

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ШКОЛА № 15 ИМЕНИ П.Ф. СЕРОШТАНА
ПОСЕЛКА НЕЗАМАЕВСКОГО
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ НОВОПОКРОВСКИЙ РАЙОН

Принята на заседании
педагогического совета
протокол № 8
от 23.05.2024 года

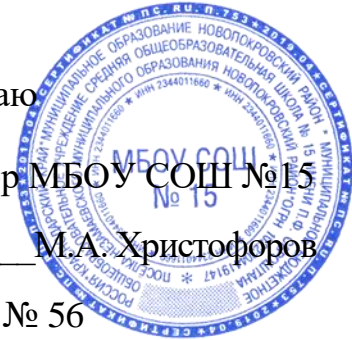
Утверждаю

Директор МБОУ СОШ № 15

М.А. Христофоров

приказ № 56

05.06.2024 года



**Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа
физкультурно- спортивная направленность
«Мини-футбол»**

Уровень программы: ознакомительный

Срок реализации программы: 1 год

Возрастная категория: от 6 до 17 лет

Состав группы: от 15 до 20 человек

Форма обучения: очная

Вид программы: модифицированная

(модифицированная, авторская)

Программа реализуется на **бюджетной основе**

ID- номер Программы в Навигаторе: _____

Автор составитель: Христофоров М.А., педагог
дополнительного образования

пос. Незамаевский , 2024 год

ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ

№	«Мини - футбол»	
1	Возраст учащихся	<i>7-17 лет</i>
2	Срок обучения	1 год
3	Количество часов общее	108
4	Ф.И.О. педагога	Христофоров Михаил Алексеевич
5	Уровень программы	ознакомительный
6	Продолжительность 1 занятия по (СанПИНу)	45 мин
7	Количество часов	1 час
8	Периодичность занятий (в неделю)	3 раза

СОДЕРЖАНИЕ

1.	Раздел 1. Комплекс основных характеристик образования	
1.1	Пояснительная записка программы	3
1.2	Цели и задачи	5
1.3	Содержание программы	6
1.4	Планируемый результат	7
2	Раздел 2. Комплекс организационно-Педагогических условий	
2.1	Календарно учебный график	10
2.2	Условия реализации программы	18
2.3	Формы аттестации	19
2.4	Оценочные материалы	19
2.5	Методические материалы	19
2.6	Список литературы	22

Раздел №1. Комплекс основных характеристик образования

1.1 Пояснительная записка.

Физкультурно-спортивная работа в системе дополнительного образования детей ориентирована на физическое совершенствование ребенка, формирование здорового образа жизни, воспитание спортивного резерва нации. Здоровье детей и подростков является одним из важнейших показателей, определяющих потенциал страны (экономический, интеллектуальный, культурный), а также одной из характеристик национальной безопасности. Среди важнейших социальных задач, которые сегодня стоят перед образованием – забота о здоровье, физическом воспитании и развитии обучающихся.

Современное состояние здоровья детей и молодежи требует приоритетного внимания, что можно достичь формированием здорового образа жизни, физическим развитием занимающихся: закаливание, тренировку силы, выносливости, быстроты, гибкости и других качеств, отличающих здорового, тренированного человека, от физически немощного. Эту задачу помогает решать занятия в спортивных группах дополнительного образования.

Программа имеет физкультурно-спортивную направленность
Актуальность программы физкультурно - спортивной направленности обусловлена современным Государственным социальным заказом на образование и задачами физического воспитания учащихся. Доступность и зрелищность игры футбол делает его прекрасным средством для привлечения к постоянным занятиям физической культурой широких масс учащихся. По разносторонности воздействия на организм футбол представляет идеальное средство для развития жизненно необходимых навыков и совершенствования физических качеств.

Новизна её заключается в том, что данная программа опирается на опыт педагога дополнительного образования, который помог создать вариативный и разноуровневый подход к освоению предоставляемого материала в целях увеличения доступности дополнительного образования для всех учащихся.

Педагогическая целесообразность. Согласно «Концепции развития дополнительного образования детей», «Порядку организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» образовательная деятельность по данной дополнительной общеразвивающей программе направлена на:

- формирование и развитие творческих способностей учащихся; удовлетворение индивидуальных потребностей учащихся в нравственном и интеллектуальном развитии, а также в занятиях физической культурой и спортом;
- формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья учащихся;

- создание и обеспечение необходимых условий для личностного развития, укрепление здоровья, профессионального самоопределения и творческого труда учащихся;
- социализацию и адаптацию учащихся к жизни в обществе;
- формирование общей культуры учащихся.

Данная программа направлена на формирование умений правильно выполнять основные технические приемы и тактические действия, обеспечение разносторонней физической подготовки, что содействует улучшению здоровья детей и обеспечивает их физическое развитие растущего организма и разностороннюю физическую подготовленность. По итогам освоения данной дополнительной общеразвивающей программы учащиеся приобретают специальные знания, умения и навыки для самостоятельного применения физических упражнений, закалывающих средств и гигиенических требований с целью поддержания высокой работоспособности во всех периодах жизни. Программа воспитывает приоритетное отношение к здоровому образу жизни, побуждает учащихся к самостоятельным занятиям спортом, воспитывает дух коллективизма, чувство братства; она развивает физические, психологические, волевые и коммуникативные качества учащихся. Программа призвана подготовить детей к соревновательной деятельности направленной на достижение наивысших спортивных результатов, что создаёт ситуацию успеха, способствует улучшению самооценки и повышению уверенности в себе.

Отличительная особенность. Данная программа по футболу модифицирована для условий дополнительного образования.

Данная программа отличается от других тем, что опирается на личный опыт педагога дополнительного образования, программа предоставляет вариативный и разноуровневый подход к образовательному процессу учащихся разного возраста; введена дополнительная работа над дриблингом (мастерством ведения мяча), техникой, скоростью и выносливостью

Программа носит практический характер в связи с чем, занятия проводятся не только в спортивном зале с применением спортивного инвентаря и оборудования, но и на открытой площадке.

Уровень программы, объем и сроки реализации дополнительной общеобразовательной программы

Уровень реализации программы «Мини-футбол» -ознакомительный. Программа предусматривает, как очное, так и дистанционное обучение с применением электронных технологий. Данная программа составлена в соответствии с возрастными особенностями учащихся и рассчитана на 1 год. Программа построена на основании современных научных представлений о физиологическом, психологическом развитии ребенка этого возраста, раскрывает особенности соматического, психологического и социального здоровья.

Объем учебных часов на год: 108 часа.

Режим занятий каждой группы: 3 раза в неделю, 1 час.

Наполняемость группы составляет: от 15 до 20 человек.

Продолжительность занятий: 45 мин.

Форма обучения: очная.

Форма проведения занятий - групповая форма с индивидуальным подходом.

Программа «Мини-футбол» разработана на 1 учебный год и обновляется ежегодно с учетом развития науки, техники, культуры, экономики, технологии и социальной.

Адресат программы: дети 6- 17 лет. Дополнительное образование организуется в трёх группах:

1 группа -6-10 лет

2 группа – 11- 14 лет

3 группа (смешанная) – 15-17 лет.

Количество обучающихся в учебных группах составляет от 15 до 20 человек.

1.2. Цели и задачи .

Цель: создание и обеспечение необходимых условий для личностного развития, укрепление здоровья учащихся средствами физкультурно-спортивной деятельности, в частности игры в мини - футбол.

1. Сформировать знания, умения и навыки игры в мини-футбол, применяя изученные и пройденные тактические, технические приемы командной игры;

2. Сформировать теоретические знания в области физической культуры и спорта, в т.ч. мини-футбола;

3. Привить навыки гигиены, закаливания и здорового образа жизни;

Личностные :

1. Содействовать воспитанию нравственных и волевых качеств у учащихся;

2. Воспитывать потребности и умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями;

3. Воспитывать приоритетное отношение детей к закаливанию и здоровому образу жизни.

Метапредметные :

1. Способствовать физическому развитию ребенка;

2. Способствовать развитию двигательных умений и навыков;

3. Развивать коммуникативные способности и умения командной работы.

1.3. Содержание программы

№ п/п	Наименование раздела	Всего часов	Практика	Теория	Формы аттестации и контроля
1	Вводное занятие	1	-	1	
2	ОФП	15	13	2	

3	СФП	14	14	-	
4	Техника игры	15	15	-	
5	Тактика игры	15	20	-	
6	Техника игры в футбол	15	3	-	
7	Тактика игры	16	16	-	соревнования по мини-футболу.
8	Основы методики обучения и тренировки футболистов	10	8	2	
9	Инструкторская и судейская практика	4	2	2	
10	Контрольные нормативы	3	3	-	сдача нормативов и контрольные задания
11	Итоговое занятие	2	2	-	соревнования по мини-футболу
	Итого	108	101	7	

Содержание учебного плана.

1. **Вводное занятие:** техника безопасности, гигиенические навыки, правила игры, организация и проведение соревнований по футболу и мини-футболу.
2. **ОФП:** прыжковые упражнения - основа скоростно-силовой подготовки юных футболистов, гимнастические и акробатические упражнения, повторный и переменный бег.
3. **СФП:** подвижные спортивные игры, упражнения для развития быстроты, частоты движений, развитие ловкости движений.
4. **Техника игры:** анализ деталей техники работы с мячом, обучение элементам техники от частного к общему.
5. **Тактика игры:** обучение и совершенствование игровых индивидуальных, групповых и командных тактических
4. **Техника игры в футбол:** обучение технике в условиях соприкосновения с соперником и в соревновательных условиях, анализ деталей техники работы с мячом.
5. **Тактика игры:** игровые тактические действия по заданию тренера. Установка на игру и разбор игры.
6. **Основы методики обучения и тренировки футболистов:** рассказ, показ, разучивание (повторение), анализ обучения движениям - методы обучения. Учебно-тренировочные занятия - основная форма работы с молодыми футболистами. «Круговая тренировка» - форма организации занятий.

7. **Инструкторская и судейская практика:** судейское руководство игрой, оформление протокола игры.
8. **Контрольные нормативы:** сдача контрольных нормативов, определение динамических изменений показателей контрольных нормативов.
9. **Итоговое занятие:** участие в соревнованиях.

1.4. Планируемые результаты.

1. Занятия будут иметь оздоровительный эффект, так как они проводятся в осенне-весенний период на свежем воздухе;
2. дети овладеют техническими приемами и тактическими взаимодействиями, научатся играть в мини-футбол.

Обучающиеся должны знать и иметь представление:

1. об особенностях зарождения, истории мини-футбола;
2. о физических качествах и правилах их тестирования;
3. основы личной гигиены, причины травматизма при занятии мини-футболом и правила его предупреждения;
4. уметь организовать самостоятельные занятия мини-футболом, а также, с группой товарищей;

К концу учебного года учащиеся:

1. Приобретают теоретические знания по всем разделам теоретической подготовки.
2. Осваивают основные средства ОФП
3. Осваивают основные приёмы игры в мини-футбол (перемещения, удары по мячу ногой, головой, остановки мяча, ведение мяча, обманные движения).
4. Выполняют основные действия игры вратаря.
5. Умеют ориентироваться в действиях с партнёрами и соперниками.
6. Применяют изученные способы ударов по мячу и способы остановки мяча.
7. Осваивают основы коллективной игры (взаимодействие двух и более игроков),
8. Ориентируются при розыгрыше соперниками стандартной ситуации.
9. Играют в мини-футбол.
10. Знают и применяют основы атакующих и защитных действий.
11. Владеют следующими техническими приёмами: перемещения в сочетании с техникой владения мячом, удары головой в прыжке, ведение правой и левой ногой, изменение направления и ритм движения.
12. Знают основные правила игры в мини-футбол.

13. Применяют в практической игре: обманные движения и отбор мяча, групповые комбинации.
14. Выполняют «финты» с учётом игрового места в составе команды.
15. Умеют оценивать игровую ситуацию.
16. Осуществляют переход от обороны к атаке.
17. Выполняют простейшие комбинации в стандартных ситуациях.
18. Умеют оценивать свои игровые действия.
19. Осваивают действия вратаря (занимать правильную позицию при «угловом», «штрафном», свободном ударах вблизи своих ворот).
20. Приобретают практику судейства игр.
21. Играют в мини-футбол.

У детей повышается уровень функциональной подготовки. Улучшается координация движений, скорость перемещения, мобильность. Появляется мотивация к учебной деятельности.

Учащиеся должны уметь:

1. выполнять требования по физической подготовке в соответствии с возрастом;
2. владеть тактико – техническими приемами мини-футбола;

Требования к уровню обучающихся:

- наличие интереса к спорту; стремление к спортивному самовыражению;
- владение основами спортивной грамоты;
- проявление навыков коллективной деятельности;
- умение двигаться по площадке, не бояться соперников, культура поведения в игре;
- стремление к победе, умение выполнять команды тренера;
- овладение навыками ОФП;

Игра в мини – футбол способствует развитию личностных качеств занимающихся и является средством формирования у обучающихся универсальных способностей (компетенций). Эти способности (компетенции) выражаются в метапредметных результатах образовательного занятия и активно проявляются в разнообразных видах деятельности, выходящих за рамки игр в мини-футбол.

Универсальными компетенциями у занимающихся на этапе начального образования являются:

- умения организовывать собственную деятельность, выбирать и использовать средства для достижения ее цели;
- умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей;
- умения доносить информацию в доступной, эмоционально-яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми.

Личностными результатами освоения обучающимися программы являются следующие умения:

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;

- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

Метапредметными результатами освоения занимающихся по программе являются следующие умения:

- характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;
- общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;
- организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;
- анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;
- технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.

Предметными результатами освоения занимающимися по программе являются следующие умения:

- планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физкультуры;
- излагать факты истории развития игры в футбол, характеризовать ее роль и значение в жизнедеятельности человека;
- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении спортивных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;
- бережно обращаться с инвентарем и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;
- взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
- в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;
- подавать строевые команды, вести подсчет при выполнении общеразвивающих упражнений;
- находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы;
- выполнять технические действия из спортивных игр в футбол, применять их в игровой и соревновательной деятельности;

— выполнять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

Раздел 2. Комплекс организационно- педагогических условий.

2.1. Календарно учебный график

1 группа -6-10 лет

№ ур о ка	Содержание занятий	Кол- во часов	Дата	
			план	факт
1	ТБ на занятиях по футболу	1		
2	Ведение мяча серединой подъема	1		
3	Техника передвижений футболиста.	2		
4				
5	Удары по мячу головой с места	2		
6				
7	Жонглирование мячом в воздухе, чередуя удары различными частями стопы	1		
8	Ведение внешней и внутренней частями подъема	2		
9				
10	Передачи мяча внутренней стороной стопы	2		
11				
12	Остановка мяча внутренней стороной стопы	2		
13				
14	Остановка подошвой и передачи мяча после остановки	2		
15				
16	Ведение мяча с изменением направление движения.	2		
17				
18	Удары внутренней частью подъема по неподвижному и катящемуся мячам.	2		
19				
20	Передачи мяча внутренней стороной стопы на ход открывшемуся игроку.	2		
21				
22	Челночный бег с ведением мяча 5х10м	1		
23	Удары внутренней и внешней частями подъема по прыгающему и летящему мячам	2		
24				
25	Правила игры в мини-футбол: 4 сек. Ввод мяча вратарем.	2		
26				
27	Ведение мяча между стоек.	1		
28	Отбор мяча у соперника накладыванием стопы на мяч	1		
29	Перехват мяча, передаваемого опекаемому «противнику».	2		
30				
31	Взаимодействие защитника и вратаря	1		
32	Жонглирование мячом в воздухе, чередуя удары различными частями стопы, бедром, головой.	1		
33	Тактика вратаря: вбрасывание мяча открывшемуся партнеру.	1		
34	Ведение между стоек и движущихся партнеров, изменяя скорость движения	2		
35				
36	Ведение серединой подъема, носком и внутренней стороной стопы.	2		
37				
38	Тактика игры вратаря: вбрасывание мяча	1		

	партнеру.			
39	Остановка опускающегося мяча бедром, грудью, лбом.	2		
40				
41	Остановка катящихся и летящих с различной скоростью мячей с 7-10м.	2		
42				
43	Правила игры в мини-футбол. Удары на точность в ворота внутренней стороной стопы	2		
44				
45	Персональная опека и комбинированная оборона.	1		
46	Отбор мяча у соперника при единоборстве перехватом.	2		
47				
48	Удары по мячу головой на месте на точность	1		
49	Ведение мяча по прямой, выполняя ускорения и остановку	2		
50				
51	Остановка мячей летящих с различной скоростью и траекторией	2		
52				
53	Групповые действия защитников	1		
54	Зонная защита игроков	2		
55				
56	Удары по мячу после ведения на точность в цель	2		
57				
58	Передачи мяча в парах в движении	1		
59	Передачи мяча в тройках в движении	2		
60				
61	Розыгрыш штрафного удара около ворот соперника	2		
62				
63	Взаимодействие игроков и вратаря в защите.	1		
64	Игра вратаря и защитников в обороне	1		
65	Остановка опускающегося мяча с поворотом на 90°	1		
66	Ведение мяча между движущихся партнеров	2		
67				
68	Скоростно-силовая подготовка футболиста. Челночный бег	1		
69	Личная защита игрока	2		
70				
71	ОФП футболиста. Соревнования по мини-футболу.	1		
72	Розыгрыш стандартных положений. (аута, от ворот, угловой удар в мини-футболе)	2		
73				
74	Атака со сменой мест через центр	1		
75	Вбрасывание мяча открывшемуся партнеру на ход движения	2		
76				
77	Комбинированное построение защиты	2		
78				
79	Удары по мячу с полулета	1		
80	Передачи мяча в заданный коридор.	1		
81	Тактические комбинации при выполнении стандартных положений.	2		
82				
83	Организация построения «стенки» при пробитии штрафного и свободного ударов вблизи своих ворот.	1		
84	Остановка опускающегося мяча бедром и грудью.	1		

85	Атака со сменой мест и без смены мест флангом	1		
86	Ложное движение туловища в одну сторону – рывок с мячом в другую сторону.	1		
87	Тактические действия в нападении на своем игровом месте	1		
88	Основы знаний по ОФП и СФП. Удары по мячу с полета с 5-7 м.	1		
89	Удары низом и верхом, вперед, в стороны и назад (по ходу полета мяча), посылая мяч на короткое и среднее расстояние	1		
90	Взаимодействия с партнерами при равном соотношении защитников соперника, используя короткие и средние передачи.	1		
91	Взаимодействия с партнерами при численном превосходстве защитников соперника, используя короткие и средние передачи.	1		
92	Групповые взаимодействия с партнером во время атаки при численном преимуществе над защитниками 4:3, 3:2, 2:1.	1		
93	Подстраховка и помощь партнеру.	1		
94	Выбор позиции и страховка партнера при атаке противника флангом и через центр.	1		
95	Нападение быстрым прорывом	1		
96	Передачи мяча касанием без остановки на месте	1		
97	Передачи мяча без остановки в движении	1		
98	Передачи мяча на точность на месте в парах	2		
99				
100	Игра вратаря: Руководство партнерами по обороне.	1		
101	Передачи мяча внутренней стороной стопы в парах в движении	1		
102	Перестройка от обороны к началу и развитию атаки.	1		
103	Развитие выносливости (челночный бег)	1		
104	Работа с мячом в парах (двусторонняя игра)	1		
105	ОРУ в движении с мячом (двусторонняя игра)	1		
106	Удары по воротам со средней дистанции	1		
107	Закрепление ударов по воротам со средней	2		
108	дистанции			
	Итого:	108 часов		

2

группа -11-14 лет

№ урока	Содержание занятий	Кол-во часов	Дата	
			план	факт
1	ТБ на занятиях по футболу	1		
2	Ведение мяча серединой подъема	1		
3	Техника передвижений футболиста.	2		
4				
5	Удары по мячу головой с места	2		
6				

7	Жонглирование мячом в воздухе, чередуя удары различными частями стопы	1		
8	Ведение внешней и внутренней частями подъема	2		
9				
10	Передачи мяча внутренней стороной стопы	2		
11				
12	Остановка мяча внутренней стороной стопы	2		
13				
14	Остановка подошвой и передачи мяча после остановки	2		
15				
16	Ведение мяча с изменением направление движения.	2		
17				
18	Удары внутренней частью подъема по неподвижному и катящемуся мячам.	2		
19				
20	Передачи мяча внутренней стороной стопы на ход открывшемуся игроку.	2		
21				
22	Челночный бег с ведением мяча 5x10м	1		
23	Удары внутренней и внешней частями подъема по прыгающему и летящему мячам	2		
24				
25	Правила игры в мини-футбол: 4 сек. Ввод мяча вратарем.	2		
26				
27	Ведение мяча между стоек.	1		
28	Отбор мяча у соперника накладыванием стопы на мяч	1		
29	Перехват мяча, передаваемого опекаемому «противнику».	2		
30				
31	Взаимодействие защитника и вратаря	1		
32	Жонглирование мячом в воздухе, чередуя удары различными частями стопы, бедром, головой.	1		
33	Тактика вратаря: вбрасывание мяча открывшемуся партнеру.	1		
34	Ведение между стоек и движущихся партнеров, изменяя скорость движения	2		
35				
36	Ведение серединой подъема, носком и внутренней стороной стопы.	2		
37				
38	Тактика игры вратаря: вбрасывание мяча партнеру.	1		
39	Остановка опускающегося мяча бедром, грудью, лбом.	2		
40				
41	Остановка катящихся и летящих с различной скоростью мячей с 7-10м.	2		
42				
43	Правила игры в мини-футбол. Удары на точность в ворота внутренней стороной стопы	2		
44				
45	Персональная опека и комбинированная оборона.	1		
46	Отбор мяча у соперника при единоборстве перехватом.	2		
47				
48	Удары по мячу головой на месте на точность	1		
49	Ведение мяча по прямой, выполняя ускорения и остановку	2		
50				
51	Остановка мячей летящих с различной скоростью и траекторией	2		
52				
53	Групповые действия защитников	1		
54	Зонная защита игроков	2		

55				
56	Удары по мячу после ведения на точность в	2		
57	цель			
58	Передачи мяча в парах в движении	1		
59	Передачи мяча в тройках в движении	2		
60				
61	Розыгрыш штрафного удара около ворот	2		
62	соперника			
63	Взаимодействие игроков и вратаря в защите.	1		
64	Игра вратаря и защитников в обороне	1		
65	Остановка опускающегося мяча с поворотом на 90°	1		
66	Ведение мяча между движущихся партнеров	2		
67				
68	Скоростно-силовая подготовка футболиста. Челночный бег	1		
69	Личная защита игрока	2		
70				
71	ОФП футболиста. Соревнования по мини-футболу.	1		
72	Розыгрыш стандартных положений. (аута, от	2		
73	ворот, угловой удар в мини-футболе)			
74	Атака со сменой мест через центр	1		
75	Вбрасывание мяча открывшемуся партнеру на	2		
76	ход движения			
77	Комбинированное построение защиты	2		
78				
79	Удары по мячу с полулета	1		
80	Передачи мяча в заданный коридор.	1		
81	Тактические комбинации при выполнении	2		
82	стандартных положений.			
83	Организация построения «стенки» при пробитии штрафного и свободного ударов вблизи своих ворот.	1		
84	Остановка опускающегося мяча бедром и грудью.	1		
85	Атака со сменой мест и без смены мест флангом	1		
86	Ложное движение туловища в одну сторону – рывок с мячом в другую сторону.	1		
87	Тактические действия в нападении на своем игровом месте	1		
88	Основы знаний по ОФП и СФП. Удары по мячу с полулета с 5-7 м.	1		
89	Удары низом и верхом, вперед, в стороны и назад (по ходу полета мяча), посылая мяч на короткое и среднее расстояние	1		
90	Взаимодействия с партнерами при равном соотношении защитников соперника, используя короткие и средние передачи.	1		
91	Взаимодействия с партнерами при численном превосходстве защитников соперника, используя короткие и средние передачи.	1		
92	Групповые взаимодействия с партнером во время атаки при численном преимуществе над	1		

	защитниками 4:3, 3:2, 2:1.			
93	Подстраховка и помощь партнеру.	1		
94	Выбор позиции и страховка партнера при атаке противника флангом и через центр.	1		
95	Нападение быстрым прорывом	1		
96	Передачи мяча касанием без остановки на месте	1		
97	Передачи мяча без остановки в движении	1		
98	Передачи мяча на точность на месте в парах	2		
99				
100	Игра вратаря: Руководство партнерами по обороне.	1		
101	Передачи мяча внутренней стороной стопы в парах в движении	1		
102	Перестройка от обороны к началу и развитию атаки.	1		
103	Развитие выносливости (челночный бег)	1		
104	Работа с мячом в парах (двусторонняя игра)	1		
105	ОРУ в движении с мячом (двусторонняя игра)	1		
106	Удары по воротам со средней дистанции	1		
107	Закрепление ударов по воротам со средней	2		
108	дистанции			
	Итого:	108		
		часов		

3

группа – 15-17 лет

№ уро ка	Содержание занятий	Кол- во часов	Дата	
			план	факт
1	ТБ на занятиях по футболу	1		
2	Ведение мяча серединой подъема	1		
3	Техника передвижений футболиста.	2		
4				
5	Удары по мячу головой с места	2		
6				
7	Жонглирование мячом в воздухе, чередуя удары различными частями стопы	1		
8	Ведение внешней и внутренней частями подъема	2		
9				
10	Передачи мяча внутренней стороной стопы	2		
11				
12	Остановка мяча внутренней стороной стопы	2		
13				
14	Остановка подошвой и передачи мяча после остановки	2		
15				
16	Ведение мяча с изменением направление движения.	2		
17				
18	Удары внутренней частью подъема по неподвижному и катящемуся мячам.	2		
19				
20	Передачи мяча внутренней стороной стопы на ход открывшемуся игроку.	2		
21				
22	Челночный бег с ведением мяча 5x10м	1		
23	Удары внутренней и внешней частями подъема	2		

24	по прыгающему и летящему мячам			
25	Правила игры в мини-футбол: 4 сек. Ввод мяча	2		
26	вратарем.			
27	Ведение мяча между стоек.	1		
28	Отбор мяча у соперника накладыванием стопы на мяч	1		
29	Перехват мяча, передаваемого опекаемому	2		
30	«противнику».			
31	Взаимодействие защитника и вратаря	1		
32	Жонглирование мячом в воздухе, чередуя удары различными частями стопы, бедром, головой.	1		
33	Тактика вратаря: вбрасывание мяча открывшемуся партнеру.	1		
34	Ведение между стоек и движущихся партнеров,	2		
35	изменяя скорость движения			
36	Ведение серединой подъема, носком и	2		
37	внутренней стороной стопы.			
38	Тактика игры вратаря: вбрасывание мяча партнеру.	1		
39	Остановка опускающегося мяча бедром, грудью,	2		
40	лбом.			
41	Остановка катящихся и летящих с различной	2		
42	скоростью мячей с 7-10м.			
43	Правила игры в мини-футбол. Удары на	2		
44	точность в ворота внутренней стороной стопы			
45	Персональная опека и комбинированная оборона.	1		
46	Отбор мяча у соперника при единоборстве	2		
47	перехватом.			
48	Удары по мячу головой на месте на точность	1		
49	Ведение мяча по прямой, выполняя ускорения и	2		
50	остановку			
51	Остановка мячей летящих с различной	2		
52	скоростью и траекторией			
53	Групповые действия защитников	1		
54	Зонная защита игроков	2		
55				
56	Удары по мячу после ведения на точность в	2		
57	цель			
58	Передачи мяча в парах в движении	1		
59	Передачи мяча в тройках в движении	2		
60				
61	Розыгрыш штрафного удара около ворот	2		
62	соперника			
63	Взаимодействие игроков и вратаря в защите.	1		
64	Игра вратаря и защитников в обороне	1		
65	Остановка опускающегося мяча с поворотом на 90°	1		
66	Ведение мяча между движущихся партнеров	2		
67				
68	Скоростно-силовая подготовка футболиста. Челночный бег	1		
69	Личная защита игрока	2		
70				

71	ОФП футболиста. Соревнования по мини-футболу.	1		
72	Розыгрыш стандартных положений. (аута, от ворот, угловой удар в мини-футболе)	2		
73				
74	Атака со сменой мест через центр	1		
75	Вбрасывание мяча открывшемуся партнеру на ход движения	2		
76				
77	Комбинированное построение защиты	2		
78				
79	Удары по мячу с полулета	1		
80	Передачи мяча в заданный коридор.	1		
81	Тактические комбинации при выполнении стандартных положений.	2		
82				
83	Организация построения «стенки» при пробитии штрафного и свободного ударов вблизи своих ворот.	1		
84	Остановка опускающегося мяча бедром и грудью.	1		
85	Атака со сменой мест и без смены мест флангом	1		
86	Ложное движение туловища в одну сторону – рывок с мячом в другую сторону.	1		
87	Тактические действия в нападении на своем игровом месте	1		
88	Основы знаний по ОФП и СФП. Удары по мячу с полулета с 5-7 м.	1		
89	Удары низом и верхом, вперед, в стороны и назад (по ходу полета мяча), посылая мяч на короткое и среднее расстояние	1		
90	Взаимодействия с партнерами при равном соотношении защитников соперника, используя короткие и средние передачи.	1		
91	Взаимодействия с партнерами при численном превосходстве защитников соперника, используя короткие и средние передачи.	1		
92	Групповые взаимодействия с партнером во время атаки при численном преимуществе над защитниками 4:3, 3:2, 2:1.	1		
93	Подстраховка и помощь партнеру.	1		
94	Выбор позиции и страховка партнера при атаке противника флангом и через центр.	1		
95	Нападение быстрым прорывом	1		
96	Передачи мяча касанием без остановки на месте	1		
97	Передачи мяча без остановки в движении	1		
98	Передачи мяча на точность на месте в парах	2		
99				
100	Игра вратаря: Руководство партнерами по обороне.	1		
101	Передачи мяча внутренней стороной стопы в парах в движении	1		
102	Перестройка от обороны к началу и развитию атаки.	1		
103	Развитие выносливости (челночный бег)	1		
104	Работа с мячом в парах (двусторонняя игра)	1		
105	ОРУ в движении с мячом (двусторонняя игра)	1		
106	Удары по воротам со средней дистанции	1		

107	Закрепление ударов по воротам со средней дистанции	2		
108				
	Итого:		108 часов	

2.2. Условия реализации программы

Техническое оснащение:

Спортзал

Мячи

Скакалки

Фишки

Комплект футбольных мячей (на команду);

Футбольные ворота;

Воротные сетки;

Компрессор для накачки мячей;

Стадион, открытая площадка, места для командной тренировки.

Кадровое обеспечение:

Для реализации программы требуется педагог, обладающий профессиональными знаниями в предметной области, знающий специфику ОДО.

2.3. Формы аттестации

- сдача нормативов и контрольные задания;
- опрос, анкетирование;
- результативность и анализ товарищеских игр и соревнований .

2.4. Оценочные материалы

Педагогический контроль и оценка подготовленности юных футболистов являются важнейшим элементом системы управления, определяющим эффективность процесса обучения и тренировки на всех этапах многолетней подготовки. Для получения объективной информации тренеры должны использовать следующие виды контроля:

- оперативный – на тренировке;
- текущий – после окончания учебного года;
- промежуточный (этапный) - после прохождения уровня;
- итоговый – по окончании программы.

С помощью промежуточного (этапного) контроля определяются изменения состояния занимающихся под влиянием относительно длительного периода тренировочных воздействий и определяется стратегия на последующий период занятий.

Текущий контроль дает возможность оценить состояние занимающихся по окончании учебного года.

Оперативный контроль позволяет оценить состояние занимающихся в процессе тренировочных занятий и осуществить оперативную коррекцию

тренировочного воздействия.

В качестве контроля и оценки подготовленности юных футболистов на практике принято использовать педагогические наблюдения и тестирование.

Метод наблюдения, как правило, используется тренерами в качестве оперативного контроля. В процессе работы с юными футболистами тренеры осуществляют свои наблюдения постоянно. Это дает им возможность создать целостное представление как об учебной группе в целом, так и ясное представление о каждом учащемся. Например, для изучения и оценки индивидуальных свойств нервной системы метод наблюдения с успехом можно применять в ходе тренировочных занятий. Оценивая проявление свойств нервной системы юных футболистов на основании изучения их двигательных действий, поступков и поведения, тренеры получают возможность вносить изменения в педагогические воздействия на учащихся. Метод наблюдения необходимо использовать и для оценки различных сторон деятельности занимающихся, их состояния и уровня подготовленности. Например, в ходе тренировочного занятия тренер даже по цвету лица, дыханию и движениям того или иного подопечного может сделать вывод о степени утомления и внести необходимые коррективы в содержание урока.

2.5. Методические материалы

В работе с юными футболистами рекомендуется использовать традиционные в учебной и воспитательной работе *методы убеждения и разъяснения, поощрения, группового воздействия, самовнушения, приучения к повышенной трудности занятий*, а также *метод ситуационной тренировки*.

При использовании последнего на тренировочных занятиях создается ситуация, аналогичная соревновательной. Так тренеры-преподаватели добиваются психической адаптации юных футболистов, развивая в них необходимые во время соревнований реакции и формы поведения. Новизна обстановки уже не окажется для них неожиданной и не сможет стать тормозом в выступлении на уровне своих возможностей.

На всех этапах многолетнего процесса подготовки юных футболистов их обучение и тренировка строятся на основе взаимосвязанных *дидактических принципов сознательности и активности, систематичности и постепенности, наглядности и доступности, индивидуализации*. Эти принципы не только взаимосвязаны, но еще и взаимообусловлены и в ходе учебно-тренировочного процесса как бы дополняют друг друга.

Технологии педагогического требования. Методы поощрения (похвала, одобрение коллектива, награждение).

Технология личностно-ориентированного обучения проявляется в необходимости определения тематики, содержания, сложности и трудоёмкости заданий с учётом возрастных, индивидуальных и психологических особенностей учащихся, степенью их подготовленности, имеющимися знаниями и навыками.

Технология педагогической поддержки направлена на создание условий для проявления ребёнком активности в самостоятельном поиске решений собственных проблем.

Использование **здоровьесберегающих технологий** – необходимое условие сохранения и укрепления физического здоровья учащихся и позитивного психологического микроклимата в коллективе.

Технологии сохранения и стимулирования здоровья

1) Соблюдение санитарно-гигиенических норм жизни (зарядка, проветривание, освещение, наличие сменной обуви, организация санитарно-гигиенического режима в группе).

2) Создание личностного содержания образования.

3) Создание комфортной творческой атмосферы для ребёнка.

4) Доступность материала и соответствие возрастным и психологическим особенностям ребёнка.

5) Оптимальная плотность занятия.

6) Рациональное чередование учебной и неучебной деятельности.

7) Индивидуальный и дифференцированный подход.

8) Свобода выбора.

9) Технология «Обучение и воспитание успехом».

10) Разнообразие видов учебной деятельности (4-7 видов).

11) Разнообразие видов преподавания (не менее трёх: рассказ, объяснение, контроль и др.) и их оптимальное чередование (через 10-15 минут).

12) Использование активных методов, направленных на развитие обучающихся (групповая, парная работа, ребёнок-консультант, ребёнок-тренер, ребёнок-учитель).

13) Динамические паузы (комплексы физкультминуток включают дыхательную гимнастику и гимнастику для глаз).

14) Подвижные и спортивные игры.

15) Пальчиковая гимнастика.

16) Дорожки здоровья (обучение правильной ходьбе, формирование правильной осанки).

Технологии обучения здоровому образу жизни

1) Утренняя гимнастика.

2) Занятия по здоровому образу жизни (включая занятия по профилактике вредных привычек).

3) Весёлые старты (подвижные игры, игры-эстафеты, игровые упражнения в занимательной, соревновательной форме).

4) Физкультурные праздники.

Педагогический контроль и оценка подготовленности учащихся Формы подведения итогов.

1. Сдача нормативов;

2. Контрольные задания;

3. Товарищеская игра;

4. Анализ игр

5. Опрос;

6. Медосмотр;

7. Соревнования

Формы организации учебного занятия

<i>Формы занятий.</i>	<i>Приемы и методы образовательного процесса</i>
1. Беседы;	Словесный (инструктаж, лекция, беседа)
2. Практические занятия; Наглядный (демонстрация, личн. показ)	
3. Подвижные игры;	Практический (тренировка, упражнения)
4. Соревнования;	Соревновательный (тов. Игра, соревнования)
5. Товарищеские встречи. Соревновательный (тов. Игра, соревнования)	
6. Сдача нормативов; Практический (тренировка, упражнения)	

Дидактическое оснащение: Видеоматериалы о технических приёмах в футболе.

Алгоритм учебного занятия

№ п/п	Содержание деятельности	Формы организации
1.	Подготовительная часть.	Постановка целей и задач занятия, требования к работе. Разминка (подготовить организм к дальнейшей работе).
2.	Основная часть .	Решение задач занятия, связанных с обучением и совершенствованием техники и тактики, развитием специальных физических качеств и т.д.
3.	Заключительная часть.	Упражнения на восстановление дыхания. Краткий анализ прошедшего занятия. Подведение итогов.

2.6. Список литературы

1. Барчуков И.С.: Физическая культура и спорт: методология, теория, практика.– М.: Академия, 2006 год.
2. Гелдт, Б. Техническая подготовка футболистов подготовка футболистов / Б. Гелдт;- М -: Физическая культура и спорт, 1977 год.
3. Купчинов Р.И.: Физическое воспитание. – Минск: ТеатраСистемс, 2006 год.
4. Лексаков, А.В.: Планирование силовой подготовки в структуре нагрузок подготовительного периода футболистов: автореф. дис. . канд. пед. наук / ВНИИФК.- М.» 1998 год.
5. Матвеева Л.П.: Общая теория спорта и ее прикладные аспекты. – СПб.: Лань, 2005 год.
6. Матвеев, Л.П.: Соревновательная деятельность и система спортивных соревнований: учеб, пособие / Л.П.Матвеев,- М.; РИО РГАФК, 1995 год.
7. Холодов Ж.К.: Теория и методика физического воспитания и спорта. – М.: Академия, 2002 год

