



СОГЛАСОВАНО  
на заседании методического совета  
отдела ПО и ДО «Образовательный ресурс»  
ЧУ ФОК «Гагаринский»,  
протокол №1 от 12 января 2026 г.

Директор  
Приказ № 04/26 от 12 января 2026 г.



УТВЕРЖДАЮ  
О.В. Аликина

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
(ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ) ПРОГРАММА  
СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ  
«Футболomanия»  
Возраст обучающихся: 6,5–13 лет  
Срок реализации: 17 дней (36 часов)**

Первоуральск, 2026

## Содержание

№п/п	Наименование раздела	Стр.
1	Паспорт программы	4
2	Пояснительная записка	5
<b>Комплекс основных характеристик программы</b>		<b>6</b>
3	Идея, структура и замысел программы	6
4	Цель и задачи	<b>6</b>
<b>Содержание модулей</b>		<b>7</b>
5	Модуль «Техника и контроль мяча»	7
6	Модуль «Футбольная тактика»	7
7	Модуль «Игра по правилам»	7
8	Модуль «Физическая подготовка футболиста»	7
9	Планируемые результаты	<b>8</b>
<b>Комплекс организационно-педагогических условий</b>		<b>8</b>
10	Календарный учебный график	<b>8</b>
11	Список литературы	<b>9</b>

### ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ

Полное наименование программы	Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа художественной направленности «Музыкальный код»
Авторы программы	О.В. Аликина, директор ЧУ ФОК «Гагаринский»; Т.А. Агеев, руководитель проекта «Футболomania» А.Е. Парамонова, заведующий отделом ПО и ДО «Образовательный ресурс» ЧУ ФОК «Гагаринский», к.п.н.
Направленность программы	Спортивно-оздоровительная
Образовательная область	Спортивная Профориентационная
Вид программы	Модульная
Возраст обучающихся	12-13 лет
Срок обучения	17 дней
Объем обучения	36 часов
Цель	Создать условия для формирования у обучающихся устойчивого интереса к футболу, развития физических качеств, командного взаимодействия и социальной адаптации через вовлечение в спортивную деятельность.
Уровень освоения программы	Базовый
Год начала реализации программы	2026

## **ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

В современных условиях, когда физическое здоровье нации является приоритетом государственной политики, роль дополнительного образования спортивной направленности становится особенно значимой. Спорт не только укрепляет здоровье, но и воспитывает характер, дисциплину и умение работать в команде — качества, необходимые для успешной жизни в современном обществе. Программа «Футболomania» разработана с целью решения проблем гиподинамии у подростков и формирования у них устойчивой мотивации к ведению здорового образа жизни. Кроме того, перед подрастающим поколением остро стоит проблема профессионального самоопределения. Программа адресована воспитанникам лагеря, проявляющим интерес к командным видам спорта и стремящимся к самореализации через физическую активность. Ключевой особенностью программы является её модульная структура и практико-ориентированный подход. Содержание программы сгруппировано по четырём спортивным модулям:

1. Техника и контроль мяча.
2. Футбольная тактика.
3. Игра по правилам.
4. Физическая подготовка футболиста.

Важным условием реализации программы является привлечение наставников из числа студентов профильных вузов или опытных тренеров. Программа реализуется в соответствии с ФЗ «Об образовании в РФ», Стратегией развития физической культуры и спорта и СанПиН для детских лагерей.

### **Отличительные особенности и новизна**

Ключевой особенностью программы является её модульная структура и практико-ориентированный подход. Важным условием реализации программы является привлечение наставников из числа профессиональных, действующих футболистов. Это позволяет не только передать актуальные знания и навыки, но и включить в образовательный процесс мощную профориентационную составляющую. Обучающиеся получают возможность прямого общения с будущими профессионалами, что способствует более глубокому погружению в предметную область.

Программа реализуется в соответствии со следующими нормативно-правовыми актами:

- Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» № 273-ФЗ от 29.12.2012г.;
- Конституция Российской Федерации;
- Федеральный закон от 24.07.1998 № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации»;
- Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования (5-9 класс);
- Федеральный государственный образовательный стандарт среднего общего образования (10-11 класс);
- Постановление Минтруда РФ от 27.09.1996 N 1 «Об утверждении Положения о профессиональной ориентации и психологической поддержке населения в Российской Федерации»;
- Распоряжение Правительства РФ от 31.03.2022 № 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года»;
- Распоряжение Правительства РФ от 29.05.2015 № 996-р «Об утверждении Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года»;
- Приказ Министерства Просвещения России от 27.07.2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной 4 деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

–Приказ Министерства Просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;

–Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22.09.2021

–№ 652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;

–Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28

–«Об утверждении СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

–Письмо Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении Методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые)»;

–Распоряжение Правительства Свердловской области № 646-РП от 26.10.2018 «О создании в Свердловской области целевой модели развития региональной системы дополнительного образования детей;

–Письмо Министерства просвещения РФ от 1 июня 2023 г. N АБ-2324/05 «О внедрении Единой модели профессиональной ориентации»;

–Распоряжение Правительства Свердловской области от 08.04.2022 года № 141-РП «О внесении изменений в перечень, наиболее востребованных на рынке труда Свердловской области, новых и перспективных профессий, требующих среднего профессионального образования, утвержденный распоряжением Правительства Свердловской области от 23.06.2021 № 325-РП»

## **КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ**

### **Идея, структура и замысел программы**

Программа состоит из четырёх модулей, которые реализуются в следующем порядке:

1. Этап знакомства и общей физической подготовки.
2. Модуль «Техника и контроль мяча».
3. Модуль «Футбольная тактика».
4. Модуль «Игра по правилам».
5. Модуль «Физическая подготовка футболиста».
6. Финальный турнир. Программа завершается проведением внутрилагерного чемпионата по футболу.

### **Цель и задачи**

**Цель:** создать условия для формирования у обучающихся устойчивого интереса к футболу как к средству физического развития и командного взаимодействия.

#### **Задачи:**

#### **Обучающие:**

сформировать базовые знания правил игры, техники владения мячом и основ тактики.

#### **Развивающие:**

развить координацию, скорость, выносливость, ловкость; укрепить здоровье.

**Воспитательные:** воспитать дисциплину, волю к победе, уважение к сопернику и правилам честной игры.

### Содержание модулей

№п/п	Наименование модуля.	Тематика/виды деятельности	Кол-во часов
1	Модуль «Техника и контроль мяча»	Вводное занятие. Инструктаж по ТБ. История футбола. Разминка	2
		Ведение мяча внутренней/внешней стороной стопы. Остановка катящегося мяча подошвой/стопой.	4
		Удары по воротам внутренней стороной стопы («щёчкой»). Отработка точности удара.	4
	Модуль «Футбольная тактика»	Вводное занятие. Понятие о тактических схемах (4-4-2). Роли игроков (защитник, полузащитник).	2
		Передача мяча в парах и тройках на месте и в движении. Игра в одно/два касания («стеночка»).	4
		Тактические упражнения на удержание мяча (квадраты). Взаимодействие при атаке и обороне.	4
	Модуль «Игра по правилам»	Вводное занятие. Основные правила: положение «вне игры», вбрасывание из-за боковой линии.	4
		Нарушения правил: подножка, игра рукой. Штрафные удары и пенальти. Судейство глазами игрока.	2
		Практическая игра с судейством наставника для закрепления правил без остановки игры на объяснения.	4
	Модуль «Физическая подготовка футболиста»	Вводное занятие. Значение ОФП для футболиста: скорость, выносливость, гибкость. Разминка суставов.	2
		Подвижные игры («Вышибалы», эстафеты) для развития координации и скорости реакции. Челночный бег.	2
		Силовые упражнения с собственным весом: приседания, планка, выпрыгивания из приседа (плиометрика).	2
Итого			36

### Планируемые результаты:

Модуль	Предметные результаты	Метапредметные результаты
«Техника и контроль мяча»	Овладение базовыми техническими элементами: ведение мяча различными частями стопы; остановка мяча; выполнение удара по воротам внутренней стороной стопы с места и после ведения.	Развитие координации движений и чувства равновесия; развитие пространственного мышления для контроля мяча; способность к самоконтролю при отработке технических элементов.
«Футбольная тактика»	Понимание базовых тактических схем; умение выполнять передачу партнёру; понимание принципов командного взаимодействия при отборе мяча.	Развитие навыков коммуникации на поле (голосовые сигналы); развитие стратегического мышления; умение работать на общий результат команды.
«Игра по правилам»	Знание основных правил футбола («вне игры», вбрасывание); понимание сути нарушений; умение играть без постоянных остановок на разъяснения.	Развитие дисциплины и уважения к правилам честной игры; развитие честности в спорте; способность принимать судейские решения.
«Физическая подготовка»	Понимание важности разминки; улучшение показателей скорости и выносливости; освоение базовых упражнений ОФП.	Развитие волевых качеств (усидчивость при выполнении упражнений); формирование привычки к регулярным физическим нагрузкам; укрепление здоровья.

#### Личностные результаты (для всех модулей)

Формирование устойчивого интереса к здоровому образу жизни.

Воспитание командного духа, взаимопомощи и ответственности за товарищей.

Преодоление страха перед соперником и формирование уверенности в своих силах.

Уважение к сопернику и судьям.

Опыт конструктивного переживания побед и поражений.

### КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Занятия проводятся на футбольном поле или в спортивном зале лагеря.

#### МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

Футбольное поле с воротами или размеченная площадка.

Спортивный зал (для занятий в плохую погоду).

Футбольные мячи (по количеству участников).

Манишки или жилеты двух цветов для разделения на команды.

Конусы для разметки поля и упражнений.

Свисток для тренера.

Аптечка первой помощи.

#### КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

Программа рассчитана на 36 часов (17 дней смены), из расчета по 6 часов на каждый модуль + время на итоговый турнир.

## СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Андреев С.Н., Левин В.С. Футбол в школе: Книга для учителя. — М.: Просвещение, 1986.
2. Голомазов С.В., Чирва Б.Г. Футбол. Обучение базовой технике. — М.: ТВТ Дивизион, 2006.
3. Зеленцов А.М., Лобановский В.В., Кауэр В., Якушин М.И. Тактика и стратегия в футболе. — М.: Физкультура и спорт, 1975.
4. Качани Л., Горский Л. Тренировка футболистов. — Братислава: Шпорт, 1984.
5. Люкшинов Н.М. Искусство подготовки высококлассных футболистов. — М.: Советский спорт, 2006.
6. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры. — М.: Физкультура и спорт, 2008.
7. Платонов В.Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. — Киев: Олимпийская литература, 2004.
8. Правила игры в футбол ФИФА (актуальная редакция).
9. Спортивные энциклопедии для детей о футболе (например, под ред. И.В. Абалакиной).
10. Филин В.П., Фомин Н.А. Основы юношеского спорта. — М.: Физкультура и спорт, 1980.
11. Футбол для начинающих (современные методические пособия для детских тренеров).