

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ЛИЦЕЙ № 373 МОСКОВСКОГО РАЙОНА  
САНКТ-ПЕТЕРБУРГА «ЭКОНОМИЧЕСКИЙ ЛИЦЕЙ»

**«ПРИНЯТО»**

Решением педагогического совета  
Государственного бюджетного  
общеобразовательного учреждения  
лицей № 373 Московского района  
Санкт-Петербурга «Экономический лицей»  
**Протокол № от 26.05.2023 №7**

**«УТВЕРЖДЕНО»**

Приказом по Государственному  
бюджетному общеобразовательному  
учреждению лицей № 373  
Московского района Санкт-Петербурга  
«Экономический лицей»  
**от 30.08.2023 № 121-од**



**Дополнительная общеразвивающая программа  
«Мини-футбол»**

Срок освоения: 2 года  
Возраст обучающихся: 10-18 лет

Разработчик:  
Харитонов Александр Сергеевич,  
педагог дополнительного образования

## Пояснительная записка

Развитие современного производства дало толчок такому направлению как спорт. Все больше устройств появляется в окружающем мире, которые содержат в себе электрические компоненты, датчики и другие элементы. С другой стороны, одной из ключевых проблем в России является ее недостаточная обеспеченность кадрами. Сейчас необходимо активно начинать массовую популяризацию профессии футболист и вести эффективную планомерную работу по профориентации. Детям нужны образцы для подражания в области спортивной деятельности.

**Актуальность** программы обусловлена временем и заключается в формировании мотивации к получению навыков развития специальностей для возможного продолжения учебы в ВУЗах и последующей работы на предприятиях по спортивным специальностям. Программа направлена на профориентацию молодежи, на получение спортивной специальности. Педагогическая целесообразность состоит в том, что данная программа позволит выявить заинтересованных обучающихся, проявивших интерес к спортивным занятиям.

**Направленность** программы – физкультурно-спортивная.

**Уровень освоения** программы – общекультурный.

**Адресат программы.** Данная программа разработана для детей в возрасте 10-18 лет, не имеющих медицинских противопоказаний.

**Срок освоения** программы – 2 года. Общая продолжительность реализации дополнительной общеразвивающей программы составляет 144 часа (72 педагогических часа в год).

**Отличительные особенности** программы заключаются в том, она помогает адаптировать учебный процесс к индивидуальным особенностям ребёнка, также она обращена как к самым простым, так и к сложным подросткам.

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

### **Задачи:**

Обучающие:

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

Развивающие:

- развить и совершенствовать у обучающихся основных физических качеств – выносливости, координации движений, скоростно-силовых качеств,
- сформировать различные двигательные навыки;
- улучшить манёвренность и подвижность в играх.

Воспитательные:

- сформировать личностные качества ребенка: коммуникабельность, волю, чувство товарищества, чувство ответственности за свои действия перед собой и товарищами.
- повысить культуру и сознательность,
- привить навыки соблюдения спортивной этики и дисциплины;
- воспитать потребность в здоровом образе жизни.

### **Планируемые результаты:**

**Личностными результатами** освоения учащимися 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.

**Метапредметными результатами** 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;
- 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;
- оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами;
- 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 программы учащимися являются следующие умения:

- планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры;
- представлять физическую культуру как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- измерять (познавать) индивидуальные показатели физического развития (длину и массу тела), развития основных физических качеств;
- знать правила игры в мини-футбол и футбол;
- знать тактические приёмы игры в мини-футбол, уметь их правильно применять;
- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения.

#### **1 год обучения.**

Знать: правила игры в мини-футбол и футбол; тактические приёмы игры в мини-футбол;

Уметь: правильно применять тактические приёмы игры в мини-футбол; технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.

#### **2 год обучения.**

Знать: правила игры в мини-футбол и футбол; тактические приёмы игры в мини-футбол.

Уметь: 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; правильно применять тактические приёмы игры в мини-футбол; технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.

**Язык реализации.** Образовательная деятельность осуществляется на государственном языке Российской Федерации (далее – РФ) в порядке, установленном законодательством об образовании и локальными актами образовательного учреждения.

**Форма обучения и режим занятий.**

Форма проведения учебных занятий – очная. Периодичность занятий – 2 раз в неделю по 1 часу (45 минут) или 1 раз в неделю по 2 часа (90 минут). Во время занятий предусмотрены перерывы для снятия напряжения и отдыха, проводится динамическая пауза.

Программа является вариативной, и может корректироваться в процессе работы с учетом возможностей материально-технической базы, возрастных особенностей обучающихся. При реализации программы возможно некоторое изменение пропорций учебного времени, отводимого на освоение тех или иных тем, в зависимости от успеваемости членов коллектива.

**Особенности реализации ДОП.**

Программа построена на позициях гуманно-личностного отношения к ребенку, уважения его личности и направлена на его всестороннее развитие и составлена в соответствии с основными принципами обучения: игровая основа обучения, коммуникативная направленность, доступность и посильность, наглядность.

**Условия набора и формирования групп:** заниматься по программе «Мини-футбол» может каждый желающий соответствующего возраста (10-18 лет), при условии допуска врача к занятиям физической культурой.

Наполняемость групп: первый год - не менее 15 человек, второй год – не менее 12 человек. В группу второго года обучения переводятся обучающиеся, успешно выполнившие программу первого года обучения и сдавшие итоговые нормативы. В группу второго года обучения могут быть зачислены обучающиеся, не проходившие обучение по программе первого года обучения, но успешно прошедшие собеседование и сдавшие контрольные нормативы.

**Формы организации и проведения занятий.** Основная форма проведения учебных занятий – групповые занятия. Групповое занятие условно делится на три части: подготовительную, основную, заключительную. Подготовительная часть включает в себя построение группы, переключку, объяснение задач и порядка проведения занятия, выполнение комплекса общеразвивающих и специальных физических упражнений, краткое повторение пройденного материала с разбором ошибок, ознакомление с новыми упражнениями. Основная часть направлена на решение главных задач занятия. Заключительная часть строится таким образом, чтобы постепенно снизить физическую нагрузку, а также подведение итогов занятий

Программой предусматриваются как аудиторные, так и внеаудиторные, в том числе самостоятельные занятия, которые проводятся по группам или индивидуально. Занятие может быть построено как традиционно, так могут быть использованы и другие формы: игра, конкурс, соревнование, турнир.

Формы организации деятельности учащихся на занятии:

- фронтальная: работа педагога со всеми учащимися одновременно (показ, объяснение);
- групповая: организация работы (совместные действия, общение, взаимопомощь) в малых группах, в том числе в парах, для выполнения определенных задач; задание выполняется таким образом, чтобы был виден вклад каждого учащегося (группы могут выполнять одинаковые или разные задания, состав группы может меняться в зависимости от цели деятельности);
- индивидуальная: организуется для работы детьми, для коррекции пробелов в знаниях и отработки отдельных навыков.

**Материально-техническое оснащение.** Занятия по мини-футболу проводятся в зависимости от погодных условий - в школьном большом спортивном зале или на открытой спортивной площадке, прилегающей к территории школы.

С обеих сторон спортивного зала и футбольного поля имеется разметка вратарских ворот.

Теоретические занятия проходят в учебном классе, оборудованным партами, стульями и электронной доской для демонстрации учебных видеофильмов.

Спортивный инвентарь:

- футбольные мячи- 15 шт.
- скакалки- 15 шт.
- мячи баскетбольные и волейбольный по- 15 шт.
- фишки переносные -12 шт.
- перекладины для подтягивания в висе – 5 штук.
- гимнастические маты – 20.
- гимнастические скамейки – 10 штук.
- гимнастическая стенка – 15 пролетов

**УЧЕБНЫЙ ПЛАН**  
первого года обучения

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы контроля/аттестации
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие	2	2	-	Опрос
2.	Оценка физической подготовленности	2	1	1	Наблюдение
3.	Теоретическая подготовка	7	7	-	Тест
4.	Общая физическая подготовка	12	2	10	Сдача контрольных нормативов
5.	Техническая и специальная физическая подготовка.	17	4	13	Сдача контрольных нормативов
6.	Тактическая подготовка	18	4	14	Сдача контрольных нормативов
7.	Игровая подготовка	12	2	10	Наблюдение
8.	Итоговое занятие	2	-	2	Сдача контрольных нормативов
	<b>Итого</b>	<b>72</b>	<b>22</b>	<b>50</b>	

**УЧЕБНЫЙ ПЛАН**  
второго года обучения

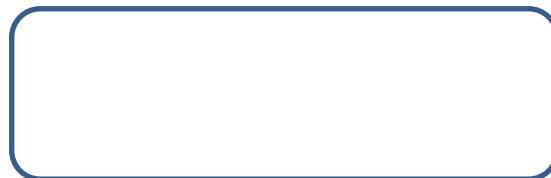
№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы контроля/аттестации
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие	1	1	-	Опрос
2.	Теоретическая подготовка. Правила безопасности	5	5	-	Опрос. Тест
3.	Общая физическая подготовка	25	5	20	Сдача контрольных нормативов
4.	Техническая и специальная физическая подготовка	9	2	7	Сдача контрольных нормативов
5.	Тактическая подготовка	12	4	8	Сдача контрольных нормативов
6.	Игровая подготовка	16	3	13	Наблюдение
7.	Контрольные занятия	2	-	2	Сдача контрольных нормативов
8.	Итоговое занятие	2	-	2	Сдача контрольных нормативов
	<b>Итого</b>	<b>72</b>	<b>20</b>	<b>52</b>	

**«ПРИНЯТО»**

Решением педагогического совета  
Государственного бюджетного  
общеобразовательного учреждения  
лицея № 373 Московского района  
Санкт-Петербурга «Экономический лицей»  
Протокол № от 26.05.2023 №7

**«УТВЕРЖДЕНО»**

Приказом по Государственному  
бюджетному общеобразовательному  
учреждению лицей № 373  
Московского района Санкт-Петербурга  
«Экономический лицей»  
от 30.08.2023 № 121-од



**КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК**  
реализации дополнительной общеразвивающей программы  
**«МИНИ-ФУТБОЛ»**  
на 2023/2024 учебный год

Год обучения, группа	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Количество учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий
1 год 1 группа	06.09.2023	22.05.2024	36	72	72	1 раз в неделю по 2 акад. часа (1 час – 45 мин)
2 год 2 группа	07.09.2023	03.05.2024	36	72	72	1 раз в неделю по 2 акад. часа (1 час – 45 мин)

# РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

## дополнительной общеразвивающей программы

### «Мини-футбол»

#### **Задачи первого года обучения:**

##### Обучающие:

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

##### Развивающие:

- развить и совершенствовать у обучающихся основных физических качеств – выносливости, координации движений, скоростно-силовых качеств,
- сформировать различные двигательные навыки;
- улучшить манёвренность и подвижность в играх.

##### Воспитательные:

- сформировать личностные качества ребенка: коммуникабельность, волю, чувство товарищества, чувство ответственности за свои действия перед собой и товарищами.
- повысить культуру и сознательность,
- привить навыки соблюдения спортивной этики и дисциплины;
- воспитать потребность в здоровом образе жизни.

#### **Планируемые результаты первого года обучения:**

*Личностными результатами* освоения программы учащимися 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.

*Метапредметными результатами* 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;
- 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;
- оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами;
- 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, учащимися являются следующие умения:

- планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры;



- представлять физическую культуру как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- измерять (познавать) индивидуальные показатели физического развития (длину и массу тела), развития основных физических качеств;
- знать правила игры в мини-футбол и футбол;
- знать тактические приёмы игры в мини-футбол, уметь их правильно применять;
- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения.

**Знать:** правила игры в мини-футбол и футбол; тактические приёмы игры в мини-футбол;

**Уметь:** правильно применять тактические приёмы игры в мини-футбол; технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.

### **Задачи второго года обучения:**

Обучающие:

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

Развивающие:

- развить и совершенствовать у обучающихся основных физических качеств – выносливости, координации движений, скоростно-силовых качеств,
- сформировать различные двигательные навыки;
- улучшить манёвренность и подвижность в играх.

Воспитательные:

- сформировать личностные качества ребенка: коммуникабельность, волю, чувство товарищества, чувство ответственности за свои действия перед собой и товарищами.
- повысить культуру и сознательность,
- привить навыки соблюдения спортивной этики и дисциплины;
- воспитать потребность в здоровом образе жизни.

### **Планируемые результаты второго года обучения:**

**Личностными результатами** освоения, учащимися 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.

**Метапредметными результатами** 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;
- 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;
- оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами;
- 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, учащимися являются следующие умения:

- планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры;
- представлять физическую культуру как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- измерять (познавать) индивидуальные показатели физического развития (длину и массу тела), развития основных физических качеств;
- знать правила игры в мини-футбол и футбол;
- знать тактические приёмы игры в мини-футбол, уметь их правильно применять;
- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения.

**Знать:** правила игры в мини-футбол и футбол; тактические приёмы игры в мини-футбол.

**Уметь:** 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; правильно применять тактические приёмы игры в мини-футбол; технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.

## **Содержание программы первого года обучения**

### **1. Вводное занятие.**

Теория. Правила безопасности при проведении занятий. Краткий обзор развития футбола в России и за рубежом. Значение и место футбола в системе физического воспитания. Особенности мини-футбола, его отличия от футбола. План обучения и организационные моменты.

### **2. Оценка физической подготовленности.**

Практика. Привлечение обучающихся к занятиям в объединении. Сверка медицинских противопоказаний. Оценка физической подготовленности.

### **3. Теоретическая подготовка.**

Теория: Краткие сведения о строении и функциях человеческого организма. Влияние занятий физическими упражнениями на организм занимающихся, совершенствование функций мышечной системы, органов дыхания, кровообращения.

Личная и общественная гигиена. Личная гигиена: уход за кожей, волосами, ногтями, ногами. Гигиена полости рта.

Гигиенические основы режима учёбы, отдыха и занятий спортом. Режим дня. Значение правильного режима для юного спортсмена. Гигиенические требования, предъявляемые к местам занятий по футболу.

Значение закаливания для повышения работоспособности и увеличения сопротивляемости организма к простудным заболеваниям. Значение питания, как фактора борьбы за здоровье.

Права и обязанности игроков. Роль капитана команды, его права и обязанности. Обязанности судей. Существующие стандарты футбольных полей и тренировочных площадок. Размеры и требования к футбольным воротам

#### **4. Общая физическая подготовка.**

Практические занятия: Общеразвивающие упражнения без предметов (развитие гибкости, силы, ловкости). Упражнения для рук и плечевого пояса. Сгибание и разгибание, вращение, махи, отведения и приведения, рывки. Упражнения для мышц шеи: наклоны, вращения и повороты головы в различных направлениях. Упражнения для туловища. Упражнения для ног: различные маховые движения ногами, приседание на обеих и на одной ноге, выпады, выпады с дополнительными пружинящими движениями.

Упражнения с сопротивлением. Упражнения в парах - повороты и наклоны туловища, сгибание и разгибание рук, приседание с партнёром, игры с элементами сопротивления.

Общеразвивающие упражнения с предметами (развитие силы, гибкости, ловкости, быстроты). Игровые задания с элементами спортивных игр: «Точный пас». 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». Упражнения на месте (стоя, сидя, лёжа) и в движении. Упражнения в парах и группах с передачами, бросками и ловлей мяча. Упражнения с короткой и длинной скакалкой: прыжки на одной и обеих ногах с вращением скакалки вперёд, назад; прыжки с поворотами.

Подвижные игры и эстафеты (развитие ловкости, быстроты, силы) Игры с мячом, бегом, прыжками, метанием, сопротивлением, координацию. Эстафеты встречные и круговые, метанием в цель, бросками и ловлей мяча, прыжками и бегом в различных сочетаниях перечисленных элементов.

Легкоатлетические упражнения (развитие быстроты, ловкости, выносливости). Бег на 30, 60 и 100 м. Кроссы до 1000 м. Прыжки в длину и высоту с места и с разбега. Тройной прыжок с места и с разбега.

#### **5 Техническая и специальная физическая подготовка.**

Теория: Классификация и терминология технических приёмов игры в мини-футбол.

Прямой и резаный удар по мячу. Анализ выполнения технических приёмов. Отбор мяча – перехватом, выбиванием мяча, толчком соперника; вбрасывание мяча из положения шага.

Практические занятия:

Упражнения, направленные на развитие специальной ловкости. Упражнения, направленные на развитие выносливости (скоростной, прыжковой, силовой, игровой). Упражнения, направленные на развитие быстроты переключения от одних действий к другим. Упражнения, направленные на развитие прыгучести. Упражнения, направленные на развитие быстроты. Упражнения, направленные на развитие сокращения мышц, которые участвуют в выполнении технических приемов. Упражнения, направленные на развитие скорости.

#### **6. Тактическая подготовка.**

Теория: Оценка расстановки сил (своих и противника); предугадывание действия партнёров; разгадывание замысла противника, быстрый анализ складывающейся обстановки. Выбор наиболее целесообразной контрмеры и эффективно применить её. Тактика нападения. Индивидуальные действия без мяча. Правильное расположение на футбольном поле. Умение ориентироваться, реагировать соответствующим образом на действие партнёров и соперника.

Практические занятия: Выбор момента и способа передвижения для «открывания» на свободное место с целью получения мяча. Индивидуальные действия с мячом.

Целесообразное использование изученных способов ударов по мячу. Применение необходимого способа остановок в зависимости от направления, траектории и скорости мяча. Определение игровой ситуации, целесообразной для использования ведения мяча, выбора способа и направления ведения. Применение различных видов обводок (с изменением скорости и направления движения с мячом, изученные финты) в зависимости от игровой ситуации.

Групповые действия. Взаимодействия двух и более игроков. Передача в ноги партнёру, на свободное место, на удар; короткую или среднюю передачи, низом или верхом. Комбинация «игра в стенку». Выполнение простейших комбинаций при стандартных положениях: начале игры, угловом, штрафном и свободном ударах, выбрасывании мяча.

Тактика защиты. Индивидуальные действия. Выбор позиции по отношению опекаемого игрока и противодействию получению им мяча, т.е. осуществлять «закрывание». Выбор момента и способа действия (удара или остановки) для перехвата мяча. Выбор момента и способа действия (удара или остановки) для перехвата мяча. Групповые действия. Противодействие комбинации «стенка». Взаимодействие игроков при розыгрыше противником «стандартных» ситуаций.

Тактика вратаря. Выбор правильной позиции в воротах при различных ударах в зависимости от «угла удара», разыгрывать удар от своих ворот, введение мяча в игру (после ловли) открывшемуся партнёру, занятие правильной позиции при угловом, штрафном и свободном ударах вблизи своих ворот.

#### **7. Игровая подготовка.**

Теория: Установка на игру и разбор её проведения. Значение предстоящей игры. Анализ игры всей команды и отдельных игроков. Причины выполнения или невыполнения соревновательной задачи. Владение мячом. Командные действия. Игра в нападении и защите. Игра вратаря.

Практические занятия: Закрепление технических и тактических навыков в игровой обстановке. Учебно-тренировочные игры.

#### **8. Итоговое занятие.**

Практические занятия. Оценка усвоения программы. Сдача контрольных нормативов.

Подведение итогов года. Анализ результатов.

## Календарно-тематическое планирование первого года обучения

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов	Дата	
			План	Факт
1.	Вводное занятие. Инструктаж по ТБ.	2	06.09.2023	
2.	Оценка физической подготовленности.	2	13.09.2023	
3.	Краткий обзор развития футбола в России и за рубежом. Значение и место футбола в системе физического воспитания. Особенности мини-футбола, его отличия от футбола. План обучения и организационные моменты. Влияние занятий физическими упражнениями на организм занимающихся, совершенствование функций мышечной системы, органов дыхания, кровообращения.	2	20.09.2023	
4.	Личная и общественная гигиена. Личная гигиена: уход за кожей, волосами, ногтями, ногами. Гигиена полости рта. Бег на 30 и 60 м.	2	27.09.2023	
5.	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. Бег на 100 м	2	04.10.2023	
6.	Значение закаливания для повышения работоспособности и увеличения сопротивляемости организма к простудным заболеваниям. Кроссы до 1000 м	2	11.10.2023	
7.	Прыжки в длину и высоту с места и с разбега. Тройной прыжок с места и с разбега. Права и обязанности игроков. Роль капитана команды, его права и обязанности. Обязанности судей.	2	18.10.2023	
8.	Легкоатлетические упражнения (развитие быстроты, ловкости, выносливости). Существующие стандарты футбольных полей и тренировочных площадок.	2	25.10.2023	
9.	Общеразвивающие упражнения без предметов (развитие гибкости, силы, ловкости). Упражнения для рук и плечевого пояса. Сгибание и разгибание, вращение, махи, отведения и приведения, рывки.	2	01.11.2023	
10.	Упражнения для мышц шеи: наклоны, вращения и повороты головы в различных направлениях. Упражнения для туловища.	2	08.11.2023	
11.	Упражнения для ног: различные маховые движения ногами, приседание на обеих и на одной ноге, выпады, выпады с дополнительными пружинящими движениями. Упражнения с сопротивлением. Упражнения в парах - повороты и наклоны туловища, сгибание и разгибание рук, приседание с партнёром, игры с элементами сопротивления.	2	15.11.2023	
12.	Общеразвивающие упражнения с предметами (развитие силы, гибкости, ловкости, быстроты). Игровые задания с элементами спортивных игр: «Точный пас». Упражнения с	2	22.11.2023	

№ п/п	Тема занятия	Кол -во часо в	Дата	
			План	Факт
	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».			
13.	Упражнения на месте (стоя, сидя, лёжа) и в движении. Игровые задания с элементами спортивных игр: «Мяч в сетку». Упражнения в парах и группах с передачами, бросками и ловлей мяча. Подвижная игра: «Салки по месяцам».	2	29.11.2023	
14.	Упражнения с короткой и 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». Подвижные игры и эстафеты (развитие ловкости, быстроты, силы)	2	06.12.2023	
15.	Классификация и терминология технических приёмов игры в футбол. Прямой и резаный удар по мячу. Анализ выполнения технических приёмов	2	13.12.2023	
16.	Игры с мячом, бегом, прыжками, метанием, сопротивлением, координацию. Эстафеты встречные и круговые, метанием в цель, бросками и ловлей мяча, прыжками и бегом в различных сочетаниях перечисленных элементов.	2	20.12.2023	
17.	Отбор мяча – перехватом, выбиванием мяча, толчком соперника; вбрасывание мяча из положения шага. Упражнения, направленные на развитие специальной ловкости, выносливости (скоростной, прыжковой, силовой, игровой)	2	27.12.2023	
18.	Инструктаж по ТБ. Упражнения, направленные на развитие быстроты переключения от одних действий к другим	2	10.01.2024	
19.	Упражнения, направленные на развитие прыгучести, быстроты	2	17.01.2024	
20.	Упражнения, направленные на развитие сокращения мышц, которые участвуют в выполнении технических приемов. Упражнения, направленные на развитие скорости.	2	24.01.2024	
21.	Оценка расстановки сил (своих и противника); предугадывание действия партнёров. Тактика нападения: индивидуальные действия без мяча. Умение ориентироваться, реагировать соответствующим образом на действие партнёров и соперника.	2	31.01.2024	
22.	Индивидуальные действия без мяча. Правильно расположение на футбольном и мини-футбольном поле. Умение ориентироваться, реагировать на действия партнёров и соперника. Выбор момента и способа передвижения для «открывания» на свободное место с целью получения мяча.	2	07.02.2024	
23.	Индивидуальные действия с мячом. Целесообразное использование изученных способов ударов по мячу. Применение необходимого способа остановок в зависимости от направления, траектории и скорости мяча.	2	14.02.2024	

№ п/п	Тема занятия	Кол -во часо в	Дата	
			План	Факт
24.	Определение игровой ситуации, целесообразной для использования ведения мяча, выбора способа и направления ведения. Применение различных видов обводок (с изменением скорости и направления движения с мячом, изученные финты) в зависимости от игровой ситуации.	2	21.02.2024	
25.	Применение различных видов обводок (с изменением скорости и направления движения с мячом, изученные финты) в зависимости от игровой ситуации. Групповые действия. Взаимодействия двух и более игроков.	2	28.02.2024	
26.	Выполнение простейших комбинаций при стандартных положениях: начале игры, угловом, штрафном и свободном ударах, выбрасывании мяча. Тактика защиты. Индивидуальные действия. Выбор позиции по отношению опекаемого игрока и противодействовать получению им мяча, т.е. осуществлять «закрывание».	2	06.03.2024	
27.	Выбор момента и способа действия (удара или остановки) для перехвата мяча. Групповые действия. Противодействие комбинации «стенка».	2	13.03.2024	
28.	Тактика вратаря. Как занимать правильную позицию при угловом, штрафном и свободном ударах вблизи своих ворот.	2	20.03.2024	
29.	Установка на игру и разбор её проведения. Командные действия в мини-футболе. Причины выполнения или невыполнения соревновательной задачи.	2	27.03.2024	
30.	Владение мячом. Выполнение простейших комбинаций при стандартных положениях: начале игры, угловом, штрафном и свободном ударах, выбрасывании мяча.	2	03.04.2024	
31.	Игра в нападении и защите. Игра вратаря	2	10.04.2024	
32.	Закрепление технических и тактических навыков в игровой обстановке. Учебно-тренировочная игра по мини-футболу.	2	17.04.2024	
33.	Закрепление технических и тактических навыков в игровой обстановке. Учебно-тренировочная игра по мини-футболу.	2	24.04.2024	
34.	Закрепление технических и тактических навыков в игровой обстановке. Учебно-тренировочная игра по мини-футболу.	2	08.05.2024	
35.	Сдача контрольных нормативов.	2	15.05.2024	
36.	Итоговое занятие.	2	22.05.2024	
<b>Итого</b>		<b>72</b>		

## **Содержание программы второго года обучения**

### **1. Теоретическая подготовка.**

Теория: Задачи на новый учебный год. Правила безопасности при проведении спортивных занятий и соревнований.

Совершенствование функций мышечной системы, органов дыхания, кровообращения, под воздействием регулярных занятий физическими упражнениями для закрепления здоровья, развития физических способностей и достижения высоких спортивных результатов.

Вредное влияние курения и употребления спиртных напитков на здоровье и работоспособность спортсменов. Формирования здорового образа жизни.

### **2. Общая физическая подготовка.**

Практические занятия: Общеразвивающие упражнения без предметов (развитие гибкости, силы, ловкости). Упражнения для рук и плечевого пояса. Сгибание и разгибание, вращение, махи, отведения и приведения, рывки. Упражнения для мышц шеи: наклоны, вращения и повороты головы в различных направлениях. Упражнения для туловища.

Упражнения для ног: различные маховые движения ногами, приседание на обеих и на одной ноге, выпады, выпады с дополнительными пружинящими движениями.

Упражнения с сопротивлением. Упражнения в парах - повороты и наклоны туловища, сгибание и разгибание рук, приседание с партнёром, игры с элементами сопротивления.

Общеразвивающие упражнения с предметами (развитие силы, гибкости, ловкости, быстроты). Упражнения с мячами - поднимание, опускание, наклоны, повороты, перебрасывание с одной руки на другую перед собой, над головой, за спиной, броски и ловля мяча. Упражнения на месте (стоя, сидя, лёжа) и в движении. Упражнения в парах и группах с передачами, бросками и ловлей мяча. Упражнения с короткой и длинной скакалкой: прыжки на одной и обеих ногах с вращением скакалки вперёд, назад; прыжки с поворотами.

Подвижные игры и эстафеты (развитие ловкости, быстроты, силы) Игры с мячом, бегом, прыжками, метанием, сопротивлением, на внимание, координацию. Эстафеты встречные и круговые, метанием в цель, бросками и ловлей мяча, прыжками и бегом в различных сочетаниях перечисленных элементов.

Легкоатлетические упражнения (развитие быстроты, ловкости, выносливости). Бег на короткие дистанции. Бег на длинные дистанции. Прыжки в длину и высоту с места и с разбега. Тройной прыжок с места и с разбега.

### **3. Техническая и специальная физическая подготовка.**

Практические занятия: Упражнения, направленные на развитие специальной ловкости.

Упражнения, направленные на развитие выносливости (скоростной, прыжковой, силовой, игровой). Упражнения, направленные на развитие быстроты переключения от одних действий к другим. Упражнения, направленные на развитие прыгучести. Упражнения, направленные на развитие быстроты. Упражнения, направленные на развитие сокращения мышц, которые участвуют в выполнении технических приемов. Упражнения, направленные на развитие скорости.

### **4. Тактическая подготовка.**

Практические занятия: Отработка навыков 1 года обучения, совершенствование спортивного мастерства.

Тактика нападения: Индивидуальные действия без мяча. Правильное расположение на футбольном поле. Умение ориентироваться, реагировать соответствующим образом на действие партнёров и соперника. Индивидуальные действия с мячом. Групповые действия. Взаимодействия двух и более игроков.

Тактика защиты: Индивидуальные действия. Групповые действия. Взаимодействие игроков при розыгрыше противником «стандартных» ситуаций.



### **5. Игровая подготовка.**

Практические занятия: Закрепление технических и тактических навыков в игровой обстановке. Учебно-тренировочные игры. Участие в соревнованиях различного уровня.

### **6. Контрольное и итоговое занятие.**

Практические занятия: Оценка усвоения программы. Сдача контрольных нормативов. Подведение итогов года. Анализ результатов.

## Календарно-тематическое планирование второго года обучения

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов	Дата	
			План	Факт
1.	Вводное занятие. Инструктаж по ТБ.	2	07.09.2023	
2.	Совершенствование функций мышечной системы, органов дыхания, кровообращения, под воздействием регулярных занятий физическими упражнениями для закрепления здоровья, развития физических способностей и достижения высоких спортивных результатов.	2	14.09.2023	
3.	Общеразвивающие упражнения без предметов (развитие гибкости, силы, ловкости).	2	21.09.2023	
4.	Вредное влияние курения и употребления спиртных напитков на здоровье и работоспособность спортсменов. Формирования здорового образа жизни	2	28.09.2023	
5.	Упражнения для рук и плечевого пояса. Упражнения для мышц шеи. Упражнения для туловища.	2	05.10.2023	
6.	Упражнения для ног. Упражнения с сопротивлением.	2	12.10.2023	
7.	Упражнения в парах	2	19.10.2023	
8.	Общеразвивающие упражнения с предметами	2	26.10.2023	
9.	Упражнения с мячами. Упражнения на месте	2	02.11.2023	
10.	Упражнения в парах и группах с передачами, бросками и ловлей мяча.	2	09.11.2023	
11.	Упражнения с короткой и длинной скакалкой:	2	16.11.2023	
12.	Подвижные игры и эстафеты	2	23.11.2023	
13.	Легкоатлетические упражнения	2	30.11.2023	
14.	Бег на короткие дистанции.	2	07.12.2023	
15.	Бег на короткие дистанции.	2	14.12.2023	
16.	Прыжки в длину и высоту с места и с разбега. Тройной прыжок с места и с разбега.	2	21.12.2023	
17.	Упражнения, направленные на развитие специальной ловкости.	2	28.12.2023	
18.	Инструктаж по ТБ. Упражнения, направленные на развитие выносливости, быстроты	2	11.01.2024	
19.	Упражнения, направленные на развитие быстроты переключения от одних действий к другим. Упражнения, направленные на развитие прыгучести	2	18.01.2024	
20.	Упражнения, направленные на развитие скорости.	2	25.01.2024	
21.	Тактика нападения	2	01.02.2024	
22.	Тактика нападения	2	08.02.2024	
23.	Тактика защиты	2	15.02.2024	
24.	Тактика защиты	2	22.02.2024	
25.	Тактика вратаря	2	29.02.2024	
26.	Тактика вратаря	2	07.03.2024	

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов	Дата	
			План	Факт
27.	Закрепление технических и тактических навыков в игровой обстановке.	2	14.03.2024	
28.	Закрепление технических и тактических навыков в игровой обстановке.	2	21.03.2024	
29.	Учебно-тренировочная игра по мини-футболу.	2	28.03.2024	
30.	Учебно-тренировочная игра по мини-футболу.	2	04.04.2024	
31.	Участие в соревнованиях различного уровня	2	11.04.2024	
32.	Участие в соревнованиях различного уровня	2	18.04.2024	
33.	Участие в соревнованиях различного уровня	2	25.04.2024	
34.	Сдача контрольных нормативов.	2	02.05.2024	
35.	Сдача контрольных нормативов.	2	16.05.2024	
36.	Итоговое занятие.	2	23.05.2024	
	<b>Итого</b>	<b>72</b>		

## Методические и оценочные материалы

При обучении используются основные методы организации и осуществления учебно-познавательной работы, такие как словесные, наглядные, практические.

Выбор методов (способов) обучения зависит от психофизиологических, возрастных особенностей детей, темы и формы занятий. При этом в процессе обучения все методы реализуются в теснейшей взаимосвязи.

Методика проведения занятий предполагает постоянное создание ситуаций успешности, радости от преодоления трудностей в освоении изучаемого материала.

Основными формами тренировочного процесса являются:

- групповые тренировочные занятия;
- групповые теоретические занятия;
- восстановительные мероприятия;
- участие в матчевых встречах;
- участие в соревнованиях;
- зачеты, тестирования.

### Формы, приемы и методы контроля 1 год обучения

№ п/п	Раздел программы	Форма проведения занятий	Приемы, методы, технологии организации учебно-воспитательного процесса	Дидактический материал, техническое оснащение	Формы подведения итогов
1	Вводное занятие. Правила безопасности при занятиях спортом.	Беседа	Словесные, наглядные	Анкеты, презентация, инструкции	Анализ анкет, инструктаж
2	Теоритическая подготовка.	Беседа	Словесные, наглядные	Презентации. Правила игры в мини-футбол. Видеофильмы. Электронная доска. Гимнастические скамейки, шведская стенка, гимнастическая палка, обруч	Тестирование, опрос.
3	Оценка физической подготовки и общая физическая подготовка	Тренировки, показ	Словесные, наглядные, практические	Скакалка, резиновые и набивные мячи, гимнастические скамейки, шведская стенка, гимнастическая палка, обручи	Контрольные нормативы, наблюдение
4	Техническая подготовка и специальная физическая	Тренировки, беседы, показ, игры	Словесные, наглядные, практические	Резиновые и набивные мячи, сетка, ф/мячи	Результаты игр, наблюдение, контрольные

	подготовка				нормативы
5	Общая физическая подготовка	Тренировки, показ	Словесные, наглядные, практические	ф/б мячи, резиновые и набивные мячи, гимнастические скамейки.	Контрольные нормативы, наблюдение
6	Тактическая подготовка И игровая	Тренировки, беседы, показ, игры	Словесные, наглядные, практические	Презентации. Видеофильмы. Электронная доска. ф/б мячи, резиновые мячи, ф/ворота	Результаты игр, наблюдение, контрольные нормативы
7	Контрольно-оценочные и переводные испытания. Итоговое занятие.	Сдача контрольных нормативов	Практические, социальные	ф/б мячи, резиновые мячи, анкеты	Анализ диагностики умений и навыков

### 2 год обучения

№ п/п	Раздел программы	Форма проведения занятий	Приемы, методы, технологии организации учебно-воспитательного процесса	Дидактический материал, техническое оснащение	Формы подведения итогов
1	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности при проведении занятий	Беседа	Словесные, наглядные	Анкеты, презентация, инструкции	Анализ анкет, инструктаж
2	Теоритическая подготовка.	Беседа	Словесные, наглядные	Презентации. Правила игры в мини-футбол. Видеофильмы. Электронная доска. Гимнастические скамейки, шведская стенка, гимнастическая палка, обруч	Тестирование, опрос.
3	Общая физическая подготовка	Тренировки, показ	Словесные, наглядные, практические	Скакалка, резиновые и набивные мячи, гимнастические скамейки, шведская стенка, гимнастическая палка, обручи	Контрольные нормативы, наблюдение
4	Техническая и тактическая подготовка	Тренировки, беседы, показ, игры	Словесные, наглядные, практические	Правила игры в мини-футбол. Правила судейства.	Результаты игр, наблюдение,

				Презентации. Видеофильмы. Электронная доска. Ф/б мячи, резиновые и набивные мячи, ворота.	контрольные нормативы
5	Специальная физическая подготовка	Тренировки, показ	Словесные, наглядные, практические	ф/б, резиновые и набивные мячи, гимнастические скамейки, ф/б ворота	Контрольные нормативы, наблюдение
6	Игровая подготовка	Тренировки, показ	Словесные, наглядные, практические	ф/б, резиновые и набивные мячи, ф/б ворота.	Наблюдение, разбор игр
7	Контрольно-оценочные испытания. Итоговое занятие.	Сдача контрольных нормативов	Практические, социальные	ф/б мячи, ф/б ворота, резиновые мячи, анкеты	Анализ диагностики умений и навыков

### Формы, приемы и методы контроля

Для проверки результативности образовательной программы используются три основные составляющие контроля:

1. Входной контроль - проводится педагогом в начале учебного года и позволяет определить начального (базового) уровня физических данных, способностей и умений вновь прибывших обучающихся.
2. Текущий мониторинг - проводится ежегодно в двух годах обучения. и позволяет проследить степень усвоения учащимися содержания предлагаемого материала, уровень развития физических способностей обучающихся и специальных хореографических знаний и навыков.
3. Итоговый контроль - проводится ежегодно в двух годах обучения в конце учебного года и позволяет определить индивидуальный маршрут развития каждого обучающегося и уровень овладения программой.

**Входной контроль** - осуществляется на вводном занятии. В процессе беседы с вновь пришедшими обучающимся, после показа педагогом и выполнения ими контрольных заданий и тестовых упражнений на физическую выносливость, определяется базовый уровень физических данных и умений вновь прибывших обучающихся. По результатам контроля вновь прибывшие участники распределяются по группам с одинаковой степенью развития физических данных и способностей.

**Текущий мониторинг** - проводится в середине учебного года и позволяет проследить степень усвоения обучающимся содержания предлагаемого материала, уровень развития физических способностей ребенка и специальных знаний и навыков. Текущий мониторинг проводится по основным разделам образовательной программы. Итоги мониторинга фиксируются диагностических картах и в ведомости успеваемости обучающихся.

Для оценки уровня освоения программы и развития обучающихся, предлагается выполнить контрольные задания. По каждому показателю выставляются баллы по трехбалльной шкале: 1, 2, 3 Уровень освоения программы и развития ребенка

выявляется по среднеарифметическому баллу. От 1 до 1,6 балла - Низкий уровень (Н), от 1,7 до 2,5 балла – Средний уровень (С), от 2,6 до 3 баллов – Высокий уровень (В)

**Итоговый контроль** - проводится педагогом в конце учебного года и позволяет определить индивидуальный маршрут развития каждого обучающегося и уровень овладения программой. Диагностирование проводится по одним и тем же критериям, что даёт возможность наглядно увидеть динамику развития любого из рассматриваемых параметров. Итоговый мониторинг, как и текущий, проводится по основным разделам образовательной программы.

#### **Критерии уровня освоения программного материала:**

1. Бег 30 метров с высокого старта. Проводится на дорожке стадиона или легкоатлетического манежа в спортивной обуви без шипов. Количество стартующих в забеге определяется условиями, при которых бегущие не мешают друг другу. После 10-15 минутной разминки дается старт.
2. Бег 500 метров. Проводится на дорожке стадиона в спортивной обуви без шипов. Количество стартующих в забеге определяется условиями, при которых бегущие не мешают друг другу. Учитывают время выполнения задания.
3. Челночный бег 3 x 10 метров. Тест проводят в спортивном зале на ровной дорожке длиной не менее 12-13 метров. Отмеряют 10-метровый участок, начало и конец которого отмечают линией (стартовая и финишная черта). За каждой чертой – два полукруга радиусом 50 см. с центром на черте. На дальний полукруг за финишной линией кладут деревянный кубик (5см<sup>3</sup>). Спортсмен становится за ближней чертой на линии и по команде «марш» начинает бег в сторону финишной черты; обегает полукруг, берет кубик и возвращается к линии старта. Затем кладет кубик (бросать не разрешается) в полукруг на стартовой линии и снова бежит к дальней – финишной – черте, пробегая её. Учитывают время выполнения задания от команды «марш» и до пересечения линии финиша.
4. Прыжки в длину с места (см.) – выполняют толчком двух ног от линии и края доски на покрытие, исключая жесткое приземление. Измерение дальности прыжка осуществляют стальной рулеткой.
5. Сгибание и разгибание рук на опоре 50 см. Выполняется из упора рук на гимнастической скамейке (положение кистей рук произвольно), туловище удерживать прямое. Руки сгибать в локтевом суставе до 90°.
6. Метание набивного мяча (1 кг.) вперед из-за головы, (см.). Выполняют из положения сидя, ноги врозь, мяч в вытянутых руках над головой. Перед броском спортсмен занимает у линии старта положение, при котором тазовый угол, образуемый при разведении ног, не выходит за стартовую линию. Дальность броска измеряют рулеткой.

#### **Контрольные нормативы**

<b>№ п/п</b>	<b>Контрольные упражнения</b>	<b>Результат</b>
<b>Общая физическая подготовка</b>		
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.	Челночный бег (3x10 м, сек.)	8,3
5.	Прыжок со скакалкой (30 сек.)	50
<b>Специальная физическая подготовка</b>		
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			
<b>Техническая подготовка</b>					
8.	Жонглирование мячом, раз	10			
9.	Прием мяча внутренней стороной стопы (правой/левой ноги)	+			
10.	Прием мяча подошвой (правой/левой ноги)	+			
11.	Удары на точность	5/10			
<b>Техническая подготовка разновозрастная</b>					
		10 лет	11 лет	12 лет	13 лет
	Удар по мячу ногой на точность (число попаданий) из 10	6	7	8	6
	Ведение мяча, обводка стоек и удар по воротам (сек).	—	—	—	10.0
	Жонглирование мячом (раз)	8	10	12	20



**Диагностическая карта «Мониторинг результатов»**

Лист 1

(вид контроля \_\_\_\_\_)

Дополнительная общеобразовательная программа «Мини-футбол», Харитонов А.С.

Тема: \_\_\_\_\_

Цель: \_\_\_\_\_

Дата \_\_\_\_\_

<b>КОНТРОЛЬНЫЕ НОРМАТИВЫ</b>										
<b>№ п/п</b>	<b>Ф.И. обучающегося</b>	<b>Общая физическая подготовка</b>					<b>Специальная физическая подготовка</b>		<b>Итог освоения в баллах</b>	<b>Уровень освоения программы</b>
		<b>Прыжок в длину с места (см)</b>	<b>Поднимание туловища (за 30 сек., кол-во раз)</b>	<b>Бег 400 м (сек.)</b>	<b>Челночный бег (3x10 м, сек.)</b>	<b>Прыжок со скакалкой (30 сек.)</b>	<b>Бег 30 м с мячом</b>	<b>Удары по мячу на дальность</b>		
1										
2										
3										
4										
5										
6										
7										
8										
9										
10										
11										
12										
13										
14										
15										

<b>КОНТРОЛЬНЫЕ НОРМАТИВЫ</b>										
<b>№ п/п</b>	<b>Ф.И. обучающегося</b>	<b>Техническая подготовка</b>				<b>Техническая подготовка разновозрастная</b>			<b>Итог в баллах</b>	<b>Уровень освоения программы</b>
		<b>Жонглирование мячом, раз</b>	<b>Прием мяча внутренней стороной стопы (правой/левой ноги)</b>	<b>Прием мяча подошвой (правой/левой ноги)</b>	<b>Удары на точность</b>	<b>Удар по мячу ногой на точность</b>	<b>Ведение мяча, обводка стоек и удар по воротам</b>	<b>Жонглирование мячом</b>		
1										
2										
3										
4										
5										
6										
7										
8										
9										
10										
11										
12										
13										
14										
15										

**Примечание:**

- по каждому показателю выставляются баллы по трехбалльной шкале: 1, 2, 3, (низкий уровень (Н), средний уровень (С), высокий уровень (В))

- уровень освоения программы выявляется по среднеарифметическому баллу - графа «Итог освоения в баллах», который заносится в графу «Уровень освоения программы» согласно шкалы.

Максимальное количество баллов – 21х2, всего 42 балла (100%).

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

<b>Кол-во баллов</b>	<b>Требования по теоретической подготовке</b>	<b>Требования по практической подготовке</b>	<b>Результат</b>
100-75%	Освоил в полном объёме все теоретические знания, предусмотренных программой	Освоил в полном объёме практические умения, успешно продемонстрировал все необходимые навыки	Программа освоена в полном объёме <b>Высокий уровень</b>
74-50%	Освоил больше половины теоретических знаний, предусмотренных программой	Освоил больше половины практических умений, успешно продемонстрировал большую часть навыков	Программа освоена частично <b>Средний уровень</b>
Менее 50 %	Освоил меньше половины теоретических знаний, предусмотренных программой	Освоил меньше половины практических умений, продемонстрировал меньше половины требуемых навыков	Не освоил программу <b>Низкий уровень</b>

*Низкий уровень*

Учебный материал усваивается бессистемно. Обучающейся овладел менее ½ 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.

### Список литературы

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. Футбол - твоя игра. - М: Просвещение, 2008.
4. Антипов А.В. Диагностика и тренировка двигательных способностей в детско-юношеском футболе: научно-методическое пособие / А.В. Антипов, В.П. Губа, С.Ю. Тюленьков. М.: Советский спорт, 2008.
5. Варюшин, В.В. Тренировка юных футболистов: учебное пособие / В.В. Варюшин.- М.: Физическая культура, 2007.
6. 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.
7. Джармен Д. Футбол для юных. - М.: Физкультура и спорт, 2002.
8. Дюкина, Л.А.Профессиональная подготовка будущих учителей физической культуры в условиях применения коллективного способа обучения. - Йошкар-Ола, 2000.
9. Зеленцов, А.С. Техничко- тактические действия футболистов: проблемы совершенствования. – М.: Физкультура и спорт, 2012.
10. Ивасев, В.З. Техничко-тактическая подготовка юных футболистов с учетом разносторонности соревновательных действий. Краснодар, 2001.
11. 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.
12. Мутко В.Л., Андреев С.Н., Алиев Э.Г. Мини-футбол – игра для всех. – М.: Советский спорт, 2007.
13. Петько, С.Н. Структура соревновательной деятельности как основа построения тренировки в мини-футболе / С.Н. Петько, И.Г. Лысенко, В.А. Кашкаров // Теория и практика физической культуры. -2008. № 8. - 59 с.

### *Литература для обучающихся и родителей*

1. Андрианов П., Линдер В. 1000 футболистов. Лучшие игроки всех времен. – М.: АСТ, Астрель, 2009.
2. Денни Милке. Футбол. Основы игры. - М.: Астрель, 2007.
3. Гиффорд К. Футбол. Факты, голы, суперзвезды. – М.: АСТ, Кладезь, 2014.
4. Гиффорд К. Все о футболе. – М.: АСТ, Астрель, 2006. 64 с.
5. Кузнецов В.С., Колодгницкий Г.А. Физические упражнения и подвижные игры.
6. Методическое пособие Н.Ц.- М.: Эпас, 2006.
7. Малов В. 100 великих футбольных матчей. – М.: Вече, 2014.
8. Матч моей жизни. Лучшие финалы главного еврокубка. 16 звезд о своем триумфе. – М.: ФАИР, 2008.
9. «МИНИ-ФУТБОЛ В ШКОЛЕ» (авторы – С.Н. Андреев, Э.Г. Алиев). Издательство: «Советский спорт», 2006 г.