

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа № 262
Красносельского района
Санкт-Петербурга

СОГЛАСОВАНО

Педагогическим Советом

ГБОУ СОШ №262 Санкт-Петербурга

Протокол от 29.08.2025 г. №11



УТВЕРЖДЕНО

Приказ №598 ОД от 29.08.2025 г.

Директор ГБОУ СОШ №262

Ю. А. Большакова

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«Футбол для девочек»**

Срок реализации: 1 год
Возраст учащихся: 7-13 лет

Разработчик программы:
педагог дополнительного образования
Барановская Софья Олеговна

Пояснительная записка

Направленность программы – *физкультурно-спортивная.*

Уровень освоения: общекультурный.

Дополнительная общеразвивающая программа «Футбол для девочек» разработана в соответствии с направлениями государственной образовательной политики и современными нормативными документами федерального и регионального уровня в сфере образования, а также локальными актами ГБОУ СОШ № 262.

Актуальность программы заключается в ее востребованности детьми и родителями. Футбол – игра сильных, быстрых и выносливых. Являясь командной игрой, футбол имеет ярко выраженную коллективность тактических действий. Высокая игровая дисциплина – неременный спутник побед в матчах и турнирах. Предлагаемая программа предполагает ознакомление обучающихся с техникой и тактикой игры в футбол, индивидуальными, групповыми и командными действиями в различных по сложности условиях игры.

Женский футбол ничем не отличается от мужского варианта в отношении правил. Однако при работе с девочками 7-13 лет педагогу необходимо принимать во внимание особенности физического развития этой категории обучающихся.

Данная программа **соответствует потребностям времени**, так как учитывает специфику дополнительного образования и охватывает значительное количество желающих заниматься этим видом спорта, предъявляя высокие требования к занимающимся в процессе обучения. Программа даёт возможность детям на ранней стадии обучения приобщаться к здоровому образу жизни, обеспечивая тем самым всесторонний подход к воспитанию гармоничного человека средствами футбола.

Основные характеристики программы

Адресат программы: программа предназначена для девочек в возрасте от 7 до 13 лет, проявляющих интерес к футболу и спортивным достижениям.

Ученицы должны не иметь противопоказаний по здоровью и быть готовы развивать свои навыки в командных играх.

Срок и объём реализации программы: Программа рассчитана на один год обучения и содержит 272 учебных часов, по 2 часа 4 раза в неделю.

Язык реализации: русский

Цель программы: создание условий для укрепления здоровья учащихся, обеспечение их содержательного досуга через обучение технике и тактике игры в футбол.

К тренировочному процессу допускаются все желающие, не имеющие медицинских противопоказаний к занятиям избранного вида физкультурно-спортивной деятельности. Количество обучающихся в группах не должно превышать **15 человек**. Продолжительность занятий – **1 академический час во всех группах**. В реализации программы участвует 2 группы учащихся 1-5 классов.

Задачи:

Обучающие:

- обеспечивать усвоение новой профессиональной терминологии;
- научить истории возникновения и развития футбола;
- систематизировать знания о технике и тактике футбола;
- обучать начальным навыкам футбола.

Развивающие:

- развить креативные способности (мышление, умение предугадать Тактику противника);

- развить физические способности (сила, выносливость, гибкость, координация движений);
- развить специальные технические и тактические навыки игры;
- развивать коммуникативные умения и навыки, обеспечивающие совместную деятельность в группе, сотрудничество, общение (адекватно оценивать свои достижения и достижения других, оказывать помощь другим, разрешать конфликтные ситуации);
- развивать положительные качества личности, необходимые для самореализации в жизни.

Воспитательные:

- воспитано в общей культуре поведения (основы гигиены, этикет);
- воспитано в общечеловеческие качества (трудолюбие, целеустремленность);
- формировать устойчивый интерес к данному виду спорта;
- формировать потребность ведения здорового образа жизни.

Планируемые результаты:

Личностные:

- учащиеся будут проявлять социальную активность, гражданскую и патриотическую позицию;
- будут иметь высокий уровень коммуникативной культуры.
- будут проявлять экологическую культуру;
- будут проявлять такие качества, как трудолюбие, терпение, усидчивость;
- будут проявлять уважение к людям различных профессий.

Метапредметные:

- будут обладать развитыми навыками межличностного функционально-ролевого взаимодействия в коллективе;
- повысят уровень физической подготовки, разовьют скоростные навыки, ловкость;

- расширят общекультурный кругозор;
- смогут определить свой дальнейший путь, связанный со спортом и здоровым образом жизни;
- будут обладать навыками самостоятельной познавательной деятельности.

Предметные:

- будут уметь пользоваться профессиональной терминологией;
- будут знать историю возникновения и развития футбола;
- будут владеть тактикой и техникой футбола.

Ожидаемые результаты

Освоив программу, учащиеся будут:

Знать

- Технику безопасности на занятиях по футболу – на поле, в спортивном зале, в тренажерном зале;
- Основные технико-тактические действия и приемы в футболе;
- Международные соревнования и современные олимпийские игры;
- Основы знаний судейства соревнований по футболу;

Уметь

- Технику передвижения – комбинации из освоенных элементов техники передвижения (перемещения, остановки, повороты, ускорения);
- Удары по катящемуся мячу внутренней частью подъема и внешней стороной подъема, носком, по неподвижному мячу внешней частью подъема;
- Удар по летящему мячу внутренней стороной стопы и средней частью подъема;
- Варианты ударов головой и ногой без сопротивления защитника и с сопротивлением защитника;
- Варианты остановок мяча грудью;

- Ведение мяча по прямой и с изменением направления движения и скоростью ведения без сопротивления защитника ведущей и неведущей ногой;
- Ведение с пассивным и активным сопротивлением защитника;
- Удары по воротам на точность попадания мяча в цель;
- Совершенствование обманных движений – после остановки неожиданный рывок с мячом, во время ведения внезапная подача мяча назад подошвой, ложный замах ногой для сильного удара по мячу и уход рывком с мячом, имитация передачи партнеру и уход с мячом в сторону, обманные движения в единоборстве;
- Отбор мяча – перехват мяча, отбор мяча в единоборстве, выбивая и останавливая мяч ногой в выпаде, толкая соперника плечом, отбор мяча в подкате;
- Вбрасывание мяча из-за боковой линии – с места из положения ноги вместе, с шага;

Организационно-педагогические условия реализации программы

Условия набора групп: для обучения набираются учащиеся в возрасте 7-13 лет на основании заявления родителей (законных представителей ребенка).

Условия формирования групп: для реализации программы может осуществляться формирование как одновозрастных, так и разновозрастных групп.

Количество детей в группах: количество учащихся в группе 15 человек.

Особенности организации образовательного процесса: Наиболее распространенными формами работы с детьми при реализации данной программы являются тренировки, обучающие игры, двусторонние игры, товарищеские встречи, соревнования различных уровней.

Формы организации деятельности учащихся на занятии:

Фронтальная – работа педагога со всеми учащимися одновременно –

это рассказ, показ, выполнение упражнений.

Традиционные формы:

1. Командные тренировки: Разделение на команды для отработки тактики, стратегии и навыков игры.
2. Уроки техники: Фокус на базовых навыках — дриблинг, пас, удар, прием мяча.
3. Игры на мини-поле: Проведение матчей на уменьшенных полях для повышения интенсивности и вовлеченности.
4. Соревнования: Участие в турнирах и матчах с другими командами.

Нетрадиционные формы:

1. Футбол в формате «5 на 5» или «3 на 3»: Меньшее количество игроков позволяет лучше развивать индивидуальные навыки.
2. Футбол с элементами других видов спорта: Например, сочетание футбола с элементами гимнастики или танцев для улучшения координации.
3. Игры с измененными правилами: Например, использование нестандартных мячей или ограничение времени на принятие решений.
Тематические тренировки: Уроки, посвященные определенным аспектам игры (например, атака, защита) или даже праздникам (например, Хэллоуин).
4. Футбольные лагеря и мастер-классы: Проведение интенсивных тренировок с приглашенными тренерами или известными игроками.

Материально-техническое оснащение:

Для реализации программы женского футбола потребуется следующее материально-техническое оснащение:

4. Спортивный зал:

- Площадка для мини-футбола с соответствующим покрытием.
- Раздевалки с душевыми и туалетами.
- Зона для разминки и растяжки.

2. Инвентарь:

- Футбольные мячи для мини-футбола (разных размеров).
- Ворота для мини-футбола (размеры 3х2 метра).
- Конусы и маркеры для разметки поля.
- Сетки для ворот.
- Флажки для разметки угловых.

3. Оборудование для тренировок:

- Лестницы для координации.
- Сетки для ударов (для тренировки точности).
- Упругие маты для отработки падений и защитных действий.
- Тренажеры для развития силы и выносливости.

4. Экипировка:

- Футбольная форма (футболки, шорты, гетры).
- Спортивная обувь (кроссовки для зала и бутсы для игры на открытом воздухе).
- Защитные щитки.

Кадровое обеспечение

Программу реализует педагог дополнительного образования, соответствующий необходимым квалификационным характеристикам по должности «педагог дополнительного образования».

Методическое оснащение:

- Государственный образовательный стандарт;
- Учебный план и учебные программы школы;
- Методические рекомендации по программе «Женский футбол».

Режим работы в период школьных каникул.

Занятия проводятся по утвержденному расписанию или по временному расписанию, составленному на период каникул, в форме групповых занятий, с организацией индивидуальных форм работы внутри группы.

Учебный план

№п/п	№ недели	Название раздела/модуля темы	Кол-во часов	Примечание
1		Вводное занятие. Основы безопасности и правила в футболе	2	
2		Базовая техника передвижений и координация на поле	2	
3		Совершенствование техники передвижений и рывков с мячом	2	
4		Освоение техники ударов по мячу внутренней стороной стопы и подъёмом	2	
5		Техника ударов по мячу из разных положений	48	
6		Удары по летящему мячу разными частями лба	8	
7		Удары по воротам различными способами на точность попадания мячом в цель	2	
8		Угловой удар. Подача мяча в штрафную площадь	2	
9		Контроль мяча и техника остановки различными частями тела	8	
10		Техника ведения мяча в условиях возрастающего давления	6	
11		Отбор мяча и применение обманных движений	6	
12		Отбор мяча толчком плеча в плечо, в подкате, с перехватом	12	
13		Вбрасывание мяча из-за линии , из-за линии с шагом	8	
14		Итоговое занятие 1-го полугодия	4	
15		Ведение, удар (передача мяча), приём мяча, остановка, удар по воротам.	34	
16		Тактика командных действий в атаке	34	
17		Комплексная подготовка футболисток: от техники к тактике и физическому ра	106	
18		Итоговое занятие 1-го полугодия	2	
ИТОГО ЧАСОВ			288	

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Особенности программы:

1. Использование наглядного пособия и ИКТ:

- Включение видеоматериалов с примерами успешных игровых моментов и тренировок, выполненных женщинами.
- Использование тактических досок для визуализации игровых схем и стратегий.
- Применение мобильных приложений для анализа игр и тренировок, что позволит участницам отслеживать свой прогресс.

2. Добровольное участие:

- Создание атмосферы, в которой каждая участница может выбрать

уровень своей активности в тренировках и соревнованиях.

– Предложение различных форматов участия (например, участие в турнирах, дружеских матчах или тренировках) в зависимости от желания и уровня подготовки.

3. Активный и творческий подход к проведению мероприятий:

– Организация турниров и матчей с нестандартными правилами (например, смешанные команды или игры с измененными размерами поля), чтобы стимулировать креативность и командное взаимодействие.

– Проведение мастер-классов с приглашёнными известными игроками или тренерами, которые делятся своим опытом и вдохновляют участниц.

4. Доброжелательная и непринужденная обстановка:

– Формирование группы поддержки, где участницы могут делиться своими переживаниями, успехами и трудностями, создавая атмосферу доверия.

– Проведение регулярных командных встреч вне тренировок (например, пикники или совместные выезды), чтобы укрепить командный дух.

Цель:

Формирование обязательного минимума знаний и умений, который обеспечит развитие новых социальных ролей участниц женского футбола как активных членов спортивного сообщества, способствующих популяризации и развитию женского спорта. Обучающиеся смогут осознанно и ответственно вести себя на спортивных мероприятиях, что приведет к увеличению интереса к женскому футболу и улучшению его имиджа в обществе.

Задачи:

Обучающие:

1. Обучить основам футбольной техники и тактики:

– Освоение правильных действий с мячом: дриблинг, передачи, удары по воротам.

– Ознакомление с тактическими схемами игры и позициями на поле.

2. Обучить грамотным действиям в непредвиденных ситуациях на поле:

- Разработка навыков быстрого реагирования на изменения в игре.
- Применение принципов честной игры и уважения к соперникам.

3. Выработать навыки безопасного поведения на тренировках и соревнованиях:

- Пропаганда правил безопасности во время игры и предотвращение травм.

Воспитательные:

1. Воспитать ответственного участника футбольных соревнований:

– Формирование активной позиции по пропаганде безопасного поведения на спортивных мероприятиях.

- Развитие командного духа и взаимопомощи среди участниц.

2. Сформировать у девочек уверенность в своих силах:

– Поддержка инициатив и активное участие в организации матчей и турниров.

Развивающие:

1. Наладить сотрудничество с тренерами и специалистами в области футбола:

– Проведение совместных тренировок с опытными игроками и тренерами для обмена опытом.

2. Практическое закрепление знаний и умений по правилам игры в футбол:

– Организация тренировок на специально отведённых площадках, где участницы смогут применять полученные знания на практике.

Ожидаемые результаты:

Предметные результаты:

1. Развитие навыков футбольной техники (дриблинг, передачи, удары) и

тактики (позиционная игра).

2. Сформированность интереса к регулярным занятиям футболом и повышение спортивного мастерства.

3. Устойчивые формы поведения на поле, включая соблюдение правил игры и уважение к соперникам.

4. Создание желания участвовать в пропаганде безопасного поведения на спортивных мероприятиях.

Метапредметные результаты:

1. Формирование универсальных учебных действий (УУД):

– Ориентирование и поведение в спортивной среде: определение своей позиции на поле, понимание игровых ситуаций.

– Определение безопасного поведения во время игры: осознание своих действий и их последствий для себя и команды.

Личностные результаты:

Обучающиеся научатся:

1. Определять свои сильные и слабые стороны как игроки.

2. Анализировать игровые ситуации и принимать обоснованные решения.

3. Играть различные роли в команде, осознавая свою ответственность за общий результат.

4. Оценивать свои действия и строить планы по улучшению своих навыков.

5. Участвовать в обсуждениях о важности честной игры и уважения к соперникам.

Содержание разделов программы

Содержание учебной программы

1. Вводное занятие. Основы безопасности и правила в футболе

Теория: Правила игры, этика поведения, форма, инвентарь. Инструктаж по технике безопасности

Практика : Базовые стойки, перемещения. Отработка командных жестов и сигналов

2. Базовая техника передвижений и координация на поле

Теория: Значение координации в футболе. Биомеханика движений

Практика: Бег с изменением направления, ускорения, остановки. Прыжки, приземления

3. Совершенствование техники передвижений и рывков с мячом

Теория: Тактика выбора направления движения. Чтение игры

Практика: Рывки с мячом, обводка стоек. Смена темпа и направления

4. Освоение техники ударов по мячу внутренней стороной стопы и подъёмом

Теория: Техника выполнения ударов. Типичные ошибки

Практика: Удары с места, с разбега. Точность и сила удара

5. Техника ударов по мячу из разных положений

Теория: Биомеханика ударов. Ситуативное применение

Практика: Удары по катящемуся, летящему мячу. Удары в движении, с разворота.

6. Удары по летящему мячу разными частями лба

Теория: Техника безопасности. Правильное положение тела

Практика: Удары средней частью лба. Удары с места и в прыжке

7. Удары по воротам различными способами на точность

Теория: Выбор способа удара в зависимости от позиции

Практика: Удары по зонам ворот. Игровые упражнения на точность.

8. Угловой удар. Подача мяча в штрафную площадь

Теория: Тактика стандартных положений

Практика: Поддачи с флангов. Навесы, прострелы

9. Контроль мяча и техника остановки различными частями тела

Теория: Техника приема мяча. Амортизация

Практика: Остановка грудью, бедром, стопой. Контроль в движении

10. Техника ведения мяча в условиях возрастающего давления

Теория: Тактика дриблинга. Обводка соперника

Практика: Ведение с сопротивлением. Игровые ситуации 1v1

11. Отбор мяча и применение обманных движений

Теория: Психология обманных движений. Выбор момента для отбора

Практика: Финты, обводка. Отбор в движении

12. Отбор мяча толчком плеча в плечо, в подкате, с перехватом

Теория: Правила отбора. Техника безопасности

Практика: Силовое единоборство. Подкаты, перехваты

13. Вбрасывание мяча из-за линии, из-за линии с шагом

Теория: Правила вбрасывания. Тактические варианты

Практика: Техника вбрасывания. Вбрасывание на дальность и точность

14. Итоговое занятие 1-го полугодия

Теория: Анализ прогресса. Корректировка целей

Практика: Контрольные нормативы. Учебная игра

15. Ведение, удар, приём мяча, остановка, удар по воротам

Теория: Комплексный анализ технических действий

Практика: Комбинированные упражнения. Игровые связки

16. Тактика командных действий в атаке

Теория: Построение атак. Позиционные нападения

Практика: Групповые взаимодействия. Игровые комбинации

17. Комплексная подготовка футболисток

Теория: Тактические формации. Анализ игр. Психологическая подготовка

Практика: Физическое развитие. Игровая практика. Специальные упражнения

18. Итоговое занятие 2-го полугодия

Теория: Итоги года. Планирование на следующий сезон

Практика: Двусторонняя игра.

Оценочные и методические материалы

Оценочный контроль учащихся проходит в соответствии с Положением о порядке текущего контроля успеваемости и аттестации учащихся по дополнительным общеразвивающим программам, который является локальным нормативным актом ГБОУ школы № 262 Санкт-Петербурга и определяет формы, порядок и периодичность проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной и итоговой аттестации учащихся отделения дополнительного образования детей.

Методы и приемы, используемые на занятиях:

В данной программе используются следующие педагогические технологии:

Проблемное обучение - создание в учебной деятельности проблемных ситуаций, и организация активной самостоятельной деятельности учащихся по их разрешению, в результате чего происходит творческое овладение знаниями, умениями, навыками, развиваются мыслительные способности.

Технологии развития критического мышления - мозговой штурм, корзина идей, методы графической организации материала - кластеры, блок-схемы

Игровые технологии: ролевых, деловых, и других видов обучающих игр - расширение кругозора, развитие познавательной деятельности, формирование определенных умений и навыков, необходимых в практической деятельности, развитие общеучебных умений и навыков.

Информационно-коммуникационные технологии - На занятиях активно используется компьютер и интерактивная доска. Их ресурсы задействуются практически на каждом занятии при объяснении нового материала, выполнении заданий на закрепление изученного.

Обучение в сотрудничестве (командная, групповая работа) - сотрудничество трактуется как идея совместной развивающей деятельности взрослых и детей, Суть индивидуального подхода в том, чтобы идти не от учебного предмета, а от ребенка к предмету, идти от тех возможностей, которыми располагает ребенок, применять психолого-педагогические диагностики личности.

Формы организации деятельности:

1. Практические занятия – основная форма. Упражнения после теоретического разбора правил игры и тактики. Затем выполнение самостоятельной работы по отработке технических навыков, таких как дриблинг, пас и удар по воротам.

2. Наглядные занятия: фронтальная работа – тренер взаимодействует со всеми участницами одновременно (беседа о правилах игры, объяснение тактических схем и стратегий). Активный набор информации через использование видеоуроков и онлайн-ресурсов о лучших футбольных техниках и матчах.

3. Нестандартные занятия: проведение турниров, презентаций о любимых командах или игроках (на итоговых занятиях по разделам для определения уровня развития навыков). Использование форматов, сочетающих индивидуальные, групповые и командные виды деятельности, чтобы развивать командный дух и сотрудничество.

Формы подведения итогов реализации программы:

- Анализ выполненных работ. Общее обсуждение с участницами групп о достигнутых результатах и выполненных заданиях.
- Участие в соревнованиях, турнирах, открытых занятиях, мастер-классах и презентациях. Это позволит продемонстрировать навыки и достижения каждой ученицы.
- Итоговая работа. По окончании первого и второго годов обучения каждая ученица выполняет итоговую работу, включающую практическое задание и теоретический тест.

Формы фиксации результатов:

- Диагностика (индивидуально). Входная диагностика — сентябрь. Промежуточная диагностика — декабрь. Итоговая диагностика — апрель.
- Информационная карта. «Определение уровня развития личностных качеств учениц» для отслеживания прогресса.
- Карта учета достижений. Участие в соревнованиях, турнирах, мастер-классах и других мероприятиях.
- Анкета для родителей. «Отношение родительской общественности к качеству образовательных услуг и степень удовлетворенности процессом обучения в футбольной секции».
- Анкета для учениц. «Изучение интереса к занятиям футболом».
- Готовые работы. Отчеты о проведенных тренировках и соревнованиях.
- Фотографии. Учащихся на занятиях, на соревнованиях и других мероприятиях.
- Дипломы и грамоты. Награды за достижения в соревнованиях и турнирах.
- Размещение результатов в социальных сетях. Публикации о мероприятиях.

Формы контроля:

- Педагогическое наблюдение. В течение года, чтобы отслеживать прогресс каждой ученицы.
- Тестирование. В течение года и итоговое тестирование по окончании учебного года.
- Презентации. Ученицы представляют свои достижения и результаты работы.
- Конкурсные работы. Участие в конкурсах на лучшее исполнение заданий.

Требования к проведению контроля:

- Систематичность. Регулярное проведение контроля на всех этапах обучения.
- Объемность. Оценка всех аспектов развития учениц.
- Дифференцированный подход. Учет индивидуальных особенностей каждой ученицы и уровня ее подготовки.
- Разнообразие форм контроля. Использование различных методов оценки.

Подведение итогов реализации образовательной программы:

Осуществляется посредством итоговой аттестации.

Оценочные материалы:

При обучении используются следующие формы диагностики прогнозируемых результатов:

- Викторины по правилам футбола;
- Тестовые задания по теории игры;
- Соревнования по технике выполнения футбольных элементов;

- Конкурсы на лучшее исполнение заданий;
- Конкурсы рисунков на тему футбола;
- Конкурсы стенгазет о любимых командах или игроках.

Виды контроля:

- Входной контроль. При наборе группы для определения первоначального уровня знаний и умений.
- Текущий контроль. По окончании изучения тем (разделов) во время учебного года.
- Итоговый контроль. По окончании учебного года.

Сроки контроля:

Входная диагностика проводится в сентябре с целью выявления первоначального уровня знаний и умений, а также определения физических качеств и навыков (например, дриблинг, пас, удар). В течение учебного года осуществляется комплексная диагностика знаний, умений и навыков, полученных ученицами; контроль проводится в конце первого полугодия и в конце учебного года.

Формы проведения контроля:

Викторины и конкурсы по правилам футбольной игры, соревнования по технике владения мячом, организация и участие в турнирах, решение игровых ситуаций.

Формы фиксации результатов:

- Карта учёта спортивных достижений учащихся (результаты соревнований, личные рекорды);
- Анкета для родителей (о впечатлениях от занятий, пожеланиях и

наблюдениях);

- Видеозаписи и фотографии тренировок и матчей (для анализа и оценки прогресса).

Методы обучения:

- Словесные: беседа, диалог, обсуждение игровых моментов, объяснение правил игры;
- Информационно-познавательные: просмотр видеоматериалов с техниками игры, анализ матчей профессиональных команд;
- Практические: метод показа (демонстрация техник), воспроизведение действий учащимися (упражнения), игровые ситуации и товарищеские матчи;
- Творческие: разработка игровых схем, импровизация в игре, участие в мини-турнирах.

Образовательные технологии:

- Информационные (использование онлайн-платформ для обучения);
- Личностно-ориентированные (индивидуальный подход к каждому ученику);
- Технология развития критического мышления (анализ игровых ситуаций);
- Игровая (проведение тренировок в форме игр);
- Технология сотрудничества (работа в командах);
- Эмоционально-художественная (развитие командного духа и креативности).

Дидактический материал:

- Разработки мероприятий и сценариев (планирование турниров, мастер-классов);
- Фонотека и видеотека (записи матчей, обучающие видео);
- Иллюстрации и памятки (правила игры, техники удара и передачи мяча);
- Методическая литература (книги по тренировкам и тактике).

Материально-техническое оснащение:

- Столы ученические регулируемые – не менее 15 шт.
- Стул ученический регулируемый – не менее 15 шт.
- Стол преподавателя – 1 шт.
- Кресло преподавателя – 1 шт.
- Доска 5-и элементная комбинированная – 1 шт.
- Стеллаж для хранения инвентаря – 3 шт.
- Стационарный компьютер – 1 шт.
- МФУ А4 (копир., сканер) – 1 шт.
- Стеллаж для документов – 1 шт.
- Шкаф для хранения учебных пособий – 2 шт.
- Проектор – 1 шт.

Спортивный зал:

- Площадка для мини-футбола с соответствующим покрытием.
- Раздевалки с душевыми и туалетами.
- Зона для разминки и растяжки.

Инвентарь:

- Футбольные мячи для мини-футбола (разных размеров).
- Ворота для мини-футбола (размеры 3х2 метра).

- Конусы и маркеры для разметки поля.
- Сетки для ворот.
- Флажки для разметки угловых.

Спортивное оборудование:

- Футбольные мячи (размеры для девочек) – не менее 15 шт.
- Конусы для разметки поля – 20 шт.
- Сетки для ворот – 2 шт.
- Флажки для угловых – 4 шт.
- Фишки разноцветные – 30 штук
- Ворота для мини-футбола (размеры 3х2 метра).

Медицинское оснащение:

- Повязка медицинская малая стерильная – 3 шт.
- Индивидуальные перевязочные пакеты – 3 шт.
- Бинт марлевый медицинский нестерильный – 3 шт.
- Жгут кровоостанавливающий эластичный – 3 шт.

Учебные пособия:

- Набор плакатов по технике игры в футбол – 1 шт.
- Набор демонстрационных учебных таблиц по правилам игры – 1 шт.

Перечень информационных источников:

Нормативно-правовая рамка разработки ДОП

- 1.«О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года»//Указ Президента Российской Федерации от 21.07.2021
- 2.Об образовании в Российской Федерации //Федеральный Закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ
- 3.О внесении изменений в Федеральный закон "Об образовании в Российской Федерации" по вопросам воспитания обучающихся» // Федеральный закон от 31.07.2020 № 304-ФЗ
- 4.Федеральный проект «Успех каждого ребенка»
Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года // Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 № 678-р
- 5.Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года //Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 № 996-р
- 6.Об утверждении Порядка организации и осуществления деятельности по дополнительным общеобразовательным программам //Приказ
- 7.Минпросвещения РФ от 27.07.2022 № 629
Порядок применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ // Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017 № 816
- 8.Целевая модель развития региональных систем дополнительного образования детей //Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 №467

Электронные ресурсы:

<http://www.femb.ru/feml>

<http://www.medline.ru>

<http://www.med-gen.ru/journal/>

<http://meduniver.com/Medical/Book/>

Литература

Список литературы для педагога.

1. Бесков Константин на футбольных полях – Физкультура и спорт, 1987
2. Закон РФ « Об образовании»
3. Исаев А. Футбол. – Физкультура и спорт, 1987
4. Конвенция ООН о правах ребенка.
5. Конституция Российской Федерации.
6. Крылов В.П. – Физкультура и спорт, 1971
7. Требования к содержанию и оформлению образовательных программ дополнительного образования детей. Письмо Минобразования России от 18.06.2003 № 28-02-484/16
8. Бриль М.С. Отбор в спортивных играх. – М.: ФиС, 1980
9. Гагаева Г.М. Подвижные игры в занятиях спортом. – М.: ФиС, 1980
10. Чанади А. Футбол. Техника. – М.: ФиС, 1981
11. Теория и методика физического воспитания. Учебник для институтов физкультуры (Под общей редакцией Л.П. Матвеева, А. Новикова. 2-е изд. испр. и доп. (в 2-х т.). – М.: ФиС, 1986
12. Андреев С.Н. Футбол в школе. –М., 1986
13. Романенко А.Н., Догатин М.Е. Тренировка футболистов. 2-е изд., перераб. и доп. – К.: Здоровья, 1984

Список литературы для детей.

1. Буйлин Ю.Ф., Курамшин Ю.Ф. Теоретическая подготовка юных спортсменов. М.: ФиС, 1985
2. Филин В.П., Фомин Н.А. Основы юношеского спорта. – М.: ФиС, 1980
3. Правила игры в футбол. – М.: ФиС, 1981
4. Авт.-сост. Ю.С. Лукашин. Я учусь играть в футбол: Энциклопедия юного футболиста. М.: Лабиринт Пресс, 2004
5. Дасаев Р.Ф.: Мы все - одна команда. - М.: Физкультура и спорт, 1992
6. Тюленьков С.Ю.: Футбол в зале: система подготовки. - М.: Терра-Спорт, 2000

Список литературы для родителей.

1. Заваров А.: Футбол. - СПб: Питер, 2010
2. Андреев С.Н.: Мини-футбол в школе. - М.: Советский спорт, 2006
3. Монаков Г.В.: Подготовка футболистов. - М.: Советский спорт, 2007

Календарно-тематический план
Дополнительной общеразвивающей программы
«Футбол для девочек»
На 2025-2026 учебный год
Возраст: 7-9 лет
Группа 1

Дата проведения	№	Тема	Количество часов	Примечание
08.09.2025	1	Формирование группы. Введение. Инструктаж по ТБ: ОТ и ТБ, ПДД, ППБ, действия при ЧС, ТБ на занятиях.	1	
09.09.2025	2	Вводный урок. Передвижения боком, спиной вперёд, ускорения, остановки, повороты, старты из различных исходных положений. Инструктаж по технике безопасности	1	
11.09.2025	3	Комбинации из освоенных элементов техники передвижений (бег, остановки, повороты, рывки) Комбинации из освоенных элементов техники	1	

		передвижений (бег, остановки, повороты, рывки)		
12.09.2025	4	Удары по неподвижному и катящемуся мячу внутренней стороной стопы и средней частью подъёма. Техника безопасности	1	
15.09.2025	5	Удар по катящемуся мячу внутренней частью подъёма	1	
16.09.2025	6	Удар по катящемуся мячу внутренней частью подъёма	1	
18.09.2025	7	Удар по катящемуся мячу внутренней частью подъёма	1	
19.09.2025	8	Удар по катящемуся мячу внутренней частью подъёма	1	
22.09.2025	9	Удар по катящемуся мячу внутренней частью подъёма	1	
23.09.2025	10	Удар по катящемуся мячу внутренней частью подъёма	1	
25.09.2025	11	Удар по неподвижному мячу внешней частью подъёма	1	
26.09.2025	12	Удар по неподвижному мячу внешней частью подъёма	1	
29.09.2025	13	Удар по неподвижному мячу внешней частью подъёма	1	
30.09.2025	14	Удар по неподвижному мячу внешней частью подъёма	1	
02.10.2025	15	Удар по неподвижному мячу внешней частью подъёма	1	
03.10.2025	16	Удар по неподвижному мячу внешней частью подъёма	1	
06.10.2025	17	Удар по катящемуся мячу внешней стороной подъёма, носком	1	
07.10.2025	18	Удар по летящему мячу внутренней стороной стопы	1	
09.10.2025	19	Удар по летящему мячу внутренней стороной стопы	1	
10.10.2025	20	Удар по летящему мячу внутренней стороной стопы	1	
13.10.2025	21	Удар по летящему мячу внутренней стороной стопы	1	
14.10.2025	22	Удар по летящему мячу внутренней стороной стопы	1	

16.10.2025	23	Удар по летящему мячу внутренней стороной стопы	1	
17.10.2025	24	Удар по летящему мячу серединой подъёма	1	
20.10.2025	25	Удар по летящему мячу серединой подъёма	1	
21.10.2025	26	Удар по летящему мячу серединой подъёма	1	
23.10.2025	27	Удар по летящему мячу серединой подъёма	1	
24.10.2025	28	Удар по летящему мячу серединой лба	1	
27.10.2025	29	Удары по воротам различными способами на точность попадания мячом в цель	1	
28.10.2025	30	Удар по летящему мячу боковой частью лба	1	
30.10.2025	31	Угловой удар. Подача мяча в штрафную площадь	1	
31.10.2025	32	Угловой удар. Подача мяча в штрафную площадь	1	
03.11.2025	33	Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой. Техника безопасности	1	
06.11.2025	34	Остановка катящегося мяча внешней стороной стопы	1	
07.11.2025	35	Остановка мяча грудью	1	
10.11.2025	36	Остановка летящего мяча внутренней стороной стопы	1	
11.11.2025	37	Ведение мяча внешней и внутренней стороной стопы по прямой, с изменением направления движения и скорости ведения правой и левой ногой (без сопротивления защитника)	1	
13.11.2025	38	Ведение мяча с пассивным сопротивлением защитника	1	
14.11.2025	39	Ведение мяча с активным сопротивлением защитника	1	
17.11.2025	40	Обводка с помощью обманных движений (финтов)	1	

18.11.2025	41	Выбивание мяча ударом ногой. Техника безопасности.	1	
20.11.2025	42	Выбивание мяча ударом ногой	1	
21.11.2025	43	Отбор мяча толчком плеча в плечо	1	
24.11.2025	44	Отбор мяча толчком плеча в плечо	1	
25.11.2025	45	Отбор мяча перехватом	1	
27.11.2025	46	Отбор мяча перехватом	1	
28.11.2025	47	Отбор мяча в подкате	1	
01.12.2025	48	Отбор мяча в подкате	1	
02.12.2025	49	Вбрасывание мяча из-за боковой линии с места.	1	
04.12.2025	50	Вбрасывание мяча из-за боковой линии с места.	1	
05.12.2025	51	Вбрасывание мяча из-за боковой линии с места и с шагом	1	
08.12.2025	52	Вбрасывание мяча из-за боковой линии с места и с шагом	1	
09.12.2025	53	Итоговое занятие 1-го полугодия	1	
11.12.2025	54	Ведение, удар (передача мяча), приём мяча, остановка, удар по воротам. Техника безопасности.	1	
12.12.2025	55	Ведение, удар (передача мяча), приём мяча, остановка, удар по воротам.	1	
15.12.2025	56	Ведение, удар (передача мяча), приём мяча, остановка, удар по воротам.	1	
16.12.2025	57	Ведение, удар (передача мяча), приём мяча, остановка, удар по воротам.	1	
18.12.2025	58	Ведение, удар (передача мяча), приём мяча, остановка, удар по воротам.	1	
19.12.2025	59	Ведение, удар (передача мяча), приём мяча, остановка, удар по воротам.	1	
22.12.2025	60	Ведение, удар (передача	1	

		мяча), приём мяча, остановка, удар по воротам.		
23.12.2025	61	Ведение, удар (передача мяча), приём мяча, остановка, удар по воротам.	1	
25.12.2025	62	Ведение, удар (передача мяча), приём мяча, остановка, удар по воротам.	1	
26.12.2025	63	Ведение, удар (передача мяча), приём мяча, остановка, удар по воротам.	1	
12.01.2026	64	Ведение, удар (передача мяча), приём мяча, остановка, удар по воротам.	1	
13.01.2026	65	Ведение, удар (передача мяча), приём мяча, остановка, удар по воротам.	1	
15.01.2026	66	Ведение, удар (передача мяча), приём мяча, остановка, удар по воротам.	1	
16.01.2026	67	Ведение, удар (передача мяча), приём мяча, остановка, удар по воротам.	1	
19.01.2026	68	Ведение, удар (передача мяча), приём мяча, остановка, удар по воротам.	1	
20.01.2026	69	Ведение, удар (передача мяча), приём мяча, остановка, удар по воротам.	1	
22.01.2026	70	Ведение, удар (передача мяча), приём мяча, остановка, удар по воротам.	1	
23.01.2026	71	Тактика свободного нападения. Техника безопасности.	1	
26.01.2026	72	Тактика свободного нападения. Техника безопасности.	1	
27.01.2026	73	Двусторонняя учебная игра	1	
29.01.2026	74	Двусторонняя учебная игра	1	
30.01.2026	75	Двусторонняя учебная игра	1	
02.02.2026	76	Позиционные нападения	1	
03.02.2026	77	Позиционные нападения	1	
05.02.2026	78	Позиционные нападения	1	

06.02.2026	79	Позиционные нападения	1	
09.02.2026	80	Двусторонняя учебная игра	1	
10.02.2026	81	Нападения в игровых заданиях 3:1 , 3:3 с атакой и без атаки ворот	1	
12.02.2026	82	Нападения в игровых заданиях 3:1 , 3:3 с атакой и без атаки ворот	1	
13.02.2026	83	Нападения в игровых заданиях 3:1 , 3:3 с атакой и без атаки ворот	1	
16.02.2026	84	Нападения в игровых заданиях 3:1 , 3:3 с атакой и без атаки ворот	1	
17.02.2026	85	Нападения в игровых заданиях 3:1 , 3:3 с атакой и без атаки ворот	1	
19.02.2026	86	Нападения в игровых заданиях 3:1 , 3:3 с атакой и без атаки ворот	1	
20.02.2026	87	Двусторонняя учебная игра	1	
24.02.2026	88	Индивидуальные, групповые и командные тактические действия в нападении и в защите	1	
26.02.2026	89	Индивидуальные, групповые и командные тактические действия в нападении и в защите	1	
27.02.2026	90	Двусторонняя учебная игра	1	
02.03.2026	91	Подвижные игры и эстафеты с футбольным мячом на развитие быстроты	1	
03.03.2026	92	Подвижные игры и эстафеты с футбольным мячом на развитие быстроты	1	
05.03.2026	93	Двусторонняя учебная игра	1	
06.03.2026	94	Игры, развивающие физические способности	1	
10.03.2026	95	Игры, развивающие физические способности	1	
12.03.2026	96	Двусторонняя учебная игра	1	
13.03.2026	97	Подвижные игры и эстафеты с футбольным мячом на	1	

		развитие быстроты		
16.03.2026	98	Подвижные игры и эстафеты с футбольным мячом на развитие быстроты	1	
17.03.2026	99	Двусторонняя учебная игра	1	
19.03.2026	100	Игры, развивающие физические способности	1	
20.03.2026	101	Игры, развивающие физические способности	1	
23.03.2026	102	Основы игры, правила и цели.	1	
24.03.2026	103	Значение фитнеса для футболистов.	1	
26.03.2026	104	Правильные способы передачи и приемов.	1	
27.03.2026	105	Различные техники удара (внутренней частью стопы, внешней и т.д.).	1	
30.03.2026	106	Основы дриблинга и его важность в игре.	1	
31.03.2026	107	Тактики и техники для успешной защиты.	1	
02.04.2026	108	Как правильно занимать позиции в зависимости от ситуации.	1	
03.04.2026	109	Значение взаимодействия и коммуникации в команде.	1	
06.04.2026	110	Обзор основных тактических формаций.	1	
07.04.2026	111	Как эффективно использовать фланги в атаке.	1	
09.04.2026	112	Угловые и штрафные удары.	1	
10.04.2026	113	Основы игры для вратарей.	1	
13.04.2026	114	Как справляться с давлением и стрессом во время игры.	1	
14.04.2026	115	Важность разминки перед тренировкой и игры.	1	
16.04.2026	116	Различные способы ведения мяча.	1	
17.04.2026	117	Как разбирать свои игры и игры соперников.	1	
20.04.2026	118	Значение честной игры.	1	
21.04.2026	119	Значение честной игры.	1	
23.04.2026	120	Как правильно восстанавливаться после	1	

		тренировок и игр.		
24.04.2026	121	Как правильно восстанавливаться после тренировок и игр.	1	
27.04.2026	122	Упражнения для повышения силы.	1	
28.04.2026	123	Упражнения для повышения силы.	1	
30.04.2026	124	Как эффективно прессинговать соперника.	1	
01.05.2026	125	Как эффективно прессинговать соперника.	1	
07.05.2026	126	Основы командной обороны.	1	
08.05.2026	127	Как улучшать свои личные навыки.	1	
12.05.2026	128	Как улучшать свои личные навыки.	1	
14.05.2026	129	Упражнения для улучшения скорости реакции.	1	
15.05.2026	130	Упражнения для улучшения скорости реакции.	1	
18.05.2026	131	Техники удара головой в атаке и защите.	1	
19.05.2026	132	Техники удара головой в атаке и защите.	1	
21.05.2026	133	Как готовиться к матчам и турнирам.	1	
22.05.2026	134	Как готовиться к матчам и турнирам.	1	
25.05.2026	135	Как ставить и достигать цели в футболе.	1	
26.05.2026	136	Итоговое занятие	1	
		Итого	136	

Календарно-тематический план

Дополнительной общеразвивающей программы

«Футбол для девочек»

На 2025-2026 учебный год

Возраст: 10-13 лет

Группа 2

Дата проведения	№	Тема	Количество часов	Примечание
08.09.2025	1	Формирование группы. Введение. Инструктаж по ТБ: ОТ и ТБ, ПДД, ППБ, действия при ЧС, ТБ на занятиях.	1	
09.09.2025	2	Вводный урок. Передвижения боком, спиной вперёд, ускорения, остановки, повороты, старты из различных исходных положений. Инструктаж по технике безопасности	1	
11.09.2025	3	Комбинации из освоенных элементов техники передвижений (бег, остановки, повороты, рывки) Комбинации из освоенных элементов техники передвижений (бег, остановки, повороты, рывки)	1	
12.09.2025	4	Удары по неподвижному и катящемуся мячу внутренней	1	

		стороной стопы и средней частью подъёма. Техника безопасности		
15.09.2025	5	Удар по катящемуся мячу внутренней частью подъёма	1	
16.09.2025	6	Удар по катящемуся мячу внутренней частью подъёма	1	
18.09.2025	7	Удар по катящемуся мячу внутренней частью подъёма	1	
19.09.2025	8	Удар по катящемуся мячу внутренней частью подъёма	1	
22.09.2025	9	Удар по катящемуся мячу внутренней частью подъёма	1	
23.09.2025	10	Удар по катящемуся мячу внутренней частью подъёма	1	
25.09.2025	11	Удар по неподвижному мячу внешней частью подъёма	1	
26.09.2025	12	Удар по неподвижному мячу внешней частью подъёма	1	
29.09.2025	13	Удар по неподвижному мячу внешней частью подъёма	1	
30.09.2025	14	Удар по неподвижному мячу внешней частью подъёма	1	
02.10.2025	15	Удар по неподвижному мячу внешней частью подъёма	1	
03.10.2025	16	Удар по неподвижному мячу внешней частью подъёма	1	
06.10.2025	17	Удар по катящемуся мячу внешней стороной подъёма, носком	1	
07.10.2025	18	Удар по летящему мячу внутренней стороной стопы	1	
09.10.2025	19	Удар по летящему мячу внутренней стороной стопы	1	
10.10.2025	20	Удар по летящему мячу внутренней стороной стопы	1	
13.10.2025	21	Удар по летящему мячу внутренней стороной стопы	1	
14.10.2025	22	Удар по летящему мячу внутренней стороной стопы	1	
16.10.2025	23	Удар по летящему мячу внутренней стороной стопы	1	
17.10.2025	24	Удар по летящему мячу серединой подъёма	1	

20.10.2025	25	Удар по летящему мячу серединой подъёма	1	
21.10.2025	26	Удар по летящему мячу серединой подъёма	1	
23.10.2025	27	Удар по летящему мячу серединой подъёма	1	
24.10.2025	28	Удар по летящему мячу серединой лба	1	
27.10.2025	29	Удары по воротам различными способами на точность попадания мячом в цель	1	
28.10.2025	30	Удар по летящему мячу боковой частью лба	1	
30.10.2025	31	Угловой удар. Подача мяча в штрафную площадь	1	
31.10.2025	32	Угловой удар. Подача мяча в штрафную площадь	1	
03.11.2025	33	Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой. Техника безопасности	1	
06.11.2025	34	Остановка катящегося мяча внешней стороной стопы	1	
07.11.2025	35	Остановка мяча грудью	1	
10.11.2025	36	Остановка летящего мяча внутренней стороной стопы	1	
11.11.2025	37	Ведение мяча внешней и внутренней стороной стопы по прямой, с изменением направления движения и скорости ведения правой и левой ногой (без сопротивления защитника)	1	
13.11.2025	38	Ведение мяча с пассивным сопротивлением защитника	1	
14.11.2025	39	Ведение мяча с активным сопротивлением защитника	1	
17.11.2025	40	Обводка с помощью обманных движений (финтов)	1	
18.11.2025	41	Выбивание мяча ударом ногой. Техника безопасности.	1	
20.11.2025	42	Выбивание мяча ударом ногой	1	

21.11.2025	43	Отбор мяча толчком плеча в плечо	1	
24.11.2025	44	Отбор мяча толчком плеча в плечо	1	
25.11.2025	45	Отбор мяча перехватом	1	
27.11.2025	46	Отбор мяча перехватом	1	
28.11.2025	47	Отбор мяча в подкате	1	
01.12.2025	48	Отбор мяча в подкате	1	
02.12.2025	49	Вбрасывание мяча из-за боковой линии с места.	1	
04.12.2025	50	Вбрасывание мяча из-за боковой линии с места.	1	
05.12.2025	51	Вбрасывание мяча из-за боковой линии с места и с шагом	1	
08.12.2025	52	Вбрасывание мяча из-за боковой линии с места и с шагом	1	
09.12.2025	53	Итоговое занятие 1-го полугодия	1	
11.12.2025	54	Ведение, удар (передача мяча), приём мяча, остановка, удар по воротам. Техника безопасности.	1	
12.12.2025	55	Ведение, удар (передача мяча), приём мяча, остановка, удар по воротам.	1	
15.12.2025	56	Ведение, удар (передача мяча), приём мяча, остановка, удар по воротам.	1	
16.12.2025	57	Ведение, удар (передача мяча), приём мяча, остановка, удар по воротам.	1	
18.12.2025	58	Ведение, удар (передача мяча), приём мяча, остановка, удар по воротам.	1	
19.12.2025	59	Ведение, удар (передача мяча), приём мяча, остановка, удар по воротам.	1	
22.12.2025	60	Ведение, удар (передача мяча), приём мяча, остановка, удар по воротам.	1	
23.12.2025	61	Ведение, удар (передача мяча), приём мяча, остановка,	1	

		удар по воротам.		
25.12.2025	62	Ведение, удар (передача мяча), приём мяча, остановка, удар по воротам.	1	
26.12.2025	63	Ведение, удар (передача мяча), приём мяча, остановка, удар по воротам.	1	
12.01.2026	64	Ведение, удар (передача мяча), приём мяча, остановка, удар по воротам.	1	
13.01.2026	65	Ведение, удар (передача мяча), приём мяча, остановка, удар по воротам.	1	
15.01.2026	66	Ведение, удар (передача мяча), приём мяча, остановка, удар по воротам.	1	
16.01.2026	67	Ведение, удар (передача мяча), приём мяча, остановка, удар по воротам.	1	
19.01.2026	68	Ведение, удар (передача мяча), приём мяча, остановка, удар по воротам.	1	
20.01.2026	69	Ведение, удар (передача мяча), приём мяча, остановка, удар по воротам.	1	
22.01.2026	70	Ведение, удар (передача мяча), приём мяча, остановка, удар по воротам.	1	
23.01.2026	71	Тактика свободного нападения. Техника безопасности.	1	
26.01.2026	72	Тактика свободного нападения. Техника безопасности.	1	
27.01.2026	73	Двусторонняя учебная игра	1	
29.01.2026	74	Двусторонняя учебная игра	1	
30.01.2026	75	Двусторонняя учебная игра	1	
02.02.2026	76	Позиционные нападения	1	
03.02.2026	77	Позиционные нападения	1	
05.02.2026	78	Позиционные нападения	1	
06.02.2026	79	Позиционные нападения	1	
09.02.2026	80	Двусторонняя учебная игра	1	
10.02.2026	81	Нападения в игровых заданиях 3:1 , 3:3 с атакой и	1	

		без атаки ворот		
12.02.2026	82	Нападения в игровых заданиях 3:1 , 3:3 с атакой и без атаки ворот	1	
13.02.2026	83	Нападения в игровых заданиях 3:1 , 3:3 с атакой и без атаки ворот	1	
16.02.2026	84	Нападения в игровых заданиях 3:1 , 3:3 с атакой и без атаки ворот	1	
17.02.2026	85	Нападения в игровых заданиях 3:1 , 3:3 с атакой и без атаки ворот	1	
19.02.2026	86	Нападения в игровых заданиях 3:1 , 3:3 с атакой и без атаки ворот	1	
20.02.2026	87	Двусторонняя учебная игра	1	
24.02.2026	88	Индивидуальные, групповые и командные тактические действия в нападении и в защите	1	
26.02.2026	89	Индивидуальные, групповые и командные тактические действия в нападении и в защите	1	
27.02.2026	90	Двусторонняя учебная игра	1	
02.03.2026	91	Подвижные игры и эстафеты с футбольным мячом на развитие быстроты	1	
03.03.2026	92	Подвижные игры и эстафеты с футбольным мячом на развитие быстроты	1	
05.03.2026	93	Двусторонняя учебная игра	1	
06.03.2026	94	Игры, развивающие физические способности	1	
10.03.2026	95	Игры, развивающие физические способности	1	
12.03.2026	96	Двусторонняя учебная игра	1	
13.03.2026	97	Подвижные игры и эстафеты с футбольным мячом на развитие быстроты	1	
16.03.2026	98	Подвижные игры и эстафеты с футбольным мячом на развитие быстроты	1	

17.03.2026	99	Двусторонняя учебная игра	1	
19.03.2026	100	Игры, развивающие физические способности	1	
20.03.2026	101	Игры, развивающие физические способности	1	
23.03.2026	102	Основы игры, правила и цели.	1	
24.03.2026	103	Значение фитнеса для футболистов.	1	
26.03.2026	104	Правильные способы передачи и приемов.	1	
27.03.2026	105	Различные техники удара (внутренней частью стопы, внешней и т.д.).	1	
30.03.2026	106	Основы дриблинга и его важность в игре.	1	
31.03.2026	107	Тактики и техники для успешной защиты.	1	
02.04.2026	108	Как правильно занимать позиции в зависимости от ситуации.	1	
03.04.2026	109	Значение взаимодействия и коммуникации в команде.	1	
06.04.2026	110	Обзор основных тактических формаций.	1	
07.04.2026	111	Как эффективно использовать фланги в атаке.	1	
09.04.2026	112	Угловые и штрафные удары.	1	
10.04.2026	113	Основы игры для вратарей.	1	
13.04.2026	114	Как справляться с давлением и стрессом во время игры.	1	
14.04.2026	115	Важность разминки перед тренировкой и игры.	1	
16.04.2026	116	Различные способы ведения мяча.	1	
17.04.2026	117	Как разбирать свои игры и игры соперников.	1	
20.04.2026	118	Значение честной игры.	1	
21.04.2026	119	Значение честной игры.	1	
23.04.2026	120	Как правильно восстанавливаться после тренировок и игр.	1	
24.04.2026	121	Как правильно восстанавливаться после тренировок и игр.	1	

27.04.2026	122	Упражнения для повышения силы.	1	
28.04.2026	123	Упражнения для повышения силы.	1	
30.04.2026	124	Как эффективно прессинговать соперника.	1	
01.05.2026	125	Как эффективно прессинговать соперника.	1	
07.05.2026	126	Основы командной обороны.	1	
08.05.2026	127	Как улучшать свои личные навыки.	1	
12.05.2026	128	Как улучшать свои личные навыки.	1	
14.05.2026	129	Упражнения для улучшения скорости реакции.	1	
15.05.2026	130	Упражнения для улучшения скорости реакции.	1	
18.05.2026	131	Техники удара головой в атаке и защите.	1	
19.05.2026	132	Техники удара головой в атаке и защите.	1	
21.05.2026	133	Как готовиться к матчам и турнирам.	1	
22.05.2026	134	Как готовиться к матчам и турнирам.	1	
25.05.2026	135	Как ставить и достигать цели в футболе.	1	
26.05.2026	136	Итоговое занятие	1	
		Итого	136	

План по учебно-воспитательной работе объединения

№ п/п	Название мероприятия	Сроки	Место проведения	Примечание
1.	Вводная беседа «Наша команда: цели и ценности». Демонстрация презентации о женском футболе.	Сентябрь	Кабинет, спортивный зал	
2.	Беседа-практикум «Режим дня и питание юной футболистки»	Ноябрь	Спортивный зал	
3.	Тренинг «Команда на поле и за его пределами: психология взаимопонимания»	Январь	Спортивный зал	
4.	Просветительское занятие «Роль женщины в спорте: сила, грация, уверенность»	Март	Спортивный зал	
5.	Открытая товарищеская игра «Футбол для всех!», приуроченная к «Дню Здоровья».	Май	Стадион/спортивный зал	

План работы с родителями

№ п/п	Название мероприятия	Сроки	Место проведения	Примечание
1	Родительское собрание	сентябрь	Каб. 13	
2	Решение организационных вопросов по реализации учебной программы	сентябрь	В соц сетях, по тел.	
3	Контроль посещаемости, готовности обучающихся к занятиям.	В течении уч. года	Связь по тел.	
4	Родительское собрание по итогам полугодия	декабрь	Каб. 13	
5	Посещение тематических мастер-классов совместно дети, родители, педагог	1-2 раза за уч. год		
6	Родительское собрание по итогам учебного года	май	Каб. 13	

**Карта результатов освоения
дополнительной общеразвивающей программы
«Футбол для девочек»**

- педагога дополнительного образования

- Кол-во часов по программе:

	Год обучения 1 № группы 1 Фамилия, имя обучающегося	Показатели результативности освоения обучающимися программы (конкретные знания, умения, навыки, указанные в программе)								Итоги освоения программы в баллах	Уровень освоения программы
		Опыт освоения теоретической информации	Опыт практической деятельности	Опыт экспериментально-ценностных отношений	Опыт творчества	Опыт общения	Осознание ребенком актуальных достижений	Мотивация и осознание перспективы	Всего		
1											
2											
3											
4											
5											
6											
7											
8											
9											
10											
11											
12											
13											
14											
15											

- Полнота реализации(час.):
- Сохранность контингента (%):

Баллы проставляются по пятибалльной шкале по каждому показателю, Затем суммируется и вычисляется среднеарифметический балл, который заноситься в графу «Итоги освоения программы в баллах»

Уровень освоения программы выявляется по следующей шкале:

1-2,5 – низкий

2,6 – 4 – средний

4-5 – ВЫСОКИЙ