

Муниципальное бюджетное образовательное
учреждение дополнительного образования
«Детско-юношеская спортивная школа»

Принято и согласовано
На педагогическом совете

Протокол № 6
От «01» декабря 2025 г.

Утверждено

Приказом директора
МБОУ ДО «ДЮСШ»

№ 62 от 01.12.2025
В.В. Попов

Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа
«Мини-футбол (футзал)»

Физкультурно-спортивной направленности

Срок реализации: 3 года

Для детей от 6 до 17 лет

Разработчик:
Тренер-преподаватель-
Халиков Алексей Ринатович, ВКК
Инструктор-методист
Капишева Ирина Викторовна

Содержание

РАЗДЕЛ 1. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ.....	3
1.1 ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА	3
1.2. ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ.....	13
1.3. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ И СПОСОБЫ ИХ ОПРЕДЕЛЕНИЯ.....	14
РАЗДЕЛ 2. УЧЕБНЫЙ ПЛАН	16
2.2 Базовый этап - 1 год обучения.....	16
2.3 Базовый этап – 2 год обучения.....	18
2.3 Продвинутый этап – 3 год обучения.....	21
РАЗДЕЛ 3. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ.....	25
3.1. Календарный учебный график	25
3.2. Материально-техническое обеспечение.....	25
3.3. Кадровое обеспечение	26
3.4. Методическая часть	26
РАЗДЕЛ 4. СИСТЕМА КОНТРОЛЯ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ.....	29
4.1 Контрольные нормативы ОФП и СФП	30
4.2 Оценка теоретических знаний	30
4.3 Оценка метапредметных и личностных результатов	31
РАЗДЕЛ 5. ВОСПИТАТЕЛЬНАЯ РАБОТА	31
РАЗДЕЛ 6. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ	32
Приложение 1	34
Приложение 2	35
Приложение 3	36
Приложение 4.....	38

РАЗДЕЛ 1. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ

1.1 ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Нормативно правовую основу настоящей дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Мини-футбол (футзал)» составляют следующие документы:

1. Федеральный Закон Российской Федерации от 29.12.2012 г. № 273 «Об образовании в Российской Федерации»;
2. Федеральный Закон Российской Федерации от 14.07.2022 г. № 295-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации»;
3. Федеральный Закон Российской Федерации от 24.07.1998 г. № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации»;
4. Концепция развития дополнительного образования детей, утвержденная распоряжением правительства Российской Федерации от 31.03.2022 г. № 678-р;
5. Указ Президента Российской Федерации от 21.07.2020 г. №474 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года»
6. Стратегия развития молодежной политики в РФ на период до 2030 года, утвержденная Распоряжением Правительства РФ от 17 августа 2024 г. № 2233-р (с изменениями на 31 марта 2025 года);
7. Постановление Правительства РФ от 11.10.2023 N 1678 «Об утверждении Правил применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;
8. Письмо Минобрнауки России № 09-3442 от 18.11.15 «О направлении информации (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»;
9. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 3 сентября 2019 г. № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональной системы дополнительного образования детей».
10. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
11. Приказ Министерства образования и молодежной политики Свердловской области от 29.06.2023 № 785-Д «Об утверждении Требований к условиям и порядку оказания государственной услуги в социальной сфере «Реализация дополнительных общеразвивающих программ» в соответствии с социальным

сертификатом;

12. Профессиональный стандарт «Педагог дополнительного образования детей и взрослых», утвержденный Приказом Министерства труда и социальной защиты РФ от 22 сентября 2021 г. № 652н

13. Приказ Министерства образования и молодежной политики Свердловской области от 30.03.2018 г. № 162-Д «Об утверждении Концепции развития образования на территории Свердловской области на период до 2035 года»;

14. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 № 28 «Об утверждении санитарно-эпидемиологических правил (СП 2.4.3648-20) «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

15. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 января 2021 г. № 3 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»;

16. Приказ ГАНОУ СО «Дворец молодежи» № 582-д от 29.04.2025г. об утверждении методических рекомендаций «Разработка дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ» в образовательных организациях;

17. Устав МБОУ ДО «Детско-юношеская спортивная школа».

Направленность дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Мини-футбол (футзал)» физкультурно-спортивная.

Актуальность программы состоит в том, что она соответствует социальному заказу общества и ориентирована на удовлетворение образовательных потребностей современных детей и родителей. Данная программа в своей деятельности привлекает максимально возможное число детей к систематическим занятиям спортом и выявляет их склонность и пригодность для дальнейшего обучения и совершенствования, воспитывает устойчивый интерес к учебно-тренировочному процессу и соревнованиям.

Футбол – один из самых популярных видов спорта России, который помогает развивать физическую выносливость, тактическое мышление, ловкость и способствует развитию координационных способностей. Благодаря физическому воспитанию через футбол происходит естественное привыкание к здоровому образу жизни и физическим нагрузкам, что благотворно сказывается на здоровье организма занимающегося.

Футбол всегда были популярен и востребован у той части подростков, которая проявляет высокую физическую и интеллектуальную активность, стремится к самореализации в коллективе и нуждается в создании необходимых условий для

позитивных способов проявления этих качеств личности. Игровая деятельность связана с решением определённых задач, выполнением определённых обязанностей, преодолением разного рода трудностей и препятствий. Преодоление препятствий укрепляет силу воли, воспитывает выдержку, решительность, настойчивость в достижении цели, веру в свои силы.

Отличительной особенностью данной программы «Мини-футбол (футзал)» является то, что в её основу положена программа по футболу, разработанная Российским футбольным союзом и комитетом юношеского футбола РФ. Данная программа максимально адаптирована для обучения в условиях дополнительного образования. Основной акцент в спортивной подготовке этого периода делается на освоении игры в футбол в целом. Поэтому в учебно-тренировочных занятиях преимущественное внимание уделяется как физической подготовке, так и освоению основ техники. Основой подготовки занимающихся в секции является не только технико-тактическая подготовка юных футболистов, но и общефизическая подготовка, направленная на более высокий показатель физического развития школьников. Расширяется кругозор и интерес занимающихся к данному виду спорта. Физические нагрузки распределяются с учётом возрастных особенностей обучающихся.

Одной из педагогических идей при реализации программы является приучение детей к занятию физической культурой, которая может стать увлекательным хобби на всю жизнь. Педагог дополнительного образования обязан показать возможности занятия мини-футболом во взрослой жизни, пути организации и самоорганизации спортивных сообществ на примере общественных спортивных объединений.

Программа помогает удовлетворить потребность в самореализации занимающихся на футбольном поле. Возможность реализации приобретаемых навыков в различных видах спорта: координация, выносливость, физическая и тактическая подготовка, умение критически мыслить и принимать правильные решения за минимальный промежуток времени. Программа предусматривает такие аспекты как: становление и развитие занимающегося, как личности, так и спортсмена, создание условий для обучения и совершенствования спортивных навыков.

Педагогическая целесообразность

Педагогическая целесообразность настоящей программы характеризуется общими принципами, характерными для программ стартового уровня сложности, с учетом физкультурно-спортивной направленности:

- формирование и развитие способностей детей через занятия физической культурой и футболом в объединении;
- удовлетворение индивидуальных потребностей детей в нравственном и физическом совершенствовании;
- приобретение навыков здорового и безопасного образа жизни;
- укрепление здоровья обучающихся;
- организация свободного времени у детей;
- мотивация личности ребенка к занятиям физической культурой и футболом.

Своевременность дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Мини-футбол (футзал)» раскрывается через соответствие региональным социально-экономическим и социокультурным потребностям и проблемам, а также нормативным правовым актам и государственными программными документами.

Воспитательная работа. Реализация данной дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы осуществляется параллельно с воспитательной работой, которую осуществляет МБОУ ДО «Детско-юношеская спортивная школа» и включает в себя мероприятия, являющиеся обязательными для проведения с обучающимися данной программы на всех уровнях, и может быть дополнена тренером-преподавателем в зависимости от конкретных образовательных потребностей детей.

Целью воспитательной работы при реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Мини-футбол (футзал)» является формирование у детей социального опыта, необходимого для жизни в обществе, а также системы ценностей, принимаемой обществом для многогранного развития и социализации каждого обучающегося.

В достижении цели воспитательной работы поможет решение ряда задач, а именно:

- развитие общей культуры обучающихся через традиционные объединения, выявление одаренных детей и работа с ними;
- формирование у детей гражданско-патриотического сознания;
- развитие творческих способностей обучающихся в процессе создания творческой атмосферы в объединении через организацию совместной деятельности педагогов, обучающихся и родителей;
- формирование нравственной культуры, интеллектуального расширение кругозора для улучшения образовательного процесса;
- пропаганда здорового образа жизни, профилактика правонарушений, социально-опасных явлений;

- создание условий для активного и полезного взаимодействия МБОУ ДО «Детско-юношеская спортивная школа» и семьи по вопросам воспитания обучающихся.

Для повышения результативности обучения и более эффективного достижения цели и реализации задач данной программы целесообразно проводить мероприятия воспитательной работы при участии приглашённых специалистов, привлекающих детей к участию в организационно-массовых мероприятиях в свободное время от освоения обучающимися основной дополнительной общеобразовательной программы.

Мероприятия воспитательного характера позволяют включить каждого ребенка в практическую творческую деятельность, соответствующую его склонностям.

Содержание такой деятельности наполнено не только знаниями и умениями по профилю, но и полезным социальным опытом для жизни в настоящее время и в будущем.

Воспитательная работа необходимостью обществу и государству социальный заказ на воспитание гражданина своей Родины, края, патриота с активной жизненной позицией.

Адресаты программы обучающиеся в возрасте от 6 до 17 лет. В группы зачисляются мальчики и девочки, годные по состоянию здоровья. Имеющие медицинские справки о допуске к занятиям. Для зачисления необходимо предоставить справку об отсутствии противопоказаний к занятиям спортивными видами деятельности, с подписью и печатью врача, штампом и треугольной печатью медицинского учреждения.

К уровню степени предварительной специализированной подготовки и наличию специальных способностей в данной предметной области особых требований нет.

Зачисление в группы производится на основании заполнения родителями заявления о зачислении и согласия родителя (законного представителя) несовершеннолетнего обучающегося на обработку персональных данных.

Возрастные особенности учащихся:

Возрастной период с 6 до 10—11 лет можно назвать относительно спокойным и является наиболее благоприятным для развития «чувства мяча». В это время объяснение, рассказ не приводят к серьезным сдвигам в обучении технике футбола и знакомство с механизмами ударных действий и разными по форме (относительно более простыми) действиями с мячом происходит практически спонтанно. В этом возрасте ребёнок способен к более или менее продолжительной концентрации внимания, у него появляется способность к целенаправленной деятельности, он овладевает достаточным лексическим запасом и запасом речевых моделей для удовлетворения своих коммуникативных нужд. Доминирующей функцией у ребенка становится мышление, которое определяет работу

всех функций сознания, они становятся контролируемы. Хотя формируется словесно-логическое мышление, но все же важную роль играет наглядно-образное мышление.

Поэтому примерно до 10 лет методом обучения является подражание. Естественное развитие двигательной чувствительности к 11 годам практически завершается и в дальнейшем ее изменение зависит в основном только от тренировки. Юные футболисты в этом возрасте в принципе готовы осваивать практически любые по сложности технические приемы. Лимитирующим фактором для исполнения каких-либо приемов или заданий может быть недостаток естественного развития необходимых физических качеств. Ни для кого не секрет, что эффективность спортивной деятельности зависит от уровня развития двигательных качеств. В возрасте от 7 до 10 лет наблюдаются высокие темпы развития ловкости движений, гибкости. После 8-10 лет наблюдается интенсивное развитие всей мускулатуры.

Средний школьный возраст (подростковый) охватывает детей в возрасте от 10 до 17 лет. Данный возраст характеризуется интенсивным ростом и увеличением размеров тела. Годичный прирост длины тела достигает 4–7 см. Масса тела прибавляется ежегодно на 3–6 кг. Наиболее интенсивный темп роста мальчиков происходит в 13–14 лет. Когда длина тела прибавляется за год на 7–9 см. А у девочек происходит интенсивное увеличение роста в 11–12 лет в среднем на 7 см.

В подростковом возрасте быстро растут длинные трубчатые кости верхних и нижних конечностей, ускоряется рост в высоту позвонков. Позвоночный столб подростка очень подвижен. Чрезмерные мышечные нагрузки, ускоряя процесс окостенения, могут замедлять рост трубчатых костей в длину. В этом возрасте быстрыми темпами развивается и мышечная система. С 13 лет отмечается резкий скачок в увеличении общей массы мышц, главным образом за счет увеличения толщины мышечных волокон. Мышечная масса особенно интенсивно нарастает у мальчиков в 13–14 лет, а у девочек – в 11–12 лет. Наблюдаются существенные различия в сроках полового созревания девочек и мальчиков. Процесс полового созревания у девочек наступает обычно на 1–2 года раньше, чем у мальчиков. В одном классе обучаются школьники с разной степенью полового созревания, следовательно, и с разными функциональными адаптационными возможностями. Отсюда очевидно, что в подростковом возрасте приобретает особую актуальность проблема индивидуализации обучения. У подростков на фоне морфологической и функциональной незрелости сердечно-сосудистой системы, а также продолжающегося развития центральной нервной системы особенно заметна незавершенность формирования механизмов, регулирующих и координирующих различные функции сердца и сосудов.

Поэтому адаптационные возможности системы кровообращения у детей 12 – 15 лет при мышечной деятельности значительно меньше, чем в юношеском возрасте. Их система кровообращения реагирует на нагрузки менее экономично. В период полового созревания у подростков отмечается наиболее высокий темп развития дыхательной системы.

Режим дыхания у детей среднего школьного возраста менее эффективный, чем у взрослых. За один дыхательный цикл подросток потребляет 14 мл кислорода, в то время как взрослый – 20 мл. Подростки меньше, чем взрослые, способны задерживать дыхание и работать в условиях недостатка кислорода. У них быстрее, чем у взрослых, снижается насыщение крови кислородом.

Подростковый возраст – это период продолжающегося двигательного совершенствования моторных способностей, больших возможностей в развитии двигательных способностей. У детей среднего школьного возраста достаточно высокими темпами улучшаются отдельные координационные способности (в метаниях на меткость и на дальность, в спортивно-игровых двигательных действиях), силовые и скоростно-силовые способности; умеренно увеличиваются скоростные способности и выносливость. Низкие темпы наблюдаются в развитии гибкости.

К задачам физического воспитания детей среднего школьного возраста следует отнести:

- содействие всестороннему развитию личности посредством формирования физической культуры личности школьника.
- содействие гармоничному физическому развитию, закрепление навыков правильной осанки, развитие устойчивости организма к неблагоприятным условиям внешней среды, воспитание ценностных ориентации на здоровый образ жизни и привычки соблюдения личной гигиены;
- обучение основам базовых видов двигательных действий;
- дальнейшее развитие координационных (ориентирование в пространстве, перестроение двигательных действий, быстрота и точность реагирования на сигналы, согласование движений, ритм, равновесие, точность воспроизведения и дифференцирования основных параметров движений) и кондиционных (скоростно-силовых, скоростных, выносливости, силы и гибкости) способностей;
- формирование основ знаний о личной гигиене, о влиянии занятий физическими упражнениями на основные системы организма, развитие волевых и нравственных качеств;

- выработку представлений о физической культуре личности и приемах самоконтроля;
- углубление представления об основных видах спорта, соревнованиях, снарядах и инвентаре, соблюдение правил техники безопасности во время занятий, оказание первой помощи при травмах.

Юношеский возраст старше 16 лет характеризуется продолжением процесса роста и развития, что выражается в относительно спокойном и равномерном его протекании в отдельных органах и системах. Одновременно завершается половое созревание. В этой связи четко проявляются половые и индивидуальные различия как в строении, так и в функциях организма. В этом возрасте замедляются рост тела в длину и увеличение его размеров в ширину, а также прирост в массе. Различия между юношами и девушками в размерах и формах тела достигают максимума. Юноши перегоняют девушек в росте и массе тела. Юноши (в среднем) выше девушек на 10 –12 см тяжелее на 5 –8 кг. Масса их мышц по отношению к массе всего тела больше на 13%, а масса подкожной жировой ткани меньше на 10%, чем у девушек. Туловище юношей немного короче, а руки и ноги длиннее, чем у девушек.

У старших школьников почти заканчивается процесс окостенения большей части скелета. Рост трубчатых костей в ширину усиливается, а в длину замедляется. Интенсивно развивается грудная клетка, особенно у юношей. Скелет способен выдерживать значительные нагрузки. Развитие костного аппарата сопровождается формированием мышц, сухожилий, связок. Мышцы развиваются равномерно и быстро, в связи с чем увеличивается мышечная масса и растет сила. В этом возрасте отмечается асимметрия в увеличении силы мышц правой и левой половины тела. Это предполагает целенаправленное воздействие (с большим уклоном на левую сторону) с целью симметричного развития мышц правой и левой сторон туловища. В этом возрасте появляются благоприятные возможности для воспитания силы и выносливости мышц.

У девушек в отличие от юношей наблюдается значительно меньший прирост мышечной массы, заметно отстает в развитии плечевой пояс, но зато интенсивно развиваются тазовый пояс и мышцы тазового дна. Грудная клетка, сердце, легкие, жизненная емкость легких, сила дыхательных мышц, максимальная легочная вентиляция и объем потребления кислорода также менее развиты, чем у юношей. В силу этого функциональные возможности органов кровообращения и дыхания у них оказываются гораздо ниже.

Сердце юношей на 10 – 15% больше по объему и массе, чем у девушек; пульс реже на 6 – 8 уд/мин, сердечные сокращения сильнее, что обуславливает больший выброс крови в сосуды и более высокое кровяное давление. Девушки дышат чаще и не так глубоко, как юноши; жизненная емкость их легких примерно на 100 см³ меньше.

В 15 – 17 лет у школьников заканчивается формирование познавательной сферы. Наибольшие изменения происходят в мыслительной деятельности. У детей старшего школьного возраста повышается способность понимать структуру движений, точно воспроизводить и дифференцировать отдельные (силовые, временные и пространственные) движения, осуществлять двигательные действия в целом.

Старшеклассники могут проявлять достаточно высокую волевою активность, например, настойчивость в достижении поставленной цели, способность к терпению на фоне усталости и утомления. Однако у девушек снижается смелость, что создает определенные трудности в физическом воспитании.

В старшем школьном возрасте по сравнению с предыдущими возрастными группами наблюдается снижение прироста в развитии кондиционных и координационных способностей.

Количество обучающихся в группе: Состав объединения – разновозрастной, в пределах возрастного диапазона от 6 до 17 лет. Комплектование групп происходит в начале учебного года. Минимальное число детей в одной группе 10, максимальное – 20.

Объем и срок освоения программы

Объем программы: 648 часов. Программа рассчитана на 3 года и включает в себя 3 модуля. Каждый модуль рассчитан 36 недель и составляет 216 часов. Период реализации модуля с 01 сентября по 31 мая.

Учебно-тематический план соответствует возрастному периоду: для детей от 6 до 17 лет.

Режим занятий:

Общее количество часов в неделю – 6 часов. Занятия проводятся 3 раза в неделю по 2 часа. Продолжительность одного академического часа - 45 мин. Перерыв между учебными занятиями – 10 минут.

Особенности организации образовательного процесса. Программа реализуется по традиционной модели, которая представляет собой линейную последовательность освоения содержания.

Формы обучения: очная.

Форма организации обучения: работа в группах, командах, парах, подгруппах.

Перечень форм подведения итогов: тестирование, контрольные упражнения.

Формы и методы проведения занятий:

В учебном процессе применяются следующие формы организации деятельности на занятиях - фронтальная, групповая и коллективная.

Преимущественно используются традиционные формы занятий: тестирование, лекция, беседа, занятие-игра, тренинг, соревнование, самостоятельная работа, праздник. Также занятия-соревнования: конкурс, смотр, фестиваль, олимпиада, турнир, викторина.

При реализации настоящей программы используются следующие методы обучения:

- **словесные методы:** беседа; анализ тренировочной и соревновательной деятельности; самоанализ; разбор игры (игровых эпизодов).
- **наглядные методы обучения:** показ иллюстраций, видеоматериалов; наглядный показ.
- **практические методы:** соревновательный метод; метод тренировочной нагрузки (интервальный, равномерный, переменный); игровой метод; аутотренинг; метод круговой тренировки.
- **психологические:** наблюдение; беседа; анкетирование; тестирование; эксперимент.

Главным из них является **метод упражнений**, который предусматривает многократное повторение упражнений. Разучивание упражнений осуществляется двумя методами: в целом и по частям.

Игровой и соревновательный методы применяются после того, как у обучающихся образовались некоторые навыки игры.

Метод круговой тренировки предусматривает выполнение заданий на специально подготовленных местах (станциях). Упражнения выполняются с учётом технических и физических способностей занимающихся.

Формы организации деятельности на занятии могут варьироваться в зависимости от задач, поставленных в каждом конкретном случае на том или ином этапе обучения. Занятия могут проводиться со всем составом объединения одновременно, либо в малых группах. Занятия в малых группах проводятся при обучении обучающихся тактическим аспектам подготовки с целью индивидуализации функциональных обязанностей различных игровых амплуа (вратарь, защитник, полузащитник, нападающий).

При проведении занятий используется групповая и индивидуальная форма работы. Проводятся теоретические и практические занятия.

Формы подведения результатов: устный опрос, наблюдение, проверка выполнения заданий, беседы, практическое выполнение приёмов, сдача контрольных нормативов.

Периодичность подведения итогов реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы: контроль за уровнем практических знаний и умений, обучающихся осуществляется посредством сдачи контрольных нормативов дважды в год (в октябре и в мае).

1.2. ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ

Цель программы. Укрепление здоровья обучающихся путём привлечения их к систематическим занятиям футболом, освоение базовых технических элементов на основе развития физических качеств.

Задачи:

Образовательные:

- сформировать систему теоретических знаний в изучаемой сфере деятельности (футбол);
- способствовать овладению основными техническими приёмами игры в футбол;
- обучить основам тактики игры в футбол;
- сформировать систему представлений о режиме питания спортсменов;
- способствовать овладению основами техники футбола (ведение мяча, передача мяча, удары по мячу в движении);
- способствовать освоению навыков коллективной игры.

Развивающие:

- развить интерес к творческой деятельности;
- укрепить физическое здоровье и способствовать закаливанию организма обучающихся;
- развить у обучающихся основные физические качества;
- способствовать развитию специальных физических качеств;
- способствовать развитию волевых качеств (дисциплинированность, целеустремлённость);
- способствовать повышению социально-психологического климата в коллективе;
- способствовать формированию личности подростка в условиях футбольной команды (индивидуально-психологические особенности).

Воспитательные:

- приобщить обучающихся к здоровому образу жизни;
- сформировать у обучающихся потребность в регулярных занятиях физической

культурой и спортом;

- воспитать у обучающихся волевые качества;
- воспитать чувство товарищества, чувство личной ответственности, нравственные качества по отношению к окружающим;
- сформировать установку у обучающихся на здоровый образ жизни через организацию разминки со здоровьесберегающей направленностью;
- ориентировать обучающихся на сотрудничество на основе спортивной командной игры «Футбол» как типичной модели взаимодействия;
- воспитывать нравственные качества – правила «FAIR PLAY» (правила честной игры);
- воспитывать патриотические чувства по отношению к коллективу, к стране.

1.3. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ И СПОСОБЫ ИХ ОПРЕДЕЛЕНИЯ

Обучающиеся: овладеют знаниями и умениями в соответствии с программным материалом.

Личностные результаты:

- сформируется устойчивый интерес к занятиям спортом в целом и активное отношение к тренировочным занятиям в частности;
- сформируется система представлений о режиме питания спортсменов;
- сформируются навыки здорового образа жизни;
- умение сотрудничать с другими детьми в совместной деятельности.

Метапредметные результаты:

- будут иметь представление о понятиях «патриотизм», «гражданская позиция»;
- будут осознавать необходимость следования правилам «честной игры»;
- будут уметь планировать режим дня;
- будут уметь осуществлять учебные действия в соответствии с поставленной задачей;

Предметные результаты:

- овладеют навыками технической подготовки футболиста (ведение, передачи мяча, удары по мячу);

- овладеют навыками тактической подготовки;
- разовьют основные физические качества (быстрота, координация движений, ловкость);
- будут знать правила игры в футбол.

В ходе обучения по программе учащиеся освоят основные базовые навыки и тактические схемы игры в футбол.

Будут знать:

- основные правила техники безопасности при занятии футболом;
- упражнения на освоение навыков и развития координационных способностей;
- правильная постановка стопы при передаче и остановке мяча;
- работу сердечно-сосудистой системы, понятие о телосложении человека;
- основную разметку на футбольной площадке, основные правила игры в футбол, какие бывают нарушения правил, жесты судей;
- гигиенические требования к одежде и обуви для занятий по футболу;
- способы подсчёта пульса, способы регулирования и контроля физических нагрузок во время занятий физическими упражнениями.

Будут уметь:

- выполнять правила игры в футбол;
- уметь применять на практике основные правила безопасности при организации игры в футбол;
- ведение и остановка мяча;
- удары внутренней стороны стопы, частью подъема;
- отбор мяча в подкате;
- техника владения мячом;
- техника движений в футболе;
- тактика обороны, индивидуальная, опека, отбор мяча, групповая тактика;
- тактика нападения, индивидуальные качества игрока, обводка, прием мяча, передача, контратака;
- удары - ногой, головой;
- силовые единоборства, отбор;
- приём мяча: ногой, грудью.

РАЗДЕЛ 2. УЧЕБНЫЙ ПЛАН

2.2 Базовый этап - 1 год обучения

№	Темы занятий	Часы			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Вводное занятие.	2	1	1	Анкетирование. Мониторинг. Опрос-беседа.
2	Общая и специальная физическая подготовка	95	10	85	Тестирование, контрольные испытания, результаты мониторинга.
3	Технико-тактическая подготовка	101	10	91	Наблюдение, тестирование, контрольные испытания, результаты мониторинга.
4	Учебные и тренировочные игры. Участие в соревнованиях.	14	2	12	Результаты соревнований. Протоколы
5	Контрольные испытания. Итоговое занятие.	4	-	4	Протоколы сдачи контрольных нормативов
	Всего:	216	23	193	

Календарно-тематическое планирование

№	Название темы	Месяцы											
		9	10	11	12	01	02	03	04	05	06	07	08
1	Теоретическая подготовка	3	3	2	3	2	3	3	2	2			
2	Общая физическая подготовка и специальная физическая подготовка	11	11	10	10	7	9	10	10	7			
3	Техническая подготовка	10	10	10	11	9	10	11	10	10			
4	Участие в соревнованиях	2		2	2			2	2	2			
5	Контрольные испытания		2							2			
	Всего часов	26	26	24	26	18	22	26	24	24			
Общее количество часов		216											

Содержание учебно-тематического плана 1 года обучения

1. Вводное занятие

Теория: Охрана труда, её назначение, цели и задачи. Обязанности каждого воспитанника соблюдать требования правил охраны труда, поведения. Программа охраны труда воспитанников, вводный инструктаж. Инструктаж по правилам поведения обучающихся. Программа охраны труда воспитанников, текущий - инструктаж.

Безопасное следование к месту проведения занятий. Правила дорожного движения. Ознакомление с правилами поведения и техники безопасности (ТБ) на занятиях. Профилактика травматизма на занятиях. Требования к поведению занимающихся на занятиях и соревнованиях по футболу. Правила поведения в спортивном зале и на спортивных площадках. Запрещённые действия во время тренировок.

Практика: Знакомство с детьми. Выполнение заданий на выявление уровня первоначальных умений. Игра в футбол в малых составах.

1. Общая и специальная физическая подготовка.

Теория: Понятие «общая и специальная физическая подготовка» - цели, задачи. Основные понятия – базовые и специальные физические качества.

Практика: Подвижные игры; эстафеты; комплексы гимнастических упражнений, упражнения с применением гимнастических снарядов (скамейки, гимнастические стенки).

Бег. Упражнения для развития силы, упражнения для развития быстроты; упражнения для развития ловкости; упражнения на развитие координации движений. Упражнения на развитие гибкости. Стрейчинг. Упражнения на развитие динамической силы. Контрольные нормативы.

2. Техничко-тактическая подготовка.

Теория: Понятие «техническая подготовка» - цели, задачи; основные понятия – техника ведения мяча, техника передачи мяча, дриблинг, финты, техника приёма мяча (остановка мяча).

Практика: Удары по мячу ногой. Удары внутренней, средней, внешней частями подъёма по неподвижному и катящемуся мячу. Выполнение ударов на точность; удары по мячу головой. Удары средней и боковой частью лба без прыжка. Удары головой на точность без сопротивления с места. Остановка мяча. Остановка катящегося мяча подошвой, внутренней частью стопы. Ведение мяча (дриблинг). Обводка стоек; обманные движения (финты); техника передвижений. Приставной шаг. Перемещение спиной вперёд. Бег.

Тактическая подготовка.

Теория: Понятие «тактическая подготовка» - цели, задачи. Основные понятия – «тактика нападения», «тактика защиты», индивидуальные и командные действия в игре. Взаимодействие.

Практика: Тактика нападения – индивидуальные действия (открытие и выход на мяч); тактика защиты – индивидуальные действия (перехват мяча). Контрольные нормативы.

3. Учебные и тренировочные игры, участие в соревнованиях.

Теория: Анализ соревновательной деятельности. Аналитический разбор игры.

Практика: Участие в тренировочных играх. Выезды на соревнования.

4. Контрольные испытания. Итоговое занятие.

Практика: Приём контрольных нормативов проводится два раза в год с целью определения уровня общей и специальной физической подготовки, а также владение техникой и тактикой игры в футбол.

2.3 Базовый этап – 2 год обучения

№ п/п	Темы занятий	Часы			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Вводное занятие.	2	1	1	Анкетирование. Мониторинг. Опрос-беседа.
2	Общая и специальная физическая подготовка	90	10	80	Тестирование, контрольные испытания, результаты мониторинга.
3	Технико-тактическая подготовка	100	10	90	Наблюдение, тестирование, контрольные испытания, результаты мониторинга.
4	Учебные и тренировочные игры. Участие в соревнованиях.	20	2	18	Результаты соревнований. Протоколы
5	Контрольные испытания. Итоговое занятие.	4	-	4	Протоколы сдачи контрольных нормативов
	Всего:	216	23	193	

Календарно-тематическое планирование

№	Название темы	Месяцы											
		9	10	11	12	01	02	03	04	05	06	07	08
1	Теоретическая подготовка	3	3	2	3	1	3	3	2	3			
2	Общая физическая подготовка и	9	9	10	10	8	9	9	10	7			

	специальная физическая подготовка												
3	Техническая подготовка	10	10	10	11	9	10	10	10	10			
4	Участие в соревнованиях	4	2	2	2			4	2	2			
5	Контрольные испытания		2							2			
	Всего часов	26	26	24	26	18	22	26	24	24			
	Общее количество часов	216											

Содержание учебно-тематического плана 2 года обучения

1. Вводное занятие

Теория: Охрана труда, её назначение, цели и задачи. Обязанности каждого воспитанника соблюдать требования правил охраны труда, поведения. Программа охраны труда воспитанников, вводный инструктаж. Инструктаж по правилам поведения обучающихся. Программа охраны труда воспитанников, текущий - инструктаж.

Безопасное следование к месту проведения занятий. Правила дорожного движения. Ознакомление с правилами поведения и техники безопасности (ТБ) на занятиях. Профилактика травматизма на занятиях. Требования к поведению занимающихся на занятиях и соревнованиях по футболу. Правила поведения в спортивном зале и на спортивных площадках. Запрещённые действия во время тренировок.

Практика: Входной контроль физической подготовки. Игра в футбол в малых составах.

2. Общая и специальная физическая подготовка.

Теория: Понятие «общая и специальная физическая подготовка» - цели, задачи. Основные понятия – базовые и специальные физические качества.

Практика: Подвижные игры; эстафеты; комплексы гимнастических упражнений, упражнения с применением гимнастических снарядов (скамейки, гимнастические стенки). Бег. Упражнения для развития силы, упражнения для развития быстроты; упражнения для развития ловкости; упражнения на развитие координации движений. Упражнения на развитие гибкости. Стрейчинг. Упражнения на развитие динамической силы. Общеразвивающие упражнения с предметами и без предметов; прыжки; лазание; подвижные игры; эстафеты; комплексы гимнастических упражнений. Упражнения для развития выносливости.

3. Техничко-тактическая подготовка.

Теория: Понятие «техническая подготовка» - цели, задачи; основные понятия – ведение мяча, передача мяча, дриблинг, финты, остановка мяча; техника игры вратаря.

Понятие «тактическая подготовка» - цели, задачи. Основные понятия – «тактика нападения», «тактика защиты», индивидуальные и командные действия в игре. Взаимодействие.

Практика:

Удары по мячу ногой: Удары внутренней, средней, внешней частями подъёма по неподвижному и катящемуся мячу. Выполнение ударов на точность - удары правой и левой ногой по катящемуся и летящему мячу с различными направлениями, траекторией, скоростью. Выполнение ударов на точность, силу и дальность после остановки ведения и рывков на короткое, среднее и дальнее расстояние.

Удары по мячу головой: удары средней и боковой частью лба без прыжка. Удары головой на точность без сопротивления с места; удары средней и боковой частью лба без прыжка и в прыжке с поворотом. Удары головой на точность с сопротивлением в прыжке.

Остановка мяча. Остановка катящегося мяча подошвой, внутренней частью стопы; остановка летящего мяча грудью и серединой бедра, внутренней и внешней частью подъёма с поворотом. Остановка подъёмом летящего мяча.

Ведение мяча (дриблинг) - обводка стоек;

обманные движения (финты) - «уход выпадам», «перенос ноги через мяч», «пропускание мяча», «замах на удар»; обводка противодействующих соперников (единоборства).

Техника игры вратаря - ловля мяча, отбивание мяча;

техника передвижений вратаря - приставной шаг, перемещение спиной вперёд, бег.

Удары по мячу ногой.

Отбор мяча - «подкат».

Вбрасывание мяча из аута - с места и в движении на дальность и точность.

Тактическая подготовка.

Тактика нападения – индивидуальные действия (открывание и выход на мяч); тактика защиты

- индивидуальные («закрывание» соперника, «перехват», отбор мяча, персональная защита), групповые (взаимодействие в обороне, противодействие комбинациям), и командные («зонная защита», «прессинг») действия; тактика игры вратаря

4. Учебные и тренировочные игры. Участие в соревнованиях.

Теория: Анализ соревновательной деятельности. Аналитический разбор игры.

Практика: Участие в тренировочных играх. Выезды на соревнования.

5. Контрольные испытания. Итоговое занятие.

Практика: Приём контрольных нормативов проводится два раза в год с целью определения уровня общей и специальной физической подготовки, а также владение техникой и тактикой игры в футбол.

2.3 Продвинутый этап – 3 год обучения

№	Темы занятий	Часы			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Вводное занятие.	2	1	1	Анкетирование. Мониторинг. Опрос-беседа.
2	Общая и специальная физическая подготовка	88	10	78	Тестирование, контрольные испытания, результаты мониторинга.
3	Технико-тактическая подготовка	102	10	92	Наблюдение, тестирование, контрольные испытания, результаты мониторинга.
4	Учебные и тренировочные игры. Участие в соревнованиях.	20	2	18	Результаты соревнований. Протоколы
5	Контрольные испытания. Итоговое занятие.	4	-	4	Протоколы сдачи контрольных нормативов
	Всего:	216	23	193	

Календарно-тематическое планирование

№	Название темы	Месяцы											
		9	10	11	12	01	02	03	04	05	06	07	08
1	Теоретическая подготовка	3	3	2	3	1	3	3	2	3			
2	Общая физическая подготовка и специальная физическая подготовка	9	9	9	10	8	8	9	10	7			
3	Техническая подготовка	10	10	11	11	9	11	10	10	10			
4	Участие в соревнованиях	4	2	2	2			4	2	2			
5	Контрольные испытания		2							2			
	Всего часов	26	26	24	26	18	22	26	24	24			
Общее количество часов		216											

Содержание учебно-тематического плана 3 года обучения

1. Вводное занятие

Теория: Охрана труда, её назначение, цели и задачи. Обязанности каждого воспитанника соблюдать требования правил охраны труда, поведения. Программа охраны труда воспитанников, вводный инструктаж. Инструктаж по правилам поведения обучающихся. Программа охраны труда воспитанников, текущий - инструктаж.

Безопасное следование к месту проведения занятий. Правила дорожного движения. Ознакомление с правилами поведения и техники безопасности (ТБ) на занятиях. Профилактика травматизма на занятиях. Требования к поведению занимающихся на занятиях и соревнованиях по футболу. Правила поведения в спортивном зале и на спортивных площадках. Запрещённые действия во время тренировок.

Практика: Входной контроль физической подготовки.

2. Общая и специальная физическая подготовка.

Теория: Влияние физических упражнений на организм занимающихся. Работа сердечно-сосудистой системы. Понятие о телосложении человека.

Гигиена. Врачебный контроль и самоконтроль. Гигиенические требования к одежде и обуви для занятий физическими упражнениями. Самоконтроль, из чего он состоит. Способы подсчета пульса. Способы регулирования и контроля физических нагрузок во время занятий физическими упражнениями.

Всесторонняя физическая подготовка, как фактор укрепления здоровья, повышения функциональных возможностей органов и систем, развития физических качеств юных спортсменов (силы, быстроты, выносливости, гибкости, ловкости). Средства общей физической подготовки, применяемые в процессе обучения и тренировки с юными спортсменами в футболе. Контрольные упражнения и нормативы общей физической подготовки для юных футболистов.

Практика:

Общеразвивающие упражнения без предметов. Маховые упражнения, круговые вращения рук в сочетании с движениями ног и туловища. Разгибание рук в упоре лёжа. Круговые движения туловища, повороты и наклоны с одноимёнными движениями рук и ног, разноимённые движения на координацию. Отведение, приведение и маховые движения ноги вперёд, в стороны, назад. Упражнения с набивным мячом (2 - 3 кг.). Броски набивного мяча одной и двумя руками через голову. Поднимание и опускание прямых ног с мячом, зажатым между ступнями, в положении лёжа на спине. Акробатические

упражнения. Кувырок вперёд с прыжка. Кувырок назад в упор стоя ноги врозь из упора присев, из седа, из основной стойки.

Стойка на голове из упора присев толчком двух ног. Переворот в сторону. Легкоатлетические упражнения. Бег 60 м. на скорость. Повторный бег до 5 x 60 м., до 3 x 100 м. Бег медленный до 25 мин. Бег по пересечённой местности (кросс) до 2000 м. Бег 400 и 500 м. Прыжки в высоту с разбега способом «перешагивание». Прыжки в длину с разбега способом «согнув ноги».

Теория:

Единство общей и специальной физической подготовки. Взаимосвязь между развитием основных физических качеств. Основные требования по физической подготовке, предъявляемые к юным спортсменам различного возраста, занимающимся футболом. Контрольные упражнения и нормативы специальной физической подготовки для юных футболистов.

Практика:

Подвижные игры. Игры с бегом на скорость, с прыжками в высоту и длину, с метаниями мяча на дальность и в цель. Спортивные игры. Ручной мяч. Специальные упражнения для развития быстроты. Бег на 10 - 15 м. из различных стартовых положений - сидя, бег на месте, лёжа. Ускорения на 15, 30, 60 м. без мяча и с мячом. Бег прыжками. Бег с изменением направления до 180°. Бег боком и спиной вперёд (наперегонки). Обводка стоек (на скорость). Рывок с мячом с последующим ударом по воротам. Специальные упражнения для развития ловкости. Прыжки с разбега вверх, стараясь достать высоко подвешенный мяч ногой, головой; то же, выполняя в прыжке поворот до 180°. Прыжки вверх с места и разбега, выполняя удары по мячам, подвешенным на различной высоте. Эстафеты с элементами акробатики.

3. Техничко-тактическая подготовка:

Теория:

Понятие о технике футбола. Характеристика основных приемов игры. Соединение технической и физической подготовки. Классификация техники футбола.

Практика:

Удары по мячу ногой. Удары серединой и внешней частью подъёма по неподвижному и катящемуся мячу. Удары подъёмом по прыгающему и летящему мячу. Удары носком, пяткой (назад). Выполнение всех ударов по мячу, придавая ему различную по крутизне траекторию полёта и различное направление полёта. Удары на точность и дальность. Удары на точность. Остановка мяча. Остановка подошвой, внутренней и внешней

стороной стопы катящегося и опускающегося мяча с поворотом налево и направо. Остановка грудью летящего мяча с поворотом в сторону. Ведение мяча. Ведение серединой подъёма и носком. Обманные движения (финты). Выполнение обманных движений в единоборстве. Отбор мяча. Техника игры вратаря. Ловля катящегося и летящего на различной высоте мяча на выходе из ворот без

падения, с падением, в броске. Ловля опускающегося мяча. Отбивание (в сторону, за линию ворот) ладонями, пальцами рук в броске мячей, летящих и катящихся в сторону от вратаря. Перевод мяча через перекладину ворот ладонями (двумя, одной) в прыжке. Броски мяча одной рукой с боковым запахом и снизу. Броски рукой на точность и дальность.

Теория:

Понятие о тактике футбола. Характеристика тактических действий. Анализ технических приемов и тактических действий в атаке и обороне. Классификация тактики футбола.

Практика:

Упражнения для развития умения «видеть поле». Игра в «пятнашки» в парах на ограниченной площади (играют 3 - 4 пары, постоянно наблюдают за движением других пар, чтобы не столкнуться), 8 - 6 игроков образуют круг и передают друг другу в одно касание два мяча (надо следить одновременно за двумя мячами, чтобы не передать их одному партнёру).

Тактика нападения:

Групповые действия. Уметь взаимодействовать с партнёрами при равном соотношении и численном превосходстве соперника, используя короткие и средние передачи. Комбинации в парах: «стенка», «скрещивание». Комбинация «Двойная стенка». Комбинация «Игра в одно-два касания» между тремя партнерами. Комбинация «Смена мест». Комбинация «Пропускание мяча».

Тактика защиты:

Индивидуальные действия в защите. Противодействие маневрированию: осуществлять «закрывание» и препятствовать сопернику в получении мяча. Совершенствование в «перехвате» мяча. В зависимости от игровой обстановки применять отбор мяча изученным способом. Уметь противодействовать передаче, ведению и удару по воротам. Маневрирование, передачи, ведение и обводка.

4. Участие в соревнованиях:

Теория:

Соревновательная деятельность. Правила соревнований. Права и обязанности судей.

Практика:

Контрольные игры и соревнования: Футбол 5х5, 6х6. Товарищеские встречи команд других школ, судейская практика. Участие в соревнованиях.

5. Контрольные испытания. Итоговое занятие.

Практика: Приём контрольных нормативов проводится два раза в год с целью определения уровня общей и специальной физической подготовки, а также владение техникой и тактикой игры в футбол.

РАЗДЕЛ 3. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ

3.1. Календарный учебный график

№ п/п	Основные характеристики образовательного процесса	
1.	Количество учебных недель	36
2.	Количество учебных дней	108
3.	Количество учебных часов в неделю	6
4.	Количество часов	216
5.	Неделя в I полугодии	18
6.	Неделя во II полугодии	18
7.	Каникулы	1.06.-31.08.; 31.01.- 09.01
8.	Продолжительность учебного года	1.09. – 31.05.

3.2. Материально-техническое обеспечение

Для организации обучения по программе необходим спортивный зал (просторное светлое помещение, отвечающее санитарно-эпидемиологическим требованиям к учреждениям дополнительного образования (СанПиН 2.4.3648-20)), также следующие материально - технические средства:

1. Ворота с сеткой
2. Стойки для обводки
3. Фишки игровые
4. Манишки игровые
5. Свисток
6. Секундомер
7. Мячи футбольные
8. Насос ручной.

3.3. Кадровое обеспечение

В реализации программы принимает участие тренер-преподаватель, имеющий высшее педагогическое образование, прошедший повышение квалификации и имеющий установленную квалификационную категорию не ниже «первой».

3.4. Методическая часть

Для эффективной реализации программы педагогу дополнительного образования необходимо создать такие условия, при которых образовательный процесс становится необходимостью, неотъемлемой частью жизни ребенка. Для достижения данной цели педагогом используются разнообразные методы обучения.

Словесные (вербальные) методы обучения: устное изложение материала, беседы, оценка выполнения заданий.

Наглядные методы обучения: показ педагога, наблюдение за обучающимися, просмотр видеоматериалов, иллюстраций, фотоальбомов.

Практические методы обучения: составление рассказов, планов экскурсий и пр.

Эвристические методы обучения: творческие задания, импровизации, виртуальные экскурсии.

Исследовательские методы обучения: самостоятельная работа, изучение литературных и архивных источников.

Высокая результативность работы по программе достигается при использовании современных педагогических образовательных технологий:

- Технология дифференцированного обучения (обучение в одной группе детей, имеющих разный уровень специальной подготовки, способностей);
- Диагностические технологии (технологии, позволяющие определить потенциал специальных способностей обучающихся.)
- Технологии создания художественного образа;
- Игровые технологии (обучение при помощи игровых методов)
- Личностно-ориентированные технологии (обучение каждого ребенка в группе, исходя из его возможностей, способностей, перспективы);
- Технологии индивидуализации (взаимодействие педагога с отдельными обучающимися по индивидуальной модели, учитывая их личностные особенности; ориентация на индивидуальные особенности ребенка в общении с ним; учет

индивидуальных особенностей ребенка в процессе обучения; создание психолого-педагогических условий не только для развития всех обучающихся, но и для развития каждого ребенка в отдельности).

Дидактические задачи:

- Занятия усвоения новых знаний, умений;
- Занятия закрепления ранее приобретенных знаний и умений;
- Занятия творческого применения знаний и умений;
- Комплексные занятия, где одновременно решается несколько задач.

Организационные формы занятий:

- беседа;
- комплексное занятие;
- тренировка;
- соревнование;
- игра.

В ходе проведения занятий педагог имеет возможность осуществлять обучение при использовании разнообразных форм организации образовательного процесса:

- беседа;
- комплексное занятие;
- тренировка;
- соревнование;
- игра;
- открытое занятие.

Педагогические технологии:

- Технология игровой деятельности;
- Технология группового обучения;
- Технология развивающего обучения;
- Коммуникативная технология обучения.

Алгоритм учебного занятия:

Подготовительная часть:

- 1) Начальная организация занимающихся.
- 2) Постановка цели и задач тренировочного занятия.
- 3) Содержание тренировочного занятия.

4) Функциональная подготовка к предстоящей физической деятельности.

Основная часть:

- 1) Организационный этап
- 2) Решение задач тренировочного процесса, связанных с обучением и совершенствованием техники и тактики.
- 3) Развитие специальных физических качеств.
- 4) Актуализация знаний.
- 5) Объяснение нового материала / Воспроизведение и коррекция знаний, полученных ранее / Обобщение и систематизация знаний
- 6) Выполнение практического задания – подвижные игры, отработка отдельных приемов игры, решение тактических задач и т.п.

Заключительная часть:

- 7) Рефлексия, демонстрация приобретенных навыков и умений. Перерыв 15 минут.

Принципы организации образовательного процесса:

Основу организации занятий с детьми определяют следующие принципы:

- Системность. Нельзя развивать лишь одну функцию. Необходима системная работа по развитию ребенка.
- Комплексность. Развитие ребенка – комплексный процесс, в котором развитие одной познавательной функции (например, речи) определяет и дополняет развитие других функций.
- Соответствие возрастным требованиям и индивидуальным возможностям.
- Адекватность требований и нагрузок, предъявляемых ребенку в процессе занятий. Это способствует оптимизации занятий и повышению эффективности, дает опору на функции, не имеющие недостатков при одновременном подтягивании отстающих функций.
- Постепенность и систематичность в освоении и формировании значимых функций. Следование от простых и доступных заданий к более сложным, комплексным.
- Индивидуализация темпа работы – переход к новому этапу обучения только после полного освоения материала предыдущего этапа.
- Повторность (цикличность повторения) материала позволяет формировать и закреплять механизмы реализации функции.

Каждое занятие имеет свою завершенность: наличие основных звеньев обучения и этапов освоения знаний, умений и навыков. Освоение нового материала происходит на основе воспроизведения ранее изученного, непосредственно примыкающего к новому.

Новый материал дается небольшими частями. В ходе одного занятия осуществляется и первичное восприятие нового материала, и его осмысление, усвоение знаний, умений и навыков. Только многократное восприятие знаний в разнообразной краткой деятельности и различных условиях обеспечивает полноту формируемых представлений.

Педагогические технологии, используемые при реализации программы:

- развивающее обучение;
- коллективная система обучения;
- технология использования в обучении игровых методов;
- обучение в сотрудничестве.

Формы отслеживания и фиксации результатов:

- Журнал учета работы педагога дополнительного образования
- Мониторинг качества реализации дополнительных общеразвивающих программ.
- Фото и видео материалы с занятий.

РАЗДЕЛ 4. СИСТЕМА КОНТРОЛЯ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ

Цель контроля в процессе тренировочного процесса – отслеживание прогресса результатов освоения программы.

При оценке предметных результатов теоретические знания и уровень спортивной подготовленности учащегося.

Для определения знаний в теоретической подготовке проводится устная беседа в конце учебного года (приложение 1). Во время беседы предлагается ответить на вопросы теоретической подготовки, по итогам беседы ставится зачет либо незачет.

В ходе тренировочного процесса применяется комплексный контроль – это измерение и оценка различных показателей в циклах тренировки с целью определения уровня подготовленности спортсмена. Комплексный контроль реализуется в ходе сдачи контрольных нормативов по общей и специальной физической подготовке проводятся не менее двух раз в год: в октябре (для планирования нагрузки) и в мае (по окончании учебного года с целью определения показателей ОФП и СФП) (приложение 2).

Также по окончании каждого года обучения тренер-преподаватель проводит оценку метапредметных результатов освоения программы на основе анализа работы учащегося за год и ставит баллы в оценочный лист (приложение 3).

Оценка личностных результатов освоения программы осуществляется на основе данных опросного листа, заполняемого родителем/законным представителем учащегося (приложение 4).

4.1 Контрольные нормативы ОФП и СФП

Нормативы	1-2 год обучения	3 год обучения
ОФП		
Бег 30 м (сек)	7.0	6.0
Челночный бег 3*10м (сек)	11.0	10.5
Прыжок в длину с места (см)	140	150
Поднимание туловища (за 1мин)	25	30
СФП		
Бег 30 м с ведением мяча (сек)	8.0	7.5
Вбрасывание с аута (м)	5	6
ТП		
Ведение мяча, обводка 4 стоек, удар по воротам (сек) (расстояние между стойками 4-2-2-2-10 м)	18.0	16.0
Жонглирование мячом (кол. раз)	4	8
Бросок мяча, м	5	10

Контрольные нормативы сдаются два раза в год: в октябре и в мае. Учащиеся должны продемонстрировать прирост показателей во всех упражнениях не менее чем на 10 % от предыдущих показателей (при условии регулярного посещения занятий).

Представленные контрольные нормативы являются переводными. Для перевода в следующую учебную группу обучающиеся каждой учебной группы должны выполнить строго определённое число нормативов.

Отдельные юные футболисты, не выполнившие установленное число нормативов, но являющиеся перспективными, решением педагогического совета, в порядке исключения, переводятся в следующую учебную группу.

4.2 Оценка теоретических знаний

По окончании освоения программы обучающиеся должны знать:

1. Правила игры в мини-футбол.
2. Основы футбольной техники (ведение мяча, передачи, приёмы, удары).
3. Тактика игры (позиции игроков, взаимодействие в атаке и обороне).
4. История футбола и мини-футбола.
5. Физическое здоровье и профилактика травматизма.
6. Организация здорового образа жизни и правильное питание спортсменов.
7. Психологические особенности футбольного матча (управление эмоциями, стрессоустойчивость).
8. Значение дисциплины и самодисциплины в достижении успеха в спорте.

4.3 Оценка метапредметных и личностных результатов

По окончании каждого года обучения тренер-преподаватель проводит оценку метапредметных и результатов освоения программы на основе анализа работы учащегося за год и ставит баллы в оценочный лист (приложение 3). Оценка личностных результатов освоения программы осуществляется на основе данных опросного листа, заполняемого родителем/законным представителем учащегося (приложение 4).

РАЗДЕЛ 5. ВОСПИТАТЕЛЬНАЯ РАБОТА

Одной из основных задач учреждений дополнительного образования детей является обеспечение необходимых условий для личностного развития. Воспитание — это целенаправленное формирование отношений к системе наивысших ценностей достойной жизни достойного человека и формирование у ребенка способности выстраивать индивидуальный вариант собственной жизни в границах достойной жизни.

На протяжении периода обучения занимающихся тренер-преподаватель решает задачу формирование личностных качеств, которые включают:

1. Патриотическое воспитание — это формирование качеств личности гражданина РФ (уважение к государственной символике РФ — флаг, гимн, герб, таким понятиям как Отечество, честь, достоинство); В процессе воспитательной работы предполагается приобщение спортсменов к отечественной истории, традициям, культурным ценностям и достижениям российского спорта;

2. Нравственное воспитание направлено на формирование твердых моральных убеждений, навыков поведения человека. Нравственность и духовность — стержневые качества человека, которые являются предпосылкой осознания обучающимися своих обязанностей и привычек достойного поведения;

3. Спортивно-этическое воспитание подразумевает обучение нормам и правилам поведения с точки зрения спортивной этики (привитие понятия «честная спортивная борьба», умение выигрывать и проигрывать достойно, уважать соперников и товарищей по команде). Спортивно-этическое воспитание осуществляется непосредственно в спортивной деятельности

Общие принципы воспитания:

- гуманистический характер воспитания;
- воспитание в процессе спортивной деятельности;
- использование индивидуального подхода;
- воспитание в коллективе и через коллектив;
- сочетание требовательности и уважения личности учащегося;
- комплексный подход к воспитанию;
- единство обучения и воспитания.

Вся деятельность тренера-преподавателя в ходе учебно-тренировочного занятия и при совместном с обучающимися проведении досуга и на соревнованиях — это и есть воспитательная работа.

Методы воспитания:

1. формирование нравственного сознания (нравственное просвещение);
2. формирование общественного поведения;
3. использование положительного примера в том числе личного;
4. стимулирование положительных действий (поощрение);
5. предупреждение и осуждение отрицательных действий;

Эффективность воспитательной работы зависит в первую очередь от авторитета тренера-преподавателя, который в свою очередь должен помочь обучающимся разобраться в себе, тактично указать на те особенности его личности, которые могут воспрепятствовать достижению успехов в спорте и жизни, и побудить его к самовоспитанию, а затем постоянно направлять его на самостоятельную работу над собой. В условиях спортивной школы воспитательное воздействие тренера-преподавателя координируется с самовоспитанием спортсменов, которое стимулируется и поощряется.

РАЗДЕЛ 6. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

Список литературы для педагога

1. Годик М.А., Мосягин С.М., Швыков И.А. Поурочная программа подготовки юных футболистов 6-9 лет. – М.: Граница, 2008, – 272 с.
2. Годик М.А., Скородумова А.П. Комплексный контроль в спортивных играх. – М.: советский спорт, 2010-336 с.
3. Вайн Х. Как научиться играть в футбол. – М. Олимпия PRESS, 2004-200с.
4. Ильин Е.П. Психология спорта. – СПб: Иматон, 2008-175с.
5. Гриндлер К. Техническая и тактическая подготовка футболистов. – М. ФиС, 2000-260с.
6. Котенко Н.В. Акробатические упражнения в тренировках юных футболистов // Теория и методика футбола.-М.: Олимпия,2007– 204 с
7. Кузнецов А.А. Футбол. Настольная книга детского тренера. – М.: Олимпия; Человек, 2007– 111 с.
8. Лапшин О.Б. Теория и методика подготовки юных футболистов. – М.: Человек, 2010– 176 с.
9. Годик М.А., Борознов Г.Л., Котенко Н.В., Малышев В.Н., Кулин Н.А., Российский

С.А.Футбол: типовая учебно-тренировочная программа спортивной подготовки для детско – юношеских спортивных школ олимпийского резерва / Российский футбольный союз. – М.: Советский спорт, 2011– 160 с.

10. Михалкин Г.П., Жданкин А.В. Футбол. – М.: ООО «издательство Астрель», ООО

«Издательство АСТ», 2000– 160 с.

11. Мутко В.Л., Андреев С.Н., Алиев Э.Г. Мини-футбол–игра для всех – М. Советскийспорт, 2008.- 264 стр. Тунис Марк. Психология вратаря. – М.: Человек, 2010– 128 с.

Список литературы для родителей:

1. Талага Е. Энциклопедия физических упражнений. - М. ФиС, 2008- 125с.

2. Касаткина А. Из чего сделаны дети. - М. ФиС, 2009- 150 с.

Список литературы для детей:

1. Андреев С., Э.Алиев «История развития мини-футбола», «Спорт в школе», № 5, 2007 175 с.

2. Касаткина А. Из чего сделаны дети. - М. ФиС, 1999- 160 с.

3. Полозов А. «Обучение футболу в разных странах», «Спорт в школе», № 6,2006- 206 с.

4. Спорт. Физическая культура. Моя первая энциклопедия. Учебно-методическое издание. - М. ФиС, 2000- 205 с.

Интернет-ресурсы

1. <https://ffso.nagradion.ru/>

Перечень контрольных вопросов по теории для учащихся разной возрастной категории программы «Мини-футбол (Футзал)»

1 год обучения:

1. Сколько игроков находится на поле в одной команде?
2. Что обозначает желтая карточка в мини-футболе?
3. Как назывался мини-футбол до появления современного названия?
4. Сколько минут длится один тайм в официальном матче?
5. Что такое автогол?
6. Какие части тела используют для управления мячом?
7. Какие бывают типы ударов по мячу?
8. Как часто проводится чемпионат мира по мини-футболу?
9. Кто управляет ходом игры и контролирует соблюдение правил?
10. Почему мини-футбол стал популярным видом спорта в России?

2 год обучения:

1. Чем свободная зона отличается от штрафной площади?
2. Какие важные правила появились после введения официальных стандартов FIFA?
3. Какие виды передач используются в мини-футболе?
4. Какое правило позволяет держать мяч в воздухе дольше, используя голову?
5. Кто является автором первой официальной версии правил мини-футбола?
6. Что означает выражение «быть в офсайде»?
7. Разрешается ли намеренно задерживать противника руками?
8. Какие штрафы предусмотрены за повторное получение желтой карточки?
9. Назовите страны, считавшиеся пионерами в развитии мини-футбола.
10. Что означают понятия «форвард» и «защитник»?

3 год обучения:

1. Какие глобальные изменения произошли в правилах мини-футбола за последнее десятилетие?
2. Почему начало чемпионата мира по мини-футболу было отложено на несколько лет?
3. Когда футбольный стиль Бразильцев повлиял на международное распространение мини-футбола?
4. Расшифруйте термин «offside rule» и объясните, почему он неприменим в мини-футболе.
5. Как появилась идея проведения соревнований по мини-футболу внутри помещений?
6. Объясните, что означает «угловой удар» и как он осуществляется?
7. Что случится, если мяч попадёт в сетку ворот сверху, минуя перекладину?
8. Почему полевые игроки ограничены в применении рук в игре?
9. В чём особенность мяча для мини-футбола по сравнению с обычным футбольным мячом?
10. Как изменилась популярность мини-футбола в России с момента начала регулярных чемпионатов?

Опросный лист для анализа метапредметных результатов учащихся отделения "Мини-футбол (футзал)"

Цель опроса:

Выявление уровня сформированности универсальных учебных действий (регулятивных, познавательных, коммуникативных) у обучающихся мини-футболу.

ФИО ребенка: _____

Возраст: _____ лет

Класс/группа: _____

Срок занятий футболом: _____ месяцев

Регулятивные умения

Оцените каждое утверждение по шкале от 1 (низкий уровень) до 5 (высокий уровень):

Умеет самостоятельно ставить перед собой цели и задачи тренировок.

Уровень развития: __ / 5

Способен контролировать правильность выполнения игровых приемов и вносить коррективы.

Уровень развития: __ / 5

Объективно оценивает собственные достижения и прогресс.

Уровень развития: __ / 5

Планирует тренировочные процессы вместе с тренером.

Уровень развития: __ / 5

Инициативен и самостоятелен в освоении новых футбольных техник.

Уровень развития: __ / 5

Познавательные способности

Оцените каждый пункт аналогично предыдущему разделу:

Быстро усваивает новые техники игры и владения мячом.

Уровень развития: __ / 5

Применяет полученные знания для преодоления трудностей в игре.

Уровень развития: __ / 5

Анализирует свои ошибки и способен исправить их самостоятельно.

Уровень развития: __ / 5

Использует предыдущие успехи и опыт для улучшения качества игры.

Уровень развития: __ / 5

Имеет интерес к теоретическим аспектам футбола и общей физподготовке.

Уровень развития: __ / 5

Коммуникативные навыки

Отметьте свое согласие с каждым утверждением по пятибалльной шкале:

Помогает партнерам по команде, способствует поддержанию командного духа.

Уровень развития: __ / 5

Эффективно взаимодействует с партнерами при проведении совместных атакующих или защитных действий.

Уровень развития: __ / 5

Уважает мнение тренера и товарищей по команде.

Уровень развития: __ / 5

Продуктивно участвует в коллективных играх и турнирах.

Уровень развития: __ / 5

Четко формулирует идеи и даёт конструктивную обратную связь остальным игрокам команды.

Уровень развития: __ / 5

Дополнительная информация

Есть ли трудности, которые мешают прогрессу в футболе?

Какие виды дополнительного спортивного досуга привлекают кроме основного курса?
(например: гимнастика, плавание, кросс-тренировки, техника дриблинга)

Кто больше всего влияет на спортивный рост? (родители, наставники, старшие братья/сестры, одноклубники и др.)

Подпись тренера-преподавателя: _____

Дата заполнения: " __ " _____ 20__ г.

Опросный лист для анализа личностных результатов учащихся отделения «Мини-футбол (футзал)»

Цель опроса: Выявление динамики формирования нравственных качеств и позитивных личностных характеристик у детей младшего школьного возраста, занимающихся футзалом.

ФИО ребёнка: _____

Возраст: ___ лет

Группа: _____

Срок занятий футзалом: _____ месяцев

Формирование мотивации

Оцените утверждения по шкале от 1 («совсем не согласен») до 5 («полностью согласен»).

- Мне нравится заниматься футзалом, потому что это весело и интересно.

Уровень согласия: ___ / 5

- Я горжусь своими успехами и достижениями в футболе.

Уровень согласия: ___ / 5

- Регулярные тренировки помогают мне стать сильнее физически и морально.

Уровень согласия: ___ / 5

- У меня появляется уверенность в себе благодаря футболу.

Уровень согласия: ___ / 5

- Занятия футзалом приносят радость и удовольствие.

Уровень согласия: ___ / 5

Развитие ответственности и дисциплины

Оцените степень вашего соответствия следующим характеристикам по той же шкале:

- Я стараюсь регулярно посещать все тренировки.

Уровень соответствия: ___ / 5

- Выполняю задания тренера добросовестно и внимательно.

Уровень соответствия: ___ / 5

- Могу собраться и проявить волевые усилия даже тогда, когда устал или плохо себя чувствую.

Уровень соответствия: ___ / 5

- Стараюсь соблюдать правила поведения на площадке и вне неё.

Уровень соответствия: ___ / 5

- Бережно отношусь к оборудованию и инвентарю, используемому на тренировках.

Уровень соответствия: ___ / 5

Социальные компетенции и коммуникабельность

Отметьте свой уровень согласия с предложенными характеристиками:

- Хорошо лажу с друзьями по команде и помогает им в трудных ситуациях.

Уровень согласия: ___ / 5

- Проявляю уважение к соперникам и судье во время матчей.

Уровень согласия: ___ / 5

- Готов поддержать команду словом и делом.

Уровень согласия: ___ / 5

- Легко устанавливаю контакт с новыми людьми и детьми своего возраста.

Уровень согласия: ___ / 5

- Способен адекватно реагировать на критику и советы тренера.

Уровень согласия: ___ / 5

Саморегуляция и стрессоустойчивость

Определяйте вашу реакцию на ситуации в группе по указанной шкале:

- Быстро успокаиваюсь, если расстраиваюсь или злюсь на неудачи.

Уровень самообладания: ___ / 5

- Спокойно воспринимаю проигрыш и готов извлечь уроки из ошибок.

Уровень реакции: ___ / 5

- Сохраняю концентрацию внимания и собранность даже в напряжённых моментах матча.

Уровень концентрации: ___ / 5

- Реагирую спокойно и доброжелательно на неприятные события или случайные ошибки.

Уровень спокойствия: ___ / 5

- Чувствую уверенность в своей готовности справляться с различными ситуациями на площадке.

Уровень уверенности: ___ / 5

Дополнительная информация

Какие изменения произошли лично в вашей жизни после начала занятий футзалом?

Что бы вы хотели изменить или улучшить в ваших занятиях футболом?

Что является главным мотиватором для продолжения занятий футболом?

Ваш любимый футболист или команда, почему именно он (она)?

Подпись родителей/представителей: _____

Дата заполнения: « __ » _____ 20__ г.

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 640527729349926770582792246281479462382890807282

Владелец Попов Вячеслав Валерьевич

Действителен с 25.09.2025 по 25.09.2026