



## СОДЕРЖАНИЕ

№	Наименование	Стр.
1.	Раздел 1. «Комплекс основных характеристик образования: объем, содержание, планируемые результаты»	3
1.1.	Пояснительная записка	3
1.2.	Цель и задачи образовательной программы	6
1.3.	Содержание программы	7
1.4.	Планируемые результаты	13
2.	Раздел 2. «Комплекс организационно-педагогических условий, включающий формы аттестации»	15
2.1.	Календарный учебный график	14
2.2.	Условия реализации программы	15
2.3.	Формы аттестации	15
2.4.	Оценочные материалы	17
2.5.	Методические материалы	20
2.6.	Список литературы	23

## **Раздел 1. «Комплекс основных характеристик образования: объем, содержание, планируемые результаты»**

### **1.1. Пояснительная записка**

**Направленность.** Данная дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Футбол» имеет **физкультурно-спортивную направленность**.

Данная дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа разработана в соответствии со следующими нормативными документами:

- Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральным проектом «Успех каждого ребенка», утвержденным 07.12.2018;
- Распоряжением Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 № 996-р «Об утверждении Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года»;
- Концепцией развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденной распоряжением Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 № 678-р (далее – Концепция);
- Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ 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»;
- Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»;
- Приказом Минпросвещения России от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Приказом Министерства труда и социальной защиты РФ от 22.09.2021 №652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;
- Краевыми методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеобразовательных программ;
- Уставом МБУДО СШ № 6 г. Сочи.

**Актуальность программы** заключается в том, что в процессе её реализации у обучающихся восполняется недостаток двигательной активности, имеющийся у детей в связи с высокой учебной нагрузкой, имеет оздоровительный эффект, а также благотворно воздействует на все системы детского организма.

По разносторонности воздействия на организм футбол представляет идеальное средство для развития жизненно необходимых навыков и совершенствования физических качеств.

Футбол активно способствует оздоровлению и закаливанию организма занимающихся, воспитанию физических качеств: дисциплинированности, выдержки, самообладания, смелости, решительности, мужества и моральных качеств: чувства товарищества и коллективизма.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Футбол» направлена на:

- содействие улучшению здоровья обучающихся и на этой основе обеспечению нормального физического развития растущего организма и разносторонней физической подготовленности;
- приобретение обучающимися необходимых знаний, умений, навыков для самостоятельного использования физических упражнений, закалывающих средств и гигиенических требований с целью поддержания высокой работоспособности во всех периодах жизни;
- воспитание навыков для самостоятельных занятий и умения вести здоровый образ жизни;
- преодоление проблемы гиподинамии обучающихся.

В наше время в жизни современного школьника гиподинамия (дефицит двигательной активности) считается серьезной проблемой. По этому поводу бьют тревогу педагоги, врачи и ученые. Естественно, что в условиях повышенной учебной нагрузки и дефицита двигательной активности учащихся важнейшую роль играет эффективная организация физкультурно-оздоровительной работы в целом.

Футбол должен занимать видное место в этой работе, особенно во внеурочное время, т.к. технические приемы, тактические действия и, собственно, сама игра в футбол включают в себя большие возможности для формирования жизненно важных двигательных навыков у школьников.

**Отличительные особенности:** программа построена по модульному принципу и состоит из двух модулей. Первый модуль направлен на формирование устойчивого интереса у обучающихся к занятиям в спортивной секции и повышение общей физической подготовленности в оздоровительных целях и соответствующем объеме.

Второй модуль предполагает более тесное ознакомление с избранным видом спорта, включение элементов специальной физической подготовки, игровую практику и приобретение соревновательного опыта.

**Новизна программы** учитывает специфику дополнительного образования и охватывает значительно больше желающих заниматься спортом, предъявляя посильные требования в процессе обучения. Она дает возможность заняться избранным видом спорта, формированию привычки к здоровому образу жизни, всестороннему подходу к воспитанию гармоничного человека. По своему воздействию занятия спортом являются наиболее комплексным и универсальным средством развития психологической крепости человека.

Новизна может также касаться отдельных компонентов образовательной программы, например, при традиционности направления деятельности могут использоваться оригинальные приемы, методы, педагогические технологии.

Данная общеобразовательная программа предусматривает обучение детей с ограниченными возможностями здоровья (отдельная категория обучающихся с ограниченными возможностями здоровья).

**Педагогическая целесообразность** – содержание программы позволяет воспитать и выявить талантливых обучающихся, профессионально ориентировать их, способствовать личному развитию и самоопределению, подготовить резерв по виду спорта

**Адресат программы.**

Программа рассчитана на всех интересующихся футболом в возрасте с 5 до 17 лет включительно, не имеющих медицинских противопоказаний к занятиям футболом.

Для зачисления сдача вступительных тестов не предусмотрена.

**Доступность реализации программы для различных категорий воспитанников:** возможно участие в реализации программы талантливых детей (одаренных, мотивированных), детей, находящихся в трудной жизненной ситуации.

Данная общеобразовательная программа предусматривает обучение детей с ограниченными возможностями здоровья (отдельная категория обучающихся с ограниченными возможностями здоровья).

**Уровень программы:** ознакомительный.

**Объем программы:** 148 часов

**Срок освоения программы:** 25 недель: 11 недель на освоение первого модуля и 14 недель на освоение второго модуля.

**Форма обучения** – очная, очно-дистанционная с применением дистанционных технологий (ДОТ), электронного обучения (ЭО).

ДОТ и ЭО обеспечиваются применением совокупности образовательных технологий, при которых частично опосредованное или полностью опосредованное взаимодействие обучающегося и тренера-преподавателя осуществляется независимо от места их нахождения и распределения во времени на основе тренерско-преподавательских организованных технологий обучения.

Основными элементами системы ЭО и ДОТ являются: образовательные онлайн платформы; цифровые образовательные ресурсы, размещенные на образовательных сайтах; видеоконференции; вебинары; электронная почта; облачные сервисы; СМС.

**Режим:** занятия проводятся согласно утвержденному расписанию.

Допустимый режим обучения по программе представлен в Таблице 1.

Таблица 1.

Возраст обучающихся	Недельная нагрузка	Количество занятий в неделю	Допустимый режим занятий	Количество учебных недель	Итого часов в год
5-17 лет	не более 6-ти часов	не более 3-х	не более 2-х часов в день	25 недель	148 часов

### **Особенности организации образовательного процесса.**

*Форма организации процесса:* учебно-тренировочные занятия в группах, контрольные игры, тестирование (промежуточная и итоговая аттестация).

*Тип занятий:* подача нового материала, закрепление полученных знаний, повторение и усвоение пройденного, применение полученных знаний и навыков, комбинированный.

*Методы обучения:* словесный, наглядный, практический, исследовательский, игровой.

**Особенности формирования групп** представлены в Таблице № 2

Таблица № 2.

Минимальный возраст для приема	Минимальная наполняемость группы (человек)	Оптимальный (рекомендуемый) количественный состав группы (человек)	Максимальный количественный состав группы при объединении групп (человек)	Максимальный объем тренировочной нагрузки в неделю в академических часах
5	15	15-18	25	6

### **1.2. Цель и задачи программы.**

**Цель программы:** Формирование потребности в ЗОЖ, укрепление физического и психического здоровья детей через занятия футболом.

#### **Задачи**

##### Образовательные:

- Обучить навыкам и умениям выполнения различных физических упражнений;
- Обучить основным и специальным элементам игры в футбол; овладевать знаниями терминологии, стратегии и тактики игры.
- Обучить групповому взаимодействию в различных его формах посредством подготовительных игр и соревнований;
- Обучить основам знаний и умений по профилактике заболеваний и ведению здорового образа жизни;

##### Развивающие:

- Развивать индивидуальные способности и особенности ребенка;
- Развивать мотивацию ребенка к занятиям физической культурой и футболом;
- Развивать такие физические качества как выносливость, быстрота, сила, ловкость, координация;
- Развивать у детей стремление и желание к самовыражению, через игру в футбол;

##### Воспитательные:

- Воспитывать у ребенка культуру поведения в коллективе;
- Воспитывать нравственные качества у ребенка;
- Способствовать социализации и социальной адаптации ребенка в обществе.

### 1.3. Содержание программы

#### Учебный план (Таблица № 3)

Таблица № 3

№ п/п	Вид подготовки, название раздела программы, тема.	Количество часов			Форма аттестации (контроля)
		Всего	Теория	Практика	
<b>Модуль 1</b>					
1.	Теоретическая подготовка	3	3	-	беседа
2.	Общая физическая подготовка	22	1	21	диагностика
3.	Специальная физическая подготовка	18	1	17	диагностика
4.	Технико-тактическая подготовка	19	2	17	диагностика
5.	Промежуточный контроль	2	1	1	контрольные нормативы, диагностика
<b>Всего часов в Модуле 1</b>		<b>64</b>	<b>8</b>	<b>56</b>	
<b>Модуль 2</b>					
1.	Теоретическая подготовка	3	3	-	беседа
2.	Общая физическая подготовка	28	1	27	диагностика
3.	Специальная физическая подготовка	20	1	19	диагностика
4.	Технико-тактическая подготовка	31	2	29	диагностика
5.	Итоговая аттестация	2	1	1	контрольные нормативы, диагностика
<b>Всего часов в Модуле 2</b>		<b>84</b>	<b>8</b>	<b>76</b>	
<b>Всего часов</b>		<b>148</b>	<b>16</b>	<b>132</b>	

## Содержание учебного плана

### Теоретическая подготовка

*Темы:* Физическая культура и спорт в России. Развитие футбола в России и за рубежом. Строение и функции организма человека. Гигиенические знания и навыки. Врачебный контроль и самоконтроль.

### Общая физическая подготовка

*Теоретическая часть.* Классификация упражнений. Влияние физических упражнений на развитие двигательных способностей. Значение всесторонней физической подготовки для укрепления здоровья, повышения функциональных возможностей органов и систем, и воспитания двигательных качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости, ловкости) спортсмена.

*Практическая часть.* Строевые упражнения шеренга, колонна, фланг, интервал, дистанция. Перестроения: в одну, две, три шеренги, в колонну по одному, по два. Сомкнутый и разомкнутый строй. Виды перестроения в движении. Построение, выравнивание строя, расчет в строю, повороты на месте. Переход на ходьбу и бег и с бега на шаг. Остановка. Изменение скорости движения строя.

*Упражнения для рук и плечевого пояса* из различных положений (в основной стойке, на коленях, сидя, лежа) – сгибание и разгибание рук, вращения, махи, отведение и приведение, рывки руками на месте и в ходьбе.

*Упражнения для ног:* поднимание на носки, сгибание ног в тазобедренных суставах, приседания, отведения, приведения и махи ногой в переднем и заднем и боковом направлениях, выпады, пружинистые покачивания в выпаде, подскоки из различных исходных положений ног, сгибание и разгибание ног в смешанных висах и упорах, прыжки.

*Упражнения для шеи и туловища:* наклоны, вращения, повороты головы, наклоны туловища, круговые вращения туловищем, повороты туловища, поднимание прямых и согнутых ног в положении лежа на спине, седы.

*Упражнения для всех групп мышц.* Упражнения с короткой и длинной скакалкой, гантелями, набивными мячами, резиновыми амортизаторами, палками.

*Упражнения для развития силы.* Упражнения с преодолением собственного веса: подтягивания, отжимания, приседания на одной и двух ногах. Преодоление веса и сопротивления партнера. Переноска и перекладка груза. Перетягивание каната. Упражнения на гимнастической стенке.

*Упражнения для развития быстроты.* Повторный бег на дистанциях от 30 до 100 метров. Бег по наклонной плоскости. Бег за лидером. Выполнение ОРУ в максимальном темпе.

*Упражнения для развития гибкости.* ОРУ с широкой амплитудой движений. Упражнения с партнером. Наклоны повороты. Гимнастические упражнения.

*Упражнения для развития ловкости.* Разнонаправленные движения ногами и руками. Перекаты, кувырki. Опорные прыжки. Упражнения в равновесии. Жонглирование мячами, метание мячей в подвижную и неподвижную цель.



*Упражнения для развития скоростно-силовых качеств.* Прыжки через препятствия, планку, в длину с места и разбега. Прыжки с ноги на ногу. Бег по песку. Комбинированные эстафеты. Метание различных предметов и снарядов.

*Упражнения для развития общей выносливости.* Равномерный и переменный бег на дистанцию от 500 до 1000 м.

### **Специальная физическая подготовка**

*Теоретическая часть.* Влияние СФП на развитие двигательных способностей. Основные средства специальной физической подготовки. Основные физические качества: сила, быстрота, ловкость, выносливость, гибкость.

*Практическая часть.*

#### **Упражнения для развития быстроты.**

Повторное пробегание коротких отрезков (10-30м) из различных исходных стартовых положений (лицом, боком и спиной к стартовой линии, сидя находясь в положении широкого выпада; медленного бега, подпрыгивание или бега на месте и различных направлениях). Бег с изменением направления до 180°. Бег прыжками. Эстафетный бег. Ускорения и рывки с мячом (до 30м). Обводка препятствий (на скорость). Рывки к мячу с последующими ударами по воротам. Выполнение элементов техники в быстром темпе (например, остановка мяча с последующими рывками в сторону и ударом в цель).

#### **Упражнения для развития силы.**

Приседание с отягощением (гантели, набивные мячи весом 1-4 кг, мешочки с песком 3-5 кг. Приседание на одной ноге “пистолет” с последующим подскоком вверх.

Лежа на животе – сгибание ног в коленях с сопротивлением партнера или резинового амортизатора (для укрепления мышц задней поверхности бедра).

Броски набивного мяча ногой на дальность за счет энергичного маха ногой вперед. Удары по футбольному мячу ногами и головой на дальность.

Вбрасывание футбольного и набивного мяча на дальность.

Толчки плечом партнера. Борьба за мяч.

#### **Упражнения для развития выносливости.**

Переменный и повторный бег с ведением мяча. Игровые упражнения с мячом (трое против трех, трое против двух и т.д.) большей интенсивности.

Комплексные занятия: ведение и обводка стоек, передачи и удары по воротам, выполняемые в течение 5-12 мин.. Например, повторные рывки с мячом с последующей обводкой нескольких стоек и ударами по воротам, с увеличением длины рывка, количества повторений и сокращений интервалов отдыха между рывками.

#### **Упражнения для развития координации.**

Бег: обычный, спиной вперед; скрестным и приставным шагом (вправо и влево), изменяя ритм за счет различной длины шагов и скорости движения. Ациклический бег (с поворотными скачками на одной ноге).

Прыжки: вверх, вверх-вперед, вверх-назад, вверх-вправо, вверх-влево,

толчком двумя ногами с места и толчком одной и двумя ногами с разбега. Повороты во время бега (вперед, назад) на право, налево и кругом (переступая и на одной ноге).

Остановка во время бега – выпадом прыжком и переступанием.

### **Упражнения для развития ловкости.**

Прыжки с разбега толчком одной и двумя ногами, стараясь достать высоко подвешенный мяч головой, ногой, рукой; то же выполняя в прыжке повороты на 90-180°. Прыжки вперед с поворотом и имитацией удара головой и ногами. Прыжки с места и с разбега, с ударом головой по мячу, подвешенным на разной высоте. Кувырки вперед и назад, в сторону и через правое и левое плечо (на газоне футбольного поля).

## **1. Техническо-тактическая подготовка**

### **Техническая подготовка.**

*Теоретическая часть.* Понятие о тактике и тактической комбинации. Характеристика игровых действий: вратаря, защитников, полузащитников и нападающих. Правильное расположение на футбольной площадке.

*Практическая часть.*

**Удары по мячу ногой.** Удары серединой и внешней частью подъёма по неподвижному и катящемуся мячу. Удары подъёмом по прыгающему и летящему мячу. Удары носком, пяткой (назад). Выполнение всех ударов по мячу, придавая ему различную по крутизне траекторию полёта и различное направление полёта. Удары в единоборстве. Удары на точность и дальность.

**Остановка мяча.** Остановка подошвой, внутренней стороной стопы катящегося и опускающегося мяча. Остановка грудью летящего мяча. Остановка мяча изученными способами, находясь в движении, с последующим ведением или передачей мяча.

**Ведение мяча.** Ведение серединой подъёма и носком. Ведение мяча всеми изученными способами, увеличивая скорость движения.

**Обманные движения (финты).** Обучение финтам: при ведении показать остановку мяча подошвой (без касания или с касанием мяча подошвой) или удар пяткой назад - неожиданным рывком вперёд уйти с мячом; быстро отвести мяч подошвой под себя - рывком с мячом уйти вперёд; при ведении неожиданно остановить мяч и оставить его партнёру, который движется за спиной, а самому без мяча уйти вперёд, увлекая соперника («скрещивание»). Выполнение обманных движений в единоборстве.

**Отбор мяча.** Обучение умению выбрать момент для отбора мяча, выполняя ложные движения и вызывая соперника, владеющего мячом, на определённые действия с мячом.

**Техника игры вратаря.** Ловля катящегося и летящего на различной высоте мяча на выходе из ворот без падения, с падением, в броске. Ловля опускающегося мяча.

Отбивание (в сторону, за линию ворот) ладонями, пальцами рук в броске мячей, летящих и катящихся в сторону от вратаря. Перевод мяча через перекладину ворот ладонями (двумя, одной) в прыжке.

Броски мяча одной рукой с боковым замахом и снизу.

Броски рукой на точность и дальность.

#### **Тактическая подготовка.**

*Теоретическая часть.* Выбор места, игровые комбинации и упражнения, темп игры, игровые функции нападающего, полузащитника, защитника, вратаря, схемы общекомандной игры, перестроение и взаимозаменяемость игроков.

*Практическая часть.*

#### **Тактика нападения.**

**Индивидуальные действия без мяча.** Выбор наиболее удобной позиции на игровом поле. Умение уйти из-под контроля соперника и создать игровое пространство для себя и партнеров.

**Действия без мяча.** Открывание; отвлечение соперников; создание численного преимущества на отдельном участке поля.

**Индивидуальные действия с мячом.** Целесообразное применение тех или иных приемов техники владения мячом в различных игровых ситуациях. Применение необходимого способа удара по мячу, остановок, в зависимости от направления, траектории и скорости движения мяча. Использование ведения и применение различных видов обводки в зависимости от игровой ситуации.

**Групповые действия.** Уметь взаимодействовать с партнёрами, используя короткие и средние передачи. Комбинации в парах: «стенка», «скрещивание». Начинать и развивать атаку из стандартных положений: начальном, угловом, штрафном и свободном ударах; вбрасывание мяча из-за боковой линии.

**Командные действия.** Уметь выполнять обязанности в атаке на своём игровом месте.

#### **Тактика защиты.**

**Индивидуальные действия.** Противодействие маневрированию, т. е. осуществлять «закрывание» и препятствовать сопернику в получении мяча. Совершенствование в «перехвате» мяча. В зависимости от игровой обстановки применять отбор мяча изученным способом. Уметь противодействовать передаче, ведению и удару по воротам.

**Групповые действия.** Уметь взаимодействовать в обороне, осуществляя правильный выбор позиции и страховку партнёров. Уметь взаимодействовать в обороне при выполнении противником стандартных комбинаций. Организация и построение «стенки». Комбинация с участием вратаря.

**Тактика вратаря.** Уметь организовать построение «стенки» при пробитии штрафного и свободного ударов вблизи своих ворот; играть на выходах из ворот при ловле катящихся и летящих на различной высоте мячей; подсказывать партнёрам по обороне, как занять правильную позицию; выполнять с защитниками комбинации при введении мяча в игру от ворот; введение мяча в игру, адресуя его свободному от опеки партнёру.

**Учебные и тренировочные игры.** Совершенствование индивидуальных, групповых и командных тактических действий.

## **Игровая подготовка**

*Теоретическая часть.* Название игры, роль играющих и места их расположения, цель и ход игры, а также основные правила. Дозировка нагрузки во время игры осуществляется использованием кратковременных перерывов, увеличением или уменьшением размеров площадки, числа играющих, преодолеваемых дистанций, количества используемого инвентаря.

*Практическая часть.*

### **Подвижные игры**

1) Игра в «Пятнашки» в парах на ограниченной площади (играют 3 – 4 пары, постоянно наблюдают за движением других пар, чтобы не столкнуться), 8 – 6 игроков образуют круг и передают друг другу в одно касание два мяча (надо следить одновременно за двумя мячами, чтобы не передать их одному партнёру).

2) Игра «Выбить цели». Игра ведётся на волейбольной площадке. На лицевых линиях положить мячи (булавы) с интервалом около 1 м. В каждой команде по три игрока располагаются вдоль сетки в 3-метровой зоне, одни пытаются выбить цели, бросая мяч под сеткой, другие защищают их. Остальные играющие располагаются за пределами площадок, собирают мячи и передают в свои тройки для последующей атаки.

3) Игра «Воробьи и вороны»: Каждая из двух команд выстраивается в одну шеренгу за своей линией лицом друг к другу. Одна команда «воробьи», другая «вороны». После произнесённого преподавателем слова «воробьи» (или «вороны») соответствующая команда пытается догнать и осалить игроков противоположной команды до того, как они пересекут линию безопасности. За каждого осаленного соперника команда получает одно очко. Игра повторяется несколько раз, равное для обеих команд. Выигрывает команда, набравшая большее количество очков.

4) «Цветная игра»: в углах площадки в центре лежащих обручей устанавливаются флажки разного цвета. Занимающиеся перемещаются по кругу в колонну по одному в центре площадки заданным способом. По команде преподавателя, называющего конкретный цвет, необходимо как можно быстрее встать внутрь обруча с флажком указанного цвета. Сделавшие это получают по одному очку. Игра повторяется несколько раз. Выигрывают занимающиеся, набравшие большее число очков.

5) «По змейке»: занимающиеся разбиваются на команды, каждая выстраивается в колонну за стартовой линией. По сигналу преподавателя направляющие, катая мяч ногой, должны как можно быстрее обвести стойки, кегли или другие препятствия и вернуться обратно, оставив мяч на линии старта следующему игроку. Выигрывает команда первая справившаяся с заданием.

### **Контрольные и календарные игры**

*Теоретическая часть.* Инструктаж по технике безопасности во время проведения и участия в контрольных и календарных играх (соревнованиях). Правила поведения во время контрольных и календарных игр (соревнований), отношения к соперникам и судьям. Установка на игру. Анализ проведенных

игр. Обсуждение результатов соревнований.

*Практическая часть.* Участие в контрольных и календарных играх (соревнованиях).

### **Входящий контроль и итоговая аттестация**

*Теоретическая часть.* Методика выполнения тестовых упражнений. Техника безопасности во время выполнения тестовых упражнений.

*Практическая часть.* **Выполнение контрольно-тестовых упражнений.**

### **1.4. Планируемые результаты**

Личностные результаты обеспечиваются через формирование базовых национальных ценностей; предметные-через формирование основных элементов научного знания, а метапредметные результаты - через универсальные учебные действия (далее УУД).

#### **Предметные результаты:**

- знания о футболе и его роли в укреплении здоровья;
- умение рационально распределять своё время в режиме дня, выполнять утреннюю зарядку;
- умение вести наблюдение за показателями своего физического развития.

#### **Личностные результаты.**

В сфере личностных универсальных учебных действий у учащихся будут сформированы:

- дисциплинированность, трудолюбие, упорство в достижении поставленных целей;
- умение управлять своими эмоциями в различных ситуациях;
- умение оказывать помощь своим сверстникам;
- отношение к здоровью как высшей ценности человека;
- потребность ответственного отношения к окружающим и осознания ценности человеческой жизни;
- умение организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности, организации места занятий;
- соблюдение правил гигиены и развитие готовности на основе их использования самостоятельно поддерживать своё здоровье.

#### **Регулятивные УУД.**

Учащиеся научатся:

- планировать пути достижения целей;
- устанавливать целевые приоритеты;
- владеть способами наблюдения за показателями индивидуального здоровья, физического развития и физической подготовленности;
- осуществлять контроль и самоконтроль за ходом выполнения заданий и полученным результатом;
- распознавать позитивные и негативные факторы, влияющие на здоровье;
- составлять, анализировать и контролировать режим дня.

#### **Коммуникативные УУД.**

Учащиеся научатся:

- задавать вопросы, необходимые для организации собственной деятельности и сотрудничества с партнёром;
- доступно излагать знания о футболе;
- формулировать цели и задачи занятий по футболу;
- формировать умения позитивного коммуникативного общения с окружающими;
- аргументировано высказывать свою точку зрения;
- критиковать, хвалить и принимать похвалу с учётом ситуации взаимодействия.

### **Познавательные УУД.**

Учащиеся получают знания:

- по истории и развитию футбола;
- о здоровом образе жизни, о роли и месте физической культуры в организации здорового образа жизни.

### **Метапредметные результаты** включают:

- изучение обучающимися межпредметных понятий (скорость, сила, амплитуда, частота, дыхание, обмен веществ, работоспособность, ткани, возбуждение, торможение и многое другое) и универсальных учебных действий (регулятивных, познавательных, коммуникативных).
- способность принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления.
- развитие навыков взаимодействия с другими учащимися;
- развитие физических и морально-волевых качеств личности;
- развитие потребности в систематических занятиях футболом.

## **Раздел № 2 «Комплекс организационно-педагогических условий, включающий формы аттестации»**

### **2.1. Календарный учебный график программы.** (Таблица № 4)

- дата начала и окончания учебного периода: 1 модуль – с 1 сентября по 22 ноября 2023 г., 2 модуль – с 8 января по 21 апреля 2024 г.
- количество учебных недель – 25
- итоговая аттестация в конце обучения – апрель

Таблица № 4

### **Примерный календарный учебный график**

Наименование предметных областей/формы учебной нагрузки	Количество учебных часов по месяцам							Всего часов
	сентябрь	октябрь	ноябрь	январь	февраль	март	апрель	
	Модуль 1			Модуль 2				
<b>1. Теоретическая подготовка</b>	1	1	1	1	1	1		<b>6</b>
<b>2. Общая физическая подготовка</b>	8	8	6	8	6	8	6	<b>50</b>
<b>3. Специальная физическая подготовка</b>	7	6	5	4	6	6	4	<b>38</b>

<b>4. Техничко-тактическая подготовка</b>	8	7	4	7	9	7	8	<b>50</b>
<b>5. Промежуточный контроль и итоговая аттестация</b>			2				2	<b>4</b>
<b>Общее количество часов</b>	<b>24</b>	<b>22</b>	<b>18</b>	<b>20</b>	<b>22</b>	<b>22</b>	<b>20</b>	<b>148</b>
<b>Теоретические занятия</b>								<b>16</b>
<b>Практические занятия</b>								<b>132</b>

## **2.2. Условия реализации программы.**

### **Материально-технические условия реализации программы**

Материально-техническое обеспечение является одним из условий успешной организации занятий по футболу.

Для реализации данной программы необходимы:

- футбольная (мини-футбольная) площадка и/или спортивный зал, площадь которых должна быть не менее 4 м<sup>2</sup> на одного занимающегося, высота потолка должна составлять не менее 6 метров;
- стойки - 12 штук;
- малые ворота 1,2 x 0,8 м;
- скакалки - 20 штук;
- мячи футбольные № 1,2 - 20 штук;
- мячи баскетбольные - 4 штуки;
- мячи волейбольные - 4 штуки;
- сетка для мячей - 1 штука;
- комплект фишек - 30 штук (трех разных контрастных цветов);
- рулетка 3 м - 1 штука;
- тренировочные манишки - 20 штук;
- секундомер;
- свисток;
- карточки для судейства;
- планшет магнитный;
- набивные мячи - 4 шт.

### ***Кадровое обеспечение программы.***

Данная программа реализуется тренером-преподавателем, имеющим профессиональное образование в области, соответствующей профилю программы и постоянно повышающим уровень профессионального мастерства.

## **2.3. Формы аттестации**

Комплексный контроль за уровнем подготовленности обучающихся играет большую роль в работе тренера-преподавателя. При этом выявляется полнота и глубина сведений по теоретической подготовки, двигательных действий в объеме изучаемых требований, уровень развития физических и технических способностей, результат улучшения личных показателей.

Теоретическая подготовка проверяется в ходе тренировочного занятия или соревновательной деятельности применительно изучаемого практического материала.

Контроль тренировочной деятельности ведется на основе оценки тренировочной нагрузки.

Эффективность контроля нагрузок влияет на качество управления образовательной деятельностью.

Управление образовательной деятельностью охватывает три стадии:

- сбор информации;
- анализ накопленной информации;
- планирование образовательной деятельности.

В рамках годичного цикла периодически необходимо:

- собирать и анализировать информацию о физическом состоянии и технико-тактическом мастерстве каждого обучающегося, психологическом состоянии, о тренировочных нагрузках и т. п.;

- сопоставлять информацию о применяемых тренировочных нагрузках с результатами, показанными обучающимися в соревнованиях и тестовых упражнениях.

В процессе такого сопоставления определяется, какая тренировочная нагрузка оказала наибольшее влияние на совершенствование того или иного физического качества обучающегося, достаточным ли оказался объем того или иного вида нагрузки, насколько оптимально соотношение объема и направленности разных видов нагрузки и т.п.

Точность ответа на поставленные вопросы будет зависеть от классификации и способов измерения тренировочных нагрузок, применяемых в процессе подготовки обучающихся.

Если выбраны не информативные характеристики, объективно оценить тренировочную нагрузку не удастся. В этом случае нельзя эффективно управлять тренировочным процессом.

*Оценка двигательных умений и навыков будет объективной при соблюдении следующих правил:*

- проверяются и оцениваются результаты усвоения материала на тренировочных занятиях;
- объем проверяемых знаний, умений и навыков определяется в полном содержании учебной программы для данной программы.
- выявление уровня освоения обучающимся, упражнений по общефизической, специальной физической и технической подготовкам.

Формы аттестации:

*Входящий контроль:*

- сдача контрольных нормативов по ОФП, СФП по окончании первого модуля (июнь).

*Итоговая аттестация:*

- освоение программы завершается итоговой аттестацией, проводимой в формате сдачи нормативов по ОФП, СФП для оценки показателей развития физических качеств и двигательных способностей.

Входящий контроль и итоговая аттестация основываются на индивидуальном подходе к каждому обучающемуся.



Для проведения аттестации педагог готовит: спортивный инвентарь, место проведения тестов, протокол.

При проведении контрольных упражнений следует обратить внимание на создание единых условий их выполнения для всех обучающихся. В контрольных упражнениях даются 3 попытки, учитывается лучший результат, который затем оценивается по 5-ти бальной шкале.

Результаты заносятся в протокол и хранятся в образовательном учреждении.

#### **2.4. Оценочный материал.**

Нормативы по ОФП и СФП считаются выполненными, если обучающийся набрал 18 баллов по итогам сдачи 6 нормативов (Таблица № 5).

#### **Методика выполнения контрольных нормативов при проведении входящего контроля и итоговой аттестации обучающихся.**

##### *1. Бег 30 метров с высокого старта.*

Проводится на дорожке стадиона или легкоатлетического манежа в спортивной обуви без шипов. Количество стартующих в забеге определяется условиями, при которых бегущие не мешают друг другу. После 10-15 минутной разминки дается старт.

##### *2. Бег 600, 800 метров.*

Проводится на дорожке стадиона в спортивной обуви без шипов. Количество стартующих в забеге определяется условиями, при которых бегущие не мешают друг другу. Учитывают время выполнения задания.

##### *3. Челночный бег 3 x 10 метров.*

Тест проводят в спортивном зале на ровной дорожке длиной не менее 12-13 метров. Отмеряют 10-метровый участок, начало и конец которого отмечают линией (стартовая и финишная черта). За каждой чертой – два полукруга радиусом 50 см. с центром на черте. На дальний полукруг за финишной линией кладут деревянный кубик (5см<sup>3</sup>), спортсмен становится за ближней чертой на линии и по команде «марш» начинает бег в сторону финишной черты; обегает полукруг, берет кубик и возвращается к линии старта. Затем кладет кубик (бросать не разрешается) в полукруг на стартовой линии и снова бежит к дальней – финишной – черте, пробегая её. Учитывают время выполнения задания от команды «марш» и до пересечения линии финиша.

##### *4. Прыжки в длину с места (см.)*

Выполняют толчком двух ног от линии и края доски на покрытие, исключая жесткое приземление. Измерение дальности прыжка осуществляют стальной рулеткой.

##### *5. Сгибание и разгибание рук на опоре 50 см.*

Выполняется из упора рук на гимнастической скамейке (положение кистей рук произвольно), туловище удерживать прямое. Руки сгибать в локтевом суставе до 90°.

##### *6. Метание набивного мяча (1 кг.) вперед из-за головы, (см.).*

Выполняют из положения стоя ноги врозь, мяч в вытянутых руках над головой. Дальность броска измеряют рулеткой.

Таблица № 5

**КОНТРОЛЬНЫЕ НОРМАТИВЫ**  
**по общей и специальной физической подготовки учащихся ДЮСШ-6**

№ п/ п	Наименование нормативов	Ед. измер ения	до 8 лет			8 лет			9 лет			10 лет			11 лет			12 лет		
			5	4	3	5	4	3	5	4	3	5	4	3	5	4	3	5	4	3
	<b>Мальчики</b>																			
1.	Бег 30м.	сек.	6,4	6,8	7,0	6,2	6,6	6,8	6,0	6,4	6,6	5,7	6,0	6,3	5,2	5,8	6,0	5,1	5,5	5,9
2.	Бег 800м.	сек.	без учета времени			без учета времени			без учета времени			без учета времени			без учета времени			без учета времени		
3.	Челночный бег 3х10м.	сек.	8,7	9,9	10,6	8,5	9,7	10,4	8,3	9,5	10,2	8,1	9,3	10,0	7,9	9,1	9,7	7,7	8,9	9,5
4.	Пръжки в длину с места	см.	135	130	125	140	135	130	150	145	140	170	165	160	180	175	170	185	180	175
5.	Стибание и разгибание рук в упоре от пола	кол-во раз	9	8	7	10	9	8	13	12	11	14	13	12	15	14	13	16	15	14
6.	Бросок набивного мяча 1 кг, двумя руками из-за головы	метры	5,5	5	4,5	6	5,5	5	6,5	6	5,5	7	6,5	6	7,5	7	6,5	8	7,5	7
	<b>Девочки</b>																			
1.	Бег 30м.	сек.	6,6	7,0	7,4	6,4	6,8	7,2	6,2	6,6	7,0	6,0	6,2	6,6	5,7	5,9	6,3	5,5	5,8	6,0
2.	Бег 600м.	сек.	без учета времени			без учета времени			без учета времени			без учета времени			без учета времени			без учета времени		
3.	Челночный бег 3х10м.	сек.	9,7	10,6	11,3	9,8	10,4	11,1	9,5	10,1	10,8	9,2	9,8	10,5	8,9	9,5	10,2	8,6	9,2	9,9
4.	Пръжки в длину с места	см.	130	125	120	135	130	125	145	140	135	165	160	155	170	165	160	175	170	165
5.	Стибание и разгибание рук в упоре от скамейки	кол-во раз	5	4	3	6	5	4	7	6	5	8	7	6	9	8	7	10	9	8
6.	Бросок набивного мяча 1 кг, двумя руками из-за головы	метры	3	2,5	2	3,5	3	2,5	4	3,5	3	4,5	4	3,5	5	4,5	4	5,5	5	4,5

№ п/ п	Наименование нормативов	Ед. измерен ия	13 лет			14 лет			15 лет			16 лет			17 лет		
			5	4	3	5	4	3	5	4	3	5	4	3	5	4	3
<b>Ю н о ш и</b>																	
1.	Бег 30 м.	сек.	5,0	5,3	5,6	4,9	5,2	5,4	4,6	4,8	5,1	4,3	4,6	4,9	4,1	4,4	4,7
2.	Бег 800 м.	сек.	без учета времени			без учета времени			без учета времени			без учета времени			без учета времени		
3.	Челночный бег 3x10 м.	сек.	7,5	8,3	9,3	7,3	8,1	9,0	7,0	7,7	8,6	6,8	7,6	8,4	6,6	7,5	8,2
4.	Прыжки в длину с места	см.	190	185	180	195	190	185	200	195	190	205	200	195	210	205	200
5.	Сгибание и разгибание рук в упоре от пола	кол-во раз	17	16	15	20	18	16	24	22	20	30	27	25	38	35	32
6.	Бросок набивного мяча 1 кг, двумя руками из-за головы	метры	8,5	8	7,5	12	10	8	14	12	10	15	13	11	18	16	14
<b>Д е в у ш к и</b>																	
1.	Бег 30 м.	сек.	5,4	5,7	6,0	5,2	5,6	5,8	5,0	5,4	5,7	4,8	5,2	5,5	4,6	5,0	5,3
2.	Бег 600 м.	сек.	без учета времени			без учета времени			без учета времени			без учета времени			без учета времени		
3.	Челночный бег 3x10 м.	сек.	8,2	9,0	9,6	8,0	8,6	9,2	7,9	8,2	8,8	7,8	8,1	8,7	7,7	8,0	8,6
4.	Прыжки в длину с места	см.	180	175	170	185	180	175	190	185	180	195	190	185	200	195	180
5.	Сгибание и разгибание рук в упоре от скамейки	кол-во раз	11	10	9	14	12	10	16	14	12	19	18	17	21	20	19
6.	Бросок набивного мяча 1 кг, двумя руками из-за головы	метры	6	5,5	5	9	8	7	11	10	9	13	11	10	14	13	12

## 2.5 Методические материалы.

Программа предусматривает применение различных приемов и методов организации образовательной деятельности:

- обучение проходит в очной форме на русском языке;  
используется метод:
- словесный: объяснение, беседа, рассказ;
- наглядный: показ педагогом, обучающимся, работа по образцу, показ видеоматериалов;
- практический: тренировочные упражнения, контрольно-тестовые упражнения, учебные игры.

Учебный материал программы распределён в соответствии с возрастным принципом комплектования учебных групп по футболу и рассчитан на последовательное и постепенное расширение теоретических знаний, формирование практических умений и навыков.

При реализации программы используются следующие формы организации занятий:

- учебные занятия,
- соревнования,
- открытые занятия,
- турниры,
- учебные игры,
- контрольные занятия.

### Примерный план - конспект тренировочного занятия (Таблица № 6)

Таблица № 6

Часть занятия	Содержание учебного материала	Дозировка	Организационно-методические указания
I.Подготовительная	Разминка: 1. Общая 2. Специальная	Для всех частей занятия: <ul style="list-style-type: none"><li>• время</li><li>• количество повторений</li><li>• количество раз и т.п.</li></ul>	Для всех частей занятия: Инвентарь и рекомендации Подведение результатов занятия, домашнее задание и т.п.
II.Основная	Направленность: тематическая или комплексная		
III. Заключительная	Упражнения восстановительного характера		

*Примерная схема расположения материала в комплексных занятиях*  
**Первый вид** комплексного занятия для решения задач физической, технической и тактической подготовки:

*I. Подготовительная часть*

1. Упражнения общей разминки.
2. Упражнения специальной разминки.

*II. Основная часть*

1. Упражнения на быстроту и ловкость (без мяча и с мячом).
2. Упражнения на совершенствование технических приемов.
3. Техничко-тактические упражнения.
4. Двухсторонняя игра или упражнения на выносливость.

*III. Заключительная часть*

1. Упражнения в расслаблении мышечного аппарата.
2. Дыхательные упражнения.

**Второй вид** комплексного занятия для решения задач физической и технической подготовки:

*I. Подготовительная часть*

1. Общеразвивающие упражнения.
2. Упражнения на ловкость и гибкость.

*II. Основная часть*

1. Изучение нового технического приема.
2. Упражнения, направленные на развитие быстроты.
3. Совершенствование технических приемов без единоборств и с применением сопротивления соперника.
4. Совершенствование технико-тактических приемов в учебной игре.

*III. Заключительная часть*

1. Подвижная игра: «Салки» или «Воробьи-вороны».
2. Упражнения в расслаблении мышечного аппарата.

**Третий вид** комплексного занятия для решения задач физической и тактической подготовки:

*I. Подготовительная часть*

1. Различные беговые упражнения.
2. Упражнения с мячом в парах и больших группах.

*II. Основная часть*

1. Изучение технических приемов.
2. Изучение индивидуальных и групповых тактических действий.
3. Игровые упражнения, направленные на воспитание тактического взаимодействия.
4. Совершенствование технико-тактических действий в двухсторонней игре.

*III. Заключительная часть*

1. Медленный бег, ходьба, упражнения на внимание и равномерное дыхание.

### ***Общие требования проведения контрольных испытаний***

В качестве тестов должны использоваться те упражнения, которые позволяют оценивать все основные качества по общей физической, специальной физической и технической подготовке. При определении уровня подготовленности необходимо предварительно:

1. Определить цель тестирования;
2. Обеспечить стандартизацию измерительных процедур;
3. Выбрать тесты с высокой надёжностью и информативностью, техника выполнения которых сравнительно проста и не оказывает существенного влияния на результат;
4. Освоить тесты настолько хорошо, чтобы при их выполнении основное внимание было направлено на достижение максимального результата, а не на стремление выполнить движение технически правильно;
5. Иметь высокую мотивацию на достижение максимальных результатов в тестах.

Обязательным условием является контроль состояния здоровья при проведении тестирования. Болезнь или незначительная травма мешает показать истинные возможности. Соблюдение всех этих условий обязательно, но особое внимание при проведении тестирования следует уделять созданию такого психологического настроя, который позволил бы полностью выявить истинные возможности каждого занимающегося. Этого можно добиться, приблизив условия тестирования к соревновательным условиям, в которых обычно демонстрируют наивысшие результаты.

При проведении тестирования следует обратить внимание на соблюдение и создание единых условий выполнения упражнений для всех тестируемых. Эффективность контроля зависит от стандартности проведения тестов и измерения в них результатов. Для этого необходимо стандартизировать методику тестирования:

1. Режим дня, предшествующего тестированию, должен строиться по одной схеме.
2. Разминка перед тестированием должна быть стандартной по длительности, подбору упражнений, последовательности их выполнения.
3. Тестирование по возможности должны проводить одни и те же исследователи.
4. Схема выполнения теста остаётся постоянной от тестирования к тестированию.
5. Интервалы между повторениями одного и того же теста должны ликвидировать утомление, возникающее от первой попытки.
6. Тестируемый должен освоить тесты настолько хорошо, чтобы при их выполнении основное внимание было направлено на достижение максимального результата, и стремление показать максимально возможный результат. Такая мотивация реальна, если в ходе тестирования создаётся соревновательная обстановка.

## 2.6. Список литературы

### *Нормативно-правовые акты и документы:*

1. Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (Далее – ФЗ № 273).
2. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678-р.
3. Приказ Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. N 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
4. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017 № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ».
5. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 г. № 48 «Об утверждении СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».
6. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ от 18.11.2015 г. Министерства образования и науки Российской Федерации.

### *Литература для педагога:*

1. Веревкин М.П. Мини футбол на уроке физической культуры. – П.: «ТВТДивизион», 2006.
2. Годик М.А. Физическая подготовка футболистов. – М.: «Олимпия.Пресс», 2015.
3. Дангворд Ричард, Миллер Дж. Футбол для начинающих. – М.: «Астрель», 2006.
4. Дезор М. Футбол (Уроки спорта). – М.: «АСТ», 2006.
5. Железняк Ю.Д., Савин В.И., Портнов Ю.М., Лексанов А.В. Спортивные игры. Техника, тактика, методика обучения. Учебник для вузов. – М.: «Academia», 2008.
6. Журнал Физическая культура в школе. - М.: 2009 г. №1.
7. Кузнецов. А.А. Футбол. Настольная книга детского тренера. I, II, III, IV этапы. - М.: Олимпия, 2014.
8. Кузнецов В.С., Колодницкий Г.А. Физические упражнения и подвижные игры. Методическое пособие. – М.: НИЦ. Эпас, 2006.
9. Лях В.И. Мой друг физкультура. – М.: «Просвещение», 2005.
10. Малькольм Кук. Сто одно упражнение для юных футболистов. – М.: А.С.Т. Астрель, 2003
11. Манаков Г.В. Подготовка футболистов. Теория и Практика. – М.: «Советский спорт», 2007.
12. Милке Денни Футбол. Основы игры. – М.: «Астрель», 2017.

13. Орджоникидзе З.Г. Физиология футбола. – М.: «Человек», 2008.
14. Пантелеева Е.В. Убойный футбол и другие игры для детей. – Р-н/Д: «Феникс», 2008.
15. Петров А. Футбол-это жизнь (Взгляд из России). – М., 2004.
16. Петухов А.В. Футбол. Формирование основ индивидуального технико-тактического мастерства юных футболистов. – М.: «Советский спорт», 2006.
17. Плоп Б.И. Новая школа футбольной тренировки. – М.: «Олимпия Пресс», 2008.
18. Сассо Э. Футбольный тренер. – М.: «Терра-Спорт», , 2003.
19. Талага Ежи Энциклопедия физических упражнений. – М.: «ФиС», 1998.
20. Футбол: правила игры. - МФ футбольных ассоциаций «Терра спорт»,2004.
21. Харви Д., Даргвонт Р. Футбол Уроки лучшей игры. - М.: Шико, 2007 г. Швыдов И.А. Футбол в школе. – М.: «Терра-Спорт».

*Литература для родителей и обучающихся:*

1. Правила игры в футбол. - М.: АСТ, Астрель, 2001. - 112 с.
2. Бенгсбо, Йенс Оборонительная тактика в футболе / Йенс Бенгсбо , Биргер Пейтерсон. - М.: Олимпийская литература, 2012. - 164 с.
3. Варюшин В.В. Тренировка юных футболистов: учебное пособие.- М.: ФиС, 2007.- 111 с.
4. Мартин Бидзинский « Искусство первого касания мяча. Как подготовить техничного футболиста». Изд-во: ООО «РА Квартал» Фонд «Национальная академия футбола», 2009 г.
5. Шон Грин «Программа юношеских тренировок. Тренировка Вратарей». Изд-во: ООО «РА Квартал» Фонд «Национальная академия футбола», 2009 г.
6. Хан Бергер «Уроки футбола для молодежи 6-11 лет. Овладеть мячом и учиться играть в команде». Изд-во: ООО «Агентство «КРПА Олимп»» Фонд «Национальная академия футбола», 2010 г.
7. Хан Бергер «Уроки футбола для молодежи 12-13 лет. Обучение с базовых задач. Матч 11х11». Изд-во: ООО «Агентство «КРПА Олимп»» Фонд «Национальная академия футбола», 2010 г.
8. Хан Бергер «Уроки футбола для молодежи 14-15 лет. Распределение основных задач внутри команды». Изд-во: ООО «Агентство «КРПА Олимп»» Фонд «Национальная академия футбола», 2010 г.
9. Хан Бергер «Уроки футбола для молодежи 16-19 лет. Учиться играть в команде. Победить командой». Изд-во: ООО «Агентство «КРПА Олимп»» Фонд «Национальная академия футбола», 2010 г.

Перечень Интернет-ресурсов

1. [Сайт Федерации футбола России - rfs.ru](http://rfs.ru);
2. [Сайт Олимпийского комитета России - olympic.ru](http://olympic.ru);
3. [Сайт Международной федерации футбола - fifa.com](http://fifa.com);
4. [Википедия - ru.wikipedia.org](http://ru.wikipedia.org).