МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ «ЦЕНТР ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ»

Принято
на заседании педагогического совета
Протокол №2 от 02.09.2026г.

Утверждаю:
Директор МБУ ДО «ЦДО»
_____ Н.П. Балеевских
«02» 09 2026 год

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

«ФУТБОЛ»

Направленность: физкультурно-спортивная
Возраст обучающихся: 11-17 лет
Срок реализации программы: 144 часа
Форма обучения: очная

Педагог дополнительного образования:
Крылосов Д.С.

п. Октябрьский
2026 год

ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ

Полное наименование учреждения	Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования «Центр дополнительного образования»
Ф.И.О. реализующего программу	Крылосов Дмитрий Сергеевич, педагог дополнительного образования
Название программы	«Футбол»
Тип программы	Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа
Направленность	Физкультурно-спортивная
Вид программы	Модифицированная
Возраст обучающихся	11-17 лет
Срок обучения	1 год
Объем часов	144
Режим занятий	Два раза в неделю по 2 академических часа
Год начала реализации	2026
Цель программы	Формирование устойчивого интереса к систематическим занятиям футболом, всестороннее физическое развитие обучающихся, совершенствование технико-тактического мастерства, развитие командного взаимодействия и воспитание культуры здорового образа жизни через занятия самой популярной командной игрой в мире.
Задачи программы	1. Обучающая: • обучить технике владения мячом: ведение (внутренней и внешней стороной стопы, подъёмом), приёмы мяча (подошвой, внутренней стороной стопы, бедром, грудью, головой), передачи на различные дистанции, удары по воротам (подъёмом, внутренней стороной стопы, «шведкой», через себя), обводка и финты; • обучить технике игры вратаря: стойка, перемещения, ловля мяча, отбивание, ввод мяча в игру; • познакомить с официальными правилами футбола (положение «вне игры», фолы, пенальти, угловые, штрафные и

	свободные удары), основами судейства и организацией соревнований; • сформировать знания о тактических схемах игры (4-4-2, 4-3-3, 3-5-2), индивидуальных, групповых и командных действиях в нападении и защите. 2. Развивающая: • развить специфические физические качества: скоростную выносливость, быстроту рывков на короткие и средние дистанции, ловкость, координацию, прыгучесть, силу удара; • развить тактическое мышление: умение «читать» игру, предвидеть действия партнёров и соперников, выбирать оптимальные решения в условиях ограниченного времени и пространства; • развить психологические качества: стрессоустойчивость, концентрацию внимания, эмоциональную устойчивость в критических моментах матча, лидерские качества; • развить умение анализировать игровые ситуации, планировать подготовку к матчам, вести статистику собственных выступлений. 3. Воспитательная: • воспитать дисциплинированность, целеустремлённость, волевые качества и настойчивость в преодолении физических нагрузок и игровых трудностей; • сформировать потребность в регулярных занятиях спортом, культуру спортивного поведения: уважение к сопернику, партнёру, тренеру и судье, корректное принятие поражений и скромность в победе; • воспитать чувство коллективизма, ответственности за результат команды, готовность к взаимопомощи и поддержке партнёров в любых игровых ситуациях.
Планируемые результаты программы	Личностные результаты Обучающиеся осознают:

	• ценность физического здоровья как основы полноценной жизни и необходимость регулярной двигательной активности для его укрепления; • важность дисциплины, целеустремлённости, волевых качеств и умения работать в команде для достижения общих целей; • способность к самостоятельным поступкам и действиям, совершаемым на основе морального выбора, принятию ответственности за результаты своей деятельности в команде; • уважение к сопернику, партнёру по команде, тренеру и судье; неприятие грубости, симуляций и неспортивного поведения; • необходимость активной жизненной позиции и мотивацию к участию в футбольных турнирах школьного, муниципального и регионального уровней. Предметные результаты Обучающиеся осваивают и осмысляют: • технику владения мячом: ведение, приёмы, передачи, удары по воротам с различных дистанций и позиций, обводка и финты; • технику игры головой: удары по воротам, передачи, сбросы партнёру, отборы в единоборствах; • технику игры вратаря: стойка, перемещения в воротах, ловля мяча, отбивание, ввод мяча в игру руками и ногами; • тактические схемы построения команды, индивидуальные и групповые действия в нападении (выход из обороны, создание численного преимущества, завершение атаки) и защите (прессинг, подстраховка, отбор мяча);

	• стандартные положения: розыгрыш угловых, штрафных и свободных ударов, ввод мяча из-за боковой линии; • официальные правила футбола (FIFA), порядок проведения соревнований, основы судейства и ведения протокола матча; • основы общей и специальной физической подготовки: разминка, заминка, упражнения на развитие скоростной выносливости, скоростно-силовые упражнения, координационные упражнения; • основы самоконтроля: определение ЧСС, оценка утомления, ведение дневника тренировок и статистики матчей. Метапредметные результаты Обучающиеся осваивают: • умение самостоятельно определять цели тренировочной и соревновательной деятельности и составлять план действий по их достижению; • умение анализировать игровые ситуации, устанавливать причинно-следственные связи между выбранными тактическими решениями и результатом атаки или защиты; • умение продуктивно общаться и взаимодействовать в команде: координировать действия, поддерживать партнёров, разрешать конфликтные ситуации в соответствии со спортивной этикой; • умение применять знания о физиологии, гигиене и безопасности для сохранения здоровья, предупреждения травматизма и перенапряжения; • умение с достаточной чёткостью выражать свои мысли, проводить разбор игровых эпизодов, осуществлять самооценку и взаимооценку техники и тактики

Формы подведения итогов	Промежуточная и итоговая аттестация, тестирование по спортивной подготовке