения: раскрепощение мышц, освобождение от нервной напряженности, снижение сосредоточенности;

-успокоение организма: активная нормализация функционального состояния сердечнососудистой и дыхательной систем;

-психическое стимулирование: завершение занятий на фоне положительных эмоций, что помогает подготовить позитивную установку на следующее тренировочное занятие;

-педагогическое заключение: краткая оценка деятельности и достижений занимающихся в свете поставленных перед занятием задач, ориентация на очередные достижения.

Помимо тренировочных занятий обучающиеся должны ежедневно заниматься утренней зарядкой и самостоятельно выполнять задания тренера-преподавателя по совершенствованию отдельных элементов техники и развитию необходимых физических качеств.

При проведении занятий и участии обучающихся в соревнованиях должны строго соблюдать установленные требования к врачебному контролю, предупреждению травм, обеспечению должного технического и санитарно-гигиенического состояния мест занятий и соревнований, спортивного оборудования и инвентаря.

2.3. Рекомендации по организации психологической подготовки

Основное содержание психологической подготовки обучающихся состоит в следующем: информации и принятию решений;

- формирование мотивации к занятиям спортом;
- развитие личностных качеств, способствующих совершенствованию и контролю;
- совершенствование внимания (интенсивности, устойчивости, переключения), воображения, памяти, что будет способствовать быстрому восприятию информации и принятию решений;
- формирование межличностных отношений в спортивном коллективе.

Психологическая подготовка предусматривает формирование личности спортсмена и межличностных отношений, развитие спортивного интеллекта, психологических функций и психомоторных качеств. Тренеру-преподавателю следует использовать все имеющиеся средства и методы психологического воздействия на обучающихся, необходимые для формирования психически уравновешенной, полноценной, всесторонне развитой личности.

В работе с обучающимися устанавливается определенная тенденция в преимуществе тех или иных средств и методов психолого-педагогического воздействия: разъяснение, критика, одобрения, осуждение, внушение примеры авторитарных людей и др. Методы смешанного воздействия включают: поощрение, выполнение общественных и личных поручений, наказание.

Так в подготовительной части тренировочного занятия используются методы словесного воздействия, направленные на развитие различных свойств личности, сообщается информация, способствующая развитию интеллекта и психических функций, методы развития внимания, и волевых качеств. В основной части совершенствуются специализированные психические функции и психомоторные качества, эмоциональная устойчивость, способность к самоконтролю.

В заключительной части совершенствуется способность к саморегуляции и нервно-психическому восстановлению. Акцент в распределении средств и методов психической подготовки в решающей степени зависит от психических особенностей обучающихся, задач и направленности тренировочного занятия.

Оценка эффективности воспитательной работы и психолого-педагогических воздействий в тренировочном процессе осуществляется путем педагогических наблюдений, измерений, анализа различных материалов, характеризующих личность обучающегося. Полученные данные сравниваются с исходными показателями и используются для внесения коррективов в тренировочный процесс и планирования психологической подготовки.

2.4. Восстановительные мероприятия и средства.

Для восстановления работоспособности обучающихся необходимо использовать широкий круг средств и мероприятий (педагогических, гигиенических, психологических и медико-биологических) с учетом возраста, спортивного стажа квалификации и индивидуальных особенностей спортсменов, а также методические рекомендации по использованию средств восстановления.

Возросшие объем и интенсивность тренировочного процесса в современном спорте вызывают необходимость в проведении эффективных мероприятий по обеспечению ускорения восстановительных процессов в организме обучающегося с целью повышения его работоспособности, предупреждения перенапряжений, травм и других нарушений в состоянии здоровья.

Восстановительные мероприятия являются неотъемлемой частью тренировочного процесса, так как основную роль в повышении тренированности играют процессы суперкомпенсации (сверх восстановления).

Средства и методы восстановления подразделяются на следующие группы:

- 1) естественные и гигиенические;
- 2) педагогические;
- 3) медико-биологические;
- 4) психологические;

Каждое средство восстановления является многофункциональным. Совокупное их использование должно составлять единую систему методов восстановления. Основным критерием выбора конкретных восстановительных средств является индивидуальная реакция обучающихся на процедуры и их связь с особенностями тренировочной нагрузки. В дни больших нагрузок планируется меньше восстановительных мероприятий. Че в дни «отдыха», так как есть мнение, что повышение дозы восстановительных процедур «блокируют» максимальное воздействие на организм.

Восстановительные процедуры осуществляются преимущественно после тренировочных занятий. Могут быть использованы различные виды душа, массаж, баня, сон и т. др.

При организации восстановительных мероприятий следует учитывать субъективные и объективные признаки утомления, не до восстановления.

К естественным и гигиеническим средствам восстановления относятся:

- рациональный режим дня;
- правильное (рациональное, сбалансированное, калорийное питание);
- естественные факторы природы (солнечные и воздушные ванны, купание, закаливание, прогулки)

Под педагогическими средствами подразумевается организация тренировочного процесса, включающая рациональное планирование тренировки(соответствие нагрузок функциональным возможностям, рациональное сочетание общих и специальных средств, оптимальное построение тренировочных микро и макро циклов; оптимальное сочетание нагрузки и отдыха, создание положительного эмоционального фона.

Педагогические средства-основные, поскольку нерациональное планирование тренировки нивелирует воздействие любых естественных, медико-биологических и психологических средств.

Педагогические средства должны обеспечивать эффективное восстановление за счет рациональной организации всего процесса подготовки.

Большое значение как средство активного отдыха, переключения и вместе с тем как средство повышения функциональных возможностей организма обучающихся имеет ОФП, которая способствует ускорению восстановительных процессов в организме обучающегося.

К медико-биологическим средствам и методам восстановления относятся:

- 1) специальное питание и витаминизация;
- 2) фармакологические;
- 3) бальнеологические;
- 4) физиотерапевтические.

С помощью этих средств снижается уровень нервно-психологического напряжения и уменьшается психическое утомление. Особенно большую роль они играют во время ответственных соревнований и напряженных тренировок, когда первоочередное внимание должно уделяться восстановлению нервно-психических функций.

2.5. Инструкторская и судейская практика.

Одной из задач Учреждения является подготовка обучающихся к роли помощника тренера-преподавателя, инструктора и участие в организации и проведении спортивных соревнований в качестве судьи.

Решение этих задач целесообразно начинать на тренировочном этапе и продолжить инструкторско-судейскую практику на последующих этапах подготовки. Занятия следует проводить в форме бесед, семинаров, самостоятельного изучения литературы, практических занятий, просмотра видеозаписей. Обучающиеся тренировочного этапа должны овладеть принятой в футболе терминологией и командным языком для построения, проведения строевых упражнений; овладеть основными методами построения тренировочного занятия: разминкой, основной и заключительной частью.

Во время проведения занятий необходимо развивать способность обучающихся наблюдать за выполнением упражнений, технических приемов другими спортсменами, находить ошибки и исправлять их. Обучающиеся должны научиться вместе с тренером-преподавателем проводить разминку, участвовать в судействе. Привитие судейских навыков осуществляется путем изучения правил соревнований, привлечение спортсменов непосредственному выполнению отдельных судейских обязанностей в своей и других группах, ведение протоколов соревнований.

Во время обучения на тренировочном этапе необходимо научить обучающихся самостоятельному ведению план-конспекта(дневника): вести учет тренировочных и соревновательных нагрузок, регистрировать результаты спортивного тестирования, анализировать выступления на соревнованиях.

Обучающиеся этапа спортивного мастерства должны уметь подбирать основные упражнения для разминки и самостоятельно проводить ее по заданию тренера-преподавателя, правильно демонстрировать технику выполнения упражнений, замечать и исправлять ошибки при выполнении упражнений другими обучающимися, проводить тренировочные занятия в группах начальной подготовки.

Принимать участие в судействе городских и областных соревнований в роли ассистента, секретаря, секретаря.

3. Требования техники безопасности в процессе реализации Программы.

3.1. Общие требования безопасности:

В качестве тренера-преподавателя для занятий с обучающимися могут быть допущены лица имеющие специальное педагогическое образование, подтвержденное документом установленного в РФ образца (дипломом), прошедшие медицинский осмотр и инструктаж по охране труда.

К занятиям по виду спорта допускаются лица с 8 лет, имеющие допуск врача и не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья;

В обязанности тренера-преподавателя входит проведение инструктажа обучающихся по правилам безопасности во время занятий. Работа по профилактике травматизма, заболеваний и несчастных случаев при занятиях физической культурой и спортом является одной из важнейших задач тренера-преподавателя;

Тренер-преподаватель и обучающиеся должны строго соблюдать установленные в учреждении правила поведения, режим труда и отдыха, правила пожарной, антитеррористической безопасности, гигиены и санитарии, знать места расположения первичных средств пожаротушения;

При проведении занятий возможно воздействие на обучающихся следующих опасных факторов:

-травмы при проведении занятий на неисправных, непрочных установленных и незакрепленных воротах;

-травмы при проведении занятий на стадионах с неровным покрытием;

-обучающиеся должны быть в специальной спортивной экипировке и спортивной обуви.

Спортивный зал для занятий футболом должен быть оснащен огнетушителями, автоматической системой сигнализации и приточно-вытяжной вентиляцией, медицинской аптечкой.

В случаи легкой травмы тренер-преподаватель должен оказать помощь пострадавшему. К лицам, получившим средние и тяжелые травмы во время

занятий, необходимо срочно вызвать скорую помощь. До прибытия скорой помощи пострадавшему должна быть оказана первая доврачебная помощь в соответствии с инструкцией по первой доврачебной помощи, действующей в образовательном учреждении;

Обучающиеся, нарушающие правила безопасности, отстраняются от занятий и на них налагается дисциплинарное взыскание. Перед началом очередного занятия со всеми обучающимися проводится внеплановый инструктаж.

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ДЕТСКО-ЮНОШЕСКАЯ
СПОРТИВНАЯ ШКОЛА ПО ФУТБОЛУ ИМЕНИ А.И. ЗИНИНА»**

Рецензия

на дополнительную предпрофессиональную программу

«ФУТБОЛ»,

разработанную коллективом тренеров-преподавателей МБУ ДО

«ДЮСШ по футболу имени А.И. Зинина» г. Междуреченска

Авторы-составители: коллектив тренеров-преподавателей, заместитель директора по УВР Т.М.Чечеткина и инструктор-методист С.Т. Комарова.

Дополнительная предпрофессиональная программа по футболу разработана в соответствии с Федеральными государственными требованиями к минимуму содержания, структуре, условиям реализации дополнительных предпрофессиональных программ в области физической культуры и спорта и к срокам ее обучения, утвержденные приказом Министерства спорта РФ от 12.09.2013 г № 730.

Весь учебный материал программы распределён в соответствии с возрастным принципом и рассчитан на последовательное освоение теоретического материала, практических умений и навыков.

Данная программа рассчитана на 10 лет обучения.

В структуре программы выдержаны все основные разделы:

- пояснительная записка
- учебный план
- методическая часть
- система контроля и зачетные требования
- перечень информационного обеспечения.

В пояснительной записке дана характеристика избранного вида спорта, сформулированы его цели и задачи, изложена структура системы многолетней подготовки, минимальный возраст детей для зачисления на обучения и минимальное количество детей в группах.

В учебном плане программы отражены продолжительность и объем реализации по предметным областям, соотношение объемов тренировочного

процесса по разделам обучения, включая время, отводимое для самостоятельной работы обучающихся.

Методическая часть программы включает в себя содержание и методику работы по предметным областям (теория и методика физической культуры и спорта, общая и специальная физическая подготовка, избранный вид спорта), этапам (периодам) подготовки (начальная подготовка, тренировочный этап).

В программе четко сформулирована и определена система контроля и зачетные требования по общей и специальной физической подготовке, овладению теоретическими занятиями и навыками по организации и проведению занятий.

В программе даны конкретные методические рекомендации по планированию и проведению учебно-тренировочной работы на разных ее этапах в зависимости от возраста, уровня развития физических и психофизиологических качеств и от специальных способностей занимающихся.

Перечень информационного обеспечения достаточно полный и соответствует содержанию программы.

Практической ценностью программы является то, что в ней собран большой учебно-методический материал.

Программа может быть рекомендована и использована в качестве основы для организации работы тренеров-преподавателей по футболу и практического применения в спортивных школах.

Рецензент:

Декан факультета физической культуры НФИ КемГУ,
К.б.н., доцент, Заслуженный работник ФК РФ



В.П.Зубанов



