

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

Принято и согласовано
На педагогическом совете

Протокол № 4
От «30» июня 2026 г.



Утверждено
Приказом директора
МБОУ ДО «ДЮСШ»
№ 46 от 03.07.2026 г.
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. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ, ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ	10
1.2.1 Стартовый уровень (1 год обучения)	10
1.2.2 Базовый уровень (2 год обучения)	11
1.2.3 Продвинутой уровень (3 год обучения)	12
РАЗДЕЛ 2. УЧЕБНЫЙ ПЛАН	14
2.1 Стартовый уровень - 1 год обучения	14
2.2 Базовый уровень – 2 год обучения.....	16
2.3 Продвинутой уровень – 3 год обучения.....	19
РАЗДЕЛ 3. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ.....	23
3.1. Календарный учебный график	23
3.2. Материально-техническое обеспечение.....	23
3.3. Кадровое обеспечение	23
3.4. Методическая часть	24
РАЗДЕЛ 4. СИСТЕМА КОНТРОЛЯ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ.....	27
4.1 Контрольные нормативы ОФП и СФП	27
4.2 Оценка теоретических знаний	28
4.3 Оценка метапредметных и личностных результатов	28
РАЗДЕЛ 5. ВОСПИТАТЕЛЬНАЯ РАБОТА	28
РАЗДЕЛ 6. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ	30
Приложение 1	32
Приложение 2	33
Приложение 3	34
Приложение 4	36

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. 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);
6. 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»;
7. Письмо Минобрнауки России № 09-3442 от 18.11.15 «О направлении информации (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»;
8. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 3 сентября 2019 г. № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональной системы дополнительного образования детей».
9. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
10. 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;
11. Профессиональный стандарт «Педагог дополнительного образования детей и взрослых», утвержденный Приказом Министерства труда и социальной защиты РФ от 22 сентября 2021 г. № 652н
12. 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»;

13. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 02 июня 2026 № 19 «Об утверждении санитарно-эпидемиологических правил (СП 2.4.2.4283-26) «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

14. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 января 2021 г. № 2 «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»;

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

16. 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 усовершенствования 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 документам.

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 необходимый 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 6–11 лет — благоприятный для развития «чувства мяча». В этом возрасте обучение технике футбола идёт преимущественно через подражание, а знакомство с базовыми действиями с мячом происходит спонтанно. К 11 годам естественное развитие двигательной чувствительности практически завершается — дальше её прогресс зависит от тренировки. В 7–10 лет активно развиваются ловкость и гибкость, после 8–10 лет — мускулатура.

Средний школьный возраст (10–17 лет) отличается интенсивным ростом: длина тела ежегодно увеличивается на 4–7 см, масса — на 3–6 кг. У мальчиков пик роста приходится на 13–14 лет (7–9 см в год), у девочек — на 11–12 лет (в среднем 7 см). Быстро растут трубчатые кости и позвонки, активно развивается мышечная система: с 13 лет резко увеличивается масса мышц, особенно у мальчиков (13–14 лет) и девочек (11–12 лет). Из-за разной скорости полового созревания в одном классе оказываются ученики с разными адаптационными возможностями — поэтому важна индивидуализация обучения.

Адаптационные возможности кровообращения у детей 12–15 лет ниже, чем в юношеском возрасте: система реагирует на нагрузки менее экономично. В период полового созревания быстро развивается дыхательная система, но режим дыхания менее эффективен, чем у взрослых: подросток потребляет 14 мл кислорода за цикл (взрослый — 20 мл), хуже задерживает дыхание и быстрее теряет насыщение крови кислородом. В подростковом возрасте продолжают совершенствование моторных способностей и развитие

координационных, силовых и скоростно-силовых качеств; умеренно растут скорость и выносливость, гибкость развивается медленнее.

Юношеский возраст (старше 16 лет) — период завершения полового созревания и относительно равномерного роста. Замедляются прирост длины и массы тела, половые различия в строении и функциях организма становятся максимально выраженными: юноши в среднем выше девушек на 10–12 см и тяжелее на 5–8 кг, имеют большую долю мышечной массы и меньшую — подкожной жировой ткани. Скелет способен выдерживать значительные нагрузки: рост трубчатых костей в длину замедляется, в ширину — усиливается; активно развивается грудная клетка (особенно у юношей). Мышцы растут равномерно и быстро — увеличиваются масса и сила, возможна асимметрия силы правой и левой сторон, поэтому нужна целенаправленная работа для симметричного развития. Это благоприятный период для воспитания силы и выносливости.

У девушек прирост мышечной массы меньше, слабее развит плечевой пояс, но активнее формируются тазовый пояс и мышцы тазового дна. Функциональные возможности систем кровообращения и дыхания ниже, чем у юношей: сердце меньше по объёму и массе, пульс чаще на 6–8 уд./мин, жизненная ёмкость лёгких — примерно на 100 см³ меньше.

К 15–17 годам завершается формирование познавательной сферы: растёт способность анализировать структуру движений, точно воспроизводить и дифференцировать параметры действий. Старшеклассники проявляют высокую волевую активность (настойчивость, терпение при утомлении), но у девушек может снижаться смелость, что усложняет физическое воспитание. В старшем школьном возрасте темпы прироста кондиционных и координационных способностей снижаются.

Количество обучающихся в группе: Комплектование групп происходит в начале учебного года. Минимальное число детей в одной группе 10, максимальное – 20. Группы формируются по возрастам 6-7, 8-12, 13-17 лет.

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 занятия для 6-7 лет – 30 мин, для 8-17 лет - 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. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ, ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

1.2.1 Стартовый уровень (1 год обучения)

Цель: сформировать мотивацию к занятиям мини-футболом, освоить базовые двигательные навыки и правила игры, заложить основы здорового образа жизни и безопасного поведения на площадке.

Задачи:

Образовательные:

- дать начальные теоретические знания: история мини-футбола, базовые правила игры (офсайд, аут, угловой, пенальти), игровая терминология (5–7 ключевых терминов);
- обучить простейшим техническим приёмам: остановка мяча подошвой, ведение мяча на низкой скорости, передача внутренней стороной стопы на короткой дистанции;
- познакомить с основами тактики: выбор позиции при розыгрыше мяча, взаимодействие «отдал — открылся», соблюдение игровой дисциплины;
- сформировать первичные представления о режиме дня юного спортсмена и принципах сбалансированного питания (вода, углеводы, белки, фрукты/овощи).

Развивающие:

- развивать общую координацию, ловкость и быстроту реакции через игровые упражнения и эстафеты;
- укреплять здоровье и повышать устойчивость организма к нагрузкам с помощью адаптированных разминок и заминочных комплексов;
- формировать способность действовать по инструкции, повторять движения по показу, соблюдать очерёдность и правила в игровых заданиях;
- закладывать основы волевых качеств через выполнение заданий с постепенным усложнением и преодолением небольших трудностей.

Воспитательные:

- прививать интерес к мини-футболу и мотивацию к регулярным занятиям;
- воспитывать уважение к партнёрам и соперникам, формировать понимание принципов «Fair Play» (честная игра, уважение к судье и сопернику);
- развивать чувство ответственности за подготовку инвентаря и соблюдение правил безопасности;

- способствовать формированию доброжелательной атмосферы в группе и навыков сотрудничества.

Планируемые результаты:

Предметные:

- знание базовых правил мини-футбола и 5–7 основных терминов;
- уверенное выполнение простых технических приёмов: остановка мяча подошвой, ведение на скорости до 3–4 м/с, передача на дистанции до 5 м;
- понимание основ тактики: выбор позиции, взаимодействие в паре, соблюдение игровой дисциплины.

Метапредметные:

- способность следовать инструкциям тренера, выполнять задания по образцу и корректировать действия по замечаниям;
- умение работать в паре и малой группе: соблюдать очерёдность, помогать партнёру, договариваться о совместных действиях;
- навык планирования простых элементов режима дня: время тренировки, отдых, питание, сон.

Личностные:

- устойчивый интерес к занятиям мини-футболом и желание совершенствовать навыки;
- ответственность за подготовку к тренировке и соблюдение правил безопасности;
- проявление доброжелательности, уважения к партнёрам и судьям, следование принципам честной игры.

1.2.2 Базовый уровень (2 год обучения)

Цель: закрепить и усложнить технические и тактические навыки, повысить уровень физической подготовленности, сформировать способность к элементарному анализу игровых ситуаций и устойчивую мотивацию к участию в соревнованиях.

Задачи:

Образовательные:

- расширить теоретические знания: правила мини-футбола (включая особенности игры в зале), система судейских жестов, основы тактических схем (2–3 базовые расстановки);
- освоить усложнённые технические приёмы: ведение с изменением скорости и направления, передачи в одно касание, удары по мячу с места и в движении, простейшие финты;
- изучить основы индивидуальной и групповой тактики: открывания, создание численного преимущества, взаимодействие в тройках, принципы отбора мяча;
- углубить знания о здоровом образе жизни: режим питания до и после тренировки, важность восстановления, профилактика переутомления.

Развивающие:

- целенаправленно развивать скоростно-силовые качества, специальную выносливость и координацию через дифференцированные комплексы упражнений;
- совершенствовать технику в условиях ограниченного пространства и при противодействии соперника;
- формировать навыки самооценки и самоконтроля: фиксировать ошибки, предлагать варианты их исправления, оценивать эффективность своих действий в игре;
- развивать социальную активность через участие в контрольных играх, эстафетах и совместных мероприятиях.

Воспитательные:

- укреплять мотивацию к систематическим тренировкам и достижению промежуточных результатов (нормативы, контрольные игры);
- воспитывать навыки сотрудничества, взаимопомощи и поддержки в коллективе;
- формировать осознанное отношение к здоровью, связи нагрузки и восстановления, важности режима и питания;
- закреплять принципы «Fair Play»: уважение к сопернику, судье, правилам, умение достойно принимать результат.

Планируемые результаты:

Предметные:

- владение расширенным терминологическим аппаратом (15–20 терминов), умение объяснять технику элементов партнёру;
- уверенное выполнение технических приёмов: ведение с обводкой, передачи в одно касание на дистанции до 10 м, удары по воротам с разных позиций;
- понимание базовых тактических схем и умение реализовывать их в учебных играх (расстановка, открывания, взаимодействие в малых группах).

Метапредметные:

- способность самостоятельно подготовить инвентарь, провести разминку и заминку по плану;
- умение анализировать ошибки (свои и партнёра), предлагать способы их устранения;
- готовность демонстрировать навыки в контрольных играх и товарищеских матчах, действовать в команде.

Личностные:

- сформированная привычка к регулярным занятиям и ответственность за результат;
- проявление лидерских качеств и готовности помогать менее подготовленным товарищам;
- устойчивый интерес к мини-футболу как средству самовыражения и физического развития.

1.2.3 Продвинутый уровень (3 год обучения)

Цель: достичь высокого уровня технической и тактической подготовки, освоить сложные игровые элементы и тактические взаимодействия, реализовать потенциал в соревновательной и наставнической деятельности, сформировать навыки долгосрочного планирования спортивной подготовки.

Задачи:

Образовательные:

- освоить сложные технические элементы: удары с лёта, обводка с использованием финтов, игра головой в мини-футболе (при возможности), точные передачи в движении;
- изучить продвинутые тактические схемы и принципы построения игры: прессинг, зонная защита, контратаки, стандарты (угловые, штрафные);
- углубить знания биомеханики движений, принципов планирования нагрузки и профилактики травматизма;
- совершенствовать навыки оказания первой помощи и действий в нештатных ситуациях (травма, перегрев, потеря сознания).

Развивающие:

- максимально развить специальные физические качества: взрывную силу, скоростную выносливость, координацию в условиях высокой нагрузки и эмоционального напряжения;
- формировать способность к самоанализу, коррекции техники и адаптации к изменяющимся условиям (соперник, покрытие, усталость);
- развивать креативность в выборе решений в игровых эпизодах с учётом индивидуальных особенностей и стиля команды;
- совершенствовать коммуникативные навыки в команде: умение договариваться, распределять роли, поддерживать партнёров, конструктивно обсуждать игровые моменты.

Воспитательные:

- воспитывать целеустремлённость, волю к победе и умение справляться с неудачами;
- формировать лидерские качества и готовность передавать опыт младшим спортсменам (помощь в разминке, объяснение техники, страховка);
- укреплять ценностное отношение к спорту как к сфере самореализации и здорового образа жизни, включая долгосрочное планирование спортивной карьеры;
- развивать гражданскую позицию и патриотические чувства через участие в соревнованиях, представление коллектива и города.

Планируемые результаты:

Предметные:

- свободное владение профессиональной терминологией, способность объяснять технику элементов и корректировать ошибки у младших обучающихся;
- уверенное выполнение сложных технических приёмов: удары с лёта, точные передачи в движении, обводка под давлением, реализация стандартных положений;
- знание продвинутых тактических схем, умение применять их в играх разного уровня сложности и адаптироваться к сопернику;
- навыки оказания первой помощи, действий в нештатных ситуациях, ведения дневника самоконтроля (самочувствие, нагрузка, восстановление).

Метапредметные:

- способность планировать индивидуальную и командную подготовку, корректировать нагрузку по самочувствию и внешним условиям;
- умение выступать на соревнованиях различного уровня, демонстрировать стабильность, тактическую грамотность и психологическую устойчивость;
- навыки наставничества: помощь младшим обучающимся в освоении базовых элементов, участие в подготовке игр и тренировок.

Личностные:

- устойчивая мотивация к совершенствованию и достижению высоких результатов;
- сформированные качества лидера, ответственного за общий результат команды;
- осознанный выбор здорового образа жизни как основы спортивной карьеры и личного благополучия.

РАЗДЕЛ 2. УЧЕБНЫЙ ПЛАН

2.1 Стартовый уровень - 1 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	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. Стретчинг. 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 (открывание 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.

2.2 Базовый уровень – 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 специальная физическая подготовка	9	9	10	10	8	9	9	10	7			
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 уровень – 3 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	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 х 60 м., до 3 х 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.	Недель в I полугодии	18
6.	Недель 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 индивидуальных 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 оцениваются 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 не зачет.

Для оценки уровня спортивной подготовки используется измерение и оценка различных показателей в циклах тренировки. Комплексный контроль реализуется в ходе сдачи контрольных нормативов по общей и специальной физической подготовке и проводится 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 1 мин)	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 4-2-2-10 м)	18.0	16.0
Жонглирование мячом (кол. раз)	4	8
Бросок мяча, м	5	10

Учащиеся должны продемонстрировать за год 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 должны выполнить строго определённое число нормативов.

Отдельные юные футболисты, невыполнившие 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 формирования 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. Верхошанский, Ю. В. Программирование и организация тренировочного процесса [Текст] / Ю. В. Верхошанский. – 2 изд. – М. : Спорт, 2019 – 184 с.
2. Годик М.А., Мосягин С.М., Швыков И.А. Поурочная программа подготовки юных футболистов 6-9 лет. – М.: Граница, 2008, – 272 с.
3. Годик М.А., Скородумова А.П. Комплексный контроль в спортивных играх. – М.: советский спорт, 2010-336 с.
4. Губа, В. П. Организация учебно-тренировочного процесса футболистов различного возраста и подготовленности [Текст] : учебное пособие / В. П. Губа, А. В. Лексаков. – М. : Советский спорт, 2012 – 176 с.
5. Вайн Х. Как научиться играть в футбол. – М. Олимпия PRESS, 2004-200с.
6. Ильин Е.П. Психология спорта. – СПб: Иматон, 2008-175с.
7. Гриндлер К. Техническая и тактическая подготовка футболистов. – М. ФиС, 2000-260с.
8. Котенко Н.В. Акробатические упражнения в тренировках юных футболистов // Теория и методика футбола.-М.: Олимпия,2007– 204 с
9. Лапшин О.Б. Теория и методика подготовки юных футболистов. – М.: Человек, 2010– 176 с.
10. 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.
11. Мутко В.Л., Андреев С.Н., Алиев Э.Г. Мини-футбол–игра для всех – М. Советский спорт, 2008.- 264 стр. Тунис Марк. Психология вратаря. – М.: Человек, 2010– 128 с.
12. Оробей М. Н., Бомин В. А., Тарасов А. Ю. Некоторые аспекты тренировочного процесса мини-футболистов-школьников. — Иркутск: [издательство], 2019. — 158–162 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?

Приложение 2

ПРОТОКОЛ

сдачи контрольных нормативов по ОФП и СФП на 20__-20__ учебный год
отделения «Мини-футбол» (футзал) тренера-преподавателя Халикова Алексея Ринатовича (группа __)

[illegible]

Тренер-преподаватель: _____Халиков А.Р.

Директор: _____ Попов В.В.

« » _____ 20 г.

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