

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
СРЕОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 3 СТ. КРЕПОСТНОЙ МУНИЦИПАЛЬНОГО  
ОБРАЗОВАНИЯ СЕВЕРСКИЙ РАЙОН ИМ. ДВАЖДЫ ГЕРОЯ СОВЕТСКОГО СОЮЗА  
МАРШАЛА АВИАЦИИ САВИЦКОГО ЕВГЕНИЯ ЯКОВЛЕВИЧА УЧРЕЖДЕНИЕ

Рассмотрено  
на заседании Педагогического  
совета МБОУ СОШ №3  
ст.Крепостной  
Протокол №1 от 30.04.2022г.

Утверждаю:  
Директор МБОУ СОШ 3  
  
Подружная Е. А.  
Приказ №\_ от 30.04 2022г.

**Дополнительная общеобразовательная  
общеразвивающая программа школьного спортивного клуба  
«Геракл и Артемида»  
«Мини-футбол»  
(физкультурно-спортивное направление)**

Уровень программы: базовый  
Срок реализации программы: 1 год (156 часов)  
Возрастная категория: 11 - 17 лет  
Вид программы: модифицированная

Составитель:  
**Александров Сергей Андреевич**  
педагог дополнительного образования

ст. Крепостная  
2022г

## Оглавление

1.Комплекс основных характеристик образования.....	3
1.1.Пояснительная записка .....	3
1.1.1. Направленность и вид программы.....	3
1.1.2. Новизна, актуальность и целесообразность программы .....	3
1.1.3. Отличительные особенности программы .....	4
1.1.4. Адресат программы.....	4
1.1.5. Уровень программы, объем и сроки реализации.....	4
1.1.6. Форма обучения.....	4
1.1.7.Особенности организации учебного процесса .....	4
1.1.8. Режим занятий .....	5
1.2. Цель и задачи дополнительной образовательной программы .....	5
1.2.1. Цель данной программы .....	5
1.2.2. Задачи программы .....	5
1.3. Содержание программы.....	6
1.3.1.Учебно - тематический план .....	9
1.3.3. Планируемые результаты .....	10
2. Комплекс организационно - педагогических условий.....	10
2.1. Календарный учебный график .....	10
2.2. Формы подведения итогов и оценочные материалы .....	10
2.3. Диагностические материалы .....	11
2.4. Методическое обеспечение программы .....	15
2.5. Условия реализации программы.....	16
2.6. Нормативно - правовая документация. ....	17
2.7. Литература для педагога.....	18
2.8. Литература для учащихся .....	19

## **1.Комплекс основных характеристик образования.**

### **1.1.Пояснительная записка**

#### **1.1.1. Направленность и вид программы**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа школьного спортивного клуба «Геракл и Артемида» базового уровня «Мини-футбол» имеет физкультурно-спортивное направление и предназначена для углубленного изучения раздела «Мини-футбол» образовательной программы средней школы.

**Модифицированная** программа разработана на основе типовой программы и рекомендаций, разработанных специалистами в области физической культуры, нормативных документов Министерства образования РФ и адаптирована к конкретным условиям. Рабочая программа дополнительного образования составлена на основе и в соответствии с **авторской программой «Внеурочная деятельность учащихся. Футбол»** авторы **Г. А. Колодницкий, В.С. Кузнецов, М. В. Маслов. Изд. М.: Просвещение, 2018г.** (этапы: спортивно-оздоровительный, начальной подготовки, учебно-тренировочный), с учетом учебного плана на учебный год.

#### **1.1.2. Новизна, актуальность и целесообразность программы**

**Новизна** программы объясняется возможностью одновременного использования видеоматериала и других наглядных средств обучения (схемы, соревнования ведущих команд города) с теоретическими основами курса.

##### **Актуальность**

Реализация в местных условиях одного из приоритетных направлений политики государства: пропаганда занятий физкультурой и оздоровление нации.

Одна из форм физической культуры, получивших в последние годы широкое распространение - это игра в мини-футбол (футзал).

Благодаря высокой эмоциональности, физической активности мини футбол становится всё более популярным в нашей стране.

**Педагогическая целесообразность** программы состоит в том, что в настоящее время значительная часть школьников занимается физическими упражнениями лишь на уроках физической культуры. Не секрет, что физическая подготовленность школьников с каждым годом снижается, падает интерес к традиционным игровым видам спорта.

Слабая физическая подготовка не позволяет в полной мере проходить

задачи подросткового этапа развития, полноценно встраиваться в коллектив, адаптироваться к социуму. Кроме того, недостаточный уровень физической подготовки не позволяет им сдавать учебные нормативы по физической культуре в школе. Поэтому одной из важнейших задач стоящих перед педагогом дополнительного образования, является привлечение как можно большего числа школьников к систематическим занятиям в секции по футболу для повышения уровня физической подготовленности. В процессе тренировочных занятиях у ребенка формируется определенный уровень рефлексии и конформизма. Все это способствует дисциплине, без которой педагогический процесс не представляется возможным.

### **1.1.3. Отличительные особенности программы**

Для развития физических качеств (в основном силы, выносливости и ловкости) используются чаще всего другие виды спорта. Однако в данной образовательной программе проведена несколько иная концепция развития подрастающего поколения, заключающаяся в использовании основ подвижной игры (мини-футбол) с целью развития силы, выносливости, ловкости и других качеств.

### **1.1.4. Адресат программы.**

Программа по мини-футболу реализуется на базе МБОУ СОШ №3 ст. Крепостной. Занятия проводятся в спортивном зале три раза в неделю по одному часу.

Программа рассчитана: на возраст 11-17 лет, количество человек в группе 15-25 человек, к занятиям допускаются обучающиеся независимо от половой принадлежности, их одаренности, способностей, уровня физического развития и подготовленности, по заявлению родителей на согласие заниматься футболом и медицинского заключения о состоянии здоровья учащихся.

### **1.1.5. Уровень программы, объем и сроки реализации.**

Рабочая программа рассчитана на 1 год. Занятия проходят три раза в неделю по 1 часу. Всего 156 часов, 52 недель.

### **1.1.6. Форма обучения: очная.**

### **1.1.7. Особенности организации учебного процесса:**

в соответствии с календарным учебным графиком, в сформированных

группах детей разных возрастных категорий (разновозрастные группы), являющихся основным составом объединения; состав группы постоянный. В программе учитываются возрастные особенности учащихся, изложение материала строится от простого к сложному.

Занятия проводятся в группах, количество обучающихся 15 - 25 человек.

### 1.1.8. Режим занятий

Год обучения	Продолжительность занятия (часов)	Периодичность в неделю	Кол-во часов в неделю	Кол-во недель в году	Всего часов в год
1	1	3	3	52	156
				<b>Итого:</b>	<b>156</b>

## 1.2. Цель и задачи дополнительной образовательной программы.

**1.2.1. Цель данной программы:** приобретение обучающимися необходимых знаний, умений, навыков для самостоятельного использования в процессе игры (мини-футбол).

### 1.2.2. Задачи программы:

Программный материал объединен в целостную систему многолетней спортивной подготовки и предполагает решение следующих **основных задач:**

#### Обучающие:

- освоить технику игры в мини-футбол;
- овладеть основами технических приёмов, которые наиболее часто и эффективно применяются в игре;
- овладеть основами индивидуальной, групповой и командной тактики игры в мини-футбол;
- освоить процесс игры в соответствии с правилами мини-футбола;
- изучить элементарные теоретические сведения об истории футбола, технике и тактике, правилах игры.
- ознакомить с основами физиологии и гигиены спортсмена;
- ознакомить с основами профилактики заболеваемости и травматизма в спорте;
- ознакомить с основными задачами физической культуры и спорта в России.

#### Развивающие:

- содействие всесторонней физической подготовленности и укреплению здоровья занимающихся;
- повышение уровня физической подготовленности, совершенствование технико-тактического мастерства;

- развитие мотивации обучающихся к познанию и творчеству.

Основной показатель работы спортивной секции по мини-футболу – стабильность состава занимающихся, динамика прироста индивидуальных показателей выполнения программных требований по уровню подготовленности занимающихся, выраженных в количественных показателях физического развития, физической, технической, тактической, интегральной и теоретической подготовки (по истечении каждого года), результаты участия в соревнованиях. Выполнение нормативных требований по уровню подготовленности. В комплексном зачете учитываются в целом все результаты (более высокие в одних нормативах в известной мере компенсируют более низкие в других).

Режим учебно-тренировочной работы рассчитан на 52 недели занятий непосредственно в условиях школы.

#### **Воспитательные:**

- подготовить физически крепких, с гармоничным развитием физических и духовных сил юных спортсменов;
- воспитывать волевой характер, командный дух юных спортсменов, приобщить к общечеловеческим ценностям;
- воспитать социально активную личность, готовую к трудовой деятельности в будущем.

### **1.3. Содержание программы.**

#### **Теоретическая подготовка.**

**Физическая культура и спорт в России.** Важнейшие решения Российского правительства по вопросам развития физической культуры и спорта. Массовый характер Российского спорта.

Рост спортивных достижений Российских спортсменов. Значение выступлений Российских спортсменов за рубежом для укрепления мира и дружбы между народами. Единая спортивная классификация и её значение для развития спорта в России.

**Развитие футбола в России.** Федерация футбола России. Обзор соревнований по футболу: первенство и кубок России среди команд мастеров. Международные соревнования с участием Российских команд. Лучшие Российские команды, тренеры, и футболисты.

**Врачебный контроль.** Задачи врачебного контроля над занимающимися физической культурой и спортом. Значение и содержание самоконтроля. Объективные данные самоконтроля: масса, динамометрия, спирометрия, пульс. Субъективные данные: самочувствие, сон, аппетит, работоспособность, утомляемость, настроение. Дневник самоконтроля. Причины травм на занятиях по мини-футболу и их предупреждение.

**Правила игры, организация и проведение соревнований по мини-футболу.** Изучение правил игры и пояснений к ним. Обязанности судей. Выбор места судей при различных игровых ситуациях. Замечания, предупреждения и удаления игроков с поля.

### **Общая и специальная физическая подготовка.**

**Общеразвивающие упражнения без предметов.** Маховые упражнения, круговые вращения рук в сочетании с движениями ног и туловища. Разгибание рук в упоре лёжа. Круговые движения туловищ, 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 (1 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. Кувырок назад в упор стоя ноги врозь из упора присев, из седа, из основной стойки. Стойка на голове из упора присев толчком двух ног. Стойка на руках толчком одной и махом другой ноги. Переворот в сторону.

**Легкоатлетические упражнения.** Бег 30 м. на скорость. Повторный бег до 3 x 30 м., до 2 x 60 м. Бег медленный до 10 мин. Бег по пересечённой местности (кросс) до 800 м. Бег 200 и 500 м.

Прыжки в высоту с разбега способом «перешагивание». Прыжки в длину с разбега способом «согнув ноги».

Метание малого мяча по коридору шириной 10 м. на дальность с разбега.

**Подвижные игры.** Игры с бегом на скорость, с прыжками в высоту и длину, с метаниями мяча на дальность и в цель.

**Специальные упражнения для развития быстроты.** Бег на 10 – 15 м. из различных стартовых положений – сидя, бега на месте, лёжа.

Ускорения на 15, 30 м. без мяча и с мячом. Бег прыжками. Бег с изменением направления до 180°. Бег боком и спиной вперёд (наперегонки). Обводка стоек. Рывок с мячом.

**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.

### **Техническая подготовка.**

**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 в единоборстве. Удары на точность и дальность.

**Удары по мячу головой.** Удары боковой частью лба без прыжка и в прыжке, с места и с разбега. Удары серединой и боковой частью лба в прыжке с пассивным сопротивлением. Удары на точность.

**Остановка мяча.** Остановка подошвой, внутренней стороной стопы катящегося и опускающегося мяча. Остановка грудью летящего мяча. Остановка мяча изученными способами, находясь в движении, с последующим ведением или передачей мяча.

**Ведение мяча.** Ведение серединой подъёма и носком. Ведение мяча всеми изученными способами, увеличивая скорость движения.

**Обманные движения (финты).** Обучение финтам: при ведении показать остановку мяча подошвой (без касания или с касанием мяча подошвой) или удар пяткой назад – неожиданным рывком вперёд уйти с мячом; быстро отвести мяч подошвой под себя – рывком с мячом уйти вперёд; при ведении неожиданно остановить мяч и оставить его партнёру, который движется за спиной, а самому без мяча уйти вперёд, увлекая соперника («скрещивание»). Выполнение обманных движений в единоборстве.

**Отбор мяча.** Обучение умению выбрать момент для отбора мяча, выполняя ложные движения и вызывая соперника, владеющего мячом, на определённые действия с мячом. **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 замахом и снизу.

Броски рукой на точность и дальность.

### **Тактика игры в футбол.**

Понятие о тактической системе и стиле игры. Характеристика игровых действий футболистов команды при расстановке по схеме 1+3, 3+1. Разбор проведённых учебных игр: положительные моменты в ходе игры, ошибки, оценка игры каждого футболиста и команды в целом.

**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, используя короткие и средние передачи. Комбинации в парах: «стенка», «скрещивание». Начинать и развивать атаку из стандартных положений.

**Командные действия.** Уметь выполнять обязанности в атаке на своём игровом месте.

### **Тактика защиты.**

**Индивидуальные действия.** Противодействие маневрированию, т. е. 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.

**Групповые действия.** Уметь взаимодействовать в обороне, осуществляя правильный выбор позиции и страховку партнёров. Уметь взаимодействовать в обороне при выполнении противником стандартных комбинаций. Организация и построение «стенки». Комбинация с участием вратаря.

**Тактика вратаря.** Уметь организовать построение «стенки» при пробитии штрафного и свободного ударов вблизи своих ворот; играть на выходах из ворот при ловле катящихся и летящих на различной высоте мячей; подсказывать партнёрам по обороне, как занять правильную позицию; выполнять с защитниками комбинации при введении мяча в игру от ворот; введение мяча в игру, адресуя его свободному от опеки партнёру. Учебные и тренировочные игры, совершенствуя индивидуальные, групповые и командные тактические действия.

В программу могут вноситься необходимые коррективы в соответствии с местными условиями и возможностями, может изменяться последовательность изучения тем, количество времени на изучение отдельных вопросов.

### 1.3.1. Учебно - тематический план.

№	Наименование тем	Количество часов	В том числе	
			Теория	Практика
1.	Знакомство обучающихся друг с другом. Выявление уровня первичной подготовки детей в данном виде деятельности.	1	1	-
2.	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.	1	1	-
3.	Техническая подготовка	30	5	25
4.	Тактическая подготовка	25	5	20
5.	Общая физическая подготовка	45	5	40
6.	Специальная физическая подготовка	15	4	11
7.	Игровая подготовка	20	4	16
8.	Инструкторская и судейская практика	9	3	6
9.	Соревнования	4	-	4
10.	Итоговое занятие. Сдача контрольных нормативов	6	-	6
<b>ИТОГО:</b>		<b>156</b>	<b>28</b>	<b>128</b>

### **1.3.3. Планируемые результаты.**

По окончании срока реализации программы обучающиеся **будут знать:**

- об особенностях зарождения, истории мини-футбола;
- о физических качествах и правилах их тестирования;
- основы личной гигиены, причины травматизма при занятии мини-футболом и правила его предупреждения;

Обучающиеся **будут уметь:**

- организовать самостоятельные занятия мини-футболом.
- выполнять требования по физической подготовке в соответствии с возрастом;
- владеть основами техники мини-футбола; знать основы судейства.

У обучающихся **будут воспитаны:**

- чувство коллективизма;
- взаимопомощи и взаимовыручки;
- физические качества

## **2. Комплекс организационно - педагогических условий.**

### **2.1. Календарный учебный график. (Приложение №1)**

### **2.2. Формы подведения итогов и оценочные материалы.**

#### **Формы подведения итогов реализации:**

Как правило, итоговые показатели складываются на основе соревновательного периода обучения. Отчетным периодом принято считать соревнования среди школ в рамках «Всекубанской спартакиады школьников» и иные виды соревнований.

#### **Средства контроля.**

Педагогический контроль и оценка подготовки подготовленности учащихся группы являются важными элементами, определяющими эффективность процесса обучения и тренировки. Для получения объективной

информации планируется использовать педагогическое наблюдение и тестирование. Контроль за уровнем нагрузки на занятия проводится по карте педагогического наблюдения за степенью утомления учащихся:

Метод тестирования дает возможность оценить уровень подготовленности учащихся группы, прирост их физического развития и совершенствования технического мастерства (приложение таблица №2).

Контроль осуществляется по таблице нормативов, разработанной школой на основе Примерной программы спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ Мини-футбол (приложение таблица №3).

### 2.3. Диагностические материалы (Приложение №2)

#### Средства контроля.

Объект наблюдения	Степень и признаки утомления		
	Небольшая	Средняя	Большая (недопустимая)
Цвет кожи лица	Небольшое покраснение	Значительное покраснение	Редкое покраснение, побледнение или синюшность.
Речь	Отчетливая	Затрудненная	Крайне затрудненная или невозможная.
Мимика	Обычная	Выражение лица напряженное	Выражение страдания на лице.
Потливость	Небольшая	Выраженная верхней половины тела	Резкая верхней половины тела и ниже пояса, выступание соли.
Дыхание	Учащенное, ровное	Сильно учащенное	Сильно учащенное, поверхностное, с отдельными глубокими вдохами, сменяющимися беспорядочным дыханием.
Движения	Бодрая походка	Неуверенный шаг, покачивание	Резкое покачивание, дрожание, вынужденная поза

			с опорой, падение.
Самочувствие	Жалоб нет	Жалобы на усталость, боль в мышцах, сердцебиение, одышку, шум в ушах.	Жалобы на головокружение, боль в правом подреберье, головная боль, тошнота, иногда икота, рвота

Таблица № 3

**Нормативные требования  
для учащихся групп начальной подготовки**

Контрольное упражнение	Возраст	Оценка (условная)					
		«3»		«4»		«5»	
		м	д	м	д	м	д
<b>Общая подготовленность</b>							
Бег 30 м., с.	8	6.3	6.4	6.1	6.2	5.9	6.0
	9	6.2	6.3	6.0	6.1	5.8	5.9
	10	6.0	6.2	5.8	6.0	5.6	5.8
	11	5.8	6.1	5.6	5.9	5.4	5.7
Челночный бег 30 м. (5 x 6 м)	8	13.2	13.4	13.0	13.2	12.6	12.8
	9	13.0	13.2	12.7	13.0	12.4	12.6
	10	12.6	12.8	12.4	12.5	11.9	12.2
	11	12.2	12.4	11.9	12.2	11.5	11.9
Челночный бег 104 м. с.	8	-	-	-	-	-	-
	9	42.0	45.0	40.0	43.0	37.0	40.0
	10	38.0	42.0	36.0	40.0	33.0	37.0
	11	34.0	39.0	32.0	37.0	30.0	35.0
Прыжок в длину с места, см.	8	152	142	155	145	160	150
	9	155	145	160	150	165	155
	10	160	157	168	160	173	165
	11	170	160	175	168	180	173
<b>Специальная подготовленность</b>							
Жонглирование мяча ногами, кол-во ударов	8	5	4	6	4	7	5
	9	6	4	7	5	8	6
	10	13	10	15	11	16	12
	11	19	13	21	15	22	16
Бег 30 м с ведением	8	7.2	7.6	6.9	7.3	6.5	7.0

мяча, сек.	9	6.6	7.2	6.4	6.9	6.2	6.7
	10	6.4	7.0	6.2	6.7	6.0	6.5
	11	6.3	6.8	6.1	6.5	5.9	6.3
Ведение мяча по «восьмерке»	8					+	+
	9					+	+
	10					+	+
	11					+	+
Ведение мяча по границе штрафной площадке.	8					+	+
	9					+	+
	10					+	+
	11					+	+

*Примечание:* знак«+» означает, что норматив выполнен при улучшении показателей.

## СОДЕРЖАНИЕ И МЕТОДИКА КОНТРОЛЬНЫХ ИСПЫТАНИЙ.

### ОБЩАЯ ПОДГОТОВЛЕННОСТЬ.

**Бег 30 м.** Бег выполняется с высокого старта. Секундомер запускается по первому движению испытуемого.

**Челночный бег 30 м (5х6 м).** На расстоянии 6 м друг от друга обозначаются линия старта и контрольная линия. По сигналу испытуемый начинает бег, преодолевая обозначенную дистанцию 5 раз. При изменении направления движения обе ноги испытуемого должны пересекать каждый раз одну из упомянутых линий.

**Челночный бег 30 м (3х10 м).** Упражнение с такими же требованиями, как и предыдущее.

**Челночный бег 104 м (рис. 1).** Линией старта служит линия ворот. От ее середины испытуемый по сигналу выполняет рывок до 6-метровой отметки, касаясь ее ногой. Повернувшись на 180°, он возвращается назад. Далее он совершает рывок до 10-метровой отметки. Повернувшись кругом, испытуемый устремляется к линии старта. Далее он бежит до средней линии поля (20 м) и возвращается к линии ворот. Затем он вновь совершает рывок к 10-метровой отметке, возвращается к месту старта. Завершается

**Прыжок в длину с места.** Испытуемый принимает исходное положение на контрольной линии (ноги на ширине плеч). Не переступая ее, он делает несколько махов руками и, с силой оттолкнувшись, махом рук снизу вверх производит прыжок. Из трех попыток засчитывается лучший результат.

### СПЕЦИАЛЬНАЯ ПОДГОТОВЛЕННОСТЬ.

**Жонглирование мячом ногами.** Упражнение выполняется поочередно правой и левой ногой. Удары, выполненные одной ногой дважды, засчитываются за один удар. Из трех попыток учитывается лучший результат.

**Бег 30 м с ведением мяча.** Испытуемый с мячом занимает позицию за линией старта. По сигналу игрок ведет мяч к линии финиша, выполняя на данной дистанции не менее трех касаний мяча ногами. Ведение осуществляется любым способом. Упражнение считается законченным, когда испытуемый пересечет линию финиша. Учитывается время выполнения упражнения. Даются две попытки. Засчитывается лучший результат.

**Ведение мяча по «восьмерке»** (рис. 1). На поле стойками обозначается квадрат со сторонами 10 м. Одна стойка устанавливается в середине квадрата. По сигналу испытуемый ведет мяч от стойки *А* к стойке *Ц*, обходит ее и движется к стойке *Б*. Обведя ее, он направляется к стойке *В*, обгибает ее с внешней стороны и вновь ведет мяч к стойке *Ц*. Обводя эту стойку уже с другой стороны, он движется к стойке *Г*. Обогнув ее, испытуемый финиширует у стойки *А*. Ведение мяча осуществляется только внутренней и внешней частью подъема. Учитывается время выполнения задания. Из двух попыток засчитывается лучшая.

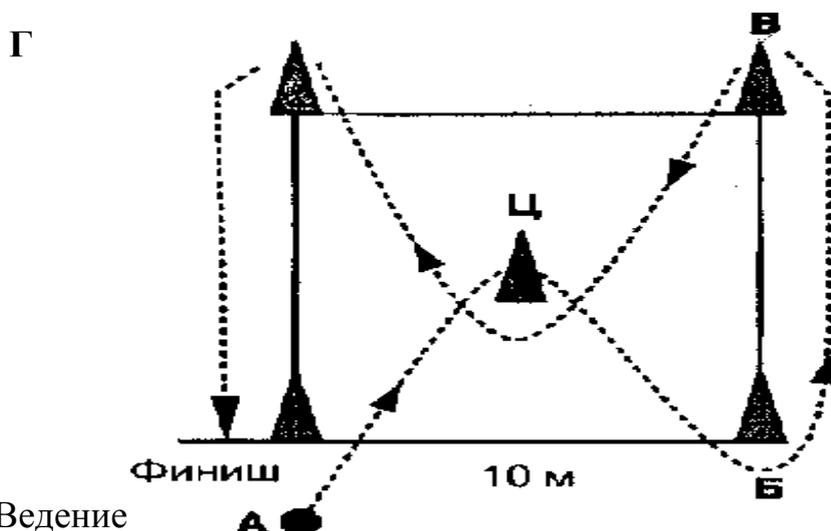
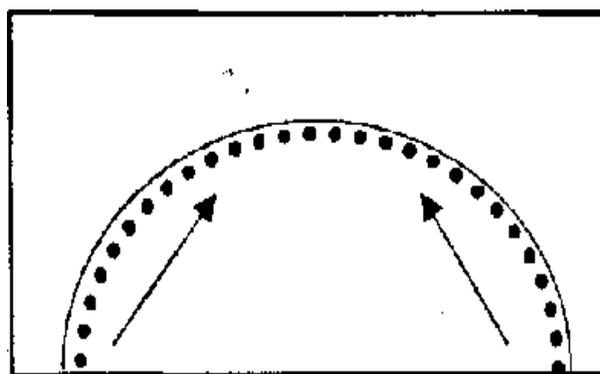


Рис. 1 Ведение мяча по «восьмерке»

**Ведение мяча по границе штрафной площади** (рис. 2). Испытуемый с мячом встает перед пересечением штрафной и вратарской линий. По сигналу он начинает ведение мяча подошвой правой ноги по границе штрафной площади до пересечения ее с линией ворот. Как только мяч пересечет эту точку, испытуемый разворачивается и начинает ведение мяча подошвой левой ноги в обратном направлении по границе штрафной площади. Как только он пересекает с мячом линию ворот, фиксируется время прохождения дистанции.



Обратно

Туда

Рис. 2. Ведение по границе штрафной площади

## 2.4. Методическое обеспечение программы

### 1. Особенности организации образовательного процесса – очно.

### 2. Методы обучения:

Большие возможности для учебно-воспитательной работы заложены в принципе совместной деятельности учителя и ученика. Занятия необходимо строить так, чтобы учащиеся сами находили нужное решение, опираясь на свой опыт, полученные знания и умения. Занятия по технической, тактической, общефизической подготовке проводятся в режиме учебно-тренировочных по 3 часа в неделю.

Теория проходит в процессе учебно-тренировочных занятий, где подробно разбирается содержание правил игры, игровые ситуации, жесты судей.

Для повышения интереса занимающихся к занятиям по футболу (мини-футбол) и более успешного решения образовательных, воспитательных и оздоровительных задач применяются разнообразные формы и методы проведения этих занятий.

Словесные методы: создают у учащихся предварительные представления об изучаемом движении. Для этой цели используются: объяснение, рассказ, замечание, команды, указание.

Наглядные методы: применяются главным образом в виде показа упражнения, наглядных пособий, видеофильмов. Эти методы помогают создать у учеников конкретные представления об изучаемых действиях.

Практические методы:

- методы упражнений;
- игровой;
- соревновательный;
- круговой тренировки.

Главным из них является метод упражнений, который предусматривает многократное повторение упражнений. Разучивание упражнений осуществляется двумя методами:

- в целом;
- по частям.

Игровой и соревновательный методы применяются после того, как у учащихся 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 обучения: индивидуальная, фронтальная, групповая, поточная.

## 7. Дидактические материалы:

- - тактика игры:
- <https://futsalki.ru/poleznye-stati/taktika-v-mini-futbole-tri-osnovnye-igrovye-sxemy/>;
- <https://football-esthete.ru/taktika-v-mini-futbole/>
- - техника игры:
- <http://www.offsport.ru/mini-football/tehnika.shtml>

## 2.5. Условия реализации программы.

### Материально-техническое обеспечение занятий

- мячи футбольные;
- насос с иглой для надувания мячей;
- сетка для переноса и хранения мячей;
- футбольные ворота (для мини-футбола);
- сетки для футбольных ворот;
- жилетки игровые разного цвета;
- флажки разметочные с опорой;
- стойки для обводки;
- конусы;
- фишки;
- свисток судейский;
- секундомер.
- Рулетка – 1 шт.

- Компьютеры с выходом в Интернет, программное обеспечение, экраны, проекторы, компакт-диски с учебным материалом.

Кроме этого имеется дидактико-методическое оснащение:

Учебники по физической культуре. Учебники по футболу. Методические пособия по футболу, спортивным играм, методике занятий и тренировок. Правила соревнований. Инструкции по технике безопасности. Нормативные документы по дополнительному образованию. Учебные карточки с заданиями. Разработанные и утверждённые тесты, нормативы по контролю ОФП, технической, тактической и теоретической подготовок и т.п

## **2.6. Нормативно - правовая документация.**

Программа разработана в соответствии со следующими нормативными документами:

1. Конвенция о правах ребенка;
2. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 г. №273-ФЗ;
3. Национальный проект «Образование» утвержден президиумом Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и национальным проектам (протокол от 24 декабря 2018г. №16.)
4. Приоритетный проект "Доступное дополнительное образование для детей» в редакции протокола президиума Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и приоритетным проектам от 19.09.2017г. №66.
5. Федеральный проект «Успех каждого ребенка» в редакции протокола заседания проектного комитета по национальному проекту «Образование» от 07.12.2018г.
6. Региональный проект «Успех каждого ребенка» в редакции протокола проектного комитета от 9 апреля 2019г.
7. Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 №09-3242 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ»;
8. Распоряжение от 26 марта 2016 года №516-р. В рамках госпрограммы «Развитие образования» на 2013–2020 годы;
9. Указ президента Российской Федерации от 7 мая 2018г. №204 «О национальных целях и стратегических задачах развития Российской Федерации на период до 2024г.

10. СанПиН 2.4.4.3172-14. Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей;
11. Проект Федеральной целевой программы «Развитие дополнительного образования детей в Российской Федерации до 2020 года»;

## 2.7. Литература для педагога:

1. Внеурочная деятельность учащихся. Футбол : пособие для учителей и методистов / Г. А. Колодницкий, В. С. Кузнецов, М. В. Маслов. — М. : Просвещение, 2018.
2. **Мини-футбол (Футзал) :** Примерная программа для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва **С.Н. Андреев, Э. Г. Алиев, В. С. Левин, К. В. Еременко.** - М.: Советский спорт, 2010. - 96 с.
3. **Ермакова, Ю.Н.** Характеристика особенностей владения элементами игры в футбол у детей старшего дошкольного возраста [Текст] /Ю.Н. Ермакова // Вестник спортивной науки: научный журнал - Всероссийский научно-исследовательский институт физической культуры и спорта (ВНИИФК), ОАО «Издательство «Советский спорт»», 2009, №.5 – С. 15-18.(авт. вкл. - 0,5 п.л.).
4. **Ермакова, Ю.Н.** Влияние элементов игры в футбол на развитие детей 5-7 лет [Текст] / Ю.Н. Ермакова // Вестник Костромского государственного университета им. Н.А. Некрасова. Серия: педагогика, психология, социальная работа, ювенология, социокинетика. Изд-во ГОУ ВПО «КГУ им. Н.А. Некрасова», 2009, - Т. 15, №.4 – С. 150-155 (авт. вкл. - 0,5 п.л.).
5. **Ермакова, Ю.Н.** Организация двигательной и познавательной деятельности детей с применением компьютерных технологий [Текст] / Ю.Н. Ермакова, Д.М. Правдов // Культура физическая и здоровье : научно-методический журнал, «Воронежская областная типография – Издательство им. Е.А. Болховитинова», 2010, № 1 (25) – С.56-61. (авт. вкл. - 0,5 п.л.).
6. **Ермакова, Ю.Н.** Влияние элементов игры в футбол на психическое развитие детей старшего дошкольного возраста [Текст] / Ю.Н. Ермакова // Сборник трудов 2 Межвузовской научно-методической конференции.- Москва. – Шуя: Изд-во ГОУ ВПО «ШГПУ», 2009. – С. 47-49 (авт. вкл. 0,15 п.л.).
7. **Ермакова, Ю.Н.** Особенности влияния занятий футболом на функциональное развитие организма [Текст] /Ю.Н. Ермакова, Е.Н. Колотилова // Материалы Всероссийской научной конференции «Физическое воспитание, спортивная тренировка, оздоровительная и

- адаптивная физическая культура участников образовательного процесса». – Шуя: Изд-во ГОУ ВПО «ШГПУ», 2009. – С.58-61 (авт. вкл. 0,35 п.л.)
8. **Ермакова, Ю.Н.** Интеграция двигательной и познавательной деятельности детей в процессе занятий спортивными играми [Текст] / Ю.Н. Ермакова, М.А. Правдов, Д.М. Правдов, Л.В. Правдова // Материалы Всероссийской научной конференции «Физическое воспитание, спортивная тренировка, оздоровительная и адаптивная физическая культура участников образовательного процесса». – Шуя: Изд-во ГОУ ВПО «ШГПУ», 2009. – С.153-155 (авт. вкл. 0,15 п.л.)
  9. **Тюленьков С.Ю. , Федоров А.А.** Футбол в зале: система подготовки.- М.: Терра-Спорт,2009.- 86 стр.(Библиотечка тренера)
  10. **Андреев С.Н., Алиев Э.Г., Левин В.С., Еременко К.В.** Мини-футбол (футзал). Примерная программа для ДЮСШ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва (2010)

#### **Интернет ресурсы:**

- **Футбольное образование тренеров и футболистов.**  
<https://footballstudy.ru/library>
- **КООРДИНАЦИЯ ДВИЖЕНИЙ И БЫСТРОТА | ФУТБОЛ | ЛОВКОСТЬ**  
| Ссылка на канал Svyatoslav\_Bohan  
[https://www.youtube.com/watch?v=FVmHxz-Rk\\_4&feature=emb\\_logo](https://www.youtube.com/watch?v=FVmHxz-Rk_4&feature=emb_logo)
- **Базовая техника и оборона в мини футболе** Мастер-класс проводит А.Ю. Юдин (старший тренер И.С.К. "Дина").  
[https://www.youtube.com/watch?time\\_continue=77&v=CbzYYVjJedE&feature=emb\\_logo](https://www.youtube.com/watch?time_continue=77&v=CbzYYVjJedE&feature=emb_logo)

#### **2.8. Литература для учащихся:**

1. **Футбол.** Правила соревнований. М. «Ф и С», 2007 г.
2. **Сушков М.П., Разин М.Б., Лукашин Ю.С.,** Ваш друг «Кожаный мяч» - М, «Ф и С», 2003 г.
3. Под общ. ред. **Лаптенва А. П., Сучилина А.А.** Юный футболист. Учебное пособие для тренеров. - М., 2001 г.
4. **Футбол Арнид Чанади.** «Техника», «Стратегия», 2001 г.

