

Министерство просвещения Российской Федерации
Управление образования Администрации Североуральского городского округа
МАОУ "СОШ № 2"

ПРИНЯТА

Решением Педагогического
совета
МАОУ «СОШ № 2»
Протокол № 1 от 29.08.2024

УТВЕРЖДЕНО

Директор МАОУ "СОШ № 2"

Т.Ю. Калугина Т.Ю. Калугина

Приказ № 93-ОД

«30» августа 2024 г.



Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа
«Мини-футбол»

Срок реализации: 3 года

Направленность программы: физкультурно-спортивная

Возраст: 11-14 лет

Североуральский городской округ

2024

Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Мини-футбол» физкультурно-спортивной **направленности**. Разработана на основании нормативных документов:

1. Федеральный Закон от 29.12.2012 г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (далее — ФЗ):
2. Федеральный закон РФ от 24.07.1998 № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» (в редакции 2013 г.);
3. Стратегия развития воспитания в РФ на период до 2025 года (распоряжение Правительства РФ от 29 мая 2015 г. № 996-р);
4. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. N 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (далее — СанПиН);
5. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08,2017 г. N\ 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;
6. Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 05.05.2018 № 298 «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;
7. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (далее — Порядок);
8. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 30 сентября 2020 года № 533 «О внесении изменений в Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утвержденный приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 9 ноября 2018 г. № 196»;

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

10. Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 N. 09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»);

11. Письмо Минобрнауки России от 28.08.2015 N АК-2563/05 «О методических рекомендациях» (вместе с «Методическими рекомендациями по организации образовательной деятельности с использованием сетевых форм реализации образовательных программ»).

12. Письмо Минобрнауки России от 29.03.2016 № ВК-641/09 «О направлении методических рекомендаций» (вместе с «Методическими рекомендациями по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ, способствующих социально-психологической реабилитации, профессиональному самоопределению детей с ограниченными возможностями здоровья, включая детей - инвалидов, с учетом их особых образовательных потребностей»);

13. Приказ Министерства общего и профессионального образования Свердловской области от 30.03.2018 г. N 162-Д «Об утверждении Концепции развития образования на территории Свердловской области на период до 2035 года».

Актуальность программы продиктована требованиями времени. Футбол – один из самых популярных видов спорта.

Отличительные особенности программы, новизна заключается в том, что дети, не имевшие ранее практики занятий футболом или каким-либо другим видом спорта, имеющие различный уровень физической подготовки приобщаться к активным занятиям мини-футбола, укрепят здоровье, получат социальную практику общения в детском коллективе.

Программа направлена на создание условий для развития личности учащегося, развитием мотивации к познанию и творчеству, обеспечение эмоционального благополучия ребенка, профилактику асоциального поведения, целостность процесса психического и физического здоровья учащихся. Занятия в объединении физкультурно-спортивной направленности способствуют развитию и совершенствованию у занимающихся основных физических качеств – выносливости, координации движений, скоростно-силовых качеств, формированию различных двигательных навыков, укреплению здоровья, а так же формируют личностные качества ребенка: коммуникабельность, волю, чувство товарищества, чувство ответственности за свои действия перед собой и товарищами.

Адресат программы – учащиеся от 11 до 14 лет.

Режим занятий: Продолжительность одного академического часа -60 мин.

Общее количество часов в неделю: 3 часа

Занятия проводятся 3 раза в неделю 1 часу.

Объем программы – 306 часов.

Программа	рассчитана	на	3	года	обучения.
1 год	обучения	–	102	часа	в год.
2 год	обучения	–	102	часа	в год.
3 год обучения – 102 часа в год.					

Формы обучения: очная

Уровень программы:

1 год обучения -

стартовый 2-3 год

обучения – базовый

Формы обучения: фронтальная, групповая, индивидуальная.

Виды занятий: практические занятия, закрепление навыков полученных на занятиях:

1. Практические занятия в зале, на спортивной площадке;
2. Кроссовая подготовка;
3. Силовая подготовка;
4. Тренировочные школьные и городские соревнования;
5. Подвижные игры и эстафеты.

Формы подведения итогов: тестирование, контрольные испытания по общей и специальной физической подготовке, соревнования и показательные выступления.

1.2. Цель и задачи общеразвивающей программы

Цель: формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья учащихся, выявление и поддержка талантливых и одаренных детей по средством приобщения к игре в футбол и мини-футбол.

Задачи программы:

Обучающие:

- Прививать интерес к систематическим занятиям футболом и мини футболом;
- Обучать играть в мини-футбол в соответствии с правилами мини-футбола;
- обучать основам индивидуальных, групповых и командных тактик игры в мини-футбол.

Развивающие:

- развивать и совершенствовать у обучающихся основных физических качеств – выносливости, координации движений, скоростно-силовых качеств;

- сформировать различные двигательные навыки;

- улучшать манёвренность и подвижность в играх. Воспитательные:
- сформировать личностные качества ребенка: коммуникабельность, волю, чувство товарищества, чувство ответственности за свои действия перед собой и товарищами;
- повышать культуру и сознательность;
- прививать навыки соблюдения спортивной этики дисциплины;
- воспитывать потребность в здоровом образе жизни.

1.3. Содержание общеразвивающей программы

Учебный план

№ п/п	Название раздела	1 год обучения	2 год обучения	3 год обучения	Всего	Форма контроля
1	Теоретическая подготовка	2	2	1	5	
2	Общая физическая подготовка	51	41	32	124	
3	Специальная физическая подготовка	14	18	20	52	
4	Техническая подготовка	15	18	20	53	
5	Тактическая подготовка	15	18	22	55	
6	Соревновательный период	3	3	4	10	
7	Итоговые и показательные занятия	2	2	3	7	
	Итого	102	102	102	306	

Учебный (тематический) план 1 год обучения

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1	Техника безопасности на занятиях по футболу.	1	0.5	0.5
2	История возникновения футбола.	1	0.5	0.5

3	Краткие сведения о строении и функциях человеческого организма. Влияние занятий физическими упражнениями на организм занимающихся, совершенствование функций мышечной системы, органов дыхания, кровообращения. Значение питания, как фактора борьбы за здоровье	1	0.5	0.5
4	Гигиенические основы режима учёбы, отдыха и занятий спортом. Режим дня. Значение правильного режима для юного спортсмена. Гигиенические требования, предъявляемые к местам занятий по мини-футболу.	1	0.5	0.5
5	Права и обязанности игроков. Роль капитана команды, его права и обязанности. Обязанности судей.	1		1
6	Существующие стандарты футбольных полей и тренировочных площадок. Размеры и требования к Мини футбольным и футбольным воротам.	1		1
7	Общеразвивающие упражнения без предметов (развитие гибкости, силы, ловкости). Упражнения для рук и плечевого пояса. Сгибание и разгибание, вращение, махи, отведения и приведения, рывки.	1		1
8	Упражнения для мышц шеи: наклоны, вращения и повороты головы в различных направлениях	1		1
9	Упражнения для туловища	1		1
10	Упражнения для туловища	1		1

11	Упражнения для ног: различные маховые движения ногами, приседание на обеих и на одной ноге, выпады, выпады с дополнительными пружинящими движениями.	1		1
12	Упражнения с сопротивлением. Упражнения в парах - повороты и наклоны туловища, сгибание и разгибание рук, приседание с партнёром, игры с элементами сопротивления.	1		1
13	Общеразвивающие упражнения с предметами (развитие силы, гибкости, ловкости, быстроты). Игровые задания с элементами спортивных игр: «Точный пас».	1		1
14	Упражнения с мячами - поднимание, опускание, наклоны, повороты, перебрасывание с одной руки на другую перед собой, над головой, за спиной, броски и ловля мяча. Игровые задания с элементами спортивных игр: «Вверх-вниз».	1		1
15	Упражнения на месте (стоя, сидя, лёжа) и в движении. Игровые задания с элементами спортивных игр: «Мяч в сетку».	1		1
16	Упражнения в парах и группах с передачами, бросками и ловлей мяча. Подвижная игра: «Салки по месяцам».	1		1
17	Упражнения с короткой и	1		1

	длинной скакалкой: прыжки на одной и обеих ногах с вращением скакалки вперёд, назад; прыжки с поворотами. Игровые задания с элементами спортивных игр: «Мяч в сетку».			
18	Подвижные игры и эстафеты (развитие ловкости, быстроты, силы)	1		1
19	Игры с мячом, бегом, прыжками, метанием, сопротивлением, координацию.	1		1
21	Эстафеты встречные и круговые, метанием в цель, бросками и ловлей мяча, прыжками и бегом в различных сочетаниях перечисленных элементов.	1		1
22	Легкоатлетические упражнения (развитие быстроты, ловкости, выносливости).	1		1
23	Бег на 30 и 60 м.	1		1
24	Бег на 100 м	1		1
25	Кроссы до 1000 м	1		1
26	Прыжки в длину и высоту с места и с разбега. Тройной прыжок с места и с разбега.	1		1
27	Классификация и терминология технических приёмов игры в футбол. Прямой и резаный удар по мячу.	1		1
28	Анализ выполнения технических приёмов	1		1
29	Отбор мяча – перехватом, выбиванием мяча, толчком соперника; вбрасывание мяча из положения шага	1		1
30	Упражнения, направленные на развитие специальной ловкости.	1		1
31	Упражнения,	1		1

	направленные на развитие выносливости (скоростной, прыжковой, силовой, игровой)			
32	Упражнения, направленные на развитие быстроты переключения от одних действий к другим			1
33	Упражнения, направленные на развитие прыгучести.	1		1
34	Упражнения, направленные на развитие быстроты	1		1
35	Упражнения, направленные на развитие сокращения мышц, которые участвуют в выполнении технических приемов.	1		1
36	Упражнения, направленные на развитие скорости.	1		1
37	Оценка расстановки сил (своих и противника); предугадывание действия партнёров. Тактика нападения: индивидуальные действия без мяча. Правильное расположение на футбольном поле.	1		1
38	Разгадывание замысла противника, быстрый анализ складывающейся обстановки. Умение ориентироваться, реагировать соответствующим образом на действие партнёров и соперника.	1		1
39	Индивидуальные действия без мяча. Правильно расположение на футбольном и мини-футбольном поле. Умение ориентироваться,	1		1

	реагировать на действия партнёров и соперника.			
40	Выбор момента и способа передвижения для «открывания» на свободное место с целью получения мяча.	1		1
41	Индивидуальные действия с мячом. Целесообразное использование изученных способов ударов по мячу.	1		1
42	Применение необходимого способа остановок в зависимости от направления, траектории и скорости мяча.	1		1
43	Определение игровой ситуации, целесообразной для использования ведения мяча, выбора способа и направления ведения.	1		1
44	Применение различных видов обводок (с изменением скорости и направления движения с мячом, изученные финты) в зависимости от игровой ситуации.	1		1
45	Групповые действия. Взаимодействия двух и более игроков. Уметь точно и своевременно выполнить передачу в ноги партнёру, на свободное место, на удар; короткую или среднюю передачи, низом или верхом. Комбинация «игра в стенку».	1		1
46	Выполнение простейших комбинаций при стандартных положениях: начале игры, угловом, штрафном и свободном ударах, выбрасывании мяча.	1		1
47	Тактика защиты.	1		1

	Индивидуальные действия.			
48	Выбор позиции по отношению опекаемого игрока и противодействовать получению им мяча, т.е. осуществлять «закрывание».	1		1
49	Выбор момента и способа действия (удара или остановки) для перехвата мяча.	1		1
50	Групповые действия. Противодействие комбинации «стенка».	1		1
51	Тактика вратаря. Умение разыгрывать удар от своих ворот, ввести мяч в игру (после ловли) открывшемуся партнёру, Уметь выбрать правильную позицию в воротах при различных ударах в зависимости от «угла удара», Учебно-тренировочная игра в футбол	1		1
52	Тактика вратаря. Как занимать правильную позицию при угловом, штрафном и свободном ударах вблизи своих ворот.	1		1
53	Установка на игру и разбор её проведения. Командные действия в мини-футболе	1		1
54	Значение предстоящей игры. Анализ игры всей команды и отдельных игроков. Причины выполнения или невыполнения соревновательной задачи.	1		1
55	Владение мячом. Выполнение простейших комбинаций при стандартных положениях: начале игры, угловом,	1		1

	штрафном и свободном ударах, выбрасывании мяча.			
56	Игра в нападении и защите.	1		1
57	Игра вратаря	1		1
58	Закрепление технических и тактических навыков в игровой обстановке. Учебно-тренировочная игра по мини-футболу.	1		1
59	Совершенствование исполнения технических элементов	1		1
60	Совершенствование исполнения технических элементов	1		1
61	Совершенствование исполнения технических элементов	1		1
62	Совершенствование исполнения технических элементов	1		1
63	Обучение отбору мяча у соперника	1		1
64	Обучение отбору мяча у соперника	1		
65	Обучение отбору мяча у соперника	1		1
66	Обучение отбору мяча у соперника	1		1
67	Обучение отбору мяча у соперника	1		1
68	Обучение розыгрышу мяча в стандартных положениях (штрафной).	1		1
69	Обучение розыгрышу мяча в стандартных положениях (штрафной).	1		1
70	Обучение розыгрышу мяча в стандартных положениях (штрафной).	1		1
71	Обучение розыгрышу мяча в стандартных положениях (штрафной).	1		1
72	Обучение розыгрышу мяча в стандартных положениях (штрафной).	1		1
73	Обучение розыгрышу мяча в стандартных положениях	1		1

	(штрафной).			
74	Совершенствование навыков розыгрыша мяча стандартных положениях.	1		1
75	Совершенствование навыков розыгрыша мяча в стандартных положениях.	1		1
76	Совершенствование навыков розыгрыша мяча в стандартных положениях	1		1
77	Совершенствование навыков розыгрыша мяча в стандартных положениях	1		1
78	Совершенствование розыгрыша мяча в стандартных положениях	1		1
79	Совершенствование навыков розыгрыша мяча в стандартных положениях	1		1
80	Совершенствование навыков розыгрыша мяча в стандартных положениях	1		1
81	Совершенствование навыков розыгрыша мяча в стандартных положениях	1		1
82	Подвижные игры и эстафеты	1		1
83	Подвижные игры и эстафеты	1		1
84	Подвижные игры и эстафеты	1		1
85	Подвижные игры и эстафеты			1
86	Подвижные игры и эстафеты	1		1
87	Подвижные игры и эстафеты	1		1
88	Подвижные игры и эстафеты	1		1
89	Подвижные игры и эстафеты	1		1
90	Подвижные игры и эстафеты	1		1
91	Совершенствование ударов по воротам.	1		1
92	Совершенствование ударов	1		1

	по воротам.			
93	Совершенствование ударов по воротам.	1		1
94	Совершенствование ударов по воротам.	1		1
95	Совершенствование ударов по воротам.	1		1
96	Совершенствование ударов по воротам.	1		1
97	Удары по прыгающему и летящему мячу.	1		1
98	Закрепление технических и тактических навыков в игровой обстановке. Учебно-тренировочная игра по мини-футболу	1		1
99	Закрепление технических и тактических навыков в игровой обстановке. Учебно-тренировочная игра по мини-футболу	1		1
100	Закрепление технических и тактических навыков в игровой обстановке. Учебно-тренировочная игра по мини-футболу	1		1
101	Сдача контрольных нормативов.	1		1
102	Соревнование по мини футболу	1		1
	Итого	102	2	100

Учебный (тематический) план 2 год обучения

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1	Техника безопасности на занятиях по футболу.	1	0.5	0.5
2	Совершенствование функций мышечной системы, органов дыхания, кровообращения, под воздействием регулярных занятий физическими упражнениями для закрепления здоровья, развития	1	0.5	0.5

	физических способностей и достижения высоких спортивных результатов.			
3	Общеразвивающие упражнения без предметов. Бег 30 м на скорость. Бег медленный до 10 мин.	1		1
4	Гигиенические основы режима учёбы, отдыха и занятий спортом. Режим дня. Значение правильного режима для юного спортсмена. Гигиенические требования, предъявляемые к местам занятий по мини-футболу.	1	0.5	0.5
5	Права и обязанности игроков. Роль капитана команды, его права и обязанности. Обязанности судей.	1	0.5	0.5
6	Формирования здорового образа жизни	1		1
7	Общеразвивающие упражнения без предметов (развитие гибкости, силы, ловкости).	1		1
8	Общеразвивающие упражнения без предметов (развитие гибкости, силы, ловкости).	1		1
9	Упражнения для рук и плечевого пояса.	1		1
10	Упражнения для мышц шеи. Упражнения для туловища.	1		1
11	Упражнения для ног. Упражнения с сопротивлением.	1		1
12	Упражнения для ног. Упражнения с сопротивлением.	1		1
13	Упражнения в парах	1		1
14	Обучение передаче мяча	1		1

15	Обучение остановке мяча.		1		1
16	Обучение остановке мяча.		1		1
17	Совершенствование навыков остановке мяча.		1		1
18	Совершенствование навыков остановке мяча.		1		1
19	Совершенствование навыков остановке мяча.		1		1
20	Совершенствование навыков остановке мяча.		1		1
21	Совершенствование навыков остановке мяча.		1		1
22	Совершенствование навыков остановке мяча.		1		1
23	Совершенствование навыков передаче мяча.		1		1
24	Совершенствование навыков передаче мяча.		1		1
25	Совершенствование навыков передаче мяча.		1		1
26	Совершенствование навыков передаче мяча.		1		1
27	Совершенствование навыков передаче мяча.		1		1
28	Совершенствование навыков передаче мяча.		1		1
29	Совершенствование навыков передаче мяча.		1		1
30	Совершенствование навыков передаче мяча.		1		1
31	Совершенствование навыков		1		1

	передаче мяча.			
32	Обучение остановки мяча бедром.	1		1
33	Общеразвивающие упражнения без предметов (развитие гибкости, силы, ловкости).	1		1
34	Общеразвивающие упражнения без предметов (развитие гибкости, силы, ловкости).	1		1
35	Упражнения для рук и плечевого пояса.	1		1
36	Упражнения для ног. Упражнения с сопротивлением.	1		1
37	Упражнения для ног. Упражнения с сопротивлением.	1		1
38	Упражнения в парах	1		1
39	Упражнения в парах	1		1
40	Общеразвивающие упражнения с предметами	1		1
41	Общеразвивающие упражнения с предметами	1		1
42	Упражнения с мячами. Упражнения на месте	1		1
43	Упражнения с мячами. Упражнения на месте	1		1
44	Упражнения в парах и группах с передачами, бросками и ловлей мяча.	1		1
45	Упражнения в парах и группах с передачами, бросками и ловлей мяча.	1		1
46	Упражнения в парах и группах с передачами, бросками и ловлей мяча.	1		1

47	Упражнения в парах и группах с передачами, бросками и ловлей мяча.	1		1
48	Упражнения с короткой и длинной скакалкой:	1		1
49	Упражнения с короткой и длинной скакалкой:	1		1
50	Подвижные игры и эстафеты	1		1
51	Подвижные игры и эстафеты	1		1
52	Легкоатлетические упражнения	1		1
53	Легкоатлетические упражнения	1		1
54	Бег на короткие дистанции.	1		1
55	Бег на короткие дистанции.	1		1
56	Бег на длинные дистанции.	1		1
57	Бег на длинные дистанции.	1		1
58	Прыжки в длину и высоту с места и с разбега. Тройной прыжок с места и с разбега.	1		1
59	Прыжки в длину и высоту с места и с разбега. Тройной прыжок с места и с разбега.	1		1
60	Упражнения, направленные на развитие специальной ловкости.	1		1
61	Упражнения, направленные на развитие специальной ловкости.	1		1
62	Упражнения, направленные на развитие выносливости	1		1
63	Упражнения, направленные на развитие быстроты переключения от одних действий к другим.	1		1

64	Упражнения, направленные на развитие прыгучести			1
65	Упражнения, направленные на развитие быстроты.	1		1
66	Упражнения, направленные на развитие сокращения мышц, которые участвуют в выполнении технических приемов.	1		1
67	Упражнения, направленные на развитие скорости.	1		1
68	Упражнения, направленные на развитие скорости.	1		1
69	Упражнения, направленные на развитие скорости.	1		1
70	Упражнения, направленные на развитие скорости.	1		1
71	Тактика нападения	1		1
72	Тактика нападения	1		1
73	Тактика нападения	1		1
74	Тактика нападения	1		1
75	Тактика защиты	1		1
76	Тактика защиты	1		1
77	Тактика защиты	1		1
78	Тактика защиты	1		1
79	Тактика вратаря	1		1
80	Тактика вратаря	1		1
81	Тактика вратаря	1		1
82	Тактика вратаря	1		1

83	Закрепление технических и тактических навыков в игровой обстановке.	1		1
84	Закрепление технических и тактических навыков в игровой обстановке.	1		1
85	Закрепление технических и тактических навыков в игровой обстановке.	1		1
86	Закрепление технических и тактических навыков в игровой обстановке.	1		1
87	Учебно-тренировочная игра по мини-футболу.	1		1
88	Учебно-тренировочная игра по мини-футболу.	1		1
89	Учебно-тренировочная игра по мини-футболу.	1		1
90	Учебно-тренировочная игра по мини-футболу.	1		1
91	Учебно-тренировочная игра по мини-футболу.	1		1
92	Учебно-тренировочная игра по мини-футболу.	1		1
93	Учебно-тренировочная игра по мини-футболу.	1		1
94	Учебно-тренировочная игра по мини-футболу.	1		1
95	Учебно-тренировочная игра по мини-футболу.	1		1
96	Учебно-тренировочная игра по мини-футболу.	1		1
97	Участие в соревнованиях	1		1

	различного уровня			
98	Участие в соревнованиях различного уровня	1		1
99	Участие в соревнованиях различного уровня	1		1
100	Участие в соревнованиях различного уровня	1		1
101	Сдача контрольных нормативов.	1		1
102	Итоговое занятие. Подведение итогов	1		1
	Итого	102	2	100

Учебный (тематический) план 3 год обучения

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1	Техника безопасности на занятиях по футболу.	1	0.5	0.5
2	Здоровый образ жизни спортсмена	0.5		0.5
3	Техника передвижения футболиста	1		1
4	Обучение передаче мяча.	1		1
5	Обучение передаче мяча.	1		1
6	Обучение передаче мяча.	1		1
7	Обучение передаче мяча.	1		1
8	Обучение передаче мяча.	1		1
9	Обучение передаче мяча.	1		1

10	Обучение передаче мяча.	1		1
11	Обучение остановке мяча.	1		1
12	Обучение остановке мяча.	1		1
13	Обучение остановке мяча.	1		1
14	Обучение остановке мяча.	1		1
15	Обучение остановке мяча.	1		1
16	Обучение передаче мяча.	1		1
17	Обучение остановки мяча бедром.	1		1
18	Обучение остановки мяча бедром.	1		1
19	Обучение остановки мяча бедром.	1		1
20	Обучение остановки мяча бедром.	1		1
21	Обучение удару мяча слета.	1		1
22	Обучение удару мяча слета.	1		1
23	Обучение удару мяча слета.	1		1
24	Обучение удару мяча с лета.	1		1
25	Обучение короткой передачи с лёта	1		1
26	Обучение ведению мяча с изменением направления движения.	1		1
27	Обучение ведению мяча с изменением направления движения.	1		1
28	Обучение ведению мяча с изменением направления движения.	1		1

29	Обучение удару внутренней частью подъема по неподвижному и катящемуся мячу.	1		1
30	Обучение удару внутренней частью подъема по неподвижному и катящемуся мячу.	1		1
31	Обучение удару внутренней частью подъема по неподвижному и катящемуся мячу.	1		1
32	Жонглирование мячом в воздухе, чередуя удары различными частями стопы, бедром, головой.	1		1
33	Жонглирование мячом в воздухе, чередуя удары различными частями стопы, бедром, головой.	1		1
34	Совершенствование навыков остановки мяча.	1		1
35	Совершенствование навыков остановки мяча.	1		1
36	Совершенствование приёма опускающегося мяча бедром.	1		1
37	Совершенствование приёма опускающегося мяча бедром.	1		1
38	Совершенствование приёма опускающегося мяча бедром.	1		1
39	Совершенствование удара с лёту внешней частью подъёма.	1		1
40	Совершенствование удара с лёту внешней частью подъёма.	1		1
41	Совершенствование удара с лёту внешней частью подъёма.	1		1
42	Совершенствование навыков удара по мячу слета.	1		1

43	Совершенствование навыков удара по мячу слета.	1		1
44	Совершенствование навыков удара по мячу слета.	1		1
45	Совершенствование навыков удара по мячу слета.	1		1
46	Совершенствование навыков удара по мячу слета.	1		1
47	Совершенствование навыков удара по мячу слета.	1		1
48	Совершенствование исполнения технических элементов.	1		1
49	Совершенствование исполнения технических элементов.	1		1
50	Совершенствование исполнения технических элементов.	1		1
51	Совершенствование исполнения технических элементов.	1		1
52	Совершенствование исполнения технических элементов.	1		1
53	Совершенствование исполнения технических элементов.	1		1
54	Совершенствование исполнения технических элементов.	1		1
55	Совершенствование исполнения технических элементов.	1		1
56	Совершенствование исполнения технических элементов.	1		1
57	Совершенствование исполнения технических элементов.	1		1
58	Совершенствование исполнения технических элементов.	1		1

59	Совершенствование исполнения технических элементов.	1		1
60	Совершенствование исполнения технических элементов.	1		1
61	Совершенствование исполнения технических элементов.	1		1
62	Совершенствование исполнения технических элементов.	1		1
63	Обучение отбору мяча у соперника.	1		1
64	Обучение отбору мяча у соперника.	1		1
65	Обучение отбору мяча у соперника.	1		1
66	Обучение отбору мяча у соперника.	1		1
67	Обучение отбору мяча у соперника.	1		1
68	Обучение розыгрышу мяча в стандартных положениях (штрафной).	1		1
69	Обучение розыгрышу мяча в стандартных положениях (штрафной).	1		1
70	Обучение розыгрышу мяча в стандартных положениях (штрафной).	1		1
71	Обучение розыгрышу мяча в стандартных положениях (штрафной).	1		1
72	Обучение розыгрышу мяча в стандартных положениях (штрафной).	1		1

73	Обучение розыгрышу мяча в стандартных положениях (штрафной).	1		1
74	Совершенствование навыков розыгрыша мяча в стандартных положениях.	1		1
75	Совершенствование навыков розыгрыша мяча в стандартных положениях.	1		1
76	Совершенствование навыков розыгрыша мяча в стандартных положениях.	1		1
77	Совершенствование навыков розыгрыша мяча в стандартных положениях.	1		1
78	Совершенствование навыков розыгрыша мяча в стандартных положениях.	1		1
79	Совершенствование навыков розыгрыша мяча в стандартных положениях.	1		1
80	Совершенствование навыков розыгрыша	1		1
81	Совершенствование навыков розыгрыша мяча в стандартных положениях.	1		1
82	Подвижные игры и эстафеты.	1		1
83	Подвижные игры и эстафеты.	1		1
84	Подвижные игры и эстафеты.	1		1
85	Подвижные игры и эстафеты.	1		1
86	Подвижные игры и эстафеты.	1		1
87	Подвижные игры и эстафеты.	1		1

88	Совершенствование ударов по воротам.	1		1
89	Взаимодействие двух и более игроков	1		1
90	Умение точно выполнять передачу в ноги партнеру, на свободное место.	1		1
91	Комбинации в парах: «стенка», «скрещивание», «пропуск мяча»	1		1
92	Тактика защитников.	1		1
93	Тактика игроков нападения.	1		1
94	Тактика игроков нападения.	1		1
95	Тактическая подготовка в двусторонней игре.	1		1
96	Закрепление технических и тактических навыков в игровой обстановке.	1		1
97	Учебно-тренировочные игры.	1		1
98	Учебно-тренировочные игры.	1		1
99	Участие в соревнованиях различного уровня.	1		1
100	Закрепление технических и тактических навыков в игровой обстановке.	1		1
101	Сдача контрольных нормативов.	1		1
102	Итоговое занятие. Подведение итогов	1		1
	Итого	102	1	101

Содержание учебного (тематического) плана

Вводное занятие: техника безопасности, гигиенические навыки, правила игры, организация и проведение соревнований по футболу и мини-футболу.

1. **ОФП:** прыжковые упражнения - основа скоростно-силовой подготовки юных футболистов, гимнастические и акробатические упражнения, повторный и переменный бег.
2. **СФП:** подвижные спортивные игры, упражнения для развития быстроты, частоты движений, развитие ловкости движений.
3. **Техника игры:** анализ деталей техники работы с мячом, обучение элементам техники от частного к общему.
4. **Тактика игры:** обучение и совершенствование игровых индивидуальных, групповых и командных тактических
4. **Техника игры в футбол:** обучение технике в условиях соприкосновения с соперником и в соревновательных условиях, анализ деталей техники работы с мячом.
5. **Тактика игры:** игровые тактические действия по заданию тренера. Установка на игру и разбор игры.
6. **Основы методики обучения и тренировки футболистов:** рассказ, показ, разучивание (повторение), анализ обучения движениям - методы обучения. Учебно-тренировочные занятия - основная форма работы с молодыми футболистами. «Круговая тренировка» - форма организации занятий.
7. **Инструкторская и судейская практика:** судейское руководство игрой, оформление протокола игры.
8. **Контрольные нормативы:** сдача контрольных нормативов, определение динамических изменений показателей контрольных нормативов.
9. **Итоговое занятие:** участие в соревнованиях.

1. История возникновения футбола.

Футбол — одна из самых популярных командных игр в мире. География игры с мячом: страны Древнего Востока -Египет, Греция, Рим, Франция, Италия, Англия. Откуда пошло название игры «футбол». Где и когда разработаны первые правила игры в футбол. Официальные международные правила игры в футбол (размер игрового поля, размер ворот, размер мяча, игра вратаря и др.).

Обучение и закрепление тактики и техники игры в мини-футбол: угловой удар, 11-метровый штрафной удар (пенальти), футбольные ворота, сетка на футбольных воротах, судья в поле, судья в поле с двумя помощниками.

2. Правила безопасности во время занятий юных мини-футболистов: Правила поведения учащихся во время занятий. Причины, приводящие к травматизму. Наиболее типичные травмы мини-футболистов. Профилактика травматизма: разминка, соблюдение требований к местам проведения занятий, инвентарю, одежде и обуви. Действия учителя в обеспечении безопасности занятий по мини-футболу.

3. Правила игры в футбол (основные понятия)

Игровое поле (размеры, игровая поверхность, линии на поле, зоны и места). Ворота (размеры). Мяч (размеры, стандарты). Участники игры (состав команды, основной состав, запасные игроки, капитан команды, судьи). Игровая форма.

Замена игроков. Игровое время и перерывы. Поведение игроков (честная игра, нарушения и санкции). Победитель и проигравший в игре, ничейный результат.

4. Санитарно-гигиенические требования, предъявляемые к одежде, обуви, спортивному инвентарю и оборудованию. Подбор одежды и обуви для факультативных занятий с учетом их сезонности. Использование одежды и обуви только для спортивных занятий. Мячи, стойки для обводки, ворота стандартные и нестандартные, тренажеры для развития физических качеств – требования и противопоказания к их использованию.

5. Техническая подготовка

Ведение мяча одной ногой по прямой линии, змейкой, восьмеркой, челноком. Ведение мяча попеременно правой и левой ногой по прямой, змейкой, восьмеркой, челноком. Передачи мяча правой и левой ногой. Остановка катящегося мяча правой и левой ногой. Остановка ногой летящего мяча. Удары по неподвижному мячу серединой подъема, внутренней стороной стопы, носком с попаданием в ворота. Игра вратаря: ловля и отбивание мяча руками стоя на месте и в движении, ударом ногой по неподвижному мячу и после набрасывания. Эстафеты с ведением и передачами мяча. Конкурсы: с ударами по воротам «Кто точнее»; с ударами по неподвижному мячу и после набрасывания «Кто дальше». Игры в «Лабиринт».

Введение мяча в игру броском двумя руками из-за боковой линии. Игра в футбол по упрощенным правилам 3 на 3, 4 на 4, 5 на 5 игроков.

6. Физическая подготовка

Комплексы обще развивающих упражнений без мяча и с мячом.

Комплексы упражнений без мяча и с мячом, направленных на развитие:

- координационных способностей;
- быстроты;
- ловкости;
- точности движений и передач мяча;
- гибкости и подвижности в коленных и тазобедренных суставах;
- игровой выносливости;
- точности ударов по воротам.

7. Подвижные игры и эстафеты

- пятнашки с мячом;
- лабиринт (с мячом и без мяча);
- змейка;
- бег по ломаной кривой;
- челночный бег;
- эстафета с ведением двух мячей;
- эстафета с ударами по воротам.

8. Игра в футбол малыми составами. Игра 2 на 2, 3 на 3, 4 на 4 игрока на алых площадках с использованием маленьких (хоккейных) ворот.

9. Контрольные испытания

Тестирование уровня физической подготовленности: 14

- бег 30м с высокого старта;
- челночный бег 7х50м;
- прыжок в длину с места;
- бег по ломаной кривой 30м.

Тестирование уровня специальной подготовленности:

- ведение мяча 30м с обводкой стоек;
- челночный бег с мячом;
- удар по неподвижному мячу на дальность;
- жонглирование мячом (ногами и головой).

1.4 Планируемые результаты

Личностные результаты

- оценивать поступки людей с точки зрения общепринятых норм и ценностей, оценивать

поступки как хорошие, так и плохие

- уметь выражать свои эмоции
- понимать эмоции других людей, сочувствовать, сопереживать;
- определять и высказывать под руководством учителя самые простые и общие для всех людей правила поведения при сотрудничестве (этические нормы);

Метапредметные результаты проговаривать последовательность действий во время занятий

- определять и формулировать цель деятельности на занятиях с помощью учителя.

учиться совместно с учителем и другими учениками давать оценку деятельности класса

на занятиях

- уметь организовывать режим дня, утреннюю зарядку, оздоровительные мероприятия,

подвижные игры и т.д.

- умение оформлять свои мысли в устной форме;
- учиться работать в паре, группе; выполнять различные роли

**Предметные результаты **

- В конце изучения рабочей программы планируется снижение уровня заболеваемости

детей, социальной адаптации учащихся, формирование коммуникативных способностей, то есть умение играть в команде.

- Формирование здорового образа жизни учащихся
- Участие в общешкольных, районных мероприятиях, качественное освоение

практических и теоретических навыков игры в мини-футбол,

- Привитие любви к спортивным играм.
- Выполнение сложных координационных упражнений
- Умение планировать распорядок дня (зарядка, питание, нагрузки)

2. Организационно-педагогические условия реализации образовательной программы

2.1 Календарный учебный график на 2024-2025 учебный год

№	Основные характеристики образовательного процесса	
1	Количество учебных недель	35
2	Количество учебных дней	70
3	Количество часов в неделю	2
	Количество часов	140
	Недель в первое полугодие	16
	Недель во второе полугодие	20
	Начало занятий	2 сентября
	Каникулы	с 29.10 по 06.11 с 30.12 по 08.01 с 18.03. по 26.03 с 30 мая
	Выходные дни	31 декабря-8 января
	Окончание учебного года	30 мая

2.2. Условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение

1. Помещение: спортзал

Оборудование

Перекладина гимнастическая (пристеночная)

Стенка гимнастическая

Скамейка гимнастическая жесткая

Комплект навесного оборудования (перекладина, тренировочные баскетбольные щиты)

малый мяч,

футбольные мячи

Мат гимнастический

Кегли

Обручи

Ворота футбольные

Кадровое обеспечение - учитель физкультуры

Методические материалы

: Весь учебный материал программы распределен в соответствии с принципом комплектования групп и рассчитан на последовательное и постепенное расширение теоретических знаний, практических умений и навыков

- метод наглядности,
- систематичности,
- доступности,
- индивидуализации обучения при единстве требований,
- метод опережающего развития физических качеств по отношению к технической подготовке,
- метод раннего освоения сложных элементов,
- метод соразмерности, т.е. оптимального и сбалансированного развития физических качеств. Спортивные методы включают:
 - метод непрерывности и цикличности учебно-тренировочного процесса;
 - метод максимальности и постепенности повышения требований;
 - метод волнообразности динамики тренировочных нагрузок;
 - метод целостно-приближенного моделирования стандартных ситуаций футбольной игры в условиях тренировки.

2.3. Формы аттестации/контроля и оценочные материалы

- сдача контрольных нормативов;
- контрольные и товарищеские игры;
- конкурсы на лучшего игрока, вратаря

Контрольные нормативы

Контрольные нормативы

№ п/п	Контрольные упражнения	Результат
Общая физическая подготовка		
1.	Прыжок в длину с места (см)	180
2.	Поднимание туловища (за 30 сек., кол-во раз)	25
3.	Бег 400 м (сек.)	80
4.	Прыжок со скакалкой (30 сек)	50
Специальная физическая подготовка		
6.	Бег 30 м с мячом (касание мяча на каждый шаг), сек	7
7.	Удары по мячу на дальность (сумма ударов правой и левой ногой), м	28
Техническая подготовка		
8.	Жонглирование мячом, раз	10
9.	Приём мяча внутренней стороной стопы (правой/левой ноги)	+
10.	Приём мяча подошвой (правой/левой ноги)	+
11.	Удары на точность	5/10

Критерии оценки показателей обучающихся по освоению программы (процентное соотношение, освоенных учащимися и предусмотренных программой теоретических знаний и практических умений, физической подготовленности).

Тактическая подготовка.

Контроль освоения учащимися игровых действий заключается во вынесении *оценочных суждений* по выполнению учащимися действий в защите и нападении с учётом выполнения игроками тех или иных функций. Для юных футболистов главной задачей в этом разделе считается:

научить ориентироваться на площадке

- свои, чужие ворота.
- игра на малой площадке с переходом на большую и наоборот;
- игра на маленькие ворота с переходом на большие и наоборот;

умение переключаться от игры в защите в игру в нападение;

- после отбора мяча немедленно длинный пас за спину группы соперников, принимающих участие в атаке и активная смена позиций;
- быстрое «открывание» для получения мяча от партнёра, овладевшего мячом. но находящегося в неудобной позиции (атакуют соперники)

умение организовывать и завершать атакующие действия:

- быстрый, своевременный выход на добивание мяча, отскочившего от вратаря после удара по воротам;
- своевременное и обоснованное ситуацией предложение партнёру сыграть в «стенку»;
- пасы мяча быстрому партнёру в свободную зону за спину противнику;
- не сильный. Но точный удар по воротам неосмотрительно покинутые вратарём.

умение осуществлять оборонительные действия:

- перехваты мяча адресованные подопечному игроку соперника;
- своевременная подстраховка вратаря в моментах, когда он может потерять мяч или допустить ошибку;
- своевременная и обоснованная смена позиций с целью подстраховки партнёра.

умение осуществлять быстрый переход от атаки к обороне:

- после потери мяча - немедленная борьба с соперником, имеющим возможность выполнить острый пас за спину атаковавшим игрокам;
- в случаях, когда партнёр атакует владеющего мячом соперника, находящегося в неудобной позиции, - плотная опека ближайшего к мячу соперника.

Методом контроля является *метод наблюдения* в результате, которого выносятся оценочные суждения по овладению учащимся игровыми действиями (тактическими действиями) соответственно возрастной группе и периоду обучения.

Список литературы:

Нормативные документы

1. Федеральный Закон от 29.12.2012 г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (далее — ФЗ):

2. Федеральный закон РФ от 24.07.1998 № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» (в редакции 2013 г.);
3. Стратегия развития воспитания в РФ на период до 2025 года (распоряжение Правительства РФ от 29 мая 2015 г. № 996-р);
4. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. N 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (далее — СанПиН);
5. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017 г. N\ 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;
6. Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 05.05.2018 № 298 «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;
7. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (далее — Порядок);
8. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 30 сентября 2020 года № 533 «О внесении изменений в Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утвержденный приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 9 ноября 2018 г. № 196»;
9. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;
10. Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 N. 09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»);
11. Письмо Минобрнауки России от 28.08.2015 N АК-2563/05 «О методических рекомендациях» (вместе с «Методическими рекомендациями по организации образовательной деятельности с использованием сетевых форм реализации образовательных программ»).

12. Письмо Минобрнауки России от 29.03.2016 № ВК-641/09 «О направлении методических рекомендаций» (вместе с «Методическими рекомендациями по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ, способствующих социально-психологической реабилитации, профессиональному самоопределению детей с ограниченными возможностями здоровья, включая детей - инвалидов, с учетом их особых образовательных потребностей»);

13. Приказ Министерства общего и профессионального образования Свердловской области от 30.03.2018 г. N 162-Д «Об утверждении Концепции развития образования на территории Свердловской области на период до 2035 года».

1. Андреев «Мини-футбол в школе» ОАО Издательство «Советский спорт» 2008г
2. Андреев С.Н., Алиев Э.Г. Мини-футбол в школе 2006.
3. Андреев С.Н., Алиев Э.Г., Левин В.С. МИНИ-ФУТБОЛ (футзал). примерная программа спортивной подготовки для ДЮСШ и СДЮШОР. – М.: Советский спорт, 2010.
4. Верхошанский Ю.В. Программирование и организация тренировочного процесса.- М.: ФиС, 1985,
5. Дьячков В.М. Методы совершенствования физической подготовки. – М.: Физкультура и спорт, 1973.
6. Конуров Д.М. Связь физической и тактической подготовки спортсменов в игровых видах спорта: Автореф. дис... канд. пед. наук. – М., 2002.
7. Матвеев Л.П. Основы спортивной тренировки. М.: ФиС, 1977.
8. Мини-футбол – игра для всех. В.Л. Мутко, С.Н. Андреев, Э.Г. Алиев. – М.: Советский спорт, 2007.
9. Волков С.В. «Теория и методика детского и юношеского спорта» Олимпийская литература 2002 г. Ж-Л Чесно «Футбол. Обучение базовой техники» Спорт Академ. Пресс 1998г
10. 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. 4.Еременко. - М.: Советский спорт, 2010. - 96 с.

Литература для обучающихся: 1.Правила игры в мини-футбол

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 359040073915316482112313993369613528402878580782

Владелец Калугина Татьяна Юрьевна

Действителен с 20.02.2024 по 19.02.2025