

**ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ МЭРИИ ГОРОДА ГРОЗНОГО
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №34» г. ГРОЗНОГО**

РАССМОТРЕНА

на заседании методического совета

Протокол № 1

от «30» августа 2025г.

Принята

на заседании педагогического
совета

Протокол № 1

от «30» августа 2025 г.

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ «СОШ №34»

г. Грозного

А.Д.Баудинова

Приказ №

от « » августа 2025г.



**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
МИНИ-ФУТБОЛ**

Направленность: ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНАЯ

Уровень программы: стартовый-начальный

Возраст учащихся: 10-15 лет

Срок реализации: 3 года

Составитель:

Сангиреев Шамхан Борисович
учитель физической культуры

г. Грозный

2025

Программа прошла внутреннюю экспертизу и рекомендована к реализации в МБОУ «СОШ № 34» г. Грозного.

Экспертное заключение (рецензия) №

Эксперт: Сангиреева Роза Мяхтиевна, заместитель директора по воспитательной работе

Раздел 1. Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы.

1.1. Нормативная правовая база к разработке дополнительных общеобразовательных программ:

- Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» № 273-ФЗ от 29.12.2012г;
- Распоряжение правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678-р об утверждении Концепции развития дополнительного образования до 2030 года;
- Приказ Министерства просвещения РФ от 3 сентября 2019 г. № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23 августа 2017 г. №816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;
- Приказ Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. N 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Постановление Главного санитарного врача РФ от 28.09.2020г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Постановление главного санитарного врача от 28.01.2021 № 2 СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»;
- Письмо Минпросвещения России от 31.01.2022г. N ДГ-245/06 "О направлении методических рекомендаций" (вместе с "Методическими рекомендациями по реализации дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий");
- Письмо Минобрнауки РФ от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении рекомендаций» (вместе с Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ);
- Положение о дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе МБОУ «СОШ №34» г. Грозного».

1.2. Направленность.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Мини-футбол» - физкультурно-спортивной направленности.

1.3. Уровень освоения программы – стартовый (начальный) в соответствии с

Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) министерства образования и науки РФ (письмо от 18 ноября 2015 г. № 09-3242).

1.4. Актуальность программы.

Актуальность программы состоит в том, что она направлена на удовлетворение потребностей детей в активных формах двигательной деятельности, обеспечивает физическое, психическое и нравственное оздоровление обучающихся. Программа так же актуальна в связи с возросшей популярностью мини-футбола в нашей стране.

1.5. Отличительная особенность программы «Мини-футбол» в её социальной направленности. Программа предоставляет возможности детям, достигшим 10-15 летнего возраста, но не получившим ранее практики занятий футболом или каким-либо другим видом спорта, имеющим различный уровень физической подготовки приобщиться к активным занятиям футболом, укрепить здоровье, получить социальную практику общения в детском коллективе. Специфика спортивного объединения «Мини-футбол» заключается в направлении на воспитание навыков здорового образа жизни у детей, отказ от вредных привычек, укрепление здоровья и развитие морально – волевых качеств детей.

Занятия по данному виду спорта способствуют воспитанию патриотизма, стремления к победе, самоорганизации детей.

Содержание программы направлено на постепенное и последовательное расширение теоретических знаний (правил игры) и практических умений и навыков. Учебно-тренировочный процесс направлен на качество овладения техническими и тактическими приемами, развитие уровня пространственно-временной и силовой дифференцировок движений, способности чувствовать пространство, время, усилия.

Разучивание и совершенствование тактико-технических действий футболиста гарантируют постепенный рост физических нагрузок на высоком эмоциональном уровне. Различия и индивидуальные особенности детей раскрываются на тренировках по футболу и вызывают у детей стремление к взаимопомощи при освоении элементов техники футбола.

1.6. Цель и задачи программы.

Цель: создание условий для развития физических способностей и нравственных качеств личности учащегося средствами физической культуры, для оздоровления, социальной адаптации, самореализации и профессионального самоопределения личности.

Задачи:

образовательные:

обучить:

— навыкам и умениям в выполнении различных физических упражнений ОФП (общефизическая подготовка) и СФП (специальная физическая подготовка);

— основным и специальным элементам игры в футбол;

— основам стратегии игры: нападение, защита;

— командному взаимодействию в различных его формах посредством подвижных игр и соревнований;

— основам знаний и умений по профилактике заболеваний и ведению

здорового образа жизни

развивающие:

развить:

- индивидуальные способности и особенности учащихся;
- мотивацию учащихся к занятиям физической культурой и футболом как видом спорта;
- развивать такие физические качества, как выносливость, быстрота, сила, ловкость, координация;
- стремление и желание к самовыражению через игру футбол

воспитательные:

воспитать:

- культуру поведения в коллективе;
- чувство индивидуальной и коллективной успешности.

1.7. Категория учащихся

Программа предназначена для детей 10-15 лет

Условия набора. Зачисление учащихся в объединение производится по желанию учащегося вне зависимости от его способностей, уровня физического развития на основании заявления родителей (законных представителей) и при наличии медицинской справки, разрешающей обучающемуся заниматься данным видом деятельности.

При наличии организационно-педагогических условий возможен добор обучающихся в группу в течение учебного года.

Возрастные особенности:

Возраст учащихся 10 лет. Особенности развития в этом периоде – растут мышцы, формируется осанка, ребенку хочется активности и подвижности. Внимание в этом возрасте недостаточно устойчиво, ограничено по объему. Детям необходима частая смена вида деятельности. Основным способом получения информации является игра – дети отлично запоминают то, что вызывает у них эмоции.

Возраст учащихся 11-14 лет (подростковый) характеризуется бурным ростом и развитием всего организма. Наблюдается интенсивный рост тела. Продолжается окостенение скелета, возрастает сила мышц. Однако развитие внутренних органов происходит неравномерно, рост кровеносных сосудов отстает от роста сердца, что может вызвать нарушение ритма его деятельности, учащению сердцебиения. В этом возрасте организм обнаруживает большую утомляемость, обусловленную кардинальными переменами в нем.

Внимание произвольно, избирательно. Подросток может долго сосредотачиваться на интересном материале или занятии. В подростковом возрасте происходит интенсивное нравственное и социальное формирование личности. Идет процесс формирования нравственных идеалов и моральных убеждений. Часто они имеют неустойчивый, противоречивый характер.

Возраст учащихся 15 лет и старше – это период завершения полового созревания и вместе с тем начальная стадия физической зрелости. Для старшеклассника типична готовность к физическим и умственным нагрузкам. Физическое развитие благоприятствует формированию навыков и умений в труде и спорте, открывает широкие возможности для выбора профессии. Дети учащихся этого возраста в значительной мере преодолевают свойствен-

ную подросткам непроизвольность, импульсивность в проявлении чувств. Закрепляется устойчивое эмоциональное отношение к разным сторонам жизни, к товарищам и к взрослым людям.

1.8. Срок реализации Программы. Программа рассчитана на три года обучения. Объем программы:

- первый год обучения – 144 часа
- второй год – 216 часов
- третий год обучения – 216 часов

1.9. Форма организации образовательной деятельности и режим занятий
Форма проведения занятий: очная

Но при возникновении условий, не позволяющих реализацию программы в очной форме, программа может реализоваться с применением дистанционных образовательных технологий (ДОТ) при опосредованном (на расстоянии) взаимодействии обучающихся и педагога.

Форма организации учебной деятельности – групповая. Использование ДОТ дает возможность освоения программы непосредственно по месту пребывания (нахождения) учащихся. Обучение с применением ДОТ подразумевает интерактивное взаимодействие детей и педагога в процессе обучения, а также предоставление для обучающихся возможности контролируемой работы по освоению изучаемого материала.

Режим занятий

1 год - по два академических часа два раза в неделю, наполняемость групп от 12-15 человек;

2 год - по два академических часа три раза в неделю, наполняемость групп от 10-12 человек;

3 год - по два академических часа три раза в неделю, наполняемость групп от 10 человек;

1.10. Планируемые результаты

По окончании первого года обучения, учащиеся могут знать и уметь:

Предметные:	Учащиеся должны знать: технику безопасности во время проведения занятий, основные команды педагога
	Учащиеся должны уметь:
	- выполнять комплексы начальной физической подготовки, - выполнять удары по мячу ногами, - выполнять остановку мяча, - выполнять ведение мяча, - выполнять отбор мяча, финты, удары по мячу головой.

Метапредметные результаты:	осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений, владение специальной терминологией, организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности.
Личностные результаты:	позитивное взаимодействие со сверстниками при разучивании упражнений, положительное отношение к занятиям.

По окончании второго года обучения, учащиеся могут знать и уметь:

Предметные:	Учащиеся должны знать:
	-технику безопасности во время проведения занятий, основные команды педагога, основы индивидуальных тактических приемов в атаке
	Учащиеся должны уметь:
	- выполнять комплексы начальной физической подготовки, - выполнять удары по мячу ногами, - выполнять остановку мяча, - выполнять ведение мяча, - выполнять отбор мяча, - выполнять правильно тактические индивидуальные действия в атаке во время упражнений и непосредственно в игре.
Метапредметные результаты:	- управление своей деятельностью, контроль и коррекция, инициативность, самостоятельность, - совместно с педагогом вырабатывать критерии оценки и определять степень успешности своей работы.
Личностные результаты:	- развитие навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций.

По окончании третьего года обучения, учащиеся могут знать и уметь:

Предметные:	Учащиеся должны знать:
	- технику безопасности во время проведения занятий, - основные команды педагога - основы индивидуальных тактических

	приемов игрока;
	Учащиеся должны уметь:
	- выполнять комплексы начально физической подготовки, - выполнять удары по мячу ногами, - выполнять остановку и ведение мяча, - выполнять отбор мяча, - выполнять правильно тактические индивидуальные действия в обороне и атаке во время упражнений и непосредственно в игре.
Метапредметные результаты:	- самостоятельно планирование Собственной деятельности, распределение нагрузки и отдыха.
Личностные результаты:	- мотивация к учению и целенаправленной, познавательной деятельности.

Раздел 2. Содержание Программы

2.1. Учебный (тематический) план

Первый год обучения

№	Тема	В том числе			Формы контро ля
		всего	теория	практика	
1	Вводное занятие, ТБ	1	1	-	опрос
2	Правила игры в футбол	6	3	3	тестирование
3	Общая физическая подготовка	35	4	31	наблюдение
4	Специальная физическая подготовка	30	6	24	наблюдение
5	Специальная техническая подготовка	30	5	25	опрос
6	Специальная тактическая подготовка	30	2	28	наблюдение
7	Аттестация	6	-	6	тестирование
8	Итоговое занятие	6	-	6	соревнование
9	Всего часов	144	21	123	

Второй год обучения

№	Тема	В том числе			Форм ы контр оля
		всего	теория	практика	
1	Вводное занятие, ТБ	2	2	-	опрос
2	Правила игры в футбол	6	3	3	тестирование
3	Общая физическая подготовка	75	6	69	наблюдение
4	Специальная физическая подготовка	40	5	35	наблюдение

5	Основы техники футбола	38	8	30	опрос
6	Основы тактики и тактической подготовки	35	4	31	игра
7	Аттестация	8	2	6	наблюдение
9	Итоговое занятие	12	-	12	соревнование
	Всего часов	216	30	186	

Третий год обучения

№	Тема	В том числе			Формы контроля
		всего	теория	практика	
1	Вводное занятие, ТБ	2	2	-	опрос
2	Правила игры в футбол	6	3	3	тестирование
3	Общая физическая подготовка	75	6	69	наблюдение
4	Специальная физическая подготовка	40	5	35	наблюдение
5	Основы техники футбола	38	8	30	опрос
6	Основы тактики и тактической подготовки	35	4	31	игра
7	Аттестация	8	2	6	наблюдение
9	Итоговое занятие	12	-	12	соревнование
	Всего часов	216	30	186	

2.2. Содержание учебного плана

1 год обучения

1. Вводное занятие. Инструктаж по правилам ТБ и ПБ. Теория. Знакомство с коллективом. Правила техники безопасности и противопожарной безопасности. Правила поведения на занятиях. Спортивная форма и обувь. Предупреждение травматизма. Гигиена юного спортсмена.

2. Правила игры в мини-футбол. Теория. Становление футбола как вида спорта. Обзор основных этапов развития. Выступление российских команд на международных соревнованиях. Характеристика сильнейших национальных команд. Площадка для игры в мини-футбол, ее устройство, размеры (варианты).

Оборудование и инвентарь. Эволюция правил игры по мини-футболу. Действующие правила игры. Изучение игры в мини-футбол.

Практика. Определение игровых амплуа. Действующие правила игры. Освоение правил игры на практике.

3. Общая физическая подготовка. Теория. Учебная игра. Общеразвивающие упражнения. Практика. Общеразвивающие упражнения без предметов: для мышц рук, плечевого пояса, шеи, туловища, ног из различных исходных положений. Упражнения с предметами: со скакалкой, с набивными мячами (массой 1-3кг). Бег: с ускорением до 60 км, с высокого старта до 60 м, с изменением скорости и направления движения до 200 м, по треугольнику (3x10), ускорение и рывки с мячом до 30-50 м. Кросс до 2000м. Имитация технических приемов игры в мини-футбол. Прыжки: с места в длину, с разбега в длину и в высоту. Метание малого мяча на дальность. Подвижные игры, Эстафеты с бегом, преодоление препятствий, переноской набивных мячей

4. Специальная техническая подготовка. Теория. Техника игры, ее характеристика. Техника ведения мяча. Техника нападения. Техника защиты.

Техника удара. Игра вратаря. Практика. Передвижения и прыжки. Повороты и остановки во время бега. Удары правой и левой ногой: серединой подъема, внутренней стороной стопы, внутренней частью подъема, носком по неподвижному и катящемуся навстречу мячу. Удары по мячу головой. Остановка катящегося и опускающегося мяча подошвой и внутренней стороной стопы: на месте, в движении, вперед, назад. Ведение мяча: внешней частью подъема, внутренней частью подъема, меняя направление, изменяя скорость. Вбрасывание мяча из-за боковой линии из положения шага. Финты. Отбор мяча. Перехват. Выбивание мяча. Игра вратаря: основная стойка, ловля мячей, летящих на разной высоте, отбивание мяча, вбрасывание одной рукой, выбивание мяча.

5. Специальная тактическая подготовка. Теория. Тактика игры в мини-футбол. Тактические взаимодействия в нападении и защите. Практика. Отработка тактических взаимодействий в нападении и защите. Учебная игра.

6. Аттестация. Аттестация учащихся промежуточная и итоговая

7. Итоговое занятие. Соревнование.

2 год обучения

1. Вводное занятие. Инструктаж по правилам ТБ и ПБ. Теория. Правила поведения. Техника безопасности, предупреждение травматизма, оказание первой помощи пострадавшему. Без педагога не выходить на футбольное поле. Иметь при себе спортивную форму, обязательно иметь справку от врача. Выполнять требования педагога.

2. Правила игры в мини-футбол. Теория. Правила игры и методика судейства соревнований. Эволюция правил игры по мини-футболу. Действующие правила игры. Перспективы дальнейшего развития правил. Влияние правил игры на ее развитие. Практика. Упрощенные правила игры. Учебные игры.

3. Общая физическая подготовка. Теория. Правила выполнения упражнений, способы восстановления организма после тренировки; основы гигиены, правильного питания юного спортсмена. Практика. Упражнения на различные группы мышц.

4. Основы техники мини-футбола. Теория. Удары по мячу ногами – основа техники игры. Удары внутренней и внешней стороной стопы, серединой, внутренней и внешней частями подъема; носком и пяткой. Практика. Удар серединой подъема. Удар носком. Удар внутренней частью подъема. Удар внешней частью подъема. Удар пяткой, внутренней частью подъема, внешней частью подъема. Резаный удар. Удары с полулета. Удары с лёта. Остановки мяча. Теория. Способы остановки мяча в мини-футболе. Практика. Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы. Остановка катящегося мяча подошвой, серединой подъема.

Удары по мячу головой. Теория. Технический прием, позволяющий выигрывать у соперника борьбу на «втором этаже», поражать ворота противника. Однако ощутимое преимущество в этом отношении могут получить только те футболисты, кто хорошо владеет техникой ударов. Удары головой выполняются с места, в прыжке и броске. Практика. Удар головой с места. Удар головой в прыжке. Ведение мяча. Теория. Ведение мяча используют для выхода игроков на свободную позицию или же когда все партнеры закрыты, и некому сделать точную передачу. Практика. Ведение мяча выполняется несильными ударами – толчками ногой по мячу – внутренней стороной стопы, носком, внешней частью подъема.

Обманные движения (финты). Теория. Использование в игре обманных движений (финты). Практика. Упражнения без мяча для освоения финтов. Овладение финтами. Использование обводки мячом стоек, игра один на один и т. д. Применение обманных движений и в ходе игры в футбол. Несомненно, вскоре вы почувствуете уверенность в своих силах и даже сможете изобрести свои «коронные» финты. Отбор мяча. Теория. Владение приемами отбора мяча. Ведь в этой игре каждому игроку приходится действовать и в обороне, и в атаке. Практика. Отбор мяча толчком. Отбор мяча перехватом. Отбор мяча подкатом

5. Подвижные игры. Теория. Правила игры. Практика. Подвижные игры: «Третий лишний», «Охота на зайцев», «Снайперы», «Передача мячей по кругу», «Футбол через скамейки», «Нападающие тройки», «Ловцы игрока без мяча» «Обгони мяч». «Быстрый танец». «Разорви цепь».

6. Основы тактики и тактической подготовки. Теория. Тактика обороны. Практика. Действия обороняющегося против соперника без мяча. Действия обороняющегося против соперника с мячом

7. Аттестация. Аттестация учащихся промежуточная и итоговая.

8. Итоговое занятие. Соревнование

3 год обучения:

1. Вводное занятие. Инструктаж по правилам ТБ и ПБ. Теория. Правила поведения. Техника безопасности, предупреждение травматизма, оказание первой помощи пострадавшему.

2. Физические упражнения. Теория. Правила выполнения упражнений, способы восстановления организма после тренировки; основы гигиены, правильного питания юного спортсмена. Практика. Упражнения на различные группы мышц.

3. Основы техники мини-футбола. Теория. Техника игры в мини-футбол, ее характеристика. Особенности современной техники мини-футбола и тенденции ее дальнейшего развития. Классификация технических приемов. Терминология. Техника нападения. Техника защиты. Взаимосвязь развития техники нападения и защиты. техника остановки мяча. Техника перемещения в защитных стойках. Техника передачи мяча. Практика. Обучение передвижениям в нападении и защите, перемещение в защитной стойке. Обучение остановкам, поворотам на месте с мячом и без него. Индивидуальная подготовка вратаря. Учебная игра, обязанности судей на площадке. Отработка техники игры в мини-футбол: подводящие упражнения для обучения, специальные упражнения в парах; имитационные упражнения с мячами по технике перемещения после подборов, перехватов мяча и отсекания соперника; специальные упражнения по технике перемещений вдоль площадки, специальные упражнения по технике перемещений поперек площадки.

4. Тактика и тактическая подготовка. Обучение тактики атаки. Теория. Индивидуальные действия в атаке как без мяча, так с мячом. Практика. «Открывание» - выход игрока на свободную позицию, дающую возможность освободиться от опеки соперника, оторваться от него. «Отвлечение соперников» - это перемещение одного или нескольких игроков в определенную зону в целях увода за собой опекунов и создания свободной зоны для индивидуальных действий партнера. Создание численного преимущества в отдельных зонах игрового поля. Обучение тактике обороны: действия обороняющегося против соперника без мяча и с мячом.

5. Аттестация. Аттестация учащихся промежуточная и итоговая.

6. Итоговое занятие. Соревнование.

Раздел 3. Формы аттестации учащихся

Аттестация обучающихся проводится в течение учебного года в различной форме, беседа, тестирование, открытые занятия.

Аттестация осуществляется самим педагогом и оформляется в виде аналитической справки по каждой учебной группе (объединению).

Этапы педагогического контроля и способы проверки знаний включают мониторинг, методики оценивания уровня знаний учащихся по программе.

формы аттестации	первый год обучения	второй год обучения	третий год обучения
промежуточная	эстафеты	товарищеская встреча	учебная игра
итоговая	Тестирование (контрольные нормативы)	Тестирование (контрольные нормативы)	Тестирование (контрольные нормативы)

Оценочные материалы

Показатели (оцениваемые параметры)	Степень выраженности оцениваемого качества: - высокий уровень – 3 балла, - средний уровень – 2 балла, - низкий уровень – 1 балл.	Методы диагностики (выбирает педагог в соответствии с образовательной программой)
	1. Теоретическая подготовка	
1. Теоретические знания. (По основным разделам Учебного календарного графика программы).	(Н) низкий уровень (ребёнок овладел менее чем $\frac{1}{2}$ объёма знаний, предусмотренных программой). (С) средний уровень (объём усвоенных знаний составляет более $\frac{1}{2}$). (В) высокий уровень (ребёнок освоил практически весь объём знаний, предусмотренных Программой за конкретный период).	Наблюдение. Тестирование. Контрольный опрос.
	2. Практическая работа	
1. Практические умения и навыки, предусмотренные программой (По основным разделам учебного календарного графика программы).	(Н) низкий уровень (ребёнок овладел менее чем $\frac{1}{2}$ Предусмотренных умений и навыков). (С) средний уровень (ребёнок овладел более $\frac{1}{2}$ предусмотренных умений и навыков). (В) высокий уровень (ребёнок	Контрольное задание.

	овладел практически всеми умениями и навыками, предусмотренными программой за конкретный период).	
3. Творческие навыки. (Креативность в выполнении практических заданий).	(Н) начальный (низкий), (элементарный) уровень развития креативности (ребёнок в состоянии выполнять лишь простейшие практические задания педагога). (С) репродуктивный уровень (выполняет в основном задания на основе образца). (В) творческий уровень (выполняет практические задания с элементами творчества).	Контрольное задание
	3. Общеучебные умения и навыки учащихся.	
(Способность переносить (выдерживать) известные нагрузки, уметь преодолевать трудности).	Низкий (Н). Терпения хватает меньше чем на ½ занятия. Средний (С). Терпения хватает больше чем на ½ занятия. Высокий (В). Терпения хватает на всё занятие.	Наблюдение.

Диагностика метапредметных и личностных результатов учащихся

Задания для проведения аттестации учащихся

1. Устный опрос.

Формулировки примерных вопросов к собеседованию (на весь учебный год):

- Техника безопасности на занятии.

- Правила поведения в спортивном зале.

- Техника безопасности при работе с инструментом

Введение в Футбол. Основные приемы остановки мяча. Основные приемы, удара по мячу. Основные термины и понятия в футболе. Основные навыки работы с мячами.

Критерии оценивания ответов учащихся: точность и содержательность, грамотность речи.

2. Практическая работа. Общая физическая подготовка (ОФП). Бег 30 м (сек.)

– 5,2. Бег 300 м (сек) – 60 . Прыжок в длину с места (см) – 160

Специальная физическая подготовка (СФП). Бег 30 м с ведением мяча (сек) – 6,1.

Вбрасывание мяча руками (м) – 12 . Удар по мячу на точность (раз) – 6

Жонглирование мячом (раз) – 8. Игра «Квадрат» (Несколько разновидностей).

Отработка элемента «Бабочка».

Проверка предметных результатов: первый и второй год обучения

Контрольные упражнения	Результат
Общая физическая подготовка.	
Прыжки в длину с места	140 см
Тройной прыжок с места	400 см
Бег на 30 метров	5,6 сек.
Бег на 300 м	60 сек.
Техническая подготовка	
Накат справа по диагонали	12 ударов
Подрезка справа и слева	8 ударов
Подачи и их прием	4 удара
Специальная физическая подготовка.	
Бег 30 м с мячом, сек	6,4 сек
Удары по мячу на дальность – сумма ударов правой и левой ноги	40 м
Вбрасывание мяча на дальность	14 м
Техническая подготовка	
Жонглирование мячом	12 раз
Остановка мяча внутренней стороной стопы	
Удар по мячу на точность	7 попаданий

третий год обучения

Контрольные упражнения	Результат
Общая физическая подготовка.	
Прыжки в длину с места	170 см
Тройной прыжок с места	465 см
Бег на 30 метров	4,9 сек
Бег на 300 м	54 сек
Техническая подготовка	
Накат справа по диагонали	20 ударов
Подрезка справа и слева	15 ударов
Подачи и их прием	10 ударов
Специальная физическая подготовка	
Бег на 30 м с мячом	6,0 сек
Удары по мячу на дальность – сумма ударов правой и левой ноги	50 м
Вбрасывание мяча на дальность	14 м
Техническая подготовка	
Жонглирование мячом	25 раз
Остановка мяча внутренней стороной стопы	
Удар по мячу на точность	10 попаданий

Раздел 4. Комплекс организационно-педагогических условий

Для успешной реализации Программы создаются условия необходимые для реализации программы в течение всего периода:

- спортивный зал (1), соответствующий санитарно-эпидемиологическими правилам и нормативам СанПиНа;
- летняя спортивная площадка (1).
- ворота (1 пара);
- стойки для обводки;
- гимнастическая стенка (2);

- гимнастические скамейки (4);
- скакалки (15);
- мячи набивные различной массы (4);
- мячи футбольные (10);
- сетки для мячей.

При использовании интерактивных методов обучения с применением дистанционных образовательных технологий учащимся нужно иметь доступ к персональному компьютеру с выходом в INTERNET, e-mail.

4.2. Кадровое обеспечение

Учитель физической культуры, высшее образование без предъявления требований к стажу педагогической работы или лицо, не имеющее соответствующего образования, но прошедшее профессиональную переподготовку, направленность (профиль) которой соответствует направленности Программы.

4.3. Методическое обеспечение программы

Формы организации занятий: на занятиях используются коллективные, групповые, индивидуальные формы организации учебной деятельности. К традиционным формам организации деятельности учащихся в рамках реализации Программы относятся: теоретическое и практическое занятие: 75% практических занятий (тренировок), 25% теоретических занятий

Используемые педагогические технологии и методы обучения и воспитания.

Личностно-ориентированная технология – предполагает, что в центре внимания педагога находится уникальная целостная личность ребенка, стремящаяся к максимальной реализации своих возможностей (самоактуализации), открытая для восприятия нового опыта, способная на осознанный и ответственный выбор в разнообразных жизненных ситуациях.

Здоровьесберегающие технологии: система мер, включающая взаимосвязь и взаимодействие всех факторов образовательной среды, направленных на сохранение здоровья ребенка на всех этапах его обучения и развития:

Физкультурно-оздоровительные технологии (ФОТ). Направлены на физическое развитие занимающихся: закаливание, тренировку силы, выносливости, быстроты, гибкости и других качеств, отличающих здорового, тренированного человека от физически немощного.

Социально адаптирующие и личностно-развивающие технологии включают технологии, обеспечивающие формирование и укрепление психологического здоровья учащихся, повышение ресурсов психологической адаптации личности.

Сюда относятся разнообразные социально- психологические тренинги, программы социальной и семейной педагогики.

Лечебно-оздоровительные технологии (ЛОТ): лечебная педагогика и лечебная физкультура

Методы обучения:

- словесные: рассказ, беседа, объяснение;
- наглядные: демонстрация основных тактически приемов работы т.д.;
- практические: упражнение, групповая традиционная тренировка, имитационно-соревновательная тренировка, участие в спортивных соревнованиях и др.

Методы воспитания:

- методы формирования сознания личности (разъяснение, объяснение, беседа, этическая беседа, анализ ситуаций, и др.)

- методы организации жизнедеятельности и поведения обучающихся (поручение, упражнение, создание воспитывающих ситуаций, педагогические требования и др.)
- методы стимулирования деятельности и поведения (требование, соревнование, поощрение, метод естественных последствий и др.)
- методы контроля (педагогическое наблюдение, беседа, педагогический консилиум, опрос, анализ результатов деятельности и др.).

Образовательный процесс предполагает применение интерактивных методов обучения и различных педагогических технологий: личностно-ориентированного обучения, дифференцированного обучения, игрового обучения и здоровьесберегающих технологий.

5. Средства информационного и учебно-методического обеспечения программы

Список литературы для педагога:

1. Андреев С., Алиев Э. Тактика и тактическая подготовка в мини-футболе: Раздел из книги "Мини-футбол в школе". ISBN: 5-9718-0106-6 Издательство: Советский спорт, 2006 г. - 55 с.
2. Андреев С.Н., Алиев Э.Г., Мутко В.Л. «Мини-футбол - игра для всех»: 2-е изд. — М. : Советский спорт, 2008 .— 264 с.
3. Николаев Д.С., Шальнов В.А. Начальное обучение мини-футболу: Ульяновск: УлГТУ, 2008 г. - 44 с.
4. Полуренко К.Л. Управление тренировочным процессом команд по мини-футболу: Хабаровск: Изд-во Тихоокеан. гос. ун-та, 2016. - 249 с.
5. Самигуллин Р.Р. (сост.) Правила игры в мини-футбол. Методические указания: Самара: Издательство "Самарский университет", 2005. - 20 с.

Список литературы для учащихся:

1. Правила игры в мини-футбол РАМФ 2010г. – 25 с.
 2. Рассел, Джесси Высшая лига чемпионата России по мини-футболу / Джесси Рассел. - М.: VSD, 2013. - 3 с.
 3. Спортивные и подвижные игры М., ФиС, 1984
 4. Дьячков В.М. Физическая подготовка спортсмена. М.: «Физкультура и спорт», 2005г.
- 2.5.3. Интернет-ресурсы <https://www.dokaball.com/trenirovki1/programma-podgotovki/546-vedeniya-myacha>
<https://www.championat.com/lifestyle/article-4043363-kak-nauchitsja-zhonglirovat-mjachom-tochnyj-pas-i-udar-futbolnye-trenirovki-doma-video.html>
https://my.mail.ru/mail/zaurzet/video/_myvideo/2.html

Календарный учебный график для групп 1 года обучения

№ п/п	Дата проведения по плану	Дата проведения факт.	Время проведения занятия	Форма занятия	Количество часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
						I. ТЕОРИЯ		
1.	сентябрь		14.00-15.00 15.10 -16.10	Беседа	1	Физическая культура и спорт в России	Спортивный зал	Опросы, контрольные испытания
2.	октябрь		14.00-15.00 15.10 -16.10	Беседа	1	Развитие футбола в России и за рубежом	Спортивный зал	Опросы, контрольные испытания
3.	ноябрь		14.00-15.00 15.10 -16.10	Беседа	1	Гигиенические знания и навыки. Режим и питание спортсмена.	Спортивный зал	Опросы, контрольные испытания
4.	декабрь		14.00-15.00 15.10 -16.10	Беседа	1	Врачебный контроль и самоконтроль	Спортивный зал	Опросы, контрольные испытания
5.	январь		14.00-15.00 15.10 -16.10	Беседа	1	Правила игры в мини-футбол. Организация и проведение соревнований	Спортивный зал	Опросы, контрольные испытания
6.	февраль март		14.00-15.00 15.10 -16.10	Беседа	1	Установка перед игрой и разбор проведенной игры	Спортивный зал	Опросы, контрольные испытания
7.	апрель		14.00-15.00 15.10 -16.10	Беседа	1	Места занятий, оборудование и инвентарь	Спортивный зал	Опросы, контрольные испытания
	ИТОГО часов теоретической подготовки:					7		
						II. ПРАКТИКА		
1.	сентябрь-май		15:00-15:40 15:50-16:30	Учебно-тренировочное занятие	35	Общая физическая подготовка	Спортивный зал	Игры, соревнования
2.	сентябрь-май		15:00-15:40 15:50-16:30	Учебно-тренировочное занятие	30	Специальная физическая подготовка	Спортивный зал	Игры, соревнования
3.	сентябрь-май		15:00-15:40 15:50-16:30	Учебно-тренировочное занятие	30	Техническая подготовка	Спортивный зал	Игры, соревнования
4.	сентябрь-май		15:00-15:40 15:50-16:30	Учебно-тренировочное занятие	30	Тактическая подготовка	Спортивный зал	Игры, соревнования
5.	сентябрь-май		15:00-15:40 15:50-16:30	Учебно-тренировочное занятие	4	Учебные и тренировочные игры	Спортивный зал	Игры, соревнования
6.	сентябрь-май		15:00-15:40	Учебно-тренировочное занятие	4	Контрольные игры и соревнования	Спортивный зал	Товарищеские встречи,

			15:50-16:30	тренировочное занятие			зал	игры, соревнования
7.	сентябрь-май		15:00-15:40 15:50-16:30	Учебно-тренировочное занятие	2	Подготовка к сдаче, сдача контрольных нормативов	Спортивный зал	Игры, соревнования
8.	сентябрь-май			Учебно-тренировочное занятие	2	Самостоятельная работа	Спортивный зал	Опросы, контрольные испытания
	ИТОГО часов практической подготовки:				137			
	ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ				144			

**КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК
для групп 2 года обучения**

№ п/п	Дата проведения по плану	Дата проведения факт.	Время проведения занятия	Форма занятия	Количество часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
						I. ТЕОРИЯ		
1.	сентябрь		15:00-15:40 15:50-16:30	Беседа	1	Физическая культура и спорт в России	Спортивный зал	Опросы, контрольные испытания
2.	октябрь		15:00-15:40 15:50-16:30	Беседа	1	Развитие инни-футбола в России и за рубежом	Спортивный зал	Опросы, контрольные испытания
3.	ноябрь		15:00-15:40 15:50-16:30	Беседа	1	Гигиенические знания и навыки. Режим и питание спортсмена.	Спортивный зал	Опросы, контрольные испытания
4.	декабрь		15:00-15:40 15:50-16:30	Беседа	1	Врачебный контроль и самоконтроль	Спортивный зал	Опросы, контрольные испытания
5.	январь		15:00-15:40 15:50-16:30	Беседа	1	Правила игры в инни-футбол. Организация и проведение соревнований	Спортивный зал	Опросы, контрольные испытания
6.	февраль март		15:00-15:40 15:50-16:30	Беседа	2	Установка перед игрой и разбор проведенной игры	Спортивный зал	Опросы, контрольные испытания
7.	апрель		15:00-15:40 15:50-16:30	Беседа	1	Места занятий, оборудование и инвентарь	Спортивный зал	Опросы, контрольные испытания
	ИТОГО часов теоретической подготовки:				8			
						II. ПРАКТИКА		
1.	сентябрь-май		15:00-15:40 15:50-16:30	Учебно-тренировочное занятие	75	Общая физическая подготовка	Спортивный зал	Игры, соревнования
2.	сентябрь-май		15:00-15:40 15:50-16:30	Учебно-тренировочное занятие	40	Специальная физическая подготовка	Спортивный зал	Игры, соревнования

3.	сентябрь-май		15:00-15:40 15:50-16:30	Учебно-тренировочное занятие	38	Техническая подготовка	Спортивный зал	Игры, соревнования
4.	сентябрь-май		15:00-15:40 15:50-16:30	Учебно-тренировочное занятие	35	Тактическая подготовка	Спортивный зал	Игры, соревнования
5.	сентябрь-май		15:00-15:40 15:50-16:30	Учебно-тренировочное занятие	4	Учебные и тренировочные игры	Спортивный зал	Игры, соревнования
6.	сентябрь-май		15:00-15:40 15:50-16:30	Учебно-тренировочное занятие	5	Контрольные игры и соревнования	Спортивный зал	Игры, соревнования
7.	сентябрь-май		15:00-15:40 15:50-16:30	Учебно-тренировочное занятие	5	Подготовка к сдаче, сдача контрольных нормативов	Спортивный зал	Товарищеские встречи, игры, соревнования
8.	сентябрь-май			Учебно-тренировочное занятие	6	Самостоятельная работа	Спортивный зал	Опросы, контрольные испытания
ИТОГО часов практической подготовки:					208			
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ					216			

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК для групп 3 года обучения

№ п/п	Дата проведения по плану	Дата проведения факт.	Время проведения занятия	Форма занятия	Количество часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
I. ТЕОРИЯ								
1.	сентябрь		15:00-15:40 15:50-16:30	Беседа	1	Физическая культура и спорт в России	Спортивный зал	Опросы, контрольные испытания
2.	октябрь		15:00-15:40 15:50-16:30	Беседа	1	Развитие футбола в России и за рубежом	Спортивный зал	Опросы, контрольные испытания
3.	ноябрь		15:00-15:40 15:50-16:30	Беседа	1	Гигиенические знания и навыки. Режим и питание спортсмена.	Спортивный зал	Опросы, контрольные испытания
4.	декабрь		15:00-15:40 15:50-16:30	Беседа	1	Врачебный контроль и самоконтроль	Спортивный зал	Опросы, контрольные испытания
5.	январь		15:00-15:40 15:50-16:30	Беседа	1	Правила игры в мини-футбол. Организация и проведение соревнований	Спортивный зал	Опросы, контрольные испытания
6.	февраль март		15:00-15:40 15:50-16:30	Беседа	2	Установка перед игрой и разбор проведенной игры	Спортивный зал	Опросы, контрольные испытания
7.	апрель		15:00-15:40	Беседа	1	Места занятий, оборудование и	Спортивный зал	Опросы, контрольные испытания

			15:50-16:30				инвентарь		тания
	ИТОГО часов теоретической подготовки:				8				
							II. ПРАКТИКА		
1.	сентябрь-май		15:00-15:40 15:50-16:30	Учебно-тренировочное занятие	75		Общая физическая подготовка	Спортивный зал	Игры, соревнования
2.	сентябрь-май		15:00-15:40 15:50-16:30	Учебно-тренировочное занятие	40		Специальная физическая подготовка	Спортивный зал	Игры, соревнования
3.	сентябрь-май		15:00-15:40 15:50-16:30	Учебно-тренировочное занятие	38		Техническая подготовка	Спортивный зал	Игры, соревнования
4.	сентябрь-май		15:00-15:40 15:50-16:30	Учебно-тренировочное занятие	35		Тактическая подготовка	Спортивный зал	Игры, соревнования
5.	сентябрь-май		15:00-15:40 15:50-16:30	Учебно-тренировочное занятие	4		Учебные и тренировочные игры	Спортивный зал	Игры, соревнования
6.	сентябрь-май		15:00-15:40 15:50-16:30	Учебно-тренировочное занятие	5		Контрольные игры и соревнования	Спортивный зал	Игры, соревнования
7.	сентябрь-май		15:00-15:40 15:50-16:30	Учебно-тренировочное занятие	5		Подготовка к сдаче, сдача контрольных нормативов	Спортивный зал	Товарищеские встречи, игры, соревнования
8.	сентябрь-май			Учебно-тренировочное занятие	6		Самостоятельная работа	Спортивный зал	Опросы, контрольные испытания
	ИТОГО часов практической подготовки:				208				
	ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ				216				