

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
средняя общеобразовательная школа №10  
с углубленным изучением отдельных предметов

РАССМОТРЕНА  
На заседании педагогического  
совета  
от 02.05.2024  
Протокол № 6

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МБОУ СОШ №10 с УИОП  
Е.В. Озерова  
от 02.05.2024  
Приказ №Ш10-13-326/4



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
(ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ) ПРОГРАММА  
Физкультурно-спортивной направленности  
**«Мини-футбол»**

Срок реализации: 9 месяцев  
Возраст обучающихся: 10-16 лет  
Автор-составитель программы:  
Казарян Р.М., педагог  
дополнительного образования

г. Сургут, 2024

## АННОТАЦИЯ

Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа «Мини-футбол», физкультурно-спортивной направленности, является модифицированной и составлена на основе авторской программы «Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов» В.И. Ляха, А.А. Зданевича, с изменением и учетом особенностей возраста и уровня подготовки детей.

Программа рассчитана на учащихся 10-16 лет, срок реализации 9 месяцев, объём 34 часа.

В процессе обучения учащиеся познакомятся с правилами игры «мини-футбол», разовьют не только быстроту, ловкость, силу и выносливость, но еще и такие черты характера, как взаимовыручку, коллективизм, ответственность, чувство уважения к соперникам.

Формы занятий: групповая, индивидуальная.

Занятия позволяют решить проблему занятости свободного времени детей, формированию физических качеств, пробуждение интереса детей к новой деятельности в области физической культуры и спорта. Формирует установку на здоровый образ жизни, на бережное отношение к своему здоровью.

**ПАСПОРТ ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ  
(ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ) ПРОГРАММЫ**

Название программы	«Мини-футбол»
Направленность программы	Физкультурно-спортивная
Уровень программы	стартовый
ФИО автора (составителя) программы	Казарян Роберт Мнацаканович
Год разработки или модификации	2024
Где, когда и кем утверждена программа	Программа утверждена приказом директора №Ш10-13-326/4 от 02.05.2024
Информация о наличии рецензии/экспертного заключения	Нет
Цель	Приобщение обучающихся к здоровому образу жизни посредством углубленного изучения спортивной игры мини - футбол, воспитание гармонично развитых, активных, стойких, волевых и дисциплинированных юных спортсменов
Задачи	<p><b>Образовательные:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ознакомить учащихся с правилами самоконтроля состояния здоровья на занятиях и дома; формировать здоровый образ жизни;</li> <li>• научить основам техники и тактики игры в мини - футбол;</li> <li>• способствовать приобретению необходимых теоретических знаний в мини – футбол.</li> </ul> <p><b>Развивающие:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• способствовать овладению основными приемами техники и тактики игры в мини – футбол;</li> <li>• развить устойчивый интерес к данному виду спорта;</li> <li>• развить креативные способности (мышление, умение предугадать тактику игры противника);</li> <li>• содействовать правильному физическому развитию;</li> <li>• развить физические способности (силу, выносливость, гибкость, координацию движений);</li> <li>• развивать специальные технические и тактические навыки игры в мини - футболе;</li> <li>• подготовить обучающихся к соревнованиям по мини - футболу;</li> <li>• содействовать отбору лучших обучающихся в команду школы по мини – футболу.</li> </ul> <p><b>Воспитательные:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• способствовать воспитанию воли, смелости, настойчивости, дисциплинированности, коллективизма, чувства дружбы;</li> <li>• способствовать формированию у обучающихся организаторских навыков;</li> <li>• способствовать привитию общей культуры поведения.</li> </ul>
Планируемые результаты освоения программы	<p><b>Предметные образовательные результаты:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- владение тактикой и техникой игры;</li> <li>- умение выполнять разновидности челночного бега;</li> <li>- работа с мячом в передаче;</li> </ul>

	<p>- знание судейских правил игры мини-футбол.</p> <p><b>Метапредметные результаты:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- интерес к спорту, как к здоровому образу жизни;</li> <li>- умение правильно выполнять укрепляющие упражнения для мышц;</li> <li>- умение ставить цели и пути её достижения;</li> <li>- умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности;</li> <li>- умение анализировать свою деятельность.</li> </ul> <p><b>Личностные результаты:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- сформированы личные качества: трудолюбие, аккуратность, стремление к достижению успеха;</li> <li>- потребность к здоровому образу жизни, бережно относится к своему здоровью;</li> <li>- сформированы коммуникативные качества, толерантность, умение работать в команде.</li> </ul>
Срок реализации программы	2024-2025 учебный год
Количество часов в неделю/год	1 час в неделю, 34 часа в год
Возраст обучающихся	10-16 лет
Формы занятий	Групповая, индивидуальная
Методическое обеспечение	<p><u>Дидактические материалы:</u></p> <p>Схемы и плакаты освоения технических приемов мини - футбола</p> <p>Правила игры в мини - футбол</p> <p>Правила судейства в мини - футбол</p> <p>Регламент проведения турниров различных уровней</p> <p>Положение о соревнованиях по мини - футбол</p> <p><u>Методические рекомендации:</u></p> <p>Рекомендации по организации безопасного ведения игры.</p> <p>Рекомендации по организации подвижных игр.</p>
Условия реализации программы (оборудование, инвентарь, специальные помещения, ИКТ и др.)	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Футбольные ворота - 2 шт.</li> <li>2. Конусы - 10 шт.</li> <li>3. Гимнастические стенки - 2 шт.</li> <li>4. Гимнастические скамейки - 3 - 4шт.</li> <li>5. Гимнастические маты - 3шт.</li> <li>6. Скакалки - 20шт.</li> <li>7. Мячи набивные (масса 1 кг) - 10шт.</li> <li>8. Резиновые амортизаторы - 10 шт.</li> <li>9. Мячи мини - футбольные - 10 шт.</li> <li>10. Рулетка - 2 шт.</li> <li>11. Макет площадки с фишками - 2 комплекта.</li> </ol>

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

### Нормативно-правовое обеспечение программы:

Программа разработана в соответствии со следующими нормативными правовыми документами:

1. [Федеральный Закон Российской Федерации от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»](#) (с изменениями).
2. [Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 № 678-р «Об утверждении Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года»](#).
3. [Приказ Министерства просвещения РФ от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»](#).
4. [Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»](#).

А также другими Федеральными законами, иными нормативными правовыми актами РФ, законами и иными нормативными правовыми актами субъекта РФ (Ханты-Мансийского автономного округа – Югры), содержащими нормы, регулирующие отношения в сфере дополнительного образования детей, нормативными и уставными документами МБОУ СОШ 10 с УИОП.

Реализация дополнительной общеобразовательной (общеразвивающей) программы осуществляется за пределами Федеральных государственных образовательных стандартов и не предусматривает подготовку обучающихся к прохождению государственной итоговой аттестации по образовательным программам.

**Актуальность программы:** заключается в том, что мини - футбол всегда был востребован в детской среде, количество желающих заниматься мини - футболом заметно возрастает с каждым годом. Мини футбол доступен всем, играют в него как в закрытых помещениях, так и на открытых площадках. Несложный инвентарь и простые правила этой увлекательной игры покоряют многих любителей.

Выбор спортивной игры – мини - футбол - определился популярностью ее в детской среде, доступностью, широкой распространенностью, учебно-материальной базой школы и, естественно, подготовленностью самого учителя.

Очень важно, чтобы ребенок мог после уроков снять физическое и эмоциональное напряжение. Это легко можно достичь в спортивном зале, посредством занятий мини - футбола. Программа направлена на создание условий для развития личности ребенка, развитие мотивации к познанию и творчеству, обеспечение эмоционального благополучия ребенка, профилактику асоциального поведения, целостность процесса психического и физического здоровья детей.

Занятия мини - футболом способствуют развитию и совершенствованию у занимающихся основных физических качеств – выносливости, координации движений, скоростно-силовых качеств, формированию различных двигательных навыков, укреплению здоровья, а также формируют личностные качества ребенка: коммуникабельность, волю, чувство товарищества, чувство ответственности за свои действия перед собой и товарищами. Стремление превзойти соперника в быстроте действий, изобретательности, меткости подач, чёткости удара и других действий, направленных на достижение победы, приучает занимающихся мобилизовывать свои возможности, действовать с максимальным напряжением сил, преодолевать трудности, возникающие в ходе спортивной борьбы.

Соревновательный характер игры, самостоятельность тактических индивидуальных и групповых действий, непрерывное изменение обстановки, удача или неуспех вызывают у играющих проявление разнообразных чувств и переживаний. Высокий эмоциональный подъем поддерживает постоянную активность и интерес к игре.

Эти особенности мини - футбола создают благоприятные условия для воспитания у обучающихся умения управлять эмоциями, не терять контроля за своими действиями, в случае успеха не ослаблять борьбы, а при неудаче не падать духом.

Формируя на основе вышеперечисленного у обучающихся поведенческих установок, мини-футбол, как спортивная игра, своими техническими и методическими средствами эффективно позволяет обогатить внутренний мир ребенка, расширить его информированность в области оздоровления и развития организма.

В условиях современной общеобразовательной школы у учащихся в связи с большими учебными нагрузками и объемами домашнего задания развивается гиподинамия. Решить отчасти, проблему призвана программа дополнительного образования «Мини - футбол», направленная на удовлетворение потребностей в движении, оздоровлении и поддержании функциональности организма.

**Новизна программы:** состоит в том, что она помогает адаптировать учебный процесс к индивидуальным особенностям ребенка, создать условия для максимального раскрытия спортивного потенциала ребенка. Упражнения с мячами динамичны и эмоциональны, способствуют развитию силы, скоростносиловых качеств, координационных способностей, быстроты простой и сложной двигательной реакции, требуют проявления находчивости, способности к концентрации и переключению внимания, пространственной, временной, динамической точности движений и их биодинамической рациональности.

Разнообразие технических и тактических действий игры в футбол и собственно игровая деятельность обладают уникальными свойствами для формирования жизненно важных навыков и умений школьников, всестороннего развития их физических и психических качеств.

**Направленность:** физкультурно-спортивная.

**Уровень освоения программы:** стартовый.

**Отличительные особенности программы:** данная программа имеет как оздоровительное, так и прикладное значение.

**Адресат программы:** программа предназначена для обучения детей (подростков) в возрасте 10-16 лет.

**Количество обучающихся в группе:** 20 человек.

**Срок освоения программы:** 9 месяцев.

**Объем программы:** 34 часа.

**Режим занятий:** 1 раз в неделю по 1 академическому часу.

**Форма (ы) обучения:** очная.

**Особенности организации образовательного процесса:** групповая, индивидуальная форма проведения занятий.

**Цель программы:** приобщение обучающихся к здоровому образу жизни посредством углубленного изучения спортивной игры мини - футбол, воспитание гармонично развитых, активных, стойких, волевых и дисциплинированных юных спортсменов.

**Задачи программы:**

**Образовательные:**

- ознакомить учащихся с правилами самоконтроля состояния здоровья на занятиях и дома; формировать здоровый образ жизни;

- научить основам техники и тактики игры в мини - футбол;

- способствовать приобретению необходимых теоретических знаний в мини – футбол.

**Развивающие:**

- способствовать овладению основными приемами техники и тактики игры в мини – футбол;

- развить устойчивый интерес к данному виду спорта;

- развить креативные способности (мышление, умение предугадать тактику игры противника);

- содействовать правильному физическому развитию;

- развить физические способности (силу, выносливость, гибкость, координацию движений);

- развивать специальные технические и тактические навыки игры в мини - футболе;

- подготовить обучающихся к соревнованиям по мини - футболу;

- содействовать отбору лучших обучающихся в команду школы по мини – футболу.

**Воспитательные:**

- способствовать воспитанию воли, смелости, настойчивости, дисциплинированности, коллективизма, чувства дружбы;
- способствовать формированию у обучающихся организаторских навыков;
- способствовать привитию общей культуры поведения.

**СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ****Учебный план**

№ п/п	Название раздела, тема	Количество часов			Формы аттестации / контроля
		Всего	Теория	Практика	
<b>1.</b>	<b>Раздел 1. Основы знаний.</b>	<b>1</b>	<b>1</b>		
1.1	Знакомство обучающихся друг с другом. Выявление уровня первичной подготовки детей в данном виде деятельности. Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.	1	1		Анализ, наблюдение
<b>2.</b>	<b>Раздел 2. Развитие двигательных способностей.</b>	<b>28</b>		<b>28</b>	
2.1	Втягивающая тренировка. Специальные упражнения, свободная практика.	1		1	Анализ, наблюдение
2.2	Отработка техники передвижения и владения мячом: остановка прием мяча.	1		1	Анализ, наблюдение
2.3	Передвижение спиной вперед, повороты, удары по мячу внутренней частью стопы, ведение мяча по кругу.	1		1	Анализ, наблюдение
2.4	Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой. Бег в сочетании с ходьбой.	1		1	Анализ, наблюдение
2.5	Подвижные игры.	1		1	Анализ, наблюдение
2.6	Обучение ударом по неподвижному мячу, чеканка мяча.	1		1	Анализ, наблюдение
2.7	Подтягивание, приседание, пресс, длительный бег, игра в вышибалы.	1		1	Анализ, наблюдение
2.8	Отработка ударов по мячу из различных положений, комбинации ударов.	1		1	Анализ, наблюдение
2.9	Общеразвивающие упражнения с набивным мячом, игра в гандбол.	1		1	Анализ, наблюдение
2.10	Товарищеская игра.	1		1	Анализ, наблюдение
2.11	Общеразвивающие упражнения в парах, подтягивания.	1		1	Анализ, наблюдение
2.12	Эстафета на закрепление и совершенствование технических приемов.	1		1	Анализ, наблюдение
2.13	Развитие скоростных и скоростно-силовых способностей, прыжки.	1		1	Анализ, наблюдение
2.14	Ведение мяча до центра с последующим ударом по воротам, изучение новых	1		1	Анализ, наблюдение

	технических приемов.				
2.15	Обводка с помощью обманных движений, отработка изученных ударов.	1		1	Анализ, наблюдение
2.16	Игры на закрепление тактических действий, силовые упражнения.	1		1	Анализ, наблюдение
2.17	Ведение мяча с активным сопротивлением защитников, удар по неподвижному мячу внутренней стороной стопы.	1		1	Анализ, наблюдение
2.18	Развитие координационных способностей. Ведение + удар по воротам, квадрат.	1		1	Анализ, наблюдение
2.19	Игры, развивающие физические способности. Бег с остановками и изменением направления.	1		1	Анализ, наблюдение
2.20	Изучение позиционного нападения: без изменений позиций игроков + удар с сопротивлением.	1		1	Анализ, наблюдение
2.21	Общеразвивающие упражнения по методу круговой тренировки.	1		1	Анализ, наблюдение
2.22	Полоса препятствий, удары-по неподвижному мячу, мяч стоит на месте, змейка + удар.	1		1	Анализ, наблюдение
2.23	Отработка передач в движении, передача мяча на ход.	1		1	Анализ, наблюдение
2.24	Отбор мяча толком плеча в плечо. Двусторонняя учебная игра.	1		1	Анализ, наблюдение
2.25	Развитие гибкости, старты из различных положений, подтягивания.	1		1	Анализ, наблюдение
2.26	Тренировка выносливости, изменение направления движений по сигналу.	1		1	Анализ, наблюдение
2.27	Отработка тактики свободного нападения, ударов из различных положений.	1		1	Анализ, наблюдение
2.28	Комбинации из освоенных элементов техники передвижений, применение их в игре.	1		1	Анализ, наблюдение
<b>3.</b>	<b>Раздел 3. Спортивные мероприятия.</b>	<b>4</b>		<b>4</b>	
3.1	Ввод мяча вратаря ударом ногой. Двусторонняя учебная игра.	1		1	Анализ, наблюдение
3.2	Эстафеты на закрепление и совершенствование технических приемов	1		1	Анализ, наблюдение
3.3	Специальные упражнения. Чеканка мяча.	1		1	Анализ, наблюдение
3.4	Вратарь: ловля катящегося мяча. Удары по воротам из стандартных положений, по катящемуся мячу.	1		1	Анализ, наблюдение
<b>4.</b>	<b>Раздел 4. Итоговое занятие. Сдача контрольных нормативов.</b>	<b>1</b>		<b>1</b>	
4.1	Итоговое занятие. Сдача контрольных нормативов.	1		1	Анализ, наблюдение
	Итого	34	1	33	

## Содержание учебного плана

### Раздел 1. Основы знаний. (1 ч.)

**Теория:** Знакомство с группой. Ознакомление обучающихся с целями и задачами программы. Инструктаж по технике безопасности. Тренировочный режим. Режим дня юного спортсмена. Спортивная форма для занятий мини - футбола. Выбор капитана. История развития мини-футбол. Ознакомление с местами проведения занятий.

Гигиенические знания и навыки. Правила закаливание. Режим дня и питание спортсмена. Правила игры в мини - футбол. Организация и проведение соревнований. Роль капитана команды, его права и обязанности. Площадка для игры в мини - футбол, её устройство, разметка. Краткие сведения о строении и функциях организма человека. Ведущая роль центральной нервной системы в деятельности организма. Влияние занятий физическими упражнениями на организм. История развития мини - футбола в России. Значение и место мини - футбола в системе физического воспитания. Правила поведения в спортивном зале, на спортивной площадке.

Понятие о тактике и тактической комбинации. Характеристика игровых действий. Коллективная и индивидуальная игра. Индивидуальные и групповые тактические действия. Правильное расположение игроков. Умение ориентироваться, реагировать соответствующим образом на действие партнёров и соперника. Выбор момента и способа передвижения с целью получения мяча. Индивидуальные действия с мячом. Целесообразное использование изученных способов удара по мячу. Групповые действия. Взаимодействие двух и более игроков. Понятия «Упражнение и система упражнений общей физической подготовки». Классификация упражнений по направленности воздействия. Влияние физических упражнений на развитие двигательных способностей. Индивидуальные и групповые тактические действия. Умение ориентироваться, реагировать соответствующим образом на действие партнёров и соперника. Целесообразное использование изученных способов ударов по мячу.

### Раздел 2. Развитие двигательных способностей. (28 ч.)

**Практика:** Выполнение общеразвивающих упражнений без предметов: поднимание и опускание рук в стороны, сведение и разведение рук вперёд - назад, круговые вращения, сгибание и разгибание рук в упоре лежа; наклоны туловища вперёд, в стороны, то же, в сочетании с движениями рук; круговые движения туловища с различным положением рук (на поясе, за головой, вверху); поднимание и вращение ног в положении лёжа на спине; приседания с различными положениями рук; выпады вперёд, в стороны с наклонами туловища и движениями рук; переход из упора присев в упор лёжа и снова в упор присев. Выполнение легкоатлетических упражнений: ходьба и ее разновидности в различном темпе, с различной шириной шага; бег и его разновидности, с изменением частоты шагов, ширины шагов, темпа и дистанции, с изменением направления движения; с заданием педагога; с ускорением, с переходом на ходьбу; бег с высокого старта с ускорением до 30 м, бег повторный до 3х10 м.; прыжки и их разновидности, с одной на две, с двух на две на месте и с продвижением, в стороны, широкими шагами, тройные, пятерные, через скакалку, через скамейку с подтягиванием колен к груди.; выпрыгивание из приседа вверх, с доставанием предмета. Выполнение акробатических упражнений: перекаты вперед и назад в положение лежа, прогнувшись, перекаты в группировке с последующей опорой руками за головой; стойка на лопатках; из упора лежа на гимнастической скамейке сгибание и разгибание рук. Участие в подвижных играх: «Рыбак и рыбы», «Перестрелка», «Гонка мячей по кругу», «Лапта», «Защита укрепления», «Мяч среднему», «Вызов номеров», «Круговая лапта». Участие в эстафетах с бегом, прыжками, преодолением препятствий, переноской мячей. Участие в спортивных играх: ручной мяч, мини-футбол по упрощённым правилам.

Выполнение специальных упражнений для развития быстроты: упражнения для развития стартовой скорости, по сигналу (преимущественно зрительному) ускорения на 10 – 15 м из различных исходных положений: стоя лицом, боком и спиной к стартовой линии, из приседа, седа. Выполнение упражнений для развития дистанционной скорости: ускорения на 15, 30 м, бег «змейкой» между расставленными в различном положении стойками для обводки, бег с быстрым

изменением скорости: после быстрого бега быстро резко замедлить бег или остановиться, затем выполнить новый рывок ускорение в том же или другом направлении.

Выполнение специальных упражнений для развития ловкости: прыжки с разбега толчком одной и двух ног, стараясь достать головой высоко подвешенный мяч, держание мяча в воздухе (жонглирование), чередуя удары различными частями стопы, бедром, головой. Упражнения для развития силы: комплексы упражнений с гантелями, с набивными мячами, в тренажерном зале. Участие в подвижных играх: «Живая цель», «Салки мячом». Эстафеты с бегом, прыжками, метанием.

### **Раздел 3. Спортивные мероприятия. (4 ч.)**

**Практика:** Инструктаж по технике безопасности во время проведения и участия в соревнованиях по мини - футболу. Правила поведения во время соревнований, отношения к соперникам и судьям соревнований. Установка на игру. Анализ проведенных игр. Обсуждение результатов соревновательной деятельности. Участие в соревнованиях различного уровня, в образовательной организации, муниципалитете, городе.

### **Раздел 4. Итоговое занятие. Сдача контрольных нормативов. (1 ч.)**

**Практика:** Подведение итогов учебного года, вручение грамот, дипломов по результатам соревновательной деятельности первого года обучения. Объявление итогов промежуточной аттестации. Задание для самостоятельных заданий на летний период. Разминка. Сдача контрольно-тестовых упражнений.

## **Планируемые результаты освоения программы**

### **Предметные образовательные результаты:**

- владение тактикой и техникой игры;
- умение выполнять разновидности челночного бега;
- работа с мячом в передаче;
- знание судейских правил игры мини-футбол.

### **Метапредметные результаты:**

- интерес к спорту, как к здоровому образу жизни;
- умение правильно выполнять укрепляющие упражнения для мышц;
- умение ставить цели и пути её достижения;
- умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности;
- умение анализировать свою деятельность.

### **Личностные результаты:**

- сформированы личные качества: трудолюбие, аккуратность, стремление к достижению успеха;
- потребность к здоровому образу жизни, бережно относится к своему здоровью;
- сформированы коммуникативные качества, толерантность, умение работать в команде.

**Комплекс организационно-педагогических условий  
Календарный учебный график**

**Количество учебных недель:** 34

**Количество учебных дней:** 34

**Сроки учебных периодов:** 1 полугодие – 01.09.2024-31.12.2025

2 полугодие – 09.01.2025-31.05.2025

<b>№ п/п</b>	<b>Месяц</b>	<b>Число</b>	<b>Время проведения занятия</b>	<b>Форма занятия</b>	<b>Количество часов</b>	<b>Тема занятий</b>	<b>Место проведения</b>	<b>Форма контроля</b>
1	Сентябрь	04	15.00	Групповая	1	Знакомство обучающихся друг с другом. Выявление уровня первичной подготовки детей в данном виде деятельности. Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.	Спортивный комплекс	Анализ, наблюдение
2	Сентябрь	11	15.00	Групповая	1	Втягивающая тренировка. Специальные упражнения, свободная практика.	Спортивный комплекс	Анализ, наблюдение
3	Сентябрь	18	15.00	Индивидуальная, групповая	1	Отработка техники передвижения и владения мячом: остановка прием мяча.	Спортивный комплекс	Анализ, наблюдение
4	Сентябрь	25	15.00	Индивидуальная, групповая	1	Передвижение спиной вперед, повороты, удары по мячу внутренней частью стопы, ведение мяча по кругу.	Спортивный комплекс	Анализ, наблюдение

5	Октябрь	02	15.00	Групповая	1	Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой. Бег в сочетании с ходьбой.	Спортивный комплекс	Анализ, наблюдение
6	Октябрь	09	15.00	Индивидуальная	1	Подвижные игры.	Спортивный комплекс	Анализ, наблюдение
7	Октябрь	16	15.00	Индивидуальная, групповая	1	Обучение ударом по неподвижному мячу, чеканка мяча.	Спортивный комплекс	Анализ, наблюдение
8	Октябрь	23	15.00	Групповая	1	Подтягивание, приседание, пресс, длительный бег, игра в вышибалы.	Спортивный комплекс	Анализ, наблюдение
9	Ноябрь	06	15.00	Индивидуальная, групповая	1	Отработка ударов по мячу из различных положений, комбинации ударов.	Спортивный комплекс	Анализ, наблюдение
10	Ноябрь	13	15.00	Индивидуальная, групповая	1	Общеразвивающие упражнения с набивным мячом, игра в гандбол.	Спортивный комплекс	Анализ, наблюдение
11	Ноябрь	20	15.00	Индивидуальная, групповая	1	Товарищеская игра.	Спортивный комплекс	Анализ, наблюдение
12	Ноябрь	27	15.00	Индивидуальная, групповая	1	Общеразвивающие упражнения в парах, подтягивания.	Спортивный комплекс	Анализ, наблюдение

13	Декабрь	04	15.00	Индивидуальная, групповая	1	Эстафета на закрепление и совершенствование технических приемов.	Спортивный комплекс	Анализ, наблюдение
14	Декабрь	11	15.00	Индивидуальная, групповая	1	Развитие скоростных и скоростно-силовых способностей, прыжки.	Спортивный комплекс	Анализ, наблюдение
15	Декабрь	18	15.00	Индивидуальная, групповая	1	Ведение мяча до центра с последующим ударом по воротам, изучение новых технических приемов.	Спортивный комплекс	Анализ, наблюдение
16	Декабрь	25	15.00	Индивидуальная, групповая	1	Обводка с помощью обманных движений, отработка изученных ударов.	Спортивный комплекс	Анализ, наблюдение
17	Январь	15	15.00	Индивидуальная, групповая	1	Игры на закрепление тактических действий, силовые упражнения.	Спортивный комплекс	Анализ, наблюдение
18	Январь	22	15.00	Групповая	1	Ведение мяча с активным сопротивлением защитников, удар по неподвижному мячу внутренней стороной стопы.	Спортивный комплекс	Анализ, наблюдение
19	Январь	29	15.00	Индивидуальная, групповая	1	Развитие координационных способностей. Ведение + удар по воротам, квадрат.	Спортивный комплекс	Анализ, наблюдение
20	Февраль	05	15.00	Индивидуальная, групповая	1	Игры, развивающие физические способности. Бег с остановками и изменением направления.	Спортивный комплекс	Анализ, наблюдение

21	Февраль	12	15.00	Групповая	1	Изучение позиционного нападения: без изменений позиций игроков + удар с сопротивлением.	Спортивный комплекс	Анализ, наблюдение
22	Февраль	19	15.00	Индивидуальная	1	Общеразвивающие упражнения по методу круговой тренировки.	Спортивный комплекс	Анализ, наблюдение
23	Февраль	26	15.00	Индивидуальная, групповая	1	Полоса препятствий, удары-по неподвижному мячу, мяч стоит на месте, змейка + удар.	Спортивный комплекс	Анализ, наблюдение
24	Март	05	15.00	Индивидуальная, групповая	1	Отработка передач в движении, передача мяча на ход.	Спортивный комплекс	Анализ, наблюдение
25	Март	12	15.00	Индивидуальная, групповая	1	Отбор мяча толком плеча в плечо. Двусторонняя учебная игра.	Спортивный комплекс	Анализ, наблюдение
26	Март	19	15.00	Индивидуальная, групповая	1	Развитие гибкости, старты из различных положений, подтягивания.	Спортивный комплекс	Анализ, наблюдение
27	Март	26	15.00	Индивидуальная, групповая	1	Тренировка выносливости, изменение направления движений по сигналу.	Спортивный комплекс	Анализ, наблюдение
28	Апрель	09	15.00	Индивидуальная, групповая	1	Отработка тактики свободного нападения, ударов из различных положений.	Спортивный комплекс	Анализ, наблюдение

29	Апрель	16	15.00	Индивидуальная, групповая	1	Комбинации из освоенных элементов техники передвижений, применение их в игре.	Спортивный комплекс	Анализ, наблюдение
30	Апрель	23	15.00	Индивидуальная, групповая	1	Ввод мяча вратаря ударом ногой. Двусторонняя учебная игра.	Спортивный комплекс	Анализ, наблюдение
31	Май	30	15.00	Индивидуальная, групповая	1	Эстафеты на закрепление и совершенствование технических приемов	Спортивный комплекс	Анализ, наблюдение
32	Май	07	15.00	Индивидуальная, групповая	1	Специальные упражнения. Чеканка мяча.	Спортивный комплекс	Анализ, наблюдение
33	Май	14	15.00	Индивидуальная, групповая	1	Вратарь: ловля катящегося мяча. Удары по воротам из стандартных положений, по катящемуся мячу.	Спортивный комплекс	Анализ, наблюдение
34	Май	21	15.00	Индивидуальная	1	Итоговое занятие. Сдача контрольных нормативов.	Спортивный комплекс	Анализ, наблюдение

## Условия реализации программы

Для эффективной реализации настоящей программы необходимы определённые условия:

- наличие спортивного зала для учебных занятий, рассчитанного на 20 учащихся и отвечающего правилам СанПин;
- наличие необходимого оборудования: футбольные ворота - 2 шт., конусы - 10 шт., гимнастические стенки - 2 шт., гимнастические скамейки - 4шт., гимнастические маты - 3шт., скакалки - 20шт., мячи набивные (масса 1 кг) - 10шт., резиновые амортизаторы - 10 шт., мячи мини - футбольные - 10 шт., рулетка - 2 шт., макет площадки с фишками - 2 комплекта.
- наличие учебно-методической базы: наглядный материал, раздаточный материал, методическая литература.

**Методическое обеспечение программы:** Программа предусматривает применение различных приемов и методов организации образовательной деятельности:

- используется метод: словесный: объяснение, беседа, рассказ;
- наглядный: показ педагогом, обучающимся, работа по образцу, показ видеоматериалов;
- практический: тренировочные упражнения, контрольно-тестовые упражнения, учебные игры.

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

При реализации программы используются следующие формы организации занятий:

- учебно-тренировочные занятия,
- соревнования,
- открытые занятия,
- турниры,
- учебные игры,
- дидактические материалы.

### Дидактические материалы:

Схемы и плакаты освоения технических приемов мини - футбола

Правила игры в мини - футбол

Правила судейства в мини - футбол

Регламент проведения турниров различных уровней

Положение о соревнованиях по мини - футбол

### Методические рекомендации:

Рекомендации по организации безопасного ведения игры

Рекомендации по организации подвижных игр

**Материально-техническое обеспечение программы:** спортивный зал: минимальные размеры 24х12м.

Для проведения занятий в секции мини - футбола необходимо иметь следующее оборудование и инвентарь:

1. Футбольные ворота - 2 шт.
2. Конусы - 10 шт.
3. Гимнастические стенки - 2 шт.
4. Гимнастические скамейки - 3 - 4шт.
5. Гимнастические маты - 3шт.
6. Скакалки - 20шт.
7. Мячи набивные (масса 1 кг) - 10шт.
8. Резиновые амортизаторы - 10 шт.
9. Мячи мини - футбольные - 10 шт.
10. Рулетка - 2 шт.
11. Макет площадки с фишками - 2 комплекта.

### **Воспитательный компонент**

Воспитательная работа в дополнительном образовании представлена в процессе взаимодействия педагогов и учеников, сущностью которого является создание условий для самореализации субъектов этого процесса. Цель воспитательного процесса - ориентация школьников на самовоспитание, саморазвитие, самореализацию.

### **Формы промежуточной аттестации и итогового контроля**

Основной показатель работы по программе дополнительного образования - выполнение в конце учебного года программных требований по уровню подготовленности занимающихся, выраженных в количественно - качественных показателях технической, тактической, физической, подготовленности, физического развития. Диагностика результатов проводится в виде тестов и контрольных упражнений. Контрольные тесты и упражнения проводятся в течении всего учебно-тренировочного годового цикла 2 – 3 раза в год.

В конце учебного года (в мае месяце) все учащиеся группы сдают по общей физической подготовке контрольные зачеты.

Контрольные игры проводятся регулярно в учебных целях как более высокая ступень учебных игр с заданиями. Кроме того, контрольные игры незаменимы при подготовке к соревнованиям. Игры применяются с целью использования в соревновательных условиях изученных технических приемов и тактических действий. Контрольные испытания. Физическое развитие и физическая подготовленность

Требования контрольно-переводных тестов разработаны на основании:

- образовательных программ по футболу.

## Оценочные материалы

№	Вид	Цель	Содержание	Форма проведения	Критерии
1	Вводный контроль	Выявление первичных знаний, готовности к работе по программе	Введение в деятельность	Собеседование	уч-ся готовы к освоению программы
2	Текущий контроль в течение всего года	Соблюдение правил безопасного труда	Правила пожарной безопасности; осторожно террор; Правила дорожного движения.	Инструктажи. Викторина	Высокий-100% - зачёт, Средний- 51-79%
3	Тематический контроль октябрь-ноябрь январь, апрель.	Выявление уровня овладения основными приёмами владения мяча	Отдельные общеразвивающие упражнения с мячом, упражнений развития для мышц, удары по прыгающему мячу.	Контрольные упражнения	Высокий-80-100 % Средний- 51-79%
4	Текущий контроль Декабрь, Май.	Выявление освоенности программы	Ведение мяча. Защита ворот и обстрел ворот. Пошаговый бег, бег на месте, разминка ног.	Контрольные упражнения наведение мяча.	<u>Высокий</u> – 80-100% <u>средний</u> – 51-79%
5	Итоговый контроль Май	Способность самостоятельно выполнить практическое задание. (Приложение 1,2)	Комплекс упражнений по темам программы. Освоение на начальном этапе игры мини-футбол. Знание техники безопасности.	Контрольные упражнения	<u>Высокий</u> – 80-100% <u>средний</u> – 51-79%

## Список литературы

### Для педагога:

1. Патрикеев А. Ю. Формирование личностных и регулятивных умений на уроках физической культуры 1-11 классы /А. Ю. Патрикеев - М.: «Учитель». 2015. - 237 с.
2. Патрикеев А.Ю. Поурочные разработки ФГОС. Физическая культура 5 класс / А. Ю. Патрикеев - М.: «Вако». 2016. - 272 с.
3. Лях В. И. Физическая культура. Тестовый контроль. 5-9 классы / В. И. Лях - М.: «Просвещение». 2014. - 208 с.
4. Кузнецов В. В. Практикум по теории и методике физического воспитания и спорта / В. В. Кузнецов, Ж. К. Холодов - М.: «Дрофа». 2017. - 144 с.

### Для обучающихся:

1. Виленский М. Я. Физическая культура. 5-7 классы / М. Я. Виленский, В.И. Лях - М.: «Просвещение», 2016. -239 с.

### Для родителей (законных представителей):

1. Виленский М. Я. Физическая культура. 5-7 классы / М. Я. Виленский, В.И. Лях - М.: «Просвещение», 2016. -239 с.

## Интернет-источники

1. Российский журнал "Физическая культура" - <http://lib.sportedu.ru/press/fkvot/2005N6/Index.htm>
2. Журнал "Теория и практика физической культуры" - <http://lib.sportedu.ru/Press/TPFK/2006N6/Index.htm>

**Оценочные материалы для итогового контроля**

Для полевых игроков и вратарей

Контрольные упражнения	пол	Возраст, лет						
		10	11	12	13	14	15	16
Бег 30 м с высокого старта, с	м	6,0	5,8	5,6	5,4	5,2	4,9	4,8
Бег 300 м, с	м	62,0	60,0	58,0				
Челночный бег, 3*10 м, с	м	9,0	8,8	8,6	8,5	8,3	8,0	7,6
6-минутный бег, м	м	-	-	1150	1200	1200	1300	1350
Прыжок в высоту с места, см	м	36	40	48	53	57	60	64
Прыжок в длину с места, см	м	170	178	185	190	194	197	200
Метание набивного мяча (1 кг), м	м	5,8	6,2	6,8	7,2	7,6	8,0	8,4
Подтягивание из виса на перекладине, раз	м	-	-	-	5	6	7	8
Отжимания из упора на полу, раз	м	8	10	15	-	-	-	-

Для полевых игроков по технической подготовке

Контрольные упражнения	пол	Возраст, лет						
		10	11	12	13	14	15	16
Жонглирование мяча ногами (поочередно правой и левой ногой), раз	м	8	12	16	20	26	30	36
Жонглирование мяча головой, раз	м	8	12	16	18	22	24	26
Бег, 30 м с ведением мяча	м	6,5	6,3	6,2	6,0	5,8	5,5	5,1
Ведение мяча по «восьмерке»	м	+	+	+	+	+	+	+
Комплексный тест	м	+	+	+	+	+	+	+
Удар ногой по неподвижному мячу в цель,	м	3	3	3	3	3	4	4

число попаданий								
Челночный бег, 3*10 м, с	м	9,0	8,8	8,6	8,5	8,3	8,0	7,6
6-минутный бег, м	м	-	-	1150	1200	1200	1300	1350
Прыжок в высоту с места, см	м	36	40	48	53	57	60	64
Прыжок в длину с места, см	м	170	178	185	190	194	197	200
Метание набивного мяча (1 кг), м	м	5,8	6,2	6,8	7,2	7,6	8,0	8,4
Подтягивание из виса на перекладине, раз	м	-	-	-	5	6	7	8
Отжимания из упора на полу, раз	м	8	10	15	-	-	-	-