

Управление образования администрации города Хабаровска
Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования
г. Хабаровска «Центр внешкольной работы «Планета взросления»

Принято

на заседании педагогического совета

ЦВР «Планета взросления»

Протокол № 4

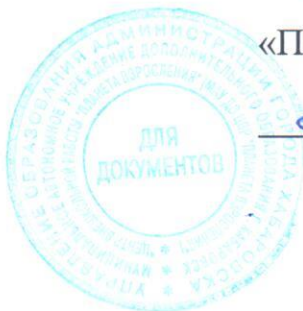
«27» апреля 2026 г.

Утверждаю

Директор МАУ ДО ЦВР

«Планета взросления»

Е.Н. Савельева



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ

«ВОЛЕВОЙ ПАС»

Уровень освоения: базовый

Возраст обучающихся: 8-14 лет

Срок реализации: 1 год (172 ч.)

Разработчик:
Кочеткова С.В., методист.
Ким В.Б., педагог
дополнительного образования

г. Хабаровск
2026 год

Пояснительная записка

Футбол – школа творчества и коммуникации детей. Это уникальный инструмент развития творческого и физического мышления. «Вкладывая в детей, в футбол, мы вкладываем в наше будущее»

(В. Мутко).

Футбол обладает рядом особенностей, делающих эту игру интересной и заманчивой. Во-первых, здесь каждый игрок значительно чаще работает с мячом и участвует в общих игровых действиях; во-вторых, в этой игре забивается довольно много голов, в-третьих, каждый участник должен действовать с полной отдачей сил, успевая обороняться и атаковать. Мяч практически все время находится в игре, что не вызывает вынужденных и утомительных остановок.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Волевой пас» имеет физкультурно-спортивную направленность и предполагает базовый уровень освоения знаний и практических навыков в рамках объединения дополнительного образования.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Волевой пас» предполагает развитие и совершенствование у обучающихся основных физических качеств, формирование различных двигательных навыков, укрепление здоровья.

Ведущая идея программы – создание современной практико-ориентированной среды в учреждении дополнительного образования для целенаправленной физкультурно-оздоровительной подготовки обучающихся, привития интереса к систематическим занятиям физической культурой и спортом, воспитания гармонично развитых личностей, обучения знаниям, умениям и навыкам игры в футбол.

Нормативно-правовая база программы разработана в соответствии с:

- Федеральным Законом от 29 декабря 2012 г. № 273 «Об образовании в Российской Федерации».
- Распоряжением Правительства Российской Федерации от 31.03.2022г. № 678-р «Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года».
- Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».
- Приказом Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. № 629 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
- Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) (Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 18 ноября 2015 г. № 09-3242).
- Распоряжением Министерства образования и науки Хабаровского края от

26.09.2019 г. № 1321 «Об утверждении методических рекомендаций «Правила персонифицированного финансирования дополнительного образования детей в городском округе, муниципальном районе Хабаровского края».

- Приказом КГАОУ ДО «Центр развития творчества детей Хабаровского края» МРЦ ДО от 27 мая 2025 г № 220П «Об утверждении Положения о дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе, реализуемой в Хабаровском крае».
- Уставом МАУ ДО ЦВР «Планета взросления».

Педагогическая целесообразность

Педагогической целесообразностью программы является то, что специально подобранные игровые упражнения, выполняемые индивидуально, в группах, командах, задания с мячом создают неограниченные возможности для развития, прежде всего координационных (ориентирование в пространстве, быстрота реакций, перестроения двигательных действий, точность дифференцирования и оценивания пространственных, временных и силовых параметров движений, способность к согласованию отдельных движений в целостные комбинации) и кондиционных (силовых, выносливости, скоростных) способностей, а также всевозможных сочетаний этих групп способностей. Одновременно материал по спортивным играм оказывает многостороннее влияние на развитие психических процессов ребят (восприятие, внимание, память, мышление, воображение и др.), воспитание нравственных и волевых качеств, что обусловлено необходимостью соблюдения правил и условий, игровых упражнений и индивидуальных, групповых и командных взаимодействий партнеров и соперников.

Актуальность и новизна программы.

Выдающиеся политические деятели, военачальники, писатели, музыканты, ученые видели и видят в футболе не просто отдых и развлечение, и развитие двигательных качеств, эффективное средство воспитания и развития человека. К числу наиболее в активные социальные функции футбола относится функция педагогическая, развития познавательной активности обучающихся, их самостоятельности в принятии оптимальных решений в самых различных ситуациях, требующих повышенного внимания, ответственности, высокой культуры и дисциплины мыслительной и физической деятельности.

Актуальность программы состоит в том, что в настоящее время значительная часть школьников занимается физическими упражнениями лишь на уроках физической культуры. Слабая физическая подготовка не позволяет им сдавать учебные нормативы по физической культуре в школе. Поэтому одной из важнейших задач является привлечение как можно большего числа детей школьного возраста к систематическим занятиям в секции для повышения уровня физической подготовленности.

Новизна программы.

Новизна программы заключается в том, что она направлена не только на развитие физических и технических, но и личных качеств личности ребенка.

Вместе с тем, систематические занятия футболом оказывает на организм учащихся всестороннее влияние, повышают общий уровень двигательной активности, совершенствуют функциональную деятельность организма, обеспечивая правильное физическое развитие, способствуя укреплению самодисциплины и самоорганизованности, проявлению навыков содержательного проведения досуга, позволяют формировать у обучающихся практические навыки здорового образа жизни, умение противостоять негативному воздействию окружающей среды.

Адресат программы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Футбол» рассчитана на учащихся 8-14 лет. Набор детей в коллектив – свободный, начиная с 8 лет. К занятиям допускаются все дети без дополнительного отбора, не имеющие медицинских противопоказаний. (с разным уровнем подготовки). Наличие медицинской справки о состоянии здоровья обязательно. Для детей, отстающих и одарённых предусмотрено создание индивидуального образовательного маршрута. Для детей с признаками одаренности программой предусмотрено составление индивидуального маршрута.

(Приложение 1)

Форма обучения – очная.

Тип программы – одноуровневая.

Уровень освоения – базовый

Вид программы - модифицированная

Форма организации занятий-групповая.

Наполняемость групп 10-15 человек.

Объем и сроки освоения программы

Программа рассчитана на 1 год обучения – 172 часа: 144 часа в основной период, 28 часов в летний период, 4 часа в неделю (2 раза по 2 часа).

Цели и задачи программы.

Цель программы: формирование здорового образа жизни, профилактика асоциального поведения детей и подростков через развитие устойчивого интереса к игре в футбол и создания благоприятных условий для дальнейших занятий спортом

Задачи:

Предметные:

- ознакомить с историей и основными понятиями о футболе;
- создать у обучающихся общее представление о структуре выполнения;
- детально изучать основные технические приемы;
- основных технических приемов игры в футбол.

Метапредметные:

- развивать разностороннюю физическую подготовку;
- способствовать развитию волевых качеств (дисциплинированности, целеустремлённости);

- развивать потребность в самообразовании.

Личностные:

- формировать мировоззрения гражданской и нравственной позиции на основе изучения достижений российских футболистов;
- прививать патриотизм, культуру общения с микро- и макро-коллективами;
- воспитывать чувства гордости и ответственности за спортивное наследие.

Учебный план 1 года обучения

№п/п	Название раздела, модуля, блока	Количество часов			Формы контроля, аттестации
		всего	теория	практика	
	Комплектование групп	6			Коллоквиум
1.	Вводное занятие	2	1	1	беседа
2.	История развития футбола	4	2	2	
3.	Элементарные понятия о футболе, как игре	6	2	4	опрос
4.	Терминология в футболе	2	1	1	опрос
5.	Тактическая подготовка	4	2	2	Собеседование
6.	Общефизическая подготовка	22		22	Сдача нормативов
7.	Специальная физическая подготовка	12		12	
8.	Подвижные игры с техническими элементами футбола	22	4	20	
9.	Основные упражнения и техническая подготовка	12	2	10	Тест по техника - тактическим действиям и правилам соревнований
10.	Техническая подготовка	24	2	22	
11.	Двусторонняя игра	18		18	наблюдение
12.	Соревнования	8		8	Соревнование
13.	Итоговое занятие	2			наблюдение
14.	итого	144	16	122	
15.	Летний период	28		28	Участие в соревнованиях
17.	Итого	172	16	150	

Содержание учебного плана

Комплектование групп 6 ч.

Вводное занятие. 2 час.

Теория. Знакомство с курсом программы. Инструктаж по технике безопасности, первая помощь при травмах, режим, одежда и обувь футболиста.

Практика. Начальная диагностика знаний, умений и навыков.

Раздел 1. История развития футбола. 4 час.

Теория. Происхождение футбола. Истории великих футболистов.

Раздел 2. Элементарные понятия о футболе, как игре. 6 час.

Теория. Основы и правила игры в футбол.

Практика: Расстановка игроков перед началом игры. Кто начинает первый. Защитник. Место в начальном положении. Полузащитник. Нападающий.

Раздел 3. Терминология в футболе. 2час.

Теория. Жесты и действия судей во время игры в футбол.

Практика. Боковая. Аут. Вне игры, Гетры. Бутсы, Судья. Пляжный футбол. Мини-футбол. Футзал. Еврокубки. Разметка. Ворота. Золотой мяч. Бомбардир. ФИФА. УЕФА. Лига чемпионов. Кубок УЕФА.

Раздел 4. Теоретическая подготовка. 4 час.

Ознакомление с упрощёнными правилами игры в ручной мяч, баскетбол, хоккей с мячом. Разбор и изучение правил игры в «малый футбол». Значение правильного режима дня юного спортсмена.

Раздел 5. Общефизическая подготовка. 22час.

Практика. Упражнения для развития общей физической подготовки: ОРУ на месте и в движении, бег на различные дистанции, упражнения с гантелями, штангой, подвижные и спортивные игры. Упражнения с мячами и спец приспособлениями.

Раздел 6. Специальная физическая подготовка. 12час.

Теория. Влияние специальных физических упражнений на технику игры в футбол.

Практика. Развитие скоростных качеств: бег на короткие дистанции с максимальной скоростью, бег на месте, челночный бег, ускорения с мячом, различные эстафеты. Развитие скоростно-силовых качеств: подскоки вверх из глубокого приседа, приседание на одной ноге, броски набивного мяча на различные расстояния, бег с отягощением. Развитие выносливости: повторно-интервальный бег на средние и длинные дистанции, бег с отягощением, сопротивлением и повышенной скоростью, игровые упражнения с повышенной интенсивностью.

Раздел 7. Подвижные игры с элементами футбола. 22 час.

Теория. Правила подвижных игр с элементами футбола.

Практика. «Волейбол ногами», «Гандбол с элементами игрой головой», «Отдай мяч капитану», «Салки мячом». «Собачки». «Игра в четверо ворот», «Игра одновременно ногами и руками». «Футбол в присядку», «5 передач- гол», «Футбол в парах».

Раздел 8. Основные упражнения и техническая подготовка. 12час.

Теория. Техничко-тактические приемы.

1) Разучивание основных упражнений и технических приемов для полевых игроков:

- стойка, передвижения, остановка и повороты футболиста;
- ведение мяча различными способами (внутренней и внешней стороной

стопы);

- остановка мяча (внутренней и внешней стороной стопы, подошвой и голенью, грудью);

- передача мяча различными способами (внутренней и внешней стороной стопы);

- удары по мячу (внутренней и внешней стороной стопы, подъемом, головой);

- жонглирование мячом.

2) Тренировочные упражнения с заданиями для полевых игроков:

- ведение мяча «восьмеркой», с обводкой стоек (фишек);

- передачи мяча в парах и тройках, короткие и длинные передачи, диагональные передачи в одно касание;

- удары по мячу с разбега, по катящемуся мячу, после отскока;

- пробитие штрафных, свободных ударов и пенальти.

3) Разучивание основных упражнений и технических приемов для вратарей:

- упражнения для развития прыгучести, быстроты, ловкости и координации: прыжки со скакалкой, на месте, в высоту и длину, кувырки в группировке и т.д.

- прием катящегося мяча, прием высоко и низколетающих мячей.

Раздел 9. Тактическая подготовка. 24 час.

Теория:

- тактика нападения: правильное освобождение от опеки, быстрая атака

- тактика защиты: взаимодействие защитников, перемещение при обороне

- тактика вратаря: взаимодействия с полевыми игроками

Практика: групповые действия, позиционная атака.

Учебно-тренировочная игра. Самостоятельный анализ проведенной игры.

Раздел 10. Двусторонняя игра. 18 час.

Практика. Игра. Применение в игре приобретенных знаний. Применение технических приемов. Промежуточный контроль. Контрольные тесты.

Раздел 11. Соревнования. 8 час.

Игра по правилам Организовывать совместные занятия футболом со сверстниками, осуществлять судейство игры. Описывать технику игровых действий и приемов, осваивать их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки. Моделировать технику игровых действий и приемов, варьировать ее в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности. Выполнять правила игры, уважительно относиться к сопернику и управлять своими эмоциями. Применять правила подбора одежды для занятий на открытом воздухе, использовать игру в футбол в организации активного отдыха.

Итоговое занятие. 1 час.

Практика. Промежуточная аттестация. Контрольное тестирование уровня теоретической подготовки первого года обучения.

Практика. Диагностика определения уровня освоения теоретической части программы.

Летний период

Легенды мирового футбола. 2 час.

Теория. Пеле. Гарринча. Пушкаш. Эйсебио. Метьюз. Яшин. Ривера. Кройф. Беккенбауэр. Мюллер. Платини. Марадона. Ван Бастен. Гуллит. Маттеус. Клинсман. Зидан.

Презентации «Мой любимый футболист».

Практика. Представление презентаций.

Учебно-тренировочная игра с заданием. 8 час.

Теория. Тактические действия игры в защите и нападении.

Практика. Взаимодействие игроков в защите при подаче угловых и штрафных ударов. Разучивание взаимодействия игроков при игре в 3-и, 4-е защитника.

Действие нападающих при подаче угловых, навесов, прострелов и штрафных ударов. Взаимодействие игроков при игре в одного и двух нападающих.

Игра в два касания. Игра только слабой ногой. Мяч забивать с расстояния не менее 10 метров. Игра ногами и руками. Игра руками, а мяч забивается головой. Мяч забивается только с передачи партнёра.

Двусторонняя игра. 8 час

Практика. Итоговая аттестация в форме футбольного праздника. Применение в игре приобретенных знаний. Применение технических и тактических действий и их совершенствование.

Соревнования. 8 час.

Практика. *Круглый стол.* Подведение итогов. Анализ достижений, рекомендации.

Веселые старты 2 час.

Комплекс организационно-педагогических условий

Календарный учебный график реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы (общий)

период	Продолжительность занятий	Кол-во Занятий в неделю	Кол-во часов в неделю	Кол-во недель	Кол-во часов в год
1 год	С 01.09. -31.05.	2	4	36	144
Летний период	С 01.06. 15.07.	2	4	7	28
Итого 172 ч.					

Календарный учебный график (развернутый)

(см. Приложение 2)

Описание образовательных и учебных форматов.

Занятия проводятся педагогом по расписанию, с учетом санитарных норм и возрастных особенностей.

Основным форматом обучения для учащихся является групповая работа.

Теоретическая подготовка направлена на формирование у учащегося целостного представления о физической культуре, спорте, и здоровом образе жизни. Занятия проводятся в форме лекций, бесед, просмотра и анализа видеоматериала.

Практические занятия направлены на освоение техники, тактики и развитие физических качеств. Занятия проводятся в спортивных залах, на открытых площадках. Формы проведения: групповые тренировки, индивидуальные

тренировки, работа в малых группах.

Участие в спортивных соревнованиях- проверка полученных знаний, умении и навыков в условиях соревновательной деятельности. Соревнования могут быть: внутригрупповые, муниципальные, региональные, всероссийские.

Для детей и родителей, с целью развития навыков сотрудничества, коммуникации и технического творчества предусмотрено проведение мастер-классов.

Условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение

Материально-техническое обеспечение образовательного процесса:

Спортивный зал

Открытое плоскостное сооружение для футбола

Комплект индивидуальной экипировки футболиста (спортивная форма соревновательная)

Комплект футбольных накидок (для товарищеских игр);

Комплект футбольных мячей (на команду);

Набивные мячи;

Скакалки;

Компрессор для накачки мячей;

Стойки и «пирамиды» для обводки;

Гимнастические маты;

Арки для отработки точности передач

Гимнастические коврики

Утяжелители на ноги

Стойки футбольные

Секундомеры, свистки.

Методическое обеспечение программы

При реализации программы используются следующие методы обучения: словесный, наглядный, практический, объяснительно-иллюстративный, репродуктивный, частично- поисковый, исследовательский, игровой, проектный. А также следующие методы воспитания: убеждение, поощрение, упражнение, стимулирование, мотивация.

Формы организации учебного занятия.

Возрастные особенности учащихся требуют, чтобы занятия велись в увлекательной форме, были эмоциональны, методически разнообразно построены, насыщены играми.

Программой предусмотрены:

- учебно-тренировочные занятия;
- учебные игры;
- беседы;
- мастер-классы;
- соревнования;
- контрольные занятия;
- зачеты;

-спортивные праздники.

Педагогические технологии.

В ходе реализации программы «Волевой пас» используются следующие педагогические технологии: группового обучения, коллективного взаимообучения, дифференцированного обучения, проблемного обучения, игровой деятельности, здоровьесберегающая технология.

Методика проведения занятий предполагает постоянное создание ситуаций успешности, радости от преодоления трудностей в освоении изучаемого материала. Этому способствуют совместные обсуждения техники игры, выполнения упражнений, а также поощрение, создание положительной мотивации, актуализация интереса, командный дух соревнований.

Главным направлением учебно-тренировочного процесса является:

создание условий для развития личности юных футболистов, сохранения и укрепления их здоровья;

соблюдение требований личной и общественной гигиены, организация врачебного контроля;

воспитание морально-волевых качеств, дисциплинированности и ответственности;

привитие любви к систематическим занятиям спортом;

формирование знаний, умений и навыков по футболу и достижение оптимального для данного этапа уровня технической и тактической подготовки.

Структура занятия и его этапов. Занятия по данной программе состоят из теоретической и практической частей, причем большее количество времени занимает практическая часть.

В объединение «Волевой пас» привлекаются обучающиеся в возрасте 8-14 лет. Весь учебный материал программы распределён в соответствии с возрастным принципом комплектования групп секции по футболу и рассчитан на последовательное и постепенное расширение теоретических знаний, практических умений и навыков.

Содержание программы позволяет сохранить комплекс занятий физической культурой, последовательно решать задачи физического воспитания обучающихся на всем этапе обучения.

Учебный материал программы представлен в разделах, отражающих различные виды подготовки юных футболистов:

-теоретическую,

-физическую (общую и специальную),

-техничко-тактическую.

В разделе «Теоретическая подготовка» представлен материал, дающий начальные основы знаний об истории развития футбола в стране и за рубежом. Раздел «Общая и специальная физическая подготовка» содержит материал, реализация которого формирует у детей общую культуру движений, укрепляет здоровье, содействует развитию умений, развивает основные физические качества. В разделе представлен материал с учетом характера игровой деятельности, способствующий приобретению умений и эффективному их

использованию в этой деятельности, развивающий кондиционные способности, а также всевозможные сочетания этих групп способностей у занимающихся не только при работе с мячом, но и без мяча.

Основой подготовки учащихся является овладение технико- тактическими приёмами игры. Для их реализации используется упражнение избирательного характера. Особенностью этих упражнения является то, что они обладают способностью избирательного воздействия на определенные функции обучаемых, чтобы данная функция попадала под максимальную

«нагрузку» в зависимости от подготовки обучаемых. Эти упражнения не требуют большого уровня футбольных знаний и навыков. Этим они отличаются от упражнений, которые используются в тренировочном процессе, где успешность разучивания различных футбольных упражнений, тактических навыков, комбинаций определяются не только уровнем способностей, но и объемом имеющихся у него знаний и умений.

Разделы «Техническая подготовка» и «Тактическая подготовка» включают в свое содержание различные средства физической культуры, направленные на формирование и развитие жизненно-важных двигательных навыков и умений. Специальные упражнения (индивидуальные, групповые и игровые упражнения с мячом) позволяют избирательно решать задачи обучения в отдельных элементах техники, их вариативности, различных связок и фрагментов игровой деятельности.

Программа реализуется с учетом возрастных особенностей детей, физического развития и функциональных возможностей детского организма.

На занятиях учащиеся приобретают навыки судейства игры.

Игра в футбол дисциплинирует мышление, воспитывает сосредоточенность, развивает внимание.

Кадровое обеспечение

Педагог, осуществляющий образовательную деятельность по программе, должен иметь высшее педагогическое образование.

Информационное обеспечение

- фильмы о великих игроках
- портреты лучших игроков мира.

Воспитательная работа

Воспитательная работа строится на основе воспитательной программы учреждения «Будущее начинается сегодня».

Большое значение педагог уделяет и воспитательной деятельности. Многие мероприятия предусмотрены содержанием программы. Это просмотр и анализ он лайн соревнований разного уровня по футболу и дальнейший их анализ, участие в соревнованиях, беседы на темы, прописанные в воспитательном плане. Планом воспитательной работы предусмотрены также досуговые, культурно-просветительные мероприятия к календарным датам. Участие в воспитательных мероприятиях позволяет сплотить детей в единый дружный коллектив, создать в объединении благоприятную атмосферу доброжелательности и сотрудничества.

Работа с родителями

Формы работы с родителями:

- Дни открытых дверей (сентябрь, май).
- Родительские собрания (декабрь, апрель).
- Анкетирование.
- Индивидуальные собеседования с родителями (в течение года).
- Открытые занятия, проведение соревнований совместно с родителями (в течение года).

С целью ознакомления родителей с образовательным процессом, проводятся открытые занятия в начале, середине и в конце учебного года.

Этапы и формы контроля качества освоения обучающимися образовательной программы «Волевой пас»

Этапы педагогического контроля

№	Срок проведения	Какие знания, умения, навыки контролируются	Форма контроля
Входной контроль			
Промежуточный мониторинг			
1.	Декабрь	Знание блоков программы за 1-е полугодие, испытания по технической и специальной физической подготовке. Знание специальной терминологии	Сдача нормативов
2.	Апрель		Терминологический диктант
Итоговый мониторинг за год			
3.	Май	Выявление знаний, умений, навыков по итогам 1 года обучения	Собеседование

Оценочные/контрольно-измерительные материалы.

(Приложение 3,4)

Критерии оценки знаний, умений и навыков

№	Вид работ	Низкий уровень (1 балл)	Средний уровень (2 балла)	Высокий уровень (3 балла)
		Обучающиеся демонстрирует слабую заинтересованность в учебной деятельности, не стремится самостоятельно применять на практике приобретенные знания, умения и навыки		Обучающиеся демонстрирует высокую заинтересованность в учебном процессе, показывает широкие возможности практического применения в собственной деятельности приобретенных навыков

1	Теоретическая подготовка	освоил программу, но допускает существенные ошибки в знаниях предмета и при выполнении практических заданий	полное освоение программы, но при выполнении заданий допускает незначительные ошибки	высокий образовательный результат, полное освоение содержания программы, имеет спортивные достижения на уровне города, области, России
2	Тактическая подготовка	освоил программу, но допускает существенные ошибки в знаниях предмета и при выполнении практических заданий	программы, но при выполнении заданий допускает незначительные ошибки	образовательный результат, полное освоение содержания программы, имеет спортивные достижения на уровне города, области, России
3	Общефизическая подготовка	сдано менее 30 % нормативных заданий	Сдано более 60% нормативных заданий	сдано 100% нормативных заданий
4	Тактико-техническая подготовка	тактико-технические приемы выполняются, но допускаются грубые ошибки	тактико-технические приемы выполняются, но допускаются незначительные ошибки	тактико-технические приемы выполняются, точно и безошибочно

Представленные диагностические методики позволяют оценить динамику физического и моторного развития и становление координационных механизмов, теоретическую подготовку.

Программа нормативных требований, состоит из двух разделов, характеризующих:

1. развитие физических качеств: силовой выносливости, скоростно-силовых качеств, быстроты, ловкости и других;
2. контроль специальной физической подготовки.

Контроль физической и специальной подготовки представлен в *Приложении №6* (Диагностическая карта обучающегося)

Формы представления результатов

- Участие в соревнованиях
- Сдача нормативов

Список используемой литературы

1. Закон об образовании 273-ФЗ: 2017-2016
2. Годик М.А., Борознов Г.Л., Котенко Н.В., Малышев В.Н., Кулин Н.А., Российский С.А. Футбол: типовая учебно-тренировочная программа спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва[Текст] / Российский футбольный союз. – М.: Советский спорт, 2011. – 160 с.: ил.
3. Григорьев Д.П., П.В. Степанов Методический конструктор внеурочной деятельности школьников. М. Просвещение 2010
4. Концепции модернизации содержания и технологий преподавания учебного предмета «Физическая культура» в общеобразовательных организациях Российской Федерации. Приказ Минобрнауки России от 4 марта 2016 г. № 191
5. Лапшин О.Б. Теория и методика подготовки юных футболистов. – М.: Человек, 2010. – 176 с.
6. Тунис Марк. Психология вратаря. – М.: Человек, 2010. –128 с.
7. 7.Федеральный Государственный Образовательный Стандарт Основного общего образования. Утвержден приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от «17» декабря 2010 г. № 1897
8. Федеральный Государственный Образовательный Стандарт начального общего образования (1-4 кл.) Утвержден приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от «6» октября 2009 г. № 373
9. Федеральный закон "О физической культуре и спорте" Принят Государственной Думой 16 ноября 2007 года.

Список литературы для педагога:

1. Годик М.А., Скородумова А.П. Комплексный контроль в спортивных играх. – М.: Советский спорт, 2010. – 336 с.
2. Годик М.А., Мосягин С.М., Швыков И.А. Поурочная программа подготовки юных футболистов 6–9 лет. – М.: Граница, 2008. –272 с.
3. Котенко Н.В. Акробатические упражнения в тренировках юных футболистов // Теория и методика футбола. – М.: Олимпия, 2007. – С. 10–12.
4. Кузнецов А.А. Футбол. Настольная книга детского тренера. –М.: Олимпия; Человек, 2007. [1 этап (8–10 лет) – 111 с.; 2 этап (11–12 лет) – 204 с.; 3 этап (13–15 лет) – 310 с.; 4 этап – 165 с.].
5. Чанади А. Футбол. Тренировка. М.: «ФиС», 1985.

Список литературы для учащихся:

1. Кук М. 101 упражнение для юных футболистов: Возраст 7-11 лет/ М.Кук; Пер. с англ. Л.Зароховича. – М.: ООО «Издательство АСТ»: ООО «Издательство Астрель», 2006.
2. Кук М. 101 упражнение для юных футболистов: Возраст 12-16 лет/ М.Кук; Пер. с англ. Л.Зароховича. – М.: ООО «Издательство АСТ»: ООО «Издательство Астрель», 2006.

Индивидуальный образовательный маршрут
обучающегося с признаками одарённости

1. Фамилия, имя, отчество обучаемого _____
2. Возраст _____, дата рождения _____
3. Название творческого объединения, направленность _____
4. Год обучения в творческом объединении _____
5. Год вступления в объединение _____
6. Характеристика личностных качеств (краткая): _____
7. Основания для создания индивидуального образовательного маршрута:
способствовать наиболее полной реализации индивидуальных творческих способностей (наличие достижений).
8. Этапы образовательного маршрута, срок реализации

Этап / цель	Содержание	Предполагаемый результат
Начальный этап Цель: выявить индивидуальные интересы и творческие потребности на данном этапе	1. Беседы и наблюдения за обучаемым во время занятий и выступлений. 2. Проведение анкетирования по изучению мотивации и творческих способностей. 3. Выявление индивидуальных творческих желаний и интересов воспитанника.	1. Создан план по поддержке и развитию индивидуального интереса к творческой деятельности. 2. Готовность обучающегося к мероприятиям, раскрывающим творческие возможности. 3. Сформирована мотивация к участию в конкурсах.
Этап развития Цель: способствовать дальнейшему развитию и реализации творческих способностей обучающегося.	1. Изучение уровня самооценки и притязаний, темперамента. 2. Продолжение индивидуальных занятий. 3. Усложнение видов творческой деятельности, подготовка к участию в конкурсах.	1. Высокий уровень участия в городских и краевых конкурсах. 2. Развитие творческих способностей, самооценки и уровня притязаний.
Этап саморазвития Цель: содействовать выходу творческой деятельности обучающегося на новый, более высокий уровень	1. Совместный подбор и обсуждение нового творческого материала. 2. Индивидуальная работа над творческим проектом.	1. Высокий уровень достижений в конкурсах, фестивалях разного уровня. 2. Развитие субъектной позиции и креативности.

Календарный тематический план

№ п\п	дата	Тема занятий	Кол-во часов	Форма проведения	Форма контроля	Примечание
1.		Комплектование групп	2			
2.		Комплектование групп	2			
3.		Комплектование групп	2			
4.		Вводное занятие	2	учебно-практическое занятие	беседа	
История развития футбола 4 ч.						
5.		Происхождение футбола		учебно-практическое занятие	беседа	
6.		Истории великих футболистов.	2	учебно-практическое занятие		
Элементарные понятия о футболе, как игре 6 ч.						
7.		Основы и правила игры в футбол.	2	учебно-практическое занятие	опрос	
8.		Расстановка игроков перед началом игры. Кто начинает первый. Кто начинает первый.	2	учебно-практическое занятие	беседа, опрос	
9.		Защитник. Место в начальном положении. Полузащитник. Нападающий.	2	учебно-практическое занятие		
Терминология в футболе 2 час.						
10.		Терминология в футболе	2	учебно-практическое занятие	опрос	
Теоретическая подготовка 4 час.						
11.		Ознакомление с упрощёнными правилами игры в ручной мяч, баскетбол, хоккей с мячом.	2	учебно-практическое занятие	опрос	

12.		Разбор и изучение правил игры в «малый футбол». Значение правильного режима дня юного спортсмена.	2	учебно-практическое занятие	беседа, опрос	
Общефизическая подготовка 22 час.						
13.		Развитие мышц брюшной полости Группировки в различных положениях	2	учебно-практическое занятие	наблюдение	
14.		Бег 30 м Прыжки в длину с места	2	учебно-практическое занятие	сдача нормативов	
15.		Эстафеты с мячами	2	учебно-практическое занятие		
16.		Челночный» бег 5м Игра «Вызов»	2	учебно-практическое занятие		
17.		Прыжки с набивным мячом Броски набивного мяча	2	учебно-практическое занятие		
18.		Бег 100 м	2	учебно-практическое занятие		
19.		Прыжки вверх Игра в мини-футбол	2	учебно-практическое занятие		
20.		Прыжки с толчком обеих ног Кросс	2	учебно-практическое занятие		
21.		Упражнения на координационн ой лестнице Игра «Вызов номеров»	2	учебно-практическое занятие		
22.		Кувырки вперед Стойка на голове	2	учебно-практическое занятие	наблюдение	
23.		Эстафеты Бег с горизонтальны ми препятствиями	2	учебно-практическое занятие	наблюдение	

Специальная физическая подготовка 12 час.						
24.		Влияние специальных физических упражнений на технику игры в футбол	2	учебно-практическое занятие	беседа	
25.		Развитие скоростных качеств: бег на короткие дистанции с максимальной скоростью,	2	учебно-практическое занятие	наблюдение, выполнение	
26.		Бег на месте, челночный бег, ускорения с мячом, различные эстафеты.	2	учебно-практическое занятие		
27.		Развитие скоростно-силовых качеств: подскоки вверх из глубокого приседа, приседание на одной ноге	2	учебно-практическое занятие	опрос, наблюдение	
28.		Броски набивного мяча на различные расстояния, бег с отягощением	2	учебно-практическое занятие		
29.		Развитие ловкости и гибкости: подвижные игры, преодоление полосы препятствия	2	учебно-практическое занятие		
Подвижные игры с техническими элементами футбола 22 ч.						
30.		Правила подвижных игр с элементами футбола.	2	учебно-практическое занятие	опрос	

31.		Игра «Волейбол ногами»	2	учебно-практическое занятие	наблюдение	
32.		Игра «Квадрат»	2	учебно-практическое занятие		
33.		Игра «Гандбол с элементами игрой головой»,	2	учебно-практическое занятие		
34.		Игра «Гонка мячей»	2	учебно-практическое занятие		
35.		Игра «Отдай мяч капитану»,	2	учебно-практическое занятие	наблюдение	
36.		Игра «Попробуй унеси»	2	учебно-практическое занятие		
37.		Игра «Салки мячом».	2	учебно-практическое занятие		
38.		Игр «Самый меткий»	2	учебно-практическое занятие		
39.		Игра «Собачки».	2	учебно-практическое занятие	наблюдение	
40.		Подвижная игра» Матчевые встречи»	2	учебно-практическое занятие		
Основные упражнения и техническая подготовка 12 час.						
41.		Технико-тактические приемы	2	учебно-практическое занятие	беседа, наблюдение	
42.		Разучивание основных упражнений для полевых игроков	2	учебно-практическое занятие		
43.		Разучивание основных технических приемов для полевых игроков	2	учебно-практическое занятие		
44.		Ведение мяча «восьмеркой», с обводкой стоек (фишек);	2	учебно-практическое занятие		

45.		Передачи мяча в парах и тройках, короткие и длинные передачи, диагональные передачи в одно касание	2	учебно-практическое занятие	беседа, наблюдение	
46.		Пробитие штрафных, свободных ударов и пенальти	2	учебно-практическое занятие	опрос	
Тактическая подготовка 24 ч						
47.		Тактика нападения: правильное освобождение от опеки	2	учебно-практическое занятие	беседа, опрос	
48.		Тактика нападения: быстрая атака	2	учебно-практическое занятие		
49.		Тактика защиты: взаимодействие защитников	2	учебно-практическое занятие		
50.		Тактика защиты: перемещение при обороне	2	учебно-практическое занятие		
51.		Тактика вратаря: взаимодействия с полевыми игроками	2	учебно-практическое занятие		
52.		Позиционная атака.	2	учебно-практическое занятие	беседа, опрос	
53.		Открывание после передачи Дальняя передача	2	учебно-практическое занятие		
54.		Передача внешней стороной стопы	2	учебно-практическое занятие	беседа, опрос	

		Передача верхом				
55.		Остановка мяча стопой Остановка мяча грудью	2	учебно- практическое занятие		
56.		Остановка мяча бедром Остановка мяча	2	учебно- практическое занятие		
57.		Удар по мячу головой Остановка мяча на высокой скорости движения	2	учебно- практическое занятие	беседа, опрос	
58.		Учебно- тренировочная игра Самостоятельн ый анализ проведенной игры.	2	учебно- практическое занятие		
Двусторонняя игра 18 час.						
59.		Спортивные сооружения	2	учебно- практическое занятие	беседа, опрос, наблюдение	
60.		Перемещение игроков	2	учебно- практическое занятие		
61.		Понятие об отборе мяча	2	учебно- практическое занятие		
62.		Игра в атаке. Понятие об открывании	2	учебно- практическое занятие	беседа, опрос, наблюдение	
63.		Объяснение вводу мяча от ворот. Ввод мяча из-за боковой линии	2	учебно- практическое занятие		
64.		Понятие об игре «в стенку»	2	учебно- практическое занятие		
65.		Понятие о зонной защите. Понятие о персональной защите	2	учебно- практическое занятие	беседа, опрос, наблюдение	
66.		Контрольные игры	2	учебно- практическое занятие	соревновательн ые таблицы	

67.		Контрольные игры	2	учебно-практическое занятие		
Соревнования 8 час.						
68.		Совместные занятия футболом со сверстниками. Судейство игры	2	Практическое занятие	Соревновательные таблицы	
69.		Соревнование. Игра	2	Практическое занятие		
70.		Соревнование. Игра	2	Практическое занятие		
71.		Соревнование. Игра	2	Практическое занятие		
Итоговое занятие						
72.		Итоговое занятие	2		беседа	
Летний период						
73.		Легенды мирового футбола	2	Практическое занятие	кроссворд	
74.		Удар по катящемуся мячу навстречу. Удар после ведения мяча	2	Практическое занятие	наблюдение	
75.		Удар ногой с разбега по неподвижному мячу	2	Практическое занятие		
76.		Остановка катящегося мяча подошвой	2	Практическое занятие		
77.		Остановка катящегося мяча внутренней частью стопы	2	Практическое занятие		
78.		Ведение мяча внутренней и внешней частью подъема по прямой	2	Практическое занятие	наблюдение	
79.		Игры с элементами футбола	2	Практическое занятие		
80.		Игры с элементами футбола	2	Практическое занятие		

81.		Тренировочные игры	2	Практическое занятие		
82.		Тренировочные игры	2	Практическое занятие		
83.		Соревнования	2	Практическое занятие	соревновательные таблицы	
84.		Соревнования	2	Практическое занятие		
85.		Соревнования	2	Практическое занятие		
86.		Веселые старты.	2		игра	

Итоговый мониторинг (контрольные срезы знаний)

Правильный вариант ответа отмечен знаком +

1. Как переводится слово «футбол»?
 - нога + мяч
 - + ступня + мяч
 - бить + мяч
 - пинать + мяч
2. У какой из названных стран больше титулов «Чемпион мира» по футболу?
 - Англия
 - Испания
 - СССР
 - + Уругвай
3. Какая максимально допустимая длина футбольного поля?
 - 140 м
 - + 120 м
 - 110 м
 - 100 м
4. Какая максимально допустимая ширина футбольного поля для международных матчей?
 - 90 м
 - 85 м
 - 80 м
 - + 75 м
5. Как называется линия, на которой расположены футбольные ворота?
 - торцевая линия
 - поперечная линия
 - боковая линия
 - + линия ворот
6. На каком расстоянии от ворот находится линия штрафной площади футбольного поля, параллельная воротам?
 - 15 м
 - 15,5 м
 - 16 м
 - + 16,5 м
7. Для чего служит линия-дуга, примыкающая к штрафной площади футбольного поля?
 - внутри дуги голкипер может играть руками
 - внутри дуги голкиперу запрещается играть в мяч любой частью тела
 - + при пенальти всем игрокам, не принимающим участие в выполнении этого удара, надлежит находиться вне дуги
 - с дуги выполняются все свободные удары, назначенные в пределах штрафной площади в сторону ближайших ворот.

8. Сколько флагов используется в разметке футбольного поля?
- + 4
 - 6
 - 8
 - 10
9. Какое расстояние между стойками футбольных ворот (ширина ворот)?
- 7,12 м
 - 7,22 м
 - + 7,32 м
 - 7,42 м.
- тест 10. Какое расстояние от поверхности футбольного поля до перекладины ворот (высота футбольных ворот)?
- 2,14 м
 - 2,24 м
 - 2,34 м
 - + 2,44 м
11. Какая окружность футбольного мяча?
- 56 – 58 см
 - 65 – 67 см
 - + 68 – 70 см
 - 69 – 71 см
12. Какой вес футбольного мяча до начала игры?
- 300 – 330 г
 - + 410 – 450 г
 - 425 – 475 г
 - 470 – 500 г
13. Какое минимальное количество игроков допускается в одной футбольной команде?
- 6
 - + 7
 - 8
 - 9
14. Каким способом определяется право начального удара и выбор ворот в начале футбольного матча?
- + жеребьёвкой
 - по решению арбитра
 - на выбор гостей
 - на выбор хозяев
15. Какой забитый мяч в чужие ворота не засчитывается в футболе?
- с начального удара
 - с удара от ворот
 - с углового удара
 - + со свободного удара

16. С какого момента после возобновления игры в футболе мяч считается в игре?

- с момента касания игрока к мячу
- + с момента начала движения мяча
- когда мяч пройдёт путь равный длине его окружности
- когда после начального удара к мячу коснётся другой игрок

17. С какой точки выполняется свободный удар, назначенный в пределах площади ворот, в пользу атакующей команды?

- с места нарушения
- с 11-метровой отметки
- с места пересечения линии ворот и боковой линии, ограничивающей площадь ворот
- + с линии площади ворот, параллельной линии ворот, в точке, ближайшей к месту нарушения

18. С какой точки выполняются свободные и штрафные удары, назначенные в пределах площади ворот, в пользу обороняющейся команды?

- с места нарушения
- с угла площади ворот
- с линии площади ворот, параллельной линии ворот
- + с любой точки площади ворот

19. В каком из перечисленных случаев может возникнуть положение «вне игры» в футболе?

- при ударе от ворот
- при вбрасывании
- при угловом ударе
- + при штрафном ударе

Оценочные и контрольно-измерительные материалы

Диагностическая карта результативности занятий

Предметные результаты

№ п/п	Критерии	Низкий уровень 1-2 балла	Средний уровень 3-4 балла	Высокий уровень 5-6 баллов
1.	Соответствие теоретических знаний программным требованиям (будет знать)	Обучающийся овладел лишь начальным уровнем подготовки. Минимальный объём теоретических знаний	Объём усвоенных теоретических знаний составляет более $\frac{1}{2}$	Освоил практически весь объём знаний, предусмотренных программой за конкретный период
1.1	Правила поведения и правила игры	Знает не в полном объеме	Имеет некоторые затруднения	Знает в полном объеме
1.2	Как перемещаться в стойке (высокой, средней, низкой) футболиста.	Знает не в полном объеме	Имеет некоторые затруднения	Знает в полном объеме
1.3	Как наносить удар носком, серединой, внутренней частью подъема по катящемуся мячу в ворота.	Знает не в полном объеме	Имеет некоторые затруднения	Знает в полном объеме
1.4	Как выполнять удар по мячу с прострельной передачи ногой, бедром, головой	Знает не в полном объеме	Имеет некоторые затруднения	Знает в полном объеме
2.	Соответствие практических умений и навыков программным требованиям (будет уметь)	Учащейся овладел лишь начальным уровнем подготовки. Минимальный объём практических У и Н	Объём усвоенных умений и навыков составляет более $\frac{1}{2}$	Овладел практически всеми умениями и навыками, предусмотренными программой за конкретный период
2.1	Останавливать мяч коленом, подошвой, грудью.	Учащейся овладел лишь начальным уровнем подготовки.		

2.2	Выполнять контрольно-нормативные тесты на функциональную подготовку	Учащейся овладел лишь начальным уровнем подготовки.		
2.3	Выполнять групповые учебные упражнения по технике и тактике защитных и атакующих действий	Учащейся овладел лишь начальным уровнем подготовки		

Метапредметные результаты

№ п/п	Критерии	Низкий уровень 1-2 балла	Средний уровень 3-4 балла	Высокий уровень 5-6 баллов
1.	Умение планировать и регулировать свою деятельность	Испытывает серьезные затруднения при планировании и организации работы, распределении учебного времени, нуждается в постоянном контроле и помощи педагога	Планирует и организует работу, распределяет время при поддержке (напоминании) педагога	Самостоятельно планирует и организует работу, эффективно распределяет и использует время. умеет планировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации
2.	Умение выстраивать коммуникацию	Не умеет высказать свою мысль, не корректен в общении – 1 балл Не проявляет желания высказать свои мысли, нуждается в побуждении со стороны взрослых и сверстников – 2 балла	Умеет формулировать собственные мысли, но не поддерживает разговора, не прислушивается к другим	Умеет формулировать собственные мысли, поддерживать собеседника, убеждать оппонента
3.	Умение воспринимать информацию	Испытывает серьезные затруднения в концентрации внимания, с трудом воспринимает	Слушает и слышит педагога, воспринимает учебную информацию при напоминании и контроле, иногда	Сосредоточен, внимателен, слушает и слышит педагога, адекватно воспринимает информацию,

		учебную информацию	принимает во внимание мнение других	уважает мнение других
--	--	-----------------------	---	--------------------------

Личностные результаты

№ п/п	Критерии	Низкий уровень 1-2 балла	Средний уровень 3-4 балла	Высокий уровень 5-6 баллов
1.	Мотивация к занятиям	Неосознанный интерес, навязанный извне или на уровне любознательности. Мотив случайный, кратковременный. Не добивается конечного результата – 1 балл. Мотивация неустойчивая, связанная с результативной стороной процесса. Интерес проявляется самостоятельно, осознанно – 2 балла	Интерес на уровне увлечения. Устойчивая мотивация. Проявляет интерес к проектной деятельности	Четко выраженные потребности. Стремление глубоко изучить предмет Увлечение проектной деятельностью – 6 баллов
2.	Творческая активность	Интерес к творчеству, инициативу не проявляет. Не испытывает радости от открытия. Отказывается от поручений, заданий – 1 балл. Инициативу проявляет редко. Испытывает потребность в получении новых знаний, в открытии для себя новых способов деятельности, но по настроению – 2 балла	Есть положительный эмоциональный отклик на успехи свои и коллектива. Проявляет инициативу, но не всегда. Может придумать интересные идеи, но часто не может оценить их и выполнить.	Вносит предложения по развитию деятельности объединения. Легко, быстро увлекается творческим делом. Обладает оригинальностью мышления, богатым воображением, развитой интуицией, гибкостью мышления, способностью к рождению новых идей.
3.	Сформированность познавательного интереса	Интересуется только практическим процессом. Полностью отсутствует интерес к теории. Выполняет знакомые задания.	Есть интерес к выполнению сложных заданий. По настроению изучает дополнительную литературу.	Есть потребность в выполнении сложных заданий. Увлекается специальной литературой по направлению

				детского объединения.
4.	Владение культурой ЗОЖ	Отсутствует интерес к безопасному и здоровому образу жизни	Есть интерес к безопасному и здоровому образу жизни	Имеет сформированную установку на безопасный, здоровый образ жизни

Карты проверки результатов
(сдача контрольных нормативов на уровень физической готовности
для обучающихся 9-14 лет)
По окончании 1 года обучения

№ п/п	Двигательные качества	Контрольное упражнение	низкий	средний	высокий
1.	Скоростные	Бег 30 м(с)	7	6.0-6,5	5,9
2.	Координационные	Челночный бег 3 по 10м (с)	10	9.5	9.0
3.	Скоростные	Прыжок в длину с места (см)	130	140	150
4.	Выносливость	6-минутный бег	800	1000	1100
5.	Гибкость	Наклон вперёд из положения сидя (см)	2	6	7
6.	Силовые	Подтягивание на высокой перекладине из виса (раз)	1	2	4

Удары по воротам на точность. Футболисты посылают мяч в заданную треть ворот, разделённых по вертикали. Выполняется по 10 ударов с расстояния 15 метров «сильной» ногой любым способом. Низкий-4 раза. Средний- 5 раз. Высокий- 6 раз.

Тест - Жонглирование мячом. Выполняются удары любой частью тела, кроме рук. Низкий- 5 раз. Средний- 10 раз. Высокий- 12 раз

Тест - Удары по катящемуся мячу по воротам 2 из 3-х. Удары производятся с расстояния не ближе 15 метров. Пробивается 10 ударов.

Низкий- 4 попадания.

Средний- 5 попаданий.

Высокий- 6 попаданий.

Тест - «Восьмёрка». Связан с обеганием пяти стоек, установленных в 10 мерах одна от другой, в углах и в центре квадрата. По сигналу футболист начинает движение с мячом от стойки, последовательно обводит остальные стойки. Низкий - 20с, средний – 18с, высокий - 16с.

Тест - Удары по воротам на точность. Футболисты посылают мяч в заданную треть ворот, разделённых по вертикали. Выполняется по 10 ударов с расстояния 15 метров каждой ногой любым способом. Низкий - 5 попаданий, средний – 6, высокий – 7.

Тест - Жонглирование мячом. Выполняются удары любой частью тела, кроме рук (Низкий - 15 раз, средний – 25, высокий - 40). Набивание головой (Низкий - 5 раз, средний – 7, высокий - 10).

Тест - Передача в пара. Выполняются передачи через фишки 50 см. Расстояние между пасущими 8 метров. Передачи выполняются в одно касание. Низкий - 10 передач, средний – 14, высокий – 16.

Диагностическая карта обучающегося

ФИО	Участие в соревнованиях			Уровень ОФП			Уровень СФП		

О – оптимальный уровень Д – достаточный уровень

Н – недостаточный уровень

Ключевые понятия

Автогол — мяч, забитый игроком в свои ворота.

Антифутбол — умышленно резкая, нечестная игра.

Арбитр — судья, посредник в спорах несудебного характера.

Аут — (англ. — вне, вон) положение, когда мяч «вышел из игры», то есть пересек линию, ограничивающую поле.

Аутсайдер — команда, занимающая одно из последних мест в турнирной таблице, неудачник чемпионата, которому грозит перевод из первой во вторую лигу.

Бек (англ. — задний) — защитник, играющий на последней линии, перед воротами своей команды.

Бомбардир — самый меткий игрок, чаще других поражающий ворота соперников. В футбол это слово пришло из артиллерии. Бомбардировать — значит обстреливать из орудий. Существовал некогда даже такой чин — бомбардир.

Выбрасывание мяча — прием, вошедший в футбольные правила еще в 1873 году. Производится полевым игроком, когда мяч пересек боковую линию и покинул пределы поля. **Ворота** состоят из двух вертикальных стоек (штанг) и горизонтальной соединительной перекладины, находящихся на равном удалении от угловых флагов.

Гандикап — соревнование, в котором одна из команд заранее получает некоторое преимущество (фору)

Гол — забитый в ворота мяч.

Голкипер — вратарь. С английского, дословно — „охраняющий цель“ (гол — цель, кпер — охраняющий).

Грязная игра — всякие, без исключения, грубые нечестные действия футболистов на поле.

Дисквалификация — лишение футболиста или команды права участвовать в играх за нарушение правил, регламента соревнований или недостойное поведение.

Допинг — всякого рода средства, подбадривающие утомленный организм. Изготавливаются они из различных фармакологических препаратов. Однако, снимая на время усталость и позволяя проявить максимальную энергию, они обладают отрицательными качествами: понижают работоспособность на следующий день, ухудшают сон, разрушают нервную систему.

Дриблинг — движение футболиста с мячом в различных направлениях
Дубль — одновременная победа как в чемпионате, так и в розыгрыше Кубка страны.

Жеребьевка — определение порядка выступления футбольных команд в чемпионате или турнире, а также выбор стороны поля или начального удара перед матчем.

Защитник — игрок, главной задачей которого является оборона

подступов к своим воротам. Защитник — игрок задней линии обороны. Позади него только вратарь.

Инсайд — в английской футбольной терминологии „внутренний“ или

„полусредний нападающий“.

Капитан команды — игрок, наделенный определенными полномочиями. Слово „капитан“ заимствовано из французского языка и переводится как „глава“.

Кубок — сосуд в виде чаши или бокала, по традиции вручаемый в качестве приза за победу в соревнованиях.

Крайний защитник — игрок оборонительной линии, выступающий по краю поля, вдоль боковой стороны поля.

Либеро - в итальянском футболе „чистильщик“, игрок, подстраховывающий в защите коллег.

Лидер — команда, в тот или иной период возглавляющая таблицу чемпионата, ставшая в итоге сильнейшей в данной стране или на международной арене. Понятие „лидер“ применимо также к ведущим игрокам клуба или сборной.

Ложный маневр — обманные действия группы игроков в ходе тактической комбинации. Фактический смысл подобного маневра состоит в том, чтобы дезориентировать противника, переиграть его за счет дозволенной футбольной хитрости.

„Мертвый мяч“ — неотразимый удар, который даже выдающимся вратарям крайне редко удается парировать.

Неожиданный удар — умение мастерски скрыть от соперника подготовку удара по воротам.

острый пас — передача мяча одним игроком другому. Так, что получивший мяч оказывается в очень выгодном положении для атаки ворот противника.

Отбор мяча — одна из главнейших задач игроков оборонных линий. Отобрать мяч легче всего в момент приема соперником передачи. Можно перехватить мяч у нападающего во время его продвижения к воротам. Вторая задача — помешать ему ударить наиболее сильной ногой. Эффектный прием при отборе мяча - подкат. Однако он сильное оружие только для тех, кто хорошо им владеет.

Персональная опека - принцип защиты, согласно которому каждый игрок прикрепляется к определенному, «персональному» сопернику.

Подкат — эффективный прием отбора мяча. Сущность его заключается в том, что футболист, атакуя противника, неожиданно выбрасывает ногу по земле вперед, как бы «подкатывается» к нему. При этом мяч чаще всего бывает выбит за боковую линию или линию ворот. Подкат — прием не только технический, но и атлетический.

Прострельный удар — обычно такими ударами пользуются игроки, передающие мяч с фланга в середину поля на расстояние, достаточно близкое

от ворот, полагая, что мяч, летящий с большой силой, может проскочить мимо защитников.

Разбор игры — обсуждение того, как проходила недавняя встреча с соперником.

Стандартные положения — моменты, когда остановленная судьей игра возобновляется выполнением свободного, штрафного или углового ударов, либо вбрасыванием мяча из-за боковой линии.

«Стенка» — употребляется в двух значениях. Одно — название заслона из игроков с целью защиты своих ворот при пробитии штрафных ударов соперником. Другое — тактическая комбинация. Футболист, владеющий мячом, передает его партнеру в расчете на моментальное возвращение мяча первым же касанием.

Темп игры — не что иное, как скорость ведения встречи. Чем выше темп игры, тем труднее футболистам взаимодействовать, точно выполнять технические приемы и, разумеется, тем выше их физическая нагрузка.

Укрыть мяч — это умение достигается определенным положением туловища. Обычно, овладевшие этим приемом, ведя мяч, наклоняют туловище вперед или в сторону и тем самым отрезают сопернику возможность подойти к мячу.

Финал — заключительная встреча команд в кубковых состязаниях. Иногда финалом называют матчи, проводимые после предварительных игр. Например, финал первенства мира или Олимпийских игр.

Финт — за рубежом так называется всякое обманное движение в футболе.

ФИФА — сокращенное название Международной федерации футбола. Создана 21 мая 1904 года в Париже на учредительном конгрессе в присутствии семи делегатов от шести стран: Бельгии, Голландии, Дании, Швеции, Швейцарии и Франции.

Фланг — правая или левая оконечность строя или боевого расположения войск. В футболе фланг — это крайние правые или крайние левые игроки линий нападения и защиты.

Форвард — игрок передней линии футбольной команды, нападающий.

Футбол — игра в «ножной мяч», от английского «foot» — нога, «ball» — мяч. Сохранил свое название во Франции, Испании, России.

Хавбек — полузащитник в английском футболе («хав» — полу, «бек» — задний)

Хет-трик

— три мяча, забитых в матче одним и тем же футболистом. Центр поля — отметка на средней линии, из которой проводится круг радиусом девять метров. Мяч кладется в центре поля и после начального удара считается в игре, когда пройдет расстояние, равное длине своей окружности.

Центральный круг — часть разметки футбольного поля. Проводится радиусом девять метров из центра поля.

Чемпион — спортсмен или команда, победившая в любых соревнованиях на первенство. Каждый футболист команды-победительницы, сыгравшей

предусмотренное положением количество игр, также вправе называться чемпионом.

Чемпионат — соревнования на первенство, цель которых - выявить чемпиона.

Штанга — этим немецким словом у нас принято называть стойку ворот; штанга существует только в русском футбольном лексиконе.

Штрафная площадка — участок поля перед воротами.

Штрафной удар — наказание, назначаемое за умышленное касание мяча рукой и за применение грубых приемов.

Щитки — предохранительные накладки для защиты голени от ударов.

Эмблема — условное или символическое изображение какого-либо понятия или идеи, которое указывает на принадлежность к какому-либо клубу или обществу.

Юниор — футболист в возрасте до восемнадцати с половиной лет.