

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

СОГЛАСОВАНО

Педагогическим Советом

ГБОУ СОШ №262 Санкт-Петербурга

Протокол № 19 от 31.08.2026 г.

УТВЕРЖДЕНО

Приказ № 609-ОД от 31.08. 2026 г.

Директор ГБОУ СОШ №262

_____/Большакова Ю.А.



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«ФУТБОЛ ДЛЯ ДЕВОЧЕК»**

Срок реализации: 1 год

Разработчик программы:
педагог дополнительного образования
Кондейко Софья Олеговна

Санкт-Петербург

2026

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 7-16 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 посильные 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 16 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 144 учебных часов, по 1 часу 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 1-9 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 7-16 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

Дополнительная общеобразовательная программа «Футбол для девочек»
(1 год обучения, 145 занятий × 2 часа = 290 часов, 2 группы)

№ п/п	Название раздела	Количество занятий	Всего часов
1	Вводное занятие. Основы безопасности и правила в футболе	1	2
2	Техника владения мячом (база)	6	12
3	Начальная тактика и двусторонние игры	10	20
4	Тактические действия в нападении	7	14
5	Индивидуальная и групповая тактика	3	6
6	Физическая подготовка через подвижные игры	11	22
7	Основы теории и тактики футбола	18	36
8	Восстановление и силовая подготовка	4	8
9	Прессинг и командная защита	3	6
10	Развитие личных навыков и	6	12

№ п/п	Название раздела	Количество занятий	Всего часов
	реакции		
11	Подготовка к матчам и целеполагание	3	6
12	Совершенствование технических элементов	17	34
13	Игровые упражнения в малых составах	2	4
14	Тактика атаки и стандартные положения	6	12
15	Защитные действия и фланговые атаки	6	12
16	Физическая подготовка (скорость, выносливость)	2	4
17	Тактика игры через полузащиту и длинные передачи	7	14
18	Удары и контроль мяча в сложных условиях	3	6
19	Скоростно-силовая подготовка	3	6
20	Индивидуальные тактические действия	3	6
21	Комплексная физическая и тактическая подготовка	4	8
22	Завершение атак и фланговая игра	6	12
23	Подготовка к соревнованиям	6	12

№ п/п	Название раздела	Количество занятий	Всего часов
24	Анализ и повторение	5	10
25	Итоговые игры	3	6
Итого	Всего	145 занятий	290 часов

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 выбирать 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

1. Вводное занятие. Основы безопасности и правила в футболе (Занятие №1)
 - Теория: Цели и задачи курса. Правила игры, этика поведения, форма, инвентарь. Инструктаж по технике безопасности (ОТ и ТБ, ПДД, ППБ, действия при ЧС, ТБ на занятиях).
 - Практика: Базовые стойки, перемещения. Отработка командных жестов и сигналов.
2. Техника владения мячом (база) (Занятия №2–7)
 - Теория: Основы ведения, передачи и остановки мяча.
 - Практика: Ведение мяча (внутренней/внешней стороной стопы), удары (передача мяча), приём и остановка мяча (подошвой, внутренней стороной), удар по воротам.
3. Начальная тактика и двусторонние игры (Занятия №8–17)
 - Теория: Тактика свободного нападения. Техника безопасности в игре.
 - Практика: Двусторонние учебные игры (3 занятия), позиционные нападения (4 занятия), отработка взаимодействий в атаке.

4. Тактические действия в нападении (Занятия №18–24)

- Теория: Принципы атаки в численном меньшинстве и равенстве.
- Практика: Игровые задания 3:1 и 3:3 с атакой и без атаки ворот.
Двусторонняя учебная игра.

5. Индивидуальная и групповая тактика (Занятия №25–27)

- Теория: Индивидуальные, групповые и командные тактические действия в нападении и защите.
- Практика: Отработка тактических схем в упражнениях, двусторонняя игра.

6. Физическая подготовка через подвижные игры (Занятия №28–38)

- Теория: Значение быстроты и физических способностей в футболе.
- Практика: Подвижные игры и эстафеты с футбольным мячом на развитие быстроты, игры, развивающие физические способности, двусторонние игры.

7. Основы теории и тактики футбола (Занятия №39–56)

- Теория: Правила и цели игры, значение фитнеса, способы передачи, техники удара, дриблинг, защита, позиционирование, взаимодействие, формации, фланги, угловые/штрафные, игра вратаря, психология, честная игра.
- Практика: Упражнения на отработку изученных элементов (без деления на отдельные практические блоки, встроено в теорию).

8. Восстановление и силовая подготовка (Занятия №57–60)

- Теория: Восстановление после тренировок и игр.
- Практика: Упражнения для повышения силы, восстановительные комплексы.

9. Прессинг и командная защита (Занятия №61–63)

- Теория: Эффективный прессинг соперника, основы командной обороны.
- Практика: Тактические упражнения в обороне, отработка прессинга в малых группах.

10. Развитие личных навыков и реакции (Занятия №64–69)

- Теория: Как улучшать личные навыки.
- Практика: Упражнения на скорость реакции, техника удара головой в атаке и защите.

11. Подготовка к матчам и целеполагание (Занятия №70–72)

- Теория: Как готовиться к матчам и турнирам, постановка целей в футболе.
- Практика: Моделирование игровых ситуаций, настрой на соревнования.

12. Совершенствование технических элементов (Занятия №73–89)

- Теория: Повторение основ техники.
- Практика: Ведение внутренней/внешней стороной, остановка, короткие/длинные передачи, приём грудью/бедром, жонглирование, обводка стоек, удары с места/с разбега, передачи в движении, в треугольнике/квадрате, игра в стенку, удары после ведения.

13. Игровые упражнения в малых составах (Занятия №90–91)

- Теория: Развитие паса и взаимодействия.
- Практика: Игра 2х2, 3х3 на маленькие ворота.

14. Тактика атаки и стандартные положения (Занятия №92–97)

- Теория: Открывание под передачу, смещение в центр, техника

штрафного и углового удара.

- Практика: Штрафной удар, подача с углового, игра 4х4 с зонами, игра 5х5 без вратарей.

15. Защитные действия и фланговые атаки (Занятия №98–103)

- Теория: Перехват, отбор в подкате, проход по флангу, прострел, прессинг в центре, отход в защиту при потере.
- Практика: Упражнения в парах, отработка фланговых атак, тактические схемы.

16. Физическая подготовка (скорость, выносливость) (Занятия №104–105)

- Теория: Значение интервальной и челночной работы.
- Практика: Беговые интервалы (30 м × 10), челночный бег.

17. Тактика игры через полузащиту и длинные передачи (Занятия №106–112)

- Теория: Игра через центральную полузащиту, длинный пас вразрез.
- Практика: Игра 6х6 с позициями, стандарты (угловой, штрафной + стенка), игра 5х5 с акцентом на пас, игра 7х7 на полполя.

18. Удары и контроль мяча в сложных условиях (Занятия №113–115)

- Теория: Техника ударов с лёта, головой, контроль под давлением.
- Практика: Удары с лёта, удары головой (накат), контроль мяча в зоне давления.

19. Скоростно-силовая подготовка (Занятия №116–118)

- Теория: Стартовая скорость, реакция на отскок.
- Практика: Рывки 5–15 м, рывок + удар по воротам, реакция на отскок мяча.

20. Индивидуальные тактические действия (Занятия №119–121)

- Теория: Действия 1х1, 2х1, стенка + выход 1 на 1.
- Практика: Игра 1х1 с атакой и защитой, игра 2х1, тактическое упражнение «стенка».

21. Комплексная физическая и тактическая подготовка (Занятия №122–125)

- Теория: Круговая тренировка, быстрый переход, прессинг после потери.
- Практика: Круговая тренировка (5 станций), игра 4х4 с быстрым переходом, прессинг после потери, контратака втроём.

22. Завершение атак и фланговая игра (Занятия №126–131)

- Теория: Прострел, навес, ротация позиций, игра против защиты.
- Практика: Прострел + завершение, навес + удар головой, игра 6х6 с лимитом касаний, отработка ротации, удары с отскока, игра против 4 защитников.

23. Подготовка к соревнованиям (Занятия №132–137)

- Теория: Комбинации в атаке, стандарты, игра в меньшинстве/большинстве.
- Практика: Товарищеская игра 8х8, подготовка комбинаций, отработка стандартов, игра 4х5 и 5х4, полноценная игра 7х7 с судьёй.

24. Анализ и повторение (Занятия №138–142)

- Теория: Разбор ошибок (видео/устно), выход из обороны в атаку, завершение атаки.
- Практика: Повтор ударов, ведения, передач и приёма.

25. Итоговые игры (Занятия №143–145)

- Теория: Итоги года, награждение.
- Практика: Полноценные игры 8х8 (полное поле) со сменой позиций, финальная 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, 2003
3. Монаков Г.В.: Подготовка футболистов. - М.: Советский спорт, 2007

Календарно-тематический план

Дополнительной общеразвивающей программы

«Футбол для девочек»

На 2026-2027 учебный год

Возраст: 7-10 лет

Группа 1

Дата	№ п/п	Тема	Количество часов	Примечание
01.09.2026	1	Формирование группы. Введение. Инструктаж по ТБ: ОТ и ТБ, ПДД, ППБ, действия при ЧС, ТБ на занятиях.	1	
03.09.2026	2	Ведение, удар (передача мяча), приём мяча, остановка, удар по воротам.	1	
04.09.2026	3	Ведение, удар (передача мяча), приём мяча, остановка, удар по воротам.	1	
07.09.2026	4	Ведение, удар (передача мяча), приём мяча, остановка, удар по воротам.	1	
08.09.2026	5	Ведение, удар (передача мяча), приём мяча, остановка, удар по воротам.	1	
10.09.2026	6	Ведение, удар (передача мяча), приём мяча, остановка, удар по воротам.	1	
11.09.2026	7	Ведение, удар (передача мяча), приём мяча, остановка, удар по воротам.	1	
14.09.2026	8	Тактика свободного нападения. Техника безопасности.	1	
15.09.2026	9	Тактика свободного нападения. Техника безопасности.	1	
17.09.2026	10	Двусторонняя учебная игра	1	
18.09.2026	11	Двусторонняя учебная игра	1	
21.09.2026	12	Двусторонняя учебная игра	1	
22.09.2026	13	Позиционные нападения	1	

24.09.2026	14	Позиционные нападения	1	
25.09.2026	15	Позиционные нападения	1	
28.09.2026	16	Позиционные нападения	1	
29.09.2026	17	Двусторонняя учебная игра	1	
01.10.2026	18	Нападения в игровых заданиях 3:1 , 3:3 с атакой и без атаки ворот	1	
02.10.2026	19	Нападения в игровых заданиях 3:1 , 3:3 с атакой и без атаки ворот	1	
05.10.2026	20	Нападения в игровых заданиях 3:1 , 3:3 с атакой и без атаки ворот	1	
06.10.2026	21	Нападения в игровых заданиях 3:1 , 3:3 с атакой и без атаки ворот	1	
08.10.2026	22	Нападения в игровых заданиях 3:1 , 3:3 с атакой и без атаки ворот	1	
09.10.2026	23	Нападения в игровых заданиях 3:1 , 3:3 с атакой и без атаки ворот	1	
12.10.2026	24	Двусторонняя учебная игра	1	
13.10.2026	25	Индивидуальные, групповые и командные тактические действия в нападении и в защите	1	
15.10.2026	26	Индивидуальные, групповые и командные тактические действия в нападении и в защите	1	
16.10.2026	27	Двусторонняя учебная игра	1	
19.10.2026	28	Подвижные игры и эстафеты с футбольным мячом на развитие быстроты	1	
20.10.2026	29	Подвижные игры и эстафеты с футбольным мячом на развитие быстроты	1	
22.10.2026	30	Двусторонняя учебная игра	1	

23.10.2026	31	Игры, развивающие физические способности	1	
26.10.2026	32	Игры, развивающие физические способности	1	
27.10.2026	33	Двусторонняя учебная игра	1	
29.10.2026	34	Подвижные игры и эстафеты с футбольным мячом на развитие быстроты	1	
30.10.2026	35	Подвижные игры и эстафеты с футбольным мячом на развитие быстроты	1	
02.11.2026	36	Двусторонняя учебная игра	1	
03.11.2026	37	Игры, развивающие физические способности	1	
05.11.2026	38	Игры, развивающие физические способности	1	
06.11.2026	39	Основы игры, правила и цели.	1	
09.11.2026	40	Значение фитнеса для футболисток.	1	
10.11.2026	41	Правильные способы передачи и приемов.	1	
12.11.2026	42	Различные техники удара (внутренней частью стопы, внешней и т.д.).	1	
13.11.2026	43	Основы дриблинга и его важность в игре.	1	
16.11.2026	44	Тактики и техники для успешной защиты.	1	
17.11.2026	45	Как правильно занимать позиции в зависимости от ситуации.	1	
19.11.2026	46	Значение взаимодействия и коммуникации в команде.	1	

20.11.2026	47	Обзор основных тактических формаций.	1	
23.11.2026	48	Как эффективно использовать фланги в атаке.	1	
24.11.2026	49	Угловые и штрафные удары.	1	
26.11.2026	50	Основы игры для вратарей.	1	
27.11.2026	51	Как справляться с давлением и стрессом во время игры.	1	
30.11.2026	52	Важность разминки перед тренировкой и игры.	1	
01.12.2026	53	Различные способы ведения мяча.	1	
03.12.2026	54	Как разбирать свои игры и игры соперников.	1	
04.12.2026	55	Значение честной игры.	1	
07.12.2026	56	Значение честной игры.	1	
08.12.2026	57	Как правильно восстанавливаться после тренировок и игр.	1	
10.12.2026	58	Как правильно восстанавливаться после тренировок и игр.	1	
11.12.2026	59	Упражнения для повышения силы.	1	
14.12.2026	60	Упражнения для повышения силы.	1	
15.12.2026	61	Как эффективно прессинговать соперника.	1	
17.12.2026	62	Как эффективно прессинговать соперника.	1	
18.12.2026	63	Основы командной обороны.	1	
21.12.2026	64	Как улучшать свои личные навыки.	1	
22.12.2026	65	Как улучшать свои личные навыки.	1	
24.12.2026	66	Упражнения для улучшения скорости	1	

		реакции.		
25.12.2026	67	Упражнения для улучшения скорости реакции.	1	
28.12.2026	68	Техники удара головой в атаке и защите.	1	
29.12.2026	69	Техники удара головой в атаке и защите.	1	
12.01.2027	70	Как готовиться к матчам и турнирам.	1	
13.01.2027	71	Как готовиться к матчам и турнирам.	1	
15.01.2027	72	Как ставить и достигать цели в футболе.	1	
16.01.2027	73	Ведение мяча внутренней/внешней стороной стопы	1	
19.01.2027	74	Остановка мяча подошвой и внутренней стороной	1	
20.01.2027	75	Передачи короткие в парах (на месте)	1	
22.01.2027	76	Передачи в движении (в парах)	1	
23.01.2027	77	Приём мяча грудью и бедром	1	
26.01.2027	78	Жонглирование (развитие чувства мяча)	1	
27.01.2027	79	Обводка стоек (дриблинг) правой ногой	1	
29.01.2027	80	Обводка стоек левой ногой	1	
30.01.2027	81	Удары по воротам с места (подъёмом)	1	
02.02.2027	82	Удары по воротам с разбега	1	
03.02.2027	83	Передачи на дальность (до 20 м)	1	
05.02.2027	84	Приём мяча спиной к воротам + разворот	1	
06.02.2027	85	Передачи в треугольнике	1	

09.02.2027	86	Передачи в квадрате (4 игрока)	1	
10.02.2027	87	Игра в стенку (1–2 касания)	1	
12.02.2027	88	Ведение + передача на бегу	1	
13.02.2027	89	Удары после ведения	1	
16.02.2027	90	Игра 2х2 на маленькие ворота	1	
17.02.2027	91	Игра 3х3 (развитие паса)	1	
19.02.2027	92	Тактика: открывание под передачу	1	
20.02.2027	93	Тактика: смещение в центр	1	
24.02.2027	94	Штрафной удар (техника)	1	
26.02.2027	95	Угловой: подача в штрафную	1	
27.02.2027	96	Игра 4х4 с зонами	1	
02.03.2027	97	Игра 5х5 без вратарей	1	
03.03.2027	98	Защита: перехват мяча (в парах)	1	
05.03.2027	99	Защита: отбор в подкате (техника)	1	
06.03.2027	100	Нападение: проход по флангу	1	
10.03.2027	101	Нападение: прострел низом	1	
11.03.2027	102	Тактика: прессинг в центре	1	
12.03.2027	103	Тактика: отход в защиту при потере	1	
13.03.2027	104	Физика: беговые интервалы (30 м×10)	1	
16.03.2027	105	Физика: челночный бег	1	
17.03.2027	106	Игра 6х6 с позициями	1	
19.03.2027	107	Стандарты: подача с углового	1	
20.03.2027	108	Стандарты: штрафной + стенка	1	
23.03.2027	109	Игра 5х5 с акцентом на пас	1	
24.03.2027	110	Игра 7х7 на полполя	1	
26.03.2027	111	Тактика: игра через центральную полузащиту	1	

27.03.2027	112	Тактика: длинный пас вразрез	1	
30.03.2027	113	Удары с лёта	1	
31.03.2027	114	Удары головой (накат)	1	
02.04.2027	115	Контроль мяча в зоне давления	1	
03.04.2027	116	Стартовая скорость (рывки 5–15 м)	1	
06.04.2027	117	Рывок + удар по воротам	1	
07.04.2027	118	Реакция на отскок мяча	1	
09.04.2027	119	Игра 1x1 с атакой и защитой	1	
10.04.2027	120	Игра 2x1 (атака вдвоём против одного)	1	
13.04.2027	121	Тактика: стенка + выход 1 на 1	1	
14.04.2027	122	Физика: круговая тренировка (5 станций)	1	
16.04.2027	123	Игра 4x4 с быстрым переходом	1	
17.04.2027	124	Прессинг после потери	1	
20.04.2027	125	Контратака втроём	1	
21.04.2027	126	Прострел с фланга + завершение	1	
23.04.2027	127	Навес с фланга + удар головой	1	
24.04.2027	128	Игра 6x6 с лимитом касаний	1	
27.04.2027	129	Тактика: ротация позиций	1	
28.04.2027	130	Тактика: игра против защиты (4 защитника)	1	
30.04.2027	131	Удары с отскока от земли	1	
04.05.2027	132	Товарищеская игра 8x8	1	
05.05.2027	133	Подготовка к игре: комбинации в атаке	1	
07.05.2027	134	Подготовка к игре: стандарты	1	

08.05.2027	135	Тактика: игра в меньшинстве (4х5)	1	
12.05.2027	136	Тактика: игра в большинстве (5х4)	1	
13.05.2027	137	Полноценная игра 7х7 с судьёй	1	
14.05.2027	138	Разбор ошибок (видео или устно)	1	
15.05.2027	139	Повтор: удары + ведение	1	
18.05.2027	140	Повтор: передачи + приём	1	
19.05.2027	141	Тактика: выход из обороны в атаку	1	
21.05.2027	142	Тактика: завершение атаки	1	
22.05.2027	143	Игра 8х8 (полное поле)	1	
25.05.2027	144	Игра 8х8 + смена позиций	1	
26.05.2027	145	Итоговое занятие: Финальная игра + награждение	1	

Календарно-тематический план

Дополнительной общеразвивающей программы

«Футбол для девочек»

На 2026-2027 учебный год

Возраст: 10 - 16 лет

Группа 2

Дата	№ п/п	Тема	Количество часов	Примечание
01.09.2026	1	Формирование группы. Введение. Инструктаж по ТБ: ОТ и ТБ, ПДД, ППБ, действия при ЧС, ТБ на занятиях.	1	
03.09.2026	2	Ведение, удар (передача мяча), приём мяча, остановка, удар по воротам.	1	
04.09.2026	3	Ведение, удар (передача мяча), приём мяча, остановка, удар по воротам.	1	
07.09.2026	4	Ведение, удар (передача мяча), приём мяча, остановка, удар по воротам.	1	
08.09.2026	5	Ведение, удар (передача мяча), приём мяча, остановка, удар по воротам.	1	
10.09.2026	6	Ведение, удар (передача мяча), приём мяча, остановка, удар по воротам.	1	
11.09.2026	7	Ведение, удар (передача мяча), приём мяча, остановка, удар по воротам.	1	
14.09.2026	8	Тактика свободного нападения. Техника безопасности.	1	
15.09.2026	9	Тактика свободного нападения. Техника безопасности.	1	

17.09.2026	10	Двусторонняя учебная игра	1	
18.09.2026	11	Двусторонняя учебная игра	1	
21.09.2026	12	Двусторонняя учебная игра	1	
22.09.2026	13	Позиционные нападения	1	
24.09.2026	14	Позиционные нападения	1	
25.09.2026	15	Позиционные нападения	1	
28.09.2026	16	Позиционные нападения	1	
29.09.2026	17	Двусторонняя учебная игра	1	
01.10.2026	18	Нападения в игровых заданиях 3:1 , 3:3 с атакой и без атаки ворот	1	
02.10.2026	19	Нападения в игровых заданиях 3:1 , 3:3 с атакой и без атаки ворот	1	
05.10.2026	20	Нападения в игровых заданиях 3:1 , 3:3 с атакой и без атаки ворот	1	
06.10.2026	21	Нападения в игровых заданиях 3:1 , 3:3 с атакой и без атаки ворот	1	
08.10.2026	22	Нападения в игровых заданиях 3:1 , 3:3 с атакой и без атаки ворот	1	
09.10.2026	23	Нападения в игровых заданиях 3:1 , 3:3 с атакой и без атаки ворот	1	
12.10.2026	24	Двусторонняя учебная игра	1	
13.10.2026	25	Индивидуальные, групповые и командные тактические действия в нападении и в защите	1	

15.10.2026	26	Индивидуальные, групповые и командные тактические действия в нападении и в защите	1	
16.10.2026	27	Двусторонняя учебная игра	1	
19.10.2026	28	Подвижные игры и эстафеты с футбольным мячом на развитие быстроты	1	
20.10.2026	29	Подвижные игры и эстафеты с футбольным мячом на развитие быстроты	1	
22.10.2026	30	Двусторонняя учебная игра	1	
23.10.2026	31	Игры, развивающие физические способности	1	
26.10.2026	32	Игры, развивающие физические способности	1	
27.10.2026	33	Двусторонняя учебная игра	1	
29.10.2026	34	Подвижные игры и эстафеты с футбольным мячом на развитие быстроты	1	
30.10.2026	35	Подвижные игры и эстафеты с футбольным мячом на развитие быстроты	1	
02.11.2026	36	Двусторонняя учебная игра	1	
03.11.2026	37	Игры, развивающие физические способности	1	
05.11.2026	38	Игры, развивающие физические способности	1	
06.11.2026	39	Основы игры, правила и цели.	1	
09.11.2026	40	Значение фитнеса для футболисток.	1	

10.11.2026	41	Правильные способы передачи и приемов.	1	
12.11.2026	42	Различные техники удара (внутренней частью стопы, внешней и т.д.).	1	
13.11.2026	43	Основы дриблинга и его важность в игре.	1	
16.11.2026	44	Тактики и техники для успешной защиты.	1	
17.11.2026	45	Как правильно занимать позиции в зависимости от ситуации.	1	
19.11.2026	46	Значение взаимодействия и коммуникации в команде.	1	
20.11.2026	47	Обзор основных тактических формаций.	1	
23.11.2026	48	Как эффективно использовать фланги в атаке.	1	
24.11.2026	49	Угловые и штрафные удары.	1	
26.11.2026	50	Основы игры для вратарей.	1	
27.11.2026	51	Как справляться с давлением и стрессом во время игры.	1	
30.11.2026	52	Важность разминки перед тренировкой и игры.	1	
01.12.2026	53	Различные способы ведения мяча.	1	
03.12.2026	54	Как разбирать свои игры и игры соперников.	1	
04.12.2026	55	Значение честной игры.	1	
07.12.2026	56	Значение честной игры.	1	
08.12.2026	57	Как правильно	1	

		восстанавливаться после тренировок и игр.		
10.12.2026	58	Как правильно восстанавливаться после тренировок и игр.	1	
11.12.2026	59	Упражнения для повышения силы.	1	
14.12.2026	60	Упражнения для повышения силы.	1	
15.12.2026	61	Как эффективно прессинговать соперника.	1	
17.12.2026	62	Как эффективно прессинговать соперника.	1	
18.12.2026	63	Основы командной обороны.	1	
21.12.2026	64	Как улучшать свои личные навыки.	1	
22.12.2026	65	Как улучшать свои личные навыки.	1	
24.12.2026	66	Упражнения для улучшения скорости реакции.	1	
25.12.2026	67	Упражнения для улучшения скорости реакции.	1	
28.12.2026	68	Техники удара головой в атаке и защите.	1	
29.12.2026	69	Техники удара головой в атаке и защите.	1	
12.01.2027	70	Как готовиться к матчам и турнирам.	1	
13.01.2027	71	Как готовиться к матчам и турнирам.	1	
15.01.2027	72	Как ставить и достигать цели в	1	

		футболе.		
16.01.2027	73	Ведение мяча внутренней/внешней стороной стопы	1	
19.01.2027	74	Остановка мяча подошвой и внутренней стороной	1	
20.01.2027	75	Передачи короткие в парах (на месте)	1	
22.01.2027	76	Передачи в движении (в парах)	1	
23.01.2027	77	Приём мяча грудью и бедром	1	
26.01.2027	78	Жонглирование (развитие чувства мяча)	1	
27.01.2027	79	Обводка стоек (дриблинг) правой ногой	1	
29.01.2027	80	Обводка стоек левой ногой	1	
30.01.2027	81	Удары по воротам с места (подъёмом)	1	
02.02.2027	82	Удары по воротам с разбега	1	
03.02.2027	83	Передачи на дальность (до 20 м)	1	
05.02.2027	84	Приём мяча спиной к воротам + разворот	1	
06.02.2027	85	Передачи в треугольнике	1	
09.02.2027	86	Передачи в квадрате (4 игрока)	1	
10.02.2027	87	Игра в стенку (1–2 касания)	1	
12.02.2027	88	Ведение + передача на бегу	1	
13.02.2027	89	Удары после ведения	1	
16.02.2027	90	Игра 2х2 на маленькие ворота	1	

17.02.2027	91	Игра 3х3 (развитие паса)	1	
19.02.2027	92	Тактика: открывание под передачу	1	
20.02.2027	93	Тактика: смещение в центр	1	
24.02.2027	94	Штрафной удар (техника)	1	
26.02.2027	95	Угловой: подача в штрафную	1	
27.02.2027	96	Игра 4х4 с зонами	1	
02.03.2027	97	Игра 5х5 без вратарей	1	
03.03.2027	98	Защита: перехват мяча (в парах)	1	
05.03.2027	99	Защита: отбор в подкате (техника)	1	
06.03.2027	100	Нападение: проход по флангу	1	
10.03.2027	101	Нападение: прострел низом	1	
11.03.2027	102	Тактика: прессинг в центре	1	
12.03.2027	103	Тактика: отход в защиту при потере	1	
13.03.2027	104	Физика: беговые интервалы (30 м×10)	1	
16.03.2027	105	Физика: челночный бег	1	
17.03.2027	106	Игра 6х6 с позициями	1	
19.03.2027	107	Стандарты: подача с углового	1	
20.03.2027	108	Стандарты: штрафной + стенка	1	
23.03.2027	109	Игра 5х5 с акцентом на пас	1	
24.03.2027	110	Игра 7х7 на полполя	1	
26.03.2027	111	Тактика: игра через центральную полузащиту	1	

27.03.2027	112	Тактика: длинный пас вразрез	1	
30.03.2027	113	Удары с лёта	1	
31.03.2027	114	Удары головой (накат)	1	
02.04.2027	115	Контроль мяча в зоне давления	1	
03.04.2027	116	Стартовая скорость (рывки 5–15 м)	1	
06.04.2027	117	Рывок + удар по воротам	1	
07.04.2027	118	Реакция на отскок мяча	1	
09.04.2027	119	Игра 1х1 с атакой и защитой	1	
10.04.2027	120	Игра 2х1 (атака вдвоём против одного)	1	
13.04.2027	121	Тактика: стенка + выход 1 на 1	1	
14.04.2027	122	Физика: круговая тренировка (5 станций)	1	
16.04.2027	123	Игра 4х4 с быстрым переходом	1	
17.04.2027	124	Прессинг после потери	1	
20.04.2027	125	Контратака втроём	1	
21.04.2027	126	Прострел с фланга + завершение	1	
23.04.2027	127	Навес с фланга + удар головой	1	
24.04.2027	128	Игра 6х6 с лимитом касаний	1	
27.04.2027	129	Тактика: ротация позиций	1	
28.04.2027	130	Тактика: игра против защиты (4 защитника)	1	
30.04.2027	131	Удары с отскока от земли	1	
04.05.2027	132	Товарищеская игра 8х8	1	

05.05.2027	133	Подготовка к игре: комбинации в атаке	1	
07.05.2027	134	Подготовка к игре: стандарты	1	
08.05.2027	135	Тактика: игра в меньшинстве (4х5)	1	
12.05.2027	136	Тактика: игра в большинстве (5х4)	1	
13.05.2027	137	Полноценная игра 7х7 с судьёй	1	
14.05.2027	138	Разбор ошибок (видео или устно)	1	
15.05.2027	139	Повтор: удары + ведение	1	
18.05.2027	140	Повтор: передачи + приём	1	
19.05.2027	141	Тактика: выход из обороны в атаку	1	
21.05.2027	142	Тактика: завершение атаки	1	
22.05.2027	143	Игра 8х8 (полное поле)	1	
25.05.2027	144	Игра 8х8 + смена позиций	1	
26.05.2027	145	Итоговое занятие: Финальная игра + награждение	1	

План по учебно-воспитательной работе

№ п/п	Название мероприятия	Сроки	Место проведения	Примечание

1.	Организационное собрание «Добро пожаловать в команду!» Знакомство с новичками, утверждение графика тренировок.	сен.26	Кабинет, спортивный зал	Адаптация новичков
2.	Беседа-практикум «Режим дня, гигиена и питание юной футболистки».	окт.26	Спортивный зал	Здоровый образ жизни
3.	Тренинг на сплочение «Одна команда – одна цель: психология взаимопонимания».	ноя.26	Спортивный зал	Командообразование
4.	Патриотический час «Спорт – это сила духа» ко Дню Героев Отечества.	дек.26	Кабинет / Музей	Патриотическое воспитание
5.	Просветительское занятие «Женщины в большом спорте: путь к чемпионству».	янв.27	Кабинет (презентация)	Профориентация
6.	Классный час «Цифровая безопасность юного спортсмена» (защита от мошенников).	фев.27	Кабинет (медiateка)	Профилактика киберугроз
7.	Праздничный турнир «Весенний кубок» с участием мам, посвященный 8 Марта.	мар.27	Спортивный зал	Работа с родителями

8.	Экологическая акция «Чистый газон» (уборка стадиона и посадка растений).	апр.27	Стадион / территория	Трудовое воспитание
9.	Урок мужества «Спортсмены- фронтовики» и возложение цветов к мемориалу.	май.27	Мемориал	Патриотическое воспитание
10.	Открытая товарищеская игра «Футбол для всех!» ко Дню Здоровья. Заккрытие сезона.	май.27	Стадион	Итоговое мероприятие

План работы с родителями

№ п/п	Название мероприятия	Сроки	Место проведения	Примечание
1	Родительское собрание	сентябрь	Каб. 13	
2	Решение организационных вопросов пореализации учебной программы	сентябрь	В соц сетях, по тел.	
3	Контроль посещаемости, готовности обучающихся к занятиям.	В течении уч. года	Связь потел.	
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	май	Каб. 13	

	года			
--	------	--	--	--

Приложение 1

Карта результатов освоения дополнительной общеразвивающей программы «Футбол для девочек»

- педагога дополнительного образования

	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 эксперименталь- но-ценностных отношений	Опыт творчест- ва	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											

- Кол-во часов по программе:
- 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