

Министерство образования и науки Чеченской Республики
Государственного бюджетного профессионального образовательного
учреждения «Чеченский государственный строительный колледж»

Принята на заседании
методического совета
ГБПОУ ЧГСК
Протокол № 21
от 30.05 2024 г.



**Дополнительная образовательная общеразвивающая программа
«Мини-Футбол»**

Направленность программы: физкультурно-спортивна
Уровень программы: начальный

Возраст обучающихся: 15- 17 лет

Срок реализации программы: 1 год

г. Грозный

2024

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«МИНИ-ФУТБОЛЬ»**

Направленность программы: физкультурно-спортивная
Уровень программы: начальный

Возрастная категория участников: 15- 17 лет

Срок реализации программы: 1 год

1.1. Направленность программы: дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа “Мини-футбол” имеет физкультурно-спортивную направленность, предполагает развитие и совершенствование у занимающихся основных физических качеств, формирование различных двигательных навыков, укрепление здоровья.

1.3. Уровень освоения программы.

Содержание программы **является** начальный:

– 1-й год – стартовый (начальный);

Дополнительной общеобразовательной (общеразвивающей) программе характерно содействие освоению знаний в области физической культуры и спорта, формированию и совершенствованию технико-тактических умений и навыков в избранном виде спорта, комплексному развитию двигательных качеств и способностей, обусловленных содержанием учебного материала.

Спортивная деятельность, в частности занятия мини-футболом, приобщает обучающихся к здоровому образу жизни, физически совершенствует, мотивирует на достижение высокого спортивного результата, воспитывает волевые качества, формирует духовно-нравственные ценности.

1.2. Актуальность программы соответствует государственной политике в области дополнительного образования, социальному заказу общества и ориентирована на удовлетворение образовательных потребностей детей и родителей. Программа для современных детей ведущих малоподвижный образ жизни, вовлечение их в различные секции, в условиях агрессивной информационной среды, формирует позитивную психологию общения и коллективного взаимодействия, занятия в кружке, секции способствуют повышению самооценки, тренируясь в неформальной обстановке, в отличие от школы, где предъявляются строгие требования к дисциплине, ребёнок более раскрепощается, что раскрывает его скрытые возможности по формированию логического мышления.

Педагогическая целесообразность занятий в системе дополнительного образования физкультурно-спортивной направленности, позволяет решить проблему рационального использования свободного времени детей, формирования физических качеств, пробуждение интереса детей к новой деятельности в области физической культуры и спорта.

1.5. Отличительные особенности программы.

Данная программа составлена с использованием специальной литературы по обучению мини-футболу. Базовыми документами, использованными при компоновке содержания дополнительной программы, являются:

– Футбол. Типовая учебно-тренировочная программа спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва. – М.: – «Советский спорт», – 2011. – 160 с.:

– Учебное пособие – Рабочие программы. 'редметная линия учебников М. Я. Виленского, В. И. Ляха. 5-9 классы. Лях В. И. Просвещение – М : 2020 – 104 с.

В программе задействованы методики обучения игре в мини-футбол, которые на данный момент являются наиболее современными. Программа позволяет варьировать нагрузку ребёнка (в зависимости от его физических возможностей), не теряя результат обучения. В программе используются принципы наглядности, доступности и индивидуализации.

Начальный уровень (Н)

На начальном этапе обучения – учащиеся знакомятся с содержанием игры, её привалами и основными приёмами. Приобретают основы индивидуальных и групповых действий. Особое внимание уделяется развитию физических качеств, т.е. повышению уровня физической подготовленности, как основы для успешности дальнейшего обучения. К концу учебного года осуществляется переход от общеподготовительных средств к наиболее специализированным для мини-футбола средствам физического воспитания.

Основные задачи этапа:

- формирование интереса к систематическим занятиям физической культурой и выбранным видом спорта;
- всестороннее гармоническое развитие физических способностей, укрепление здоровья, закаливание организма;
- воспитание черт спортивного характера;
- овладение основами техники игры и основами соревновательной деятельности.

Образовательная деятельность осуществляется по следующим разделам:

1. Теоретическая подготовка;
2. Общефизическая подготовка;
3. Основные умения и навыки игры в мини-футбол;
4. Подвижные и спортивные игры;
5. Соревнования.

Основные методы работы: словесный, наглядный, метод строго регламентированного упражнения, игровой, соревновательный.

Результатом образовательной деятельности детей по программе «Мини-футбол» являются показатели, характеризующие оздоровление и развитие воспитанников:

- улучшение физических кондиций;
- рост уровня развития физических качеств;
- освоение основных приёмов и навыков игры в мини-футбол;
- рост личностного развития ребёнка;
- приобретение теоретических знаний, как основ здорового образа жизни;
- умение оценивать свои достижения.

Для определения эффективности образовательного процесса применяются следующие **формы педагогического контроля**:

Теоретическая подготовка: опрос, собеседование, экзаменационные формы.

Общефизическая подготовка: тестирование.

Освоение программного материала: тестирование, наблюдения, контрольные задания.

1.6. Цель и задачи программы.

Игра в мини-футбол направлена на всестороннее физическое развитие и способствует совершенствованию жизненно важных, а также специфических, присущих спортивным играм, индивидуальных, групповых и командных технико-тактических двигательных умений и навыков, формированию духовно-нравственных и волевых качеств личности.

Цель программы – формирование и развитие навыков разносторонней общефизической и физической подготовленности: выносливости, быстроты, скорости, силовых координационных возможностей, а также воспитание морально-этических и волевых качеств посредством занятий мини-футболом.

Основными педагогическими задачами программы являются:

образовательные:

- способствовать приобретению необходимых теоретических знаний в области физической культуры и осваиваемой спортивной игре;
- изучить основы техники и тактики игры в мини-футбол;
- ознакомить учащихся с правилами самоконтроля состояния здоровья на занятиях и дома;

формировать здоровый образ жизни;

развивающие:

- способствовать овладению основными приемами техники и тактики игры;
- развивать устойчивый интерес к данному виду спорта;
- развивать креативные способности (мышление, умение предугадать тактику противника);
- содействовать правильному физическому развитию;
- развивать физические способности (силу, выносливость, гибкость, координацию движений);
- развивать специальные технические и тактические навыки игры;
- подготовить учащихся к соревновательной деятельности по мини-футболу;
- содействовать отбору лучших учащихся для занятий в системе дополнительного образования;

воспитательные

- способствовать воспитанию воли, смелости, настойчивости, чувства дружбы, коллективизма и толерантности, дисциплинированности;
- способствовать привитию ученикам организаторских навыков;
- способствовать привитию общей культуры поведения (основ гигиены, этикет).

1.7. Категория обучающихся

Зачисление в группы осуществляется по желанию ребенка и заявлению его родителей (законных представителей) на основании медицинского заключения об отсутствии медицинских противопоказаний для занятий мини-футболом.

Возрастная категория обучающихся – учащиеся учреждений общего образования Республики в возрасте 15 – 17 лет.

1.8. Сроки реализации и объем программы

Срок реализации программы – 1 года.

Объем программы – 144 часов.

1.9. Формы, средства и методы образовательной деятельности, режим занятий

Формы организации занятий.

Основными формами обучения являются:

- групповые занятия;
- индивидуальные занятия;

– игровая (командная) деятельность;

Виды занятий:

теоретические;

практические: учебно-тренировочные, инструкторско-методические, соревнования, аттестационные (контрольные тесты (нормативы), контрольные задания по технико-тактической подготовке).

Основными средствами обучения являются:

– физические упражнения общей и специальной физической подготовки;

– подводящие и подготовительные физические упражнения, направленные на качественное освоение двигательных действий;

– игровые упражнения, направленные на освоение технических приемов игры;.

Методы организации занятий:

– общепедагогические и специфические методы обучения: словесные методы, методы наглядного восприятия, практические методы.

Практические методы:

– метод упражнений (методы строго и частично регламентированных упражнений);

– игровой;

– соревновательный;

– круговой тренировки.

Главным из них является метод упражнений, который предусматривает многократные повторения структурных элементов или целостного двигательного действия.

Преимущественное использование той или иной группы методов зависит от решаемой педагогической задачи на конкретном этапе обучения.

Игровой и соревновательный метод применяются после того, как у учащихся сформировались некоторые навыки игры.

Режим занятий.

1 год обучения – 2 раза в неделю по 2 академических часа (144 часа в год)

2 год обучения – 3 раза в неделю по 2 академических часа (216 часов в год)

3 год обучения – 3 раза в неделю по 2 академических часа (216 часов в год)

Продолжительность занятий – 45 минут, перерыв 10 минут.

1.10. Планируемые результаты и способы и проверки.

Игра в мини – футбол способствует развитию личностных качеств занимающихся и является средством формирования у обучающихся универсальных способностей (компетенций). Эти способности (компетенции) выражаются в метапредметных результатах образовательного занятия и активно проявляются в разнообразных видах деятельности, выходящих за рамки игр в мини-футбол.

Универсальными компетенциями, осваиваемыми занимающимися на этапах реализации дополнительной общеобразовательной обще развивающей программы по мини-футболу, являются:

– умения организовывать собственную деятельность, выбирать и использовать средства для достижения ее цели;

– умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей;

– умения доносить информацию в доступной, эмоционально-яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми.

Личностными результатами освоения программы являются следующие умения:

– активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;

– проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;

– проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;

– оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

Метапредметными результатами освоения, занимающимися программы, являются следующие умения:

– характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;

– находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;

– общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;

– обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;

– организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;

– планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;

– анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;

– управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;

– технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.

Предметными результатами освоения, занимающимися программы, являются следующие умения:

– планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физкультуры;

– излагать факты истории развития игры в футбол, характеризовать ее роль и значение в жизнедеятельности человека;

– оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении спортивных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;

– бережно обращаться с инвентарем и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;

– взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;

– в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;

– подавать строевые команды, вести подсчет при выполнении общеразвивающих упражнений;

– находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы;

– выполнять технические действия из спортивных игр в футбол, применять их в игровой и соревновательной деятельности;

– выполнять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

Требования к результатам реализации Программы спортивной подготовки на каждом из этапов спортивной подготовки

Результатом реализации Программы являются:

На этапе начальной подготовки:

– формирование устойчивого интереса к занятиям спортом;

- формирование широкого круга двигательных умений и навыков;
- освоение основ техники по виду спорта футбол;
- всестороннее гармоничное развитие физических качеств;
- укрепление здоровья спортсменов;
- отбор перспективных юных спортсменов для дальнейших занятий по виду спорта футбол.

Личностные результаты:

- знать историю развития футбола;
- ответственно относиться к учению;
- осознанно уважительно и доброжелательно относиться к другому человеку, его мнению, мировоззрению, культуре, вере, языку, религии;
- готовность и способность вести диалог с другими людьми и достигать в нём взаимопонимания;
- готовность и способность вести диалог с другими людьми и сотрудничество со сверстниками;
- осознанно относится к собственным поступкам;

Личностные результаты освоения программного материала проявляются в следующих областях культуры:

1. В области познавательной культуры:

- знать об индивидуальные особенности физического развития и физической подготовленности;
- знать особенности индивидуального здоровья;
- знать правила игры, навыки простейшего судейства, правила соревнований;
- иметь необходимый минимум знаний для физического самосовершенствования.

2. В области нравственной культуры:

- уметь управлять своими эмоциями;
- владеть культурой общения и взаимодействия во время игры в футбол;
- принимать активное участие в организации и проведении физкультурно-оздоровительных и спортивных мероприятий;
- уметь предупреждать конфликтные ситуации и находить выходы из спорных ситуаций.

3. В области трудовой культуры:

- уметь содержать в порядке спортивный инвентарь и оборудование;
- уметь содержать в порядке спортивную одежду и обувь;
- уметь осуществлять подготовку формы, инвентаря, оборудования к занятиям и соревнованиям.

4. В области эстетической культуры:

- уметь длительно сохранять правильную осанку в процессе разнообразных видов двигательной деятельности;
- стремиться иметь хорошее телосложение;
- уметь пользоваться культурой движений, уметь передвигаться легко, красиво, непринужденно.

5. В области коммуникативной культуры:

- уметь осуществлять поиск информации о двигательных действиях;
- находить адекватные способы взаимодействия с партнерами в учебной, игровой и соревновательной деятельности;
- уметь оценивать ситуацию и оперативно принимать решения.

6. В области физической культуры:

- уметь играть в мини-футбол по упрощенным правилам;
- владеть способами физкультурно-оздоровительной направленности: самостоятельно выполнять упражнения на развитие быстроты, координации, выносливости, силы, гибкости;

- в циклических и ациклических упражнениях: с максимальной скоростью пробегать 30 м и челночный бег 3x10м с ведением мяча;
- в метаниях на дальность: метать набивной мяч 1кг и 2кг на дальность, выполнять броски;
- соблюдать правила самоконтроля и безопасности во время выполнения упражнений;
- участвовать в соревнованиях по футболу;
- демонстрировать результаты не ниже, чем средний уровень основных физических способностей по футболу.

Метапредметные результаты:

- уметь самостоятельно определять цели своего обучения, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;
- уметь соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата;
- владеть основами самоконтроля, самооценки;
- уметь работать индивидуально и в группе, находить общее решение а разрешать конфликты на основе согласованных позиций и учета интересов;
- уметь формулировать, аргументировать и отстаивать свое умение;
- уметь осознанно использовать речевые средства в соответствии с задачей коммуникации, для выражения своих чувств, мыслей и потребностей, планирования и регуляции своей деятельности.

Метапредметные результаты проявляются в следующих областях культуры:

1. В области познавательной культуры:

- знать значение физической культуры и ее роли в формировании целостной личности человека;
- проявлять уважительное отношение к окружающим, товарищам по команде и соперникам, проявлять культуру взаимодействия, терпимости и толерантности в достижении общих целей при совместной деятельности.

2. В области нравственной культуры:

- проявлять доброжелательное отношение и отзывчивость к людям, имеющим ограниченные возможности и нарушения состояния здоровья;
- проявлять уважительное отношение к окружающим, товарищам по команде и соперникам, проявлять культуру взаимодействия, терпимости и толерантности в достижении общих целей при совместной деятельности.

3. В области трудовой культуры:

- добросовестно выполнять учебные задания, осознанно стремиться к освоению новых знаний и умений, повышающих результативность выполнения заданий.

4. В области эстетической культуры:

- знать факторы, которые потенциально опасны для здоровья (вредные привычки, допинг) и их опасных последствий;
- понимать культуру движений футболиста;
- воспринимать спортивное соревнование как культурно-массового зрелищного мероприятия.

5. В области коммуникативной культуры:

- владеть культурой речи, проявлять к собеседнику внимания, интереса и уважения;
- владеть умением обсуждать содержание и результаты совместной командной деятельности, находить компромиссы при принятии решений.

6. В области физической культуры:

- владеть способами организации и проведения разнообразных форм занятий физическими упражнениями;

- владеть умениями выполнять двигательные действия и физические упражнения базовых видов спорта и оздоровительной физической культуры, активно их использовать в самостоятельной организуемой спортивно-оздоровительной деятельности;
- владеть способами наблюдения за показ гелями индивидуального здоровья, физического развития и физической подготовленности, величиной физических нагрузок.

Предметные результаты:

- уметь организовать самостоятельные занятия по футболу с соблюдением правил техники безопасности;
- уметь оказывать первую помощь при легких травмах;
- уметь вести наблюдение за динамикой развития своих физических качеств;
- уметь выполнять комплексы общеразвивающих и специальных упражнений с мячами;
- владеть основами технических действий, приемами и физическими упражнениями по мини-футболу, уметь использовать их в разнообразных формах игровой и соревновательной деятельности;

Предметные результаты проявляются в различных областях культуры.

1. В области познавательной культуры:

- знать значение занятий футболом и его роли в формировании целостной личности человека;
- проявлять уважительное отношение к окружающим, товарищам по команде и соперникам, проявлять культуру взаимодействия, терпимости и толерантности в достижении общих целей при совместной деятельности.

2. В области нравственной культуры:

- уметь взаимодействовать с одноклассниками и сверстниками;
- оказывать помощь одноклассникам при освоении новых двигательных действий в футболе;
- проявлять дисциплинированность и уважение к товарищам по команде и соперникам во время игровой и соревновательной деятельности, соблюдать правила игры в мини-футбол и соревнований.

3. В области трудовой культуры:

- добросовестно выполнять учебные задания по футболу технической и физической подготовленности;
- обеспечивать безопасность мест занятий по футболу, инвентаря и оборудования, спортивной одежды.

4. В области эстетической культуры:

- уметь организовать самостоятельные занятия по футболу, подбирать комплексы физических упражнений и режимы физической нагрузки;
- вести наблюдения за динамикой физического развития, осанки, показателям основных физических способностей.

5. В области коммуникативной культуры:

- способность осуществлять судейство соревнований по футболу;
- проводить занятия в качестве командира отряда, капитана команды;
- владеть необходимыми информационными и жестовыми языками.

6. В области физической культуры:

- способность отбирать упражнения, составлять из них индивидуальные комплексы для улучшения физической подготовленности по футболу;
- способность регулировать величину физической нагрузки;
- умение проводить самостоятельные занятия по футболу, контролировать и анализировать эффективность этих занятий, ведя дневник самонаблюдений.

К концу 1 учебного года учащиеся:

1. Приобретают теоретические знания разделам теоретической подготовки.

2. Осваивают основные средства ОФП
3. Осваивают основные приёмы игры в мини-футбол (перемещения, удары по мячу ногой, головой, остановки мяча, ведение мяча, обманные движения).
4. Выполняют основные действия игры вратаря.
5. Умеют ориентироваться в действиях с партнёрами и соперниками.
6. Применяют изученные способы ударов по мячу и способы остановки мяча.
7. Осваивают основы коллективной игры (взаимодействие двух и более игроков),
8. Ориентируются при розыгрыши соперниками стандартной ситуации.
9. Играют в мини-футбол.
10. Осваивают основы судейской и инструкторской практики.

Проверка умений и навыков проходит на каждой тренировке путем выполнения изученных элементов каждым ребенком. При необходимости проводится индивидуальная отработка элементов.

Подведение итогов реализации программы проводится в форме выполнения контрольных нормативов, участия в соревнованиях по мини-футболу, в Спартакиаде учащихся школы, участия в других турнирах.

Раздел 2. Содержание программы

2.1. Учебный (тематический) план

Учебный план

№	Раздел	Количество часов			Форма контроля
		теория	практика	всего	
1	Вводное занятие. Техника безопасности	2		2	УТЗ (учебно-тренировочное занятие)
2	Физическая подготовка	4	52	56	Тестирование
2.1	Теория	4	—	4	Опрос
2.2	Общая физическая подготовка	—	30	30	УТЗ, Тестирование
2.3	Специальная физическая подготовка	—	22	22	УТЗ, Тестирование
3	Технико-тактическая подготовка	6	72	78	Опрос, УТЗ, Тестирование
3.1	Теория	6	—	6	Опрос
3.2	Техническая подготовка	—	42	42	УТЗ

3.3	Тактическая подготовка	–	30	30	УТЗ
4	Теоретическая подготовка	6	–	6	Опрос
5	Итоговое занятие	–	2	2	УТЗ
Итого		18	126	144	

2.2. Содержание учебного плана Содержание программы, обучения

Раздел 1. Вводное занятие.

Инструктаж по пожарной и технической безопасности

Теория: Зачем нужно соблюдать правила пожарной и технической безопасности. Какие последствия могут быть, если они не соблюдаются.

Страховка и самостраховка во время выполнения тренировочных упражнений. Выучить и выполнять правила техники безопасности во время всего периода занятий.

Раздел 2. Физическая подготовка

Теория: Знакомство с общеразвивающими и специальными физическими упражнениями, и спортивными играми с элементами футбола.

Практика: Общеразвивающие упражнения без предметов и с предметами, упражнения в висах и упорах.

Легкоатлетические упражнения.

Подвижные игры.

Специальная физическая подготовка – целенаправленное развитие быстроты, скорости, ловкости, скоростно-силовых качеств.

Развитие специальной физической подготовки по различным направлениям в футболе.

Игровые и тренировочные упражнения (теннис-болл, ускорения и игровые квадраты).

Раздел 3. Технико-тактическая подготовка

Теория: Понятие о тактике и тактической комбинации.

Характеристика игровых действий в футболе.

Коллективная и индивидуальная игра и их сочетание.

Индивидуальные и групповые тактические действия.

Командная тактика игры в «малый футбол».

Упражнения для развития умения «видеть поле», выполнение заданий по зрительному сигналу.

Тренировочные игры.

Практика: Техника передвижения.

Удары по мячу ногой, головой.

Техника ведения мяча.

Техника обманного движения.

Тренировочные игры.

Развитие технических навыков и умений работать стопой, технические упражнения на развитие данных способностей.

Обучение навыкам пластичного футбола, отработка приемов на развитие данных навыков.

Развитие координации и правильного движения в футболе, отработка упражнений на развитие данных качеств.

Изучение финтов и обводки в футболе.

Совершенствование умений игры один на один.

Улучшение скоростно-силовых качеств путем отработки игр на маленьком пространстве.

Ведение мяча как основа игры в футбол.

Раздел 4. Теоретическая подготовка

Теория: Классификация и терминология технических приемов игры в футбол.

История игры (кто изобрел и когда). В чем основная суть игры.

История Российского футбола. Премьер-лига и футбольные клубы России.

Какие турниры и первенства бывают.

Формирование знаний о спорте №1 в мире.

Изучение комбинационных взаимодействий в футболе. Теоретические занятия по действиям игрока на позиции во время матча и тренировок.

Раздел 5. Итоговое занятие

Практика: Выступление на соревнованиях районного и городского масштабов.

Игровая тренировка.

Раздел 1. Вводное занятие – 2 часа, теория.

Инструктаж по пожарной и технической безопасности

Теория: Зачем нужно соблюдать правила по пожарной и технической безопасности.

Какие последствия могут быть, если они не соблюдаются.

Страховка и самостраховка во время выполнения тренировочных упражнений.

Выучить и выполнять правила техники безопасности во время всего периода занятий.

Раздел 2. Физическая подготовка – 56 часов (4 часа – теория, 52 часа – практика)

Теория: Знакомство с общеразвивающими и специальными физическими упражнениями, и спортивными играми с элементами футбола.

Практика: Общая и специальная физическая подготовка 52 – часа.

Общая физическая подготовка – 30 часов. Общеразвивающие упражнения без предметов и с предметами, упражнения в висах и упорах.

Легкоатлетические упражнения.

Подвижные игры.

Специальная физическая подготовка – 2. часа. Целенаправленное развитие быстроты, скорости, ловкости, скоростно-силовых качеств.

Развитие специальной физической подготовки по различным направлениям в футболе.

Игровые и тренировочные упражнения (теннис-болл, ускорения и игровые квадраты).

Раздел 3. Технико-тактическая подготовка – 78 часов (6 часов – теория, 72 часа – практика)

Теория: Понятие о тактике и тактической комбинации.

Характеристика игровых действий в футболе.

Коллективная и индивидуальная игра и их сочетание.

Индивидуальные и групповые тактические действия.

Командная тактика игры в «малый футбол».

Упражнения для развития умения «видеть поле», выполнение заданий по зрительному сигналу.

Тренировочные игры.

Практика: Техника передвижения.

Удары по мячу ногой, головой.

Техника ведения мяча.

Техника обманного движения.

Тренировочные игры.

Развитие технических навыков и умений работать стопой, технические упражнения на развитие данных способностей.

Обучение навыкам пластичного футбола, отработка приемов на развитие данных навыков.

Развитие координации и правильного движения в футболе, отработка упражнений на развитие данных качеств.

Изучение фингер и обводки в футболе.

Совершенствование умений игры один на один.

Улучшение скоростно-силовых качеств путем отработки игр на маленьком пространстве.

Ведение мяча как основа игры в футбол.

Раздел 4. Теоретическая подготовка (6 часов)

Теория: Классификация и терминология технических приемов игры в футбол.

История игры (кто изобрел и когда). В чем основная суть игры.

История Российского футбола. Премьер-лига и футбольные клубы России.

Какие турниры и первенства бывают.

Формирование знаний о спорте №1 в мире.

Изучение комбинационных взаимодействий в футболе. Теоретические занятия по действиям игрока на позиции во время матча и тренировок.

Раздел 5. Итоговое занятие – 2 часа практических занятий.

Практика: Выступление на соревнованиях районного и городского масштабов.

Игровая тренировка.

Раздел 3. Формы аттестации и оценочные материалы

Программа предусматривает промежуточный и итоговый контроль результатов обучения детей.

В начале обучения проводится тестирование учащихся с целью определения их физической подготовки. Промежуточный контроль проводится в виде текущего контроля в течение всего учебного года. Он предусматривает 1 раз в полгода зачетное занятие – по общей и специальной физической подготовке при выполнении контрольных упражнений, а также участие в районных или городских соревнованиях по футболу.

Итоговый контроль проводится в конце года обучения и предполагает зачет в форме учебного тестирования по общей и специальной физической подготовке, участия в соревнованиях разных уровней: школьного, муниципального, районного и прочих, а также открытого мероприятия для родителей, с последующим совместным анализом проведенного мероприятия.

Итоговый контроль проводится с целью определения степени достижения результатов обучения, и получения сведений для совершенствования программы и методов обучения.

3.1. Контрольные испытания

Тестовые аттестационные задания по теоретическому разделу программы

Начальный этап		
№	Вопросы	Варианты ответа

1	Где обозначается отметка для пробития мини футбольного пенальти?	1. В 5 м. от ворот 2. В 6 м. от ворот В 10 м. от ворот
2	Где обозначается отметка для пробития мини футбольного пенальти?	2. В 5 м. от ворот. В 6 м от ворот В 10 м от ворот
3	Сколько игроков играют в своей команде на поле?	1.5 игроков. 2. 6 игроков. 3. 7 игроков
4	Может ли полевой игрок заменить вратаря в ходе игры?	1. Может. 2. Не может.3. Может, если команда проигрывает в счете
5	Засчитывается ли гол, если мяч остановился между стойками на линии ворот?	1. Засчитывается. 2. Не засчитывается На усмотрении судьи
6	В какую сторону должен быть направлен мяч при начальном ударе?	1. В сторону ворот соперника 2. В сторону своих ворот. 3. Не имеет значения
7	Засчитывается ли гол, забитый с углового?	1. Засчитывается, если мяч задел кого-то из игроков. 2. Не засчитывается. 3. Засчитывается
8	Разрешается ли в спортивном зале играть в мини футбол в бутсах с шипами?	1. Разрешается. 2. Не разрешается На усмотрение судьи
9	Как наказывается игрок за опасное нападение на соперника за пределами своей штрафной площадки?	1. Штрафным ударом 2. Свободным ударом 3. Пенальти
10	Засчитывается ли гол, забитый в ворота соперников непосредственно со свободного удара?	1. Засчитывается 2. Не засчитывается. 3. Засчитывается, если только мяч задел кого-то из игроков
11	Разрешается ли при отборе мяча использовать толчок соперника плечо в плечо?	1. Разрешается 2. Не разрешается 3. На усмотрение судьи
12	Что означает жест судьи «Поднятая рука вверх»?	1. Штрафной удар 2. Пенальти 3. Свободный удар

Общефизическая подготовка.

Бег 30 м с высокого старта. Бег выполняется с высокого старта. Секундомер запускается по первому движению испытуемого.

Бег 300 м. Проводится на стадионе. Результат испытуемого фиксируется по общепринятым правилам.

Челночный бег 30 м (3x10 м). Упражнение с такими же требованиями, как и предыдущее.

6-ти минутный бег. При тестировании необходимо периодически сообщать испытуемым, сколько им еще осталось бежать. При слабой подготовленности во время бега можно переходить на ходьбу, а восстановившись снова начинать бег. Устанавливается длина преодоленной дистанции.

Прыжок в высоту с места. Прыжок выполняется толчком двух ног. Для измерения результата применяется приспособление В.М. Абалакова «Косой экран», который позволяет измерить высоту подъема общего центра тяжести испытуемого. Прыжок выполняется из исходного положения полуприсед с взмахом рук. Из трех попыток засчитывается лучший результат.

Прыжок в длину с места. Замер делается от контрольной линии до ближайшего к ней следа испытуемого при приземлении. Из трех попыток берется лучший результат.

Метание набивного мяча массой 1 кг из-за головы двумя руками.

Испытуемый стоит у линии, одна нога впереди, держа мяч двумя руками внизу перед собой. Поднимая мяч вверх замахом назад за голову, испытуемый производит бросок вперед.

Подтягивание на перекладине. В висе на перекладине, руки прямые, выполнить максимально возможное число подтягиваний. Подтягивание считается выполненным правильно, когда руки сгибаются, подбородок выше перекладины, затем разгибаются полностью, ноги не сгибаются в коленных суставах, движения без перерывов и махов.

Отжимание в упоре лежа. Сгибание и разгибание рук осуществляется из исходного положения упор лежа на горизонтальной поверхности, руки полностью выпрямлены в локтевых суставах, туловище и ноги составляют одну единую линию. Отжимание засчитывается, когда испытуемый, коснувшись грудью какого-либо предмета на высоте 7-10 см от пола возвращается в и.п. При выполнении упражнения запрещены движения в тазобедренных суставах.

Метание набивного мяча (1 кг) из-за головы. Метание производится из положения сидя и стоя двумя руками из-за головы. В первом случае упражнение выполняется сидя у стены и вытянув ноги вперед. Из каждого положения испытуемый выполняет по 3 броска. Засчитываются лучшие результаты.

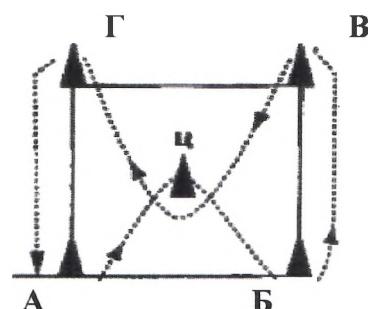
Специальная подготовленность. Контрольные упражнения для оценки качества выполнения технических приемов игры

Жонглирование мячом ногами. Упражнение выполняется поочередно правой и левой ногой. Удары, выполненные одной ногой дважды, засчитываются за один удар. Из трех попыток учитывается лучший результат.

Жонглирование мячом головой. Испытуемый подбрасывает мяч над головой и выполняет удары по мячу серединой лба. Из трех попыток учитывается лучший результат.

Бег 30 м с ведением мяча. Испытуемый с мячом занимает позицию за линией старта. По сигналу игрок ведет мяч к линии финиша, выполняя на данной дистанции не менее трех касаний мяча ногами. Ведение осуществляется любым способом. Упражнение считается законченным, когда испытуемый пересечет линию финиша. Учитывается время выполнения упражнения. Даются две попытки. Засчитывается лучший результат.

Ведение мяча по «восьмерке». На поле стойками обозначается квадрат со сторонами 10 м. Одна стойка устанавливается в середине квадрата. По сигналу испытуемый ведет мяч от стойки А к стойке Ц, обходит ее и движется к стойке Б. Обведя ее, он направляется к стойке В, огибает ее с внешней стороны и вновь ведет мяч к стойке Ц. Обводя эту стойку уже с другой стороны, он движется к стойке Г. Обогнув ее, испытуемый финиширует у стойки А. Ведение мяча осуществляется только внутренней и внешней частью подъема. Учитывается время выполнения задания. Из двух попыток засчитывается лучшая.



Комплексный тест (ведение мяча, обводка стоек и удар в ворота). Упражнение проводится на игровом поле. Испытуемый по звуковому сигналу ведет мяч 12 м, затем обводит 5 стоек, расставленных в 2 м друг от друга и, на расстоянии 8 м, выполняет удар ногой в ворота. Время выполнения упражнения фиксируется в момент, как только мяч пересечет по воздуху линию ворот. Из трех попыток считывается лучшая.

Удар ногой по неподвижному мячу в цель. Упражнение проводится на игровом поле. Около боковых линий (на определенном расстоянии от 6 – метровой отметки для отдельных возрастных групп) обозначаются два круга – А и Б. Их диаметр 2 м. Испытуемый выполняет по три удара правой и левой ногой по недвижимому мячу в тот и другой круг. Мяч устанавливается на 6 – метровой отметке. Таким образом, испытуемый, выполняет 6 ударов. Попадание засчитывается, если мяч опустился в круг или коснулся его линии. Учитывается общее число попаданий.

Вбрасывание мяча в цель. Первое упражнение проводится на игровом поле. В 10 м от 6-ти метровой отметки для групп 1-го, в 12 м – для 2-го и в 14 м – 3-го года обучения из стоек сооружаются ворота. Их ширина 1,5 м. Испытуемый, заняв позицию в штрафной площади (около 6 – метровой отметки), выполняет вбрасывание способом мяча «выкатывание» так, чтобы катящийся мяч попал в ворота. Выполняется 6 бросков. Учитывается общее число попаданий.

Второе упражнение проводится на игровом поле. В 10 метрах от 6-ти метровой отметки для групп 1-го, в 12 м – для 2-го и в 14 м – 3-го года обучения устанавливаются стойки высотой 1,5 метра. Испытуемый, заняв позицию в штрафной площади (около 6-ти метровой отметки), выполняет вбрасывание мяча способом из-за плеча так, чтобы мяч пролетел над стойкой и опустился в круг. Выполняется 3 броска в круг А и 3 броска в круг Б. Учитывается общее число попаданий.

Удар ногой с полулета в цель. В 10 м от 6-метровой отметки для групп 1-го, в 12 м – для 2-го и в 14 м – 3-го года обучения устанавливаются стойки высотой 1,5 м. Испытуемый, заняв позицию в штрафной площади, выполняет удары с полулета так, чтобы мяч пролетел над стойкой и опустился в круг. Выполняется 3 удара в круг А и 3 удара в круг Б. Учитывается общее число попаданий.

Выполнение контрольных упражнений проводится в форме соревнований, результаты их фиксируются в протоколах и доводятся до сведения всех занимающихся в кружке.

Примерные нормативные требования по общей физической подготовке

Контрольные упражнения	Возраст, лет				
	11	12	13	14	15
Бег 30 м с высокого старта, с	5,8	5,6	5,4	5,2	4,9
Бег 300 м, с	60,0	58,0	–	–	–
Челночный бег, 3x10 м, с	8,8	8,6	8,5	8,3	8,0
6-минутный бег, м	–	1150	1200	1200	1300
Прыжок в высоту с места, см	40	48	53	57	60
Прыжок в длину с места, см	178	185	190	194	197

Метание набивного мяча (1 кг), м	6,2	6,8	7,2	7,6	8,0
Подтягивание на перекладине, раз	-	-	5	6	7
Отжимания из упора на полу, раз	10	15	-	-	-

Примерные нормативные требования по специальной подготовке

Контрольные упражнения	Возраст, лет				
	11	12	13	14	15
Жонглирование мяча ногами (поочередно) правой и левой ногой), раз	12	16	20	26	30
Жонглирование мяча головой, раз	12	16	18	22	24
Бег, 30 м с ведением мяча, с	6,3	6,2	6,0	5,8	5,5
Ведение мяча по «восьмерке», с	+	+	+	+	+
Комплексный тест, с	+	+	+	+	+
Удар ногой по неподвижному мячу в цель, число попаданий	3	3	3	3	4
Для вратарей					
Вбрасывание мяча в цель, количество попаданий	упражнение 1	3	4	3	4
	упражнение 2	3	4	3	4
Удар ногой с полулета в цель, число попаданий		2	3	4	4

1.2. Рейтинговая система оценки уровня освоения образовательной программы

Кол-во баллов	Требования по теоретической подготовке	Требования по практической подготовке	Результат
100-75%	Освоил в полном объёме все теоретические знания, предусмотренные программой	Освоил в полном объёме практические умения, успешно продемонстрировал все необходимые танцевальные элементы	Программа освоена в полном объёме Высокий уровень

74-50%	Освоил больше половины теоретических знаний, предусмотренных программой	Освоил больше половины практических умений, успешно продемонстрировал большую танцевальных элементов	Программа освоена частично Средний уровень
Менее 50 %	Освоил меньше половины теоретических знаний, предусмотренных программой	Освоил меньше половины практических умений, продемонстрировал часть танцевальных элементов	Не освоил программу Низкий уровень

Шкала уровней результатов мониторинга

Низкий уровень

Учебный материал усваивается бессистемно. Обучающейся овладел менее 50% объема теоретических знаний и практических умений, навыков, предусмотренных программой. Работоспособность крайне низкая. Осваивает легкие задания.

Есть недостатки также в личностных качествах: ребёнок эмоционально неустойчив, проявляет недоверие к окружающим, боится общения. Часто наблюдаются негативные реакции на просьбы взрослых, капризы.

Средний уровень

Ребёнок овладел не менее 1/2 объема теоретических знаний и практических умений, навыков, предусмотренных программой. Осваивает задания средней сложности.

Личностные качества соответствуют «средним», «нормальным»: у ребёнка преобладает эмоционально-положительное настроение, приветлив с окружающими, проявляет активный интерес к словам и действиям сверстников и взрослых.

Высокий уровень

Обучающейся показывает высокий уровень знаний теоретического материала, овладел всеми умениями и навыками, предусмотренными программой. Осваивает задания повышенной трудности.

Личностные характеристики соответствуют нормам поведения детей данного возраста: ребёнок сохраняет жизнерадостное настроение, проявляет активность.

Раздел 4. Комплекс организационно-педагогических условий реализации программы

4.1. Материально-технические условия реализации программы

Одним из основных условий успешной реализации программы необходимы организационно-педагогические условия. Одними из них являются материально-технические условия.

Для качественного освоения данной программы необходимо наличие мини-футбольного поля 30x60м. с простейшим подсобным оборудованием и спортивный зал размером 12x24м.

Для проведения занятий по мини-футболу, необходимо иметь следующее оборудование и инвентарь:

№№ п/п	Наименование. Единица измерения	Количество изделий
1.	Ворота мини-футбольные с сетками	2 штуки
2.	Мячи мини-футбольные тренировочные	20 штук
3.	Мячи мини-футбольные соревновательные	10 штук
4.	Сетки футзальные, гандбольные	3 штуки
5.	Ворота футзальные	1 комплект
6.	Мячи набивные	10 штук

4.2. Кадровое обеспечение программы.

Теоретические и практические занятия проводятся педагогом дополнительного образования, имеющим педагогическое базовое физкультурное образование, соответствующее Профессиональному стандарту «Педагог дополнительного образования детей и взрослых» и соответствующий уровень технико-тактической подготовленности по спортивной игре «Футбол».

4.3. Учебно-методическое обеспечение

4.3.1. Методическое обеспечение образовательной программы

Раздел	Форма занятий	Дидактический материал	Техническое оснащение	Форма подведения итогов
1. Основы знаний	лекции, беседы, дискуссии	литература по теме	наглядные пособия	Тестирование
2. Общая физическая подготовка	Практикум: – занятие поточным методом; – круговая тренировка; – занятие фронтальным методом; – работа по станциям; – самостоятельные занятия; – тестирование.	– литература по теме; – слайды; – карточки с заданием.	– скакалки; – гимнастические скамейки; – гимнастическая стенка; – гимнастические маты; – резиновые амортизаторы; – перекладины; – мячи; – медицинболы.	контрольные нормативы по ОФП
3. Специальная физическая подготовка	Практикум: – занятие поточным методом;	– литература по теме; – слайды;	– скакалки; – гимнастические скамейки;	контрольные нормативы по СФП

	<ul style="list-style-type: none"> – круговая тренировка; – занятия фронтальным методом; – работа по станциям; – самостоятельные занятия; – тестирование 	<ul style="list-style-type: none"> – карточки с заданием. 	<ul style="list-style-type: none"> – гимнастическая стенка; – гимнастические маты; – резиновые амортизаторы; – перекладины; – мячи; – медицинболы. 	
4. Техническая подготовка	<p>Практикум:</p> <ul style="list-style-type: none"> – занятие поточным методом; – круговая тренировка; – занятие фронтальным методом; – работа по станциям; – самостоятельные занятия; – тестирование; – турнир. 	<ul style="list-style-type: none"> – литература по теме; – слайды; – видео-материалы; – карточки с заданием. 	<ul style="list-style-type: none"> – футбольные мячи; – медицинболы; – резиновая лента 	<ul style="list-style-type: none"> – контрольные нормативы; – учебно-тренировочная игра; – помочь в судействе.
5. Тактическая подготовка	<p>Практикум:</p> <ul style="list-style-type: none"> – занятия с выполнением индивидуальных тактических приемов игры; – занятия с выполнением групповых тактических приемов игры; – двусторонние игры с выполнением командных тактических приемов; – тестирование; – турнир. 	<ul style="list-style-type: none"> – литература по теме; – слайды; – видео-материалы; – карточки с заданием. 	<ul style="list-style-type: none"> – футбольные мячи; – спортивный зал, футбольное поле; 	<ul style="list-style-type: none"> – контрольные нормативы; – учебно-тренировочная игра;
6. Контрольные испытания	<p>Практикум:</p> <ul style="list-style-type: none"> – тестирование уровня общей и специальной физической подготовленности; 	<ul style="list-style-type: none"> – карточки с заданием. 	<ul style="list-style-type: none"> – скакалки; – гимнастическая стенка; – перекладины; – мячи; – медицинболы; 	<ul style="list-style-type: none"> – контрольные нормативы; – помочь в судействе.

	<p>– тестирование уровня технической подготовленности учащихся;</p> <p>тестирование уровня тактической подготовленности учащихся;</p> <p>– контрольные игры с оценкой уровня освоения технико-тактической подготовленности юных футболистов</p>		<p>– ворота;</p> <p>– секундомер;</p> <p>– измерительная лента.</p>	
--	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--	---------------------------------------------------------------------	--

4.3.2. Методические рекомендации по организации промежуточной (после каждого периода обучения) и итоговой (после освоения Программы) аттестации учащихся

Для оценки уровня освоения Программы проводятся промежуточная (ежегодно, после каждого периода обучения) и итоговая (после освоения Программы) аттестация учащихся.

Основные требования к контролю:

1. Контроль подготовки учащихся предусматривает регистрацию и анализ основных количественных характеристик учебно-тренировочного процесса – учебно-тренировочных и соревновательных нагрузок, а также тех необходимых дополнительных параметров, которые своей информативной значимостью отражают специфику подготовки в мини-футболе.

2. Контрольные тесты и нормативы подготовленности учащихся определяются задачами этапа их подготовки и устанавливаются для оценки динамики физического развития, адекватности влияния учебно-тренировочных и соревновательных нагрузок возможностям организма, разрабатываются в соответствии с видами подготовки и оцениваются на основе результатов комплекса измерений, необходимых и достаточных для обоснованной коррекции подготовки.

3. Этапные нормативы физической подготовленности предъявляют обязательные требования к общей и специальной физической и технико-тактической подготовленности учащихся. Показатели их выполнения являются основанием для перевода обучающихся на следующий этап многолетней подготовки и приоритетными на всех этапах обучения.

4. Контроль подготовки на этапах годичного цикла проводится не реже 2-3 раз в год с целью выявления динамики физического развития, оценки общей и специальной подготовленности учащихся, определения степени соответствия приростов этих показателей индивидуальным темпам и нормам биологического развития. Значимость этапного контроля одинакова для всех групп, занимающихся мини-футболом.

5. Все виды контроля подготовленности учащихся осуществляются, исходя из имеющихся возможностей и аппаратно-приборного оснащения учреждения образования, где учащиеся проходят подготовку.

Ежегодно приказом утверждаются сроки аттестации и члены аттестационной комиссии по предметной области (в течение месяца в конце учебного года).

Явка на прохождение аттестации обязательна для всех обучающихся. Отсутствие на аттестации по предметной области без уважительной причины может являться поводом для отчисления учащегося.

Для учащихся, не явившихся на аттестацию по уважительной причине, аттестация назначается на другое время.

В случае неудачной сдачи требований аттестации учащийся имеет право на повторную аттестацию, но не более одного раза.

На следующий уровень подготовки переходят только учащиеся успешно прошедшие промежуточную аттестацию по всем предметным областям Программы. Учащиеся, не справившиеся с промежуточной аттестацией на следующий этап (период) подготовки не переводятся, для них возможно повторное прохождение данного периода подготовки (но не более одного раза на данном этапе), либо данный учащийся отчисляется за невыполнение программных требований.

Для досрочного перехода на этап (период) подготовки необходимо успешно сдать требования итоговой аттестации предшествующего к нему этапу (периоду) подготовки.

4.3.3. Учебно-методическое обеспечение дисциплины

Законодательные и нормативно правовые документы

- Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» № 273-ФЗ от 29.12.2012 г. (ст. 84, ст. 91, ст. 75, ст. 28);
- Федеральный закон от 04.12.2007 г. № 329 «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»;
- Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта «Футбол», утвержденного приказом Минспорта России 25 сентября 2019 г., № 880 «Об утверждении Федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта «Футбол»;
- Федеральные государственные требования : минимуму содержания, структуре, условиям реализации дополнительных предпрофессиональных программ в области физической культуры и спорта и к срокам обучения по этим программам (утвержденных приказом Минспорта РФ от 15 ноября 2018 года № 939);
- Приказ Министерства спорта РФ от 12.09.2013 г. № 731 «Об утверждении Порядка приема на обучение по дополнительным предпрофессиональным программам в области ФКиС»;
- Приказ Министерства спорта РФ от 27.12.2013 г. №1125 «Об утверждении особенностей организации и осуществления образовательной, тренировочной и методической деятельности в области ФКиС»;
- Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении информации» (Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ, включая разноуровневые программы);
- Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы). / Приложение к письму Министерства образования и науки Российской Федерации № 09-3242 от 18 ноября 2015 г.
- Приказ Министерства образования и науки РФ от 23.08.2017 № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;
- Приказ Министерства образования и науки РФ от 9.11.2018 г. № 196 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

- Приказ Минпросвещения России от 03.09.2019 №467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем развития дополнительного образования детей»;
- Приказ Министерства просвещения РФ № 104 от 17.03.2020 «Об организации образовательной деятельности в дистанционной форме»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. №28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20»
- Письмо Минспорта России от 12.05.2014 № ВМ-04-10/2554 (ред. от 27.10.2014) «О направлении Методических рекомендаций по организации спортивной подготовки в Российской Федерации»;
- Приложение к письму Департамента молодежной политики, воспитания и социальной поддержки детей Минобразования и науки России от 11.12.2006 г. № 06-1844 «О примерных требованиях к программам дополнительного образования детей» (в частях, не противоречащих современному законодательству).
- Концепция развития дополнительного образования детей (утв. Распоряжением Правительства РФ от 04.09.2014 № 1726-р);

Литература для педагога

1. Абдулкадыров А.А. Соотношение физической и технической подготовки юных футболистов 11-14 лет на этапе начальной спортивной специализации. – СПб, 2004.
2. Адамбеков К.И. Оптимизация тренировочных занятий при подготовке юных футболистов в условиях общеобразовательных школ. – М., 2007.
3. Андреев С.Н.: Мини-футбол в школе. – М.: Советский спорт, 2006;
4. Андреев С.Н. Футбол – твоя игра. – М: Просвещение, 2008.
5. Антипов А.В. Диагностика и тренировка двигательных способностей в детско-юношеском футболе: научно-методическое пособие / А.В. Антипов, В.П. Губа, С.Ю. Тюленьев. – М.: Советский спорт, 2008.
6. Варюшин, В.В. Тренировка юных футболистов: учебное пособие / В.В. Варюшин. – М.: Физическая культура, 2007.
7. Годик М.А., Шамардин А.И., Халиль И. Командные, групповые и индивидуальные упражнения и их соотношение в тренировке юных футболистов //Теория и практика физической культуры. – 2007. – №7.
8. Годик М.А., Мосягин С.М., Швыков И.А. Поурочная программа подготовки юных футболистов 6-9 лет – Нижний Новгород: РА «Свартал», 2012. – 256 с.
9. Голомидова С.Е. «Физкультура» – поурочное планирование. Волгоград. Изд.-во учитель- АСТ, 2003г.
10. Джармен Д. Футбол для юных. – М.: Физкультура и спорт, 2002.
11. Дюкина, Л.А. Профессиональная подготовка будущих учителей физической культуры в условиях применения коллективного способа обучения. – Йошкар-Ола, 2000.
12. Зеленцов, А.С. Технико-тактические действия футболистов: проблемы совершенствования. – М.: Физкультура и спорт, 2012.
13. Ивасев, В.З. Технико-тактическая подготовка юных футболистов с учетом разносторонности соревновательных действий. Краснодар, 2001.
14. Конева Е.В. «Спортивные игры: правила, тактика, техника». Ростов-на-дону Изд.-во «Феникс», 2004 г.
15. Литвиненко, А.Ю. Футбол: поурочные программы для учебно-тренировочных занятий 1-го и 2-го годов обучения ДЮСШ и СДЮ ПОР. – М.: Российский футбольный союз; Терра-Спорт, 2008;
16. Мини-футбол (футзал): примерная программа для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва / С.Н. Андреев, Э.Г. Алиев, В.С. Левин, К.В. Еременко. – М.: Советский спорт, 2008. – 96 с.

17. Монаков Г.В.: Подготовка футболистов. – 4.: Советский спорт, 2007;
18. Мутко В.Л., Андреев С.Н., Алиев Э.Г. Мини-футбол – игра для всех. – М.: Советский спорт, 2007.
19. Научно-теоретический журнал «Физическая культура в школе». Типография «Просветитель». – М.:, 2005г.
20. Научно-теоретический журнал «Теория и практика физической культуры». Типография «Просветитель». – М.: 2004г.
21. Научно-теоретический журнал «Физическая культура и спорт». Типография «Просветитель». – М.: 2004г.
22. Научно-теоретический журнал «Физическая культура. Детский тренер Воспитание образования тренировки». Типография «Просветитель». М.: – 2005г.
23. Научно-теоретический журнал «Физическая культура». Типография «Просветитель». – М.: – 2003г.
24. Петько, С.Н. Структура соревновательной деятельности как основа построения тренировки в мини-футболе / С.Н. Петько, И.Г. Лысенко, В.А. Кацкаров // Теория и практика физической культуры. – 2008. – № 8. – 59 с.
25. Поурочная программа подготовки юных футболистов 6-9 лет. / Годик М.А., Мосягин С.М., Швыков И.А. – М.: Граница, 2008 – 272 с.
26. Футбол. Поурочная программа для учебно-тренировочных групп 1-го и 2-го года обучения ДЮСШ и СДЮШОР. Под редакцией Швыкова И.А. М., «Тера-Спорт», 2000.
27. Футбол: типовая учебно-тренировочная программа спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва [Текст]/ Российский футбольный союз. – М.: Советский спорт, 2011. – 160 с.: ил.
28. Фонд национальная академия футбола. С.В. Голомазов, Б.Г. Чирва «Теория и методика футбола. ТОМ 1. Техника игры» Изд-во: ТВТ Дивизион, 2008 г.
29. Фонд национальная академия футбола. . льманах «пособие для футбольных тренеров» Изд-во: ТВТ Дивизион, 2008 г.
30. Шальнов В.А. (сост.) Общая и специальная физическая подготовка футболистов в учебно-тренировочном процессе. Ульяновск: УлГТУ, 2009. – 22 с.
31. Шон Грин « Программа юношеских тренировок. Тренировки в возрасте 5-8 лет. Изд-во: ООО «РА Квартал» Фонд «Национальная академия футбола», 2009 г.
32. Шон Грин « Программа юношеских тренировок. Тренировки в возрасте 9-12 лет. Изд-во: ООО «РА Квартал» Фонд «Национальная академия футбола», 2009 г.
33. 101 упражнение для юных футболистов / Мальком Кук; пер. с англ. Л. Захоровича – М.: АСТ: Астрель, 2007.

Литература для обучающихся

1. Андреев С.Н. Футбол – твоя игра – М.: Просвещение, 1989. – 144 с.
2. Андрианов П., Линдер В. 1000 футболистов. Лучшие игроки всех времен. – М.: АСТ, Астрель, 2009.
3. Волков В.М., Филин В.П. Спортивный отбор. – М.: ФиС, 1983.
4. Гиффорд К. Футбол. Факты, голы, суперзвезды. – М.: АСТ, Кладезь, 2014.
5. Гиффорд К. Все о футболе. – М.: АСТ, Астрель, 2006. 64 с.
6. Гриндлер К. Техническая и тактическая подготовка футболистов. – М.: ФиС, 1976.
7. Дени Милке. Футбол. Основы игры. – М.: Астрель, 2007.
8. Еженедельник «Футбол».
9. Еженедельник «Великие клубы».
10. Качани Л., Горский Л. Тренировка футболистов. – М.: ФиС, 1984.
11. Коротков И.М. Подвижные игры в занятиях спортом. – М.: – ФиС, 1971.

12. Кузнецов В.С., Колодгницкий Г.А. Физические упражнения и подвижные игры.
13. Малов В. 100 великих футбольных матчей. – М.: Вече, 2014.
14. Малов В.И. Я познаю мир: Футбол. – М.: ООО «Издательство АСТ», 2006
15. Матч моей жизни. Лучшие финалы главного еврокубка. 16 звезд о своем триумфе. – М.: ФАИР, 2008.
16. Методическое пособие Н.Ц. – М.: Энас, 2006.
17. Рогальский Н., Дегель Э. Футбол для юнош. – М.: ФиС, 1971.

Интернет-ресурс

1. Wikipedia.org. Свободная энциклопедия на русском языке;
 2. footballstory.ru/ – сайт истории футбола;
 3. <http://www.teoriya.ru/> – теория и практика физической культуры;
 4. <http://amfr.ru/edu/mishka/> – сайт ассоциации мини-футбола России.
- Общероссийский проект мини-футбол в школу;
5. <http://www-rohan.sdsu.edu/dept/coachsci/index.htm> – наука о тренерской работе

Приложение 1.

Учебный план занятий учащихся начального обучения предусматривает общий объем в 144 часа, из которых 18 часов составляют теоретические занятия, 30 – общей физической подготовки, 22 – специальной физической подготовки, 42 – технической подготовки, 30 – тактической подготовки и 2 часа – итоговое занятие.

Календарный график учебных занятий учащихся начального обучения
3, 4 группы

№ п/п	Дата проведения занятия	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Основное содержание занятия (тема занятия)	Место проведения	Форконтр
1	2	3	4	5	6	7	8
1			Теорет.	2	Раздел 1 Вводное занятие. Инструктаж по Технике безопасности	класс (спорт-зал)	собесе- опре-
2			Практ.	2	Раздел 2 (физическая подготовка) Ведение мяча на скорости	спорт-зал, площадка	оценка уровня физ- подгот
3			Практ.	2	Раздел 2 (физическая подготовка) Ведение мяча в движении		
4			Практ.	2	Раздел 3 (технико-тактическая подготовка) Передача мяча на скорости	спортзал	
5			Практ.	2	Раздел 2 (физическая подготовка) Игры в парах.	спортзал	
6			Практ.	2	Раздел 3 (технико-тактическая подготовка) Игра в пас в два-три касания.	спортзал	
7			Теорет.	2	Раздел 4 (теоретическая подготовка) Понятие «обыгрываша» и командной игры	спортзал	
8			Практ.	2	Раздел 2 (физическая подготовка) Общая физическая подготовка (ОФП).	спортзал	УЧ-тр занят (УТ)
9			Практ.	2	Раздел 2 (физическая подготовка) Ведение мяча на скорости	спортзал	
10			Практ.	2	Раздел 3 (технико-тактическая подготовка) Финты и обводка	спортзал	
11			Практ.	2	Раздел 3 (технико-тактическая подготовка)	спортзал	

					Передача мяча на скорости		УТЗ
12			Практ.	2	Раздел 3 (технико-тактическая подготовка) Удары в движении	спортзал	
13			Теорет.		Раздел 2 (физическая подготовка) Упражнения на развитие силовых и скоростных качеств	спортзал	
14			Практ.	2	Раздел 3 (технико-тактическая подготовка) Удары в движении	спортзал	
15			Практ.	2	Раздел 3 (технико-тактическая подготовка) Ведение мяча на скорости	спортзал	
16			Практ.	2	Раздел 3 (технико-тактическая подготовка) Игра в одно-два касания	спортзал	УТЗ сообщ опрс
17			Теорет.	2	Раздел 4 (теоретическая подготовка) Обыгрыш как составляющая часть игры в футбол	спортзал	
18			Практ.	2	Раздел 3 (технико-тактическая подготовка) Товарищеские игры СК «Волна»	спортзал	УТЗ
19			Практ.	2	Раздел 3 (технико-тактическая подготовка) Товарищеские игры СК «Волна»	спортзал	
20			Практ.	2	Раздел 2 (физическая подготовка) Ведение мяча на скорости	спортзал	УТЗ
21			Практ.	2	Раздел 3 (технико-тактическая подготовка) Обработка мяча в парах	спортзал	
22			Практ.	2	Раздел 2 (физическая подготовка) Ведение мяча в движении	спортзал	оцен двиг д
23			Практ.	2	Раздел 2 (физическая подготовка) Финты и обводка	спортзал	
24			Практ.	2	Раздел 2 (физическая подготовка). Финты и обводка	спортзал	оцен
25			Практ.	2	Раздел 3 (технико-тактическая подготовка) Удары в движении в парах	спортзал	физпо
26			Практ.	2	Раздел 3 (технико-тактическая подготовка) Ведение мяча на скорости	спортзал	УТЗ
27			Практ.	2	Раздел 2 (физическая подготовка) ОФП бег 60м	спортзал	
28			Практ.	2	Раздел 3 (технико-тактическая подготовка)	спортзал	УТЗ

					Финты и обводка		
29			Практ.	2	Раздел 3 (технико-тактическая подготовка) Финты и обводка	спортзал	
30			Практ.	2	Раздел 2 (физическая подготовка). ОФП бег 60м	спортзал	
31			Практ.	2	Раздел 3 (технико-тактическая подготовка) Игровые квадраты	спортзал	УТ
32			Практ.	2	Раздел 3 (технико-тактическая подготовка) Передачи в движении	спортзал	УТ
33			Практ.	2	Раздел 3 (технико-тактическая подготовка) Техника ударов	спортзал	УТ
34			Практ.	2	Раздел 3 (технико-тактическая подготовка) Передачи в парах	спортзал	УТ
35			Теорет.	2	Раздел 3 (технико-тактическая подготовка) Игровые квадраты	спортзал	УТ
36			Практ.	2	Раздел 2 (физическая подготовка) Игровая тренировка	спортзал	УТ
37			Практ.	2	Раздел 3 (технико-тактическая подготовка) Передачи в движении	спортзал	
38			Практ.	2	Раздел 3 (технико-тактическая подготовка) Техника ударов	спортзал	
39			Практ.	2	Раздел 3 (технико-тактическая подготовка) Передачи в парах	спортзал	УТ
40			Теорет.	2	Раздел 3 (технико-тактическая подготовка) Игровые квадраты	спортзал	
41			Практ.	2	Раздел 3 (технико-тактическая подготовка) Игровая тренировка	спортзал	
42			Практ.	2	Раздел 3 (технико-тактическая подготовка) Удары в движении в парах	спортзал	
43			Практ.	2	Раздел 2 (физическая подготовка) ОФП бег 60м	спортзал	оцен физпод
44			Практ.	2	Раздел 2 (физическая подготовка) Удары в движении	спортзал	УТ
45			Практ.	2	Раздел 2 (физическая подготовка)	спортзал	

					Финты и обводка		
46			Практ.	2	Раздел 2 (физическая подготовка) ОФП бег 60м	спортзал	
47			Практ.	2	Раздел 2 (физическая подготовка) Движения с мячом	спортзал	оцен физпод техни двиг деля
48			Практ.	2	Раздел 2 (физическая подготовка) Финты и обводка	спортзал	
49			Практ.	2	Раздел 2 (физическая подготовка) Удары в движении	спортзал	
50			Практ.		Раздел 2 (физическая подготовка) Прием мяча в парах	спортзал	оцен физпод техни двиг деля
51			Практ.	2	Раздел 2 (физическая подготовка) Удары в парах	спортзал	
52			Практ.	2	Раздел 2 (физическая подготовка) Финты и обводка	спортзал	
53			Практ.	2	Раздел 3 (технико-тактическая подготовка) Передачи в парах	спортзал	
54			Практ.	2	Раздел 3 (технико-тактическая подготовка) Игровые квадраты	спортзал	
55			Практ.	2	Раздел 2 (физическая подготовка) Ведение мяча на скорости	спортзал	УТ:
56			Практ.	2	Раздел 3 (технико-тактическая подготовка) Игра в одно-два касания	спортзал	УТ:
57			Теория	2	Раздел 4 (теоретическая подготовка) Обыгрыш как составляющая часть игры в футбол	спортзал	сообл
58			Практ.	2	Раздел 2 (физическая подготовка) подготовка)	спортзал	УТ:
59			Практ.	2	Раздел 3 (технико-тактическая подготовка) Товарищеские игры СК «Волна»	спортзал	УТ: деля
60			Практ.	2	Раздел 3 (технико-тактическая подготовка) Товарищеские игры СК «Волна»	спортзал	УТ:
61			Практ.	2	Раздел 3 (технико-тактическая подготовка) Ведение мяча на скорости	спортзал	УТ:

62			Практ.	2	Раздел 2 (физическая подготовка) Ведение мяча в движении	спортзал	оценка физпод техни действ УГ
63			Практ.	2	Раздел 2 (физическая подготовка) Удары в движении в парах	спортзал	
64			Теория	2	Раздел 3 (технико-тактическая подготовка) Ведение мяча на скорости	спортзал	
65			Практ.	2	Раздел 2 (физическая подготовка) ОФП бег 60м	спортзал	
66			Практ.	2	Раздел 3 (технико-тактическая подготовка) Финты и обводка	спортзал	
67			Практ.	2	Раздел 3 (технико-тактическая подготовка) Финты и обводка	спортзал	
68			Практ.	2	Раздел 3 (технико-тактическая подготовка) Финты и обводка	спортзал	
69			Практ.	2	Раздел 3 (технико-тактическая подготовка) Ведение мяча на скорости	спортзал	
70			Практ.	2	Раздел 3 (технико-тактическая подготовка) Финты и обводка	спортзал	
71			Практ.	2	Раздел 2 (физическая подготовка) Удары в движении	спортзал	
72			Практ.	2	Раздел 5(итоговое занятие) Итоговое занятие	спортзал	

**Законодательные, нормативно правовые и методические документы,
регламентирующие программно-методические основы содержания дополнительного образования физкультурно-спортивной
направленности (в помощь педагогам системы дополнительного образования)**

Законодательные и нормативно правовые документы

- Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» № 273-ФЗ от 29.12.2012 г. (ст. 84, ст. 91, ст. 75, ст. 28);
- Федеральный закон от 04.12.2007 г. № 329 «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»;
- Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта «Футбол», утвержденного приказом Минспорта России 25 сентября 2019 г., № 880 «Об утверждении Федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта «Футбол»;
- Федеральные государственные требования к минимуму содержания, структуре, условиям реализации дополнительных предпрофессиональных программ в области физической культуры и спорта и к срокам обучения по этим программам (утвержденных приказом Минспорта РФ от 15 ноября 2018 года № 939);
- Приказ Министерства спорта РФ от 12.09.2013 г. № 731 «Об утверждении Порядка приема на обучение по дополнительным предпрофессиональным программам в области ФКиС»;
- Приказ Министерства спорта РФ от 27.12.2013 г. № 1125 «Об утверждении особенностей организации и осуществления образовательной, тренировочной и методической деятельности в области ФКиС»;
- Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении информации» (Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ, включая разноуровневые программы);
- Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы). / Приложение к письму Министерства образования и науки Российской Федерации № 09-3242 от 18 ноября 2015 г.
- Приказ Министерства образования и науки РФ от 23.08.2017 № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;
- Приказ Министерства образования и науки РФ от 9.11.2018 г. № 196 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Приказ Минпросвещения России от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем развития дополнительного образования детей».
- Приказ Министерства просвещения РФ № 104 от 17.03.2020 «Об организации образовательной деятельности в дистанционной форме»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СII 2.4.3648-20»

**Методические рекомендации преподавателю и
методические указания обучающимся по дополнительной программе**

Методические рекомендации преподавателю:

1. Изучив глубоко содержание программы, целесообразно разработать матрицу наиболее предпочтительных методов обучения и форм самостоятельной работы обучающихся, адекватных видам теоретических и практических занятий.
2. Необходимо предусмотреть задания по самостоятельной работе, выводя обучающихся на более высокий уровень освоения программы.
3. Для повышения качества самостоятельной работы, необходимо обучать обучающихся методам такой работы.

4. Содержание теоретического занятия должно отвечать следующим дидактическим требованиям:

- логичность, четкость и ясность в изложении материала;
- возможность проблемного изложения, дискуссии, диалога с целью активизации деятельности обучающихся;
- опора смысловой части излагаемого на подлинные факты, события, явления, статистические данные;
- тесная связь теоретических положений и выводов с практикой физкультурно-спортивной деятельности обучающихся.

Преподаватель должен знать существующие в педагогической науке и используемые на практике дидактические и воспитывающие возможности теоретических занятий, а также их методическое место в структуре процесса обучения.

На практических занятиях преподаватель должен:

- практиковать комплексное использование общепедагогических и специфических методов обучения, присущих образовательной области «Физическая культура»;
- активно использовать комплексы общей и специальной физической подготовки, подводящие и подготовительные упражнения;
- при развитии двигательных качеств руководствоваться определенными и научно обоснованными наиболее благоприятными возрастными периодами развития определенных физических качеств;
- добиваться технически правильного выполнения двигательного действия на основе предупреждения и методически грамотного устранения ошибок, целенаправленного развития необходимых для этого двигательных качеств

Методические рекомендации обучающимся

На теоретических занятиях необходимо конспектировать основные моменты материала. В этих целях можно сокращать слова таким образом, чтобы они сохраняли смысл сказанного преподавателем. Могут быть также использованы и общепринятые сокращения, например, «ФКиС» – (физическая культура и спорт), «ФУ» – (физические упражнения).

В конце каждого занятия необходимо записывать литературные источники, которые необходимы для уточнения, расширения знаний, самостоятельной работы.

На практических занятиях прорабатываются, углубляются и закрепляются на практике двигательные умения и навыки на основе осознанного восприятия двигательных задач;