

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ОСНОВНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 38  
ИМЕНИ МАРШАЛА СОВЕТСКОГО СОЮЗА ИВАНА ХРИСТОФОРОВИЧА БАГРАМЯНА  
С. ГОЙТХ МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
ТУАПСИНСКИЙ МУНИЦИПАЛЬНЫЙ ОКРУГ

Принята на заседании  
педагогического совета  
МБОУ ООШ № 38 им.  
И.Х.Баграмяна с. Гойтх  
от «29» августа 2025 г.  
Протокол № 1

М.П.

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МБОУ ООШ № 38 им.  
И.Х.Баграмяна с. Гойтх  
«29» августа 2025 г.  
Приказ от 29.08.25г. № 1  
для И.Р.Кечина



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА**

**ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ**

**«Играем в мини»**

**Уровень программы:** ознакомительный

**Срок реализации программы:** 1 год (72 часа)

**Возрастная категория:** 10 - 14 лет

**Форма обучения:** очная

**Вид программы:** модифицированная

**Программа реализуется на бюджетной основе**

**ID- номер Программы в Навигаторе: 50517**

Автор-составитель:  
Забунян Карапет Карапетович,  
педагог дополнительного образования

с. Гойтх, 2025

<b>1.</b>	<b>Раздел 1. Комплекс основных характеристик образования: объем, содержание, планируемые результаты.</b>	<b>3</b>
1.1.	Пояснительная записка.	3
1.2.	Цель и задачи программы.	4
1.3.	Содержание программы.	5
1.3.3.	Планируемые результаты.	7
<b>2.</b>	<b>Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий, включающий формы аттестации.</b>	<b>10</b>
2.1.	Календарный учебный график.	10
2.2.	Условия реализации программы.	19
2.3.	Формы аттестации.	19
2.4.	Оценочные материалы.	21
2.5.	Методические материалы.	23
2.6.	Список литературы.	25

**Раздел 1. Комплекс основных характеристик образования: объем, содержание, планируемые результаты.**

**1.1. Пояснительная записка.**

**Нормативные документы**

1.Федеральный Закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

2.Федеральный закон от 31 июля 2020 г. № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся»;

3.Федеральный закон Российской Федерации от 24 июля 1998 г. № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации»;

4.Федеральный закон от 13 июля 2020 г. № 189-ФЗ «О государственном (муниципальном) социальном заказе на оказание государственных (муниципальных) услуг в социальной сфере»;

5.Указ Президента Российской Федерации от 9 ноября 2022 г. № 809 «Об утверждении Основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей»;

6.Указ Президента Российской Федерации от 24 декабря 2014 г. № 808 «Об утверждении Основ государственной культурной политики» (в редакции от 25 января 2023 г. № 35);

7.Указ Президента Российской Федерации от 9 июля 2021 г. № 400 «О Стратегии национальной безопасности Российской Федерации»;

8.Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678-р (в редакции от 15 мая 2023 г.);

9.Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025

года, утвержденная Распоряжением Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. № 996-р;

10.Стратегия научно-технологического развития Российской Федерации, утвержденная Указом Президента Российской Федерации от 1 декабря 2016 г. № 642; Концепция развития творческих (креативных) индустрий и механизмов осуществления их государственной поддержки в крупных и крупнейших городских агломерациях до 2030 года, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 20 сентября 2021 г. № 2613-р;

11.Концепция развития детско-юношеского спорта в Российской Федерации до 2030 года, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 28 декабря 2021 г. № 3894-р (в редакции от 20 марта 2023 г.);

12.Паспорт национального проекта «Образование», утвержденный президентом Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию национальным проектам (протокол от 24 декабря 2018 г. № 16);

13.Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

14.Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 3 сентября 2019 г. № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей» (в редакции от 21 апреля 2023 г.);

15.Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23 августа 2017 г. № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;

16.Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22 сентября 2021 г. № 652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;

17.Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 24 декабря 2020 г. № 952н «Об утверждении профессионального стандарта «Тренер-преподаватель»;

18.Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 13 марта 2019 г. № 114 «Об утверждении показателей, характеризующих общие критерии оценки качества условий осуществления образовательной деятельности организациями, осуществляющими образовательную деятельность по основным общеобразовательным программам, образовательным программам среднего профессионального образования, основным программам профессионального обучения, дополнительным общеобразовательным программам»;

19.Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации и Министерства просвещения Российской Федерации от 5 августа 2020 г. № 882/391 «Об организации и осуществлении образовательной деятельности по сетевой форме реализации образовательных программ»;

20.Приказ Министерства просвещения Российской Федерации и Министерства экономического развития России от 19 декабря 2019 г. № 702/811 «Об утверждении общих требований к организации и проведению в природной среде следующих мероприятий с участием детей, являющихся членами организованной группы несовершеннолетних туристов: прохождение туристских маршрутов, других маршрутов передвижения, походов, экспедиций, слетов и иных аналогичных мероприятий, а также указанных мероприятий с участием организованных групп детей, проводимых организациями, осуществляющими образовательную

деятельность, и организациями отдыха детей и их оздоровления, и к порядку уведомления уполномоченных органов государственной власти о месте, сроках и длительности проведения таких мероприятий»;

21.Письмо Министерства просвещения Российской Федерации от 1 июня 2023 г. № АБ-2324/05 «О внедрении Единой модели профессиональной ориентации» (вместе с «Методическими рекомендациями по реализации профориентационного минимума для образовательных организаций Российской Федерации, реализующих образовательные программы основного общего и среднего общего образования»,«Инструкцией по подготовке к реализации профориентационного минимума образовательных организациях субъекта Российской Федерации»);

22.Приоритетный проект «Доступное дополнительное образование для детей», утверждённый 30.11.2016 протоколом заседания президиума при Президенте РФ;

23.Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

24.Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 г. № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПин 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности отдыха и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»;

25.Методические рекомендации по проектированию дополнительных обще развивающих программ от 18.11.2015 г. Министерства образования и науки Российской Федерации;

26.Методические рекомендации по формированию механизмов обновления содержания, методов и технологий обучения в системе дополнительного образования детей, направленных на повышение качества дополнительного образования детей, в том числе включение компонентов, обеспечивающих формирование функциональной грамотности и компетентностей, связанных с эмоциональным, физическим, интеллектуальным, духовным развитием человека, значимых для вхождения Российской Федерации в число десяти ведущих стран мира по качеству общего образования, для реализации приоритетных направлений научно-технологического и культурного развития страны, утвержденные протоколом заочного голосования Экспертного совета Министерства просвещения Российской Федерации по вопросам дополнительного образования детей и взрослых, воспитания и детского отдыха № АБ-35/06пр от 28 июля 2023 г.;

27.Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеобразовательных обще развивающих программ, ГБОУ ДПО КК «Институт развития образования», автор-составитель Рыбалёва Ирина Александровна, кандидат педагогических наук, доцент, зав. Кафедрой дополнительного образования ГБОУ «Институт развития образования» Краснодарского края, 2016 г.;

28.Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеобразовательных обще развивающих программ Регионального модельного центра дополнительного образования детей Краснодарского края», автор-составитель Рыбалёва Ирина Александровна, кандидат педагогических наук, руководитель РМЦ КК, 2020 г.;

29.Методические рекомендации по организации образовательного процесса в организациях, реализующих дополнительные общеобразовательные программы, с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий в период режима «повышенная готовность»,автор-составитель Рыбалёва Ирина Александровна, кандидат педагогических наук, руководитель РМЦ КК, 2020 г.;

30.Методические рекомендации «Воспитание как целевая функция дополнительного образования детей» Федерального государственного бюджетного учреждения культуры «Всероссийский центр художественного творчества и гуманитарных технологий», автор-составитель Жадаев Д.Н., заместитель директора ФГБУК «ВЦХТ» по научно-методической работе, 2023 г.;

31. Устав учреждения МБОУ ООШ №38 им. И.Х.Баграмяна с. Гойтх

## **Направленность программы.**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа по мини-футболу «Играем в мини» имеет физкультурно-спортивную направленность и ориентирована на формирование устойчивой внутренней мотивации учащихся к занятиям по мини-футболу, ориентации на здоровый образ жизни.

### **Актуальность.**

Занятия по программе «Играем в мини» способствуют удовлетворению дефицита двигательной активности учащихся, формируют у них внутреннюю мотивацию для занятия данным видом спорта или другими командными спортивными играми. Занятия мини-футболом обладают большим оздоровительным эффектом, так как в упражнениях задействованы практически все группы мышц и системы организма, что обеспечивает гармоничное физическое развитие учащихся. Динамика движений положительно влияет на подвижность суставов, развивает связочный аппарат, увеличивает мышечную силу, повышает выносливость организма, развивает быстроту движений, реакцию и координацию.

### **Педагогическая целесообразность.**

Мини-футбол - это яркая и динамичная командная игра, которая гармонично развивает физические данные ребёнка. Это одна из самых молодых спортивных игр. Участвующие в игре команды стремятся овладеть мячом и забить его в ворота противника. Занятия по программе развивают у учащихся чувство команды, ловкость и быстроту реакции. Во время игры формируются не только необходимые двигательные навыки, но и умение взаимодействовать друг с другом для достижения общей цели. Эта особенность имеет большое значение для воспитания дружбы и товарищества, привычки подчинять свои действия интересам коллектива. Стремление превзойти соперника в быстроте действий, изобретательности, меткости, чёткости передач и других действий, направленных на достижение победы, формирует у учащихся умение мобилизовать свои возможности и действовать с максимальным напряжением сил.

**Отличительные особенности данной образовательной программы** заключается в том, что в ней, средствами тренировки, осуществляется комплексный подход развития детского организма, приобретения ребенком новых жизненно важных умений и навыков, а также формирование личности. Программа учитывает специфику дополнительного образования и охватывает значительно больше желающих заниматься спортом, предъявляя посильные требования в процессе обучения. Внимание к вопросу воспитания здорового образа жизни, всестороннего подхода к воспитанию гармоничного человека

### **Адресат программы**

Программа «Играем в мини» разработана для учащихся в возрасте от 10 до 13 лет,

не имеющих противопоказаний к занятиям физической культурой и спортом с предоставлением медицинской справки вне зависимости от их способностей и уровня подготовки. Набор в группу по мини-футболу «играем в мини» производится по желанию учащихся и их родителей. При наборе учитывается степень сформированности интересов к занятиям.

В 10-13 лет организм ребенка интенсивно растет и развивается. Двигательный аппарат приспособлен в основном к динамическим нагрузкам. Аэробное энергообеспечение двигательной активности мышц у нетренированных детей 10-13 летнего возраста обеспечивает работу небольшой продолжительности. Большие мышечные усилия для детей этого возраста в практике физического воспитания применяются реже и должны строго дозироваться.

Рост в этом возрасте не только быстрый, но и неравномерный. Поэтому часто чувствует себя усталым, неуклюжим. Думает, что привлекает всеобщее внимание, чувствует себя неловко. Начинают появляться признаки полового созревания.

Проявляет интерес к противоположному полу. У девочек это проявляется раньше. Девочки обычно выглядят старше мальчиков. Девочки обычно выглядят старше мальчиков. Большинство обладает большим аппетитом. Иногда может казаться ленивым (естественный способ защиты его организма от чрезмерного напряжения). Подросток нуждается в особом типе взрослого человека, с которым он может общаться, который будет понимать его, даже когда подросток сам не понимает себя, который будет любить его и проявлять терпимость, даже когда кажется, что его больше никто не любит. Происходят изменения в мышлении. Требует фактов и доказательств. Он больше не принимает с готовностью все, что ему говорят, и подвергает все критике. Особенно критичен к авторитетам. Не любит разделять одинаковые убеждения с другими. Для него трудно принять те соображения, которые идут вразрез с его желаниями. Начинает мыслить абстрактно, но обычно находит всему только крайние «контрастные» объяснения. Либо видит всё в чёрном, либо в белом цвете. Возрастает способность к логическому мышлению. Способен к сложному восприятию времени и пространства. Способен к проявлению творческого воображения и творческой деятельности. Способен прогнозировать последствия своих поступков. В этом возрасте идет активный процесс формирования, усложнения личности, изменения иерархии потребностей. Подростковый возраст особенно важен для решения задач самоопределения, самореализации и выбора жизненного пути, который связан с выбором профессии. Возраст юношества сенситивен для формирования психологической готовности к личностному, профессиональному и жизненному самоопределению, внутренне связан с построением жизненных планов, с определением дальнейшего пути. Понятие «психологическая готовность» предполагает в данном случае наличие определенных способностей и потребностей, которые позволяют выпускнику школы с возможной полнотой реализовать себя. Это, прежде всего, потребность в общении, владение способами его построения, теоретическое мышление и умение ориентироваться в различных формах теоретического сознания, развитие рефлексии, с помощью которой осмысливается осознанное и критическое отношение к себе. Эти качества образуют психологическую базу для самоопределения – центрального образования раннего подросткового возраста.

## **Формы обучения.**

Форма обучения по программе «Играем в мини»- очная. Основной формой организации деятельности являются групповые занятия с организацией индивидуальных форм, работа в парах, в подгруппах.

## **Режим занятий.**

Занятия проводятся 2 раза в неделю по 1 учебному часу (академический час 45 минут).

## **Особенности организации образовательного процесса.**

В группу по мини-футболу принимаются учащиеся с 10 до 13 лет первой и второй группы здоровья с предъявлением медицинской справки об отсутствии противопоказаний к занятиям, вне зависимости от их способностей и степени подготовки. Состав групп - постоянный. Группы формируются с учётом возрастных особенностей, допускается разновозрастной состав.

## **1.2. Цель и задачи программы.**

### **Цель программы.**

Формирование устойчивой внутренней мотивации учащихся к занятиям мини-футболом, ориентация на здоровый образ жизни.

#### **Метапредметные задачи:**

- развивать основные физические качества;
- способствовать повышению специальной выносливости;
- развивать специальные двигательные способности.

#### **Личностные задачи:**

- воспитывать чувство коллективизма, взаимопомощи и взаимовыручки;
- воспитывать дисциплинированность;
- воспитывать умение принимать решения в условиях дефицита времени.

#### **Предметные задачи:**

- дать представление о возникновении мини-футбола;
- обучить правилам игры в мини-футбол;
- обучить понятиям терминологии и жестикуляции в игре;
- обучить технике игры.

### 1.3. Содержание программы

#### Учебный план.

№	Наименование разделов	Количество часов			Форма аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Вводное занятие. ТБ.	1	1		Опрос
2	Диагностика.	3		3	Сдача нормативов
3	Подвижные игры.	7	7		Опрос, наблюдение
4	Общая физическая подготовка.	14		14	Сдача нормативов
5	Специальная физическая подготовка.	13		13	Наблюдение, педагогический анализ
6	Технико тактическая подготовка.	32		32	Наблюдение, педагогический анализ
7	Воспитательная работа.	2		2	Наблюдение, педагогический анализ
<b>Итого:</b>		<b>72</b>	<b>8</b>	<b>64</b>	

#### Содержание учебного плана.

##### 1. Вводное занятие. ТБ.

**Теория:** Введение в образовательную программу. Инструктаж по ТБ.

**Практика:** Подвижные игры.

##### 2. Диагностика.

**Теория:** Правила проведения тестирования.

**Практика:** Стартовая диагностика. Промежуточная диагностика.

Итоговая диагностика.

##### 3. Подвижные игры.

**Теория:** История возникновения мини-футбола. Развитие мини-футбола в России. Нравственные и волевые качества спортсмена. Правила игры в мини-футбол. Терминология в мини-футболе. Жестикуляция в минифутболе. Судейство соревнований по мини-футболу.

**Практика:** Эстафета с мячами. Подвижная игра «чей мяч быстрее». Подвижная игра «перехвати мяч». Подвижная игра «сбей мяч». Подвижная игра «охотники и зайцы». Подвижная игра «один против одного». Подвижная игра «без промаха».

##### 4. Общая физическая подготовка.

**Теория:** Положение корпуса во время бега. Безопасное приземление при падении. Правильное дыхание во время выполнения силовых упражнений. **Практика:** Бег с изменением направления. Упражнения в прыжках. Упражнения в ходьбе, беге,

прыжках. Общеразвивающие упражнения. Упражнения для больших мышечных групп. Упражнения для развития силы. Упражнения для развития быстроты. Упражнения для развития гибкости. Упражнения для развития ловкости. Упражнения для развития общей выносливости. Упражнения для укрепления мышечного корсета. Упражнения на развитие координации. Упражнения для развития мышц корпуса. Упражнения для развития равновесия. Упражнения на развитие скоростно-силовых качеств. Упражнения на спортивных снарядах. Упражнения для рук и плечевого пояса. Упражнения для ног. Упражнения для шеи и туловища. Комбинированные упражнения. Работа в парах.

## **5. Специальная физическая подготовка.**

**Теория:** Самоконтроль физического состояния при предельных нагрузках. Быстрота реакции во время соревнований.

**Практика:** Упражнения для развития специальной выносливости. Бег с изменением скорости. Упражнения на развитие быстроты реакции. Смена бега спиной вперёд на бег лицом вперёд и наоборот. Челночный бег. Бег зигзагом (с выпадом в стороны). Бег с подскоками. Прыжки вверх, в стороны, вперёд, отталкиваясь одной и двумя ногами. Ведение мяча одной ногой по прямой линии, змейкой, восьмеркой, челноком. Ведение мяча попеременно правой и левой ногой по прямой, змейкой, восьмеркой, челноком.

## **6. Технико-тактическая подготовка.**

**Теория:** Стойка игрока. Уход, скрытый для защитника. Передача мяча. Выполнение бросков. Траектория полета мяча. Виды и правила ведения мяча в мини-футболе. Скрытый уход. Финты в мини-футболе. Правила проведения соревнований.

**Практика:** Стойки и перемещения. Упражнения для совершенствования тактики игры. Упражнения для совершенствования тактики передачи мяча. Разыгрывание мяча в комбинации. Штрафной бросок в двух опорном положении. Передачи мяча правой и левой ногой. Остановка катящегося мяча правой и левой ногой. Остановка ногой летящего мяча. Удары по неподвижному мячу серединой подъема, внутренней стороной стопы, носком с попаданием в ворота. Игра вратаря: ловля и отбивание мяча руками стоя на месте и в движении, ударом ногой по неподвижному мячу и после набрасывания. Ведение мяча подбрасыванием. Ведение мяча многоударное на месте. Ведение мяча многоударное с изменением направления. Открытый уход для стягивания защитников. Скрытый уход для создания численного преимущества. Финт перемещением без мяча при встречном движении. Финт перемещением без мяча при параллельном движении. Система движений (подготовительная, основная, заключительная). Выбивание при одноударном ведении на месте. Выбивание при многоударном ведении шагом и бегом. Выбивание при ведении в параллельном движении. Блокирование мяча двумя руками сверху на месте. Блокирование мяча двумя руками сверху в прыжке. Тактические действия подающего. Контрольные игры.

## **7 Воспитательная работа.**

**Практика:** Спортивный праздник ко Дню Победы, Соревнования «Праздник мяча».

## **1.4. Планируемые результаты.**

### **Метапредметные результаты:**

- развиты основные физические качества;
- развита способность к длительным игровым передвижениям;

- развиты специальные двигательные способности.

#### **Личностные результаты:**

- учащиеся взаимодействуют в коллективе сверстников на принципах взаимопомощи и взаимовыручки;
- учащиеся дисциплинированны;
- учащиеся способны принимать решения в условиях дефицита времени.

#### **Предметные результаты:**

- имеют представление о возникновении мини-футбола;
- знают правила игры в мини-футбол;
- обучены понятиям терминологии и жестикуляции в игре;
- владеют техникой игры.

**Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий, включающий формы аттестации.**

**2.1. Календарный учебный график.**

№ п/п	Наименование разделов и тем	кол-во часов			Форма занятия	Форма контроля	Дата плана	Дата факт
		Всего	теория	практика				
1.	Вводное занятие.	1	1		Беседа, игра	Опрос		
<b>ДИАГНОСТИКА.</b>								
2.	Стартовая диагностика	1		1	Практическое занятие	Сдача нормативов		
3.	Промежуточная диагностика	1	-	1	Практическое занятие	Сдача нормативов		
4.	Итоговая диагностика	1	-	1	Практическое занятие	Сдача нормативов		
<b>ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ.</b>								
5.	История возникновения мини-футбола. Эстафета с футбольными мячами	1	1		Беседа, игра	Опрос, наблюдение		
6.	Развитие мини-футбола в России. Подвижная игра «чей мяч быстрее»	1	1		Беседа, игра	Опрос, наблюдение		
7.	Нравственные и волевые качества спортсмена. Подвижная игра «перехвати мяч».	1	1		Беседа, игра	Опрос, наблюдение		
8.	Правила игры в мини-футбол. Подвижная игра «сбей мяч».	1	1		Беседа, игра	Опрос, наблюдение		
9.	Терминология в мини-футболе. Подвижная	1	1		Беседа,	Опрос,		

	игра «охотники и зайцы».			игра	наблюдение		
10.	Жестикуляция в мини-футболе. Подвижная игра «один против одного»	1	1	Беседа, игра	Опрос, наблюдение		
11.	Судейство соревнований по мини-футболу. Подвижная игра «без промаха».	1	1	Беседа, игра	Опрос, наблюдение		
<b>ОБЩАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА.</b>							
12.	Бег с изменением направления. Упражнения в прыжках.	1		1	Практическое занятие	сдача нормативов	
13.	Упражнения в ходьбе, беге, прыжках.	1		1	Практическое занятие	сдача нормативов	

14.	Общеразвивающие упражнения. Упражнения для больших мышечных групп	1	1	Практическое занятие	сдача нормативов		
15.	Упражнения для развития силы. Упражнения для развития быстроты	1	1	Практическое занятие	сдача нормативов		
16.	. Упражнения для развития гибкости Упражнения для развития ловкости.	1	1	Практическое занятие	сдача нормативов		
17.	Упражнения для развития общей выносливости	1	1	Практическое занятие	сдача нормативов		
18.	Упражнения для укрепления мышечного корсета Упражнения на развитие координации	1	1	Практическое занятие	сдача нормативов		
19.	Упражнения для развития мышц корпуса	1	1	Практическое занятие	сдача нормативов		
20.	Упражнения на развитие скоростно-силовых качеств.	1	1	Практическое занятие	сдача нормативов		
21.	Упражнения на спортивных снарядах.	1	1	Практическое занятие	сдача нормативов		
22.	. Упражнение для рук и плечевого пояса. Упражнение для ног	1	1	Практическое занятие	сдача нормативов		
23.	. Упражнения для шеи и туловища	1	1	Практическое занятие	сдача нормативов		
24.	Комбинированные упражнения	1	1	Практическое занятие	сдача нормативов		
	<b>СПЕЦИАЛЬНЫЕ ФИЗИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ</b>	13					
25	Бег с изменением скорости		<sup>1</sup>	занятие	педагогический анализ		

29.	Упражнения для ног.	1	1	Практическое занятие	сдача нормативов		
30.	Упражнения для шеи и туловища.	1	1	Практическое занятие	сдача нормативов		
31.	Комбинированные упражнения.	1	1	Практическое занятие	сдача нормативов		
32.	Работа в парах.	1	1	Практическое занятие	сдача нормативов		

**СПЕЦИАЛЬНАЯ**

**ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА.**

33.	Упражнения для развития специальной выносливости.	1	1	Практическое занятие	Наблюдение, педагогический анализ		
34.	Бег с изменением скорости.	1	1	Практическое занятие	Наблюдение, педагогический анализ		
35.	Упражнения на развитие быстроты реакции.	1	1	Практическое занятие	Наблюдение, педагогический анализ		
26	Смена бега спиной вперёд на бег лицом вперёд и наоборот		1	Практическое занятие	Наблюдение, педагогический анализ		
27	Бег с зигзагами		1	Практическое занятие	Наблюдение, педагогический анализ		
28	Бег с подскоками		1	Практическое занятие	Наблюдение, педагогический анализ		
29	Ведение мяча между стоек. Прием мячей высоких, низких.		1	Практическое занятие	Наблюдение, педагогический анализ		
30	Прием катящегося мяча Прием мяча с отскока от площадки.	1	1	Практическое занятие	Наблюдение, педагогический анализ		
31.	Прием мяча в движении шагом Прием мяча в движении бегом.	1	1	Практическое занятие	Наблюдение, педагогический анализ		
32.	Прием мяча, летящего навстречу	1	1	Практическое занятие	Наблюдение, педагогический анализ		

33.	Прием мяча двумя руками при активном сопротивлении.	1		1	Практическое занятие	Наблюдение, педагогический		
34.	Прием мяча справа и слева.	1		1	Практическое занятие	Наблюдение, педагогический		
35.	Прием мяча двумя руками на месте.	1		1	Практическое занятие	Наблюдение, педагогический		
36.	Прием мяча двумя руками в прыжке.	1		1	Практическое занятие	Наблюдение, педагогический		
37.	Прием мяча в движении.	1		1	Практическое занятие	Наблюдение, педагогический		
	ТЕХНИКО-ТАКТИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА.	32						
38	Стойка игрока.	1		1	Практическое занятие	Наблюдение, Педагогический анализ		

39.	Стойки и перемещения.	1		1	Практическое занятие	Наблюдение, педагогический анализ		
40.	Упражнения для совершенствования тактики игры. Упражнения для совершенствования тактики передачи мяча.	1		1	Практическое занятие	Наблюдение, педагогический анализ		
41.	Уход, скрытый для защитника. Разыгрывание мяча в комбинации.	1		1	Практическое занятие	Наблюдение, педагогический анализ		
42.	Штрафной бросок в двух опорном положении .	1		1	Практическое занятие	Наблюдение, педагогический анализ		

43.	. Удары внутренней и внешней частями подъема по прыгающему и летящему мячам	1		1	Практическое занятие	Наблюдение, педагогический анализ		
44.	Правила игры в мини-футбол: 4 сек. Ввод мяча вратарем	1		1	Практическое занятие	Наблюдение, педагогический анализ		
45.	Ведение мяча между стоек Отбор мяча у соперника накладыванием стопы на мяч	1		1	Практическое занятие	Наблюдение, педагогический анализ		
46.	Взаимодействие защитника и вратаря.	1		1	Практическое занятие	Наблюдение, педагогический анализ		
47.	Жонглирование мячом в воздухе, чередуя удары различными частями стопы, бедром, головой.	1		1	Практическое занятие	Наблюдение, педагогический анализ		
48.	Тактика вратаря: вбрасывание мяча открывшемуся партнеру.	1		1	Практическое занятие	Наблюдение, педагогический анализ		
49.	Ведение между стоек и движущихся партнеров, изменяя скорость движения Ведение серединой подъема, носком и внутренней стороной стопы.	1		1	Практическое занятие	Наблюдение, педагогический анализ		
50.	Остановка опускающегося мяча бедром, грудью, лбом.	1		1	Практическое занятие	Наблюдение, педагогический анализ		
51.	. Правила игры в мини-футбол. Удары на точность в ворота внутренней стороной стопы	1		1	Практическое занятие	Наблюдение, педагогический анализ		

52	Персональная опека и комбинированная оборона. Отбор мяча у соперника при единоборстве перехватом.	1		1	Практическое занятие	Наблюдение, педагогический анализ		
53	Удары по мячу головой на месте на точность Ведение мяча по прямой, выполняя ускорения и остановку	1		1	Практическое занятие	Наблюдение, педагогический анализ		
54.	Остановка мячей летящих с различной скоростью и траекторией. Групповые действия защитников	1		1	Практическое занятие	Наблюдение, педагогический анализ		
55.	Зонная защита игроков. Удары по мячу после ведения на точность в цель	1		1	Практическое занятие	Наблюдение, педагогический анализ		
56.	Передачи мяча в парах и в тройках в движении	1		1	Практическое занятие	Наблюдение, педагогический анализ		

57.	Розыгрыш штрафного удара около ворот соперника	1		1	Практическое занятие	Наблюдение, педагогический анализ		
58	Взаимодействие игроков и вратаря в защите. Игра вратаря и защитников в обороне	1		1	Практическое занятие	Наблюдение, педагогический анализ		
59	Остановка опускающегося мяча с поворотом на 90°	1		1	Практическое занятие	Наблюдение, педагогический анализ		

60	Атака со сменой мест через центр Вбрасывание мяча открывшемуся партнеру на ход движения	1		1	Практическое занятие	Наблюдение, педагогический анализ		
61	Комбинированное построение защиты	1		1	Практическое занятие	Наблюдение, педагогический анализ		
62	Удары по мячу с полулета. Передачи мяча в заданный коридор	1		1	Практическое занятие	Наблюдение, педагогический анализ		
63	Тактические комбинации при выполнении ста Скрытый уход для создания численного преимущества стандартных положений	1		1	Практическое занятие	Наблюдение, педагогический анализ		
64	Скрытый уход для создания численного преимущества.	1		1	Практическое занятие	Наблюдение, педагогический анализ		
65	Финт перемещением без мяча при встречном движении. Финт перемещением без мяча при параллельном движении	1		1	Практическое занятие	Наблюдение, педагогический анализ		
66	Система движений (подготовительная, основная, заключительная). Выбивание при одноударном ведении на месте			1	Практическое занятие	Наблюдение, педагогический анализ		
67	Выбивание при одноударном ведении на месте			1	Практическое занятие	Наблюдение, педагогический анализ		
		1		1	Практическое занятие	Наблюдение, педагогический анализ		

70		1		1	Практическое занятие	Наблюдение, педагогический анализ		
71		1		1	Практическое занятие	Наблюдение, педагогический анализ		
72		1		1	Практическое занятие	Наблюдение, педагогический анализ		
		1		1	Практическое занятие	Наблюдение, педагогический анализ		
86.		1		1	Практическое занятие	Наблюдение, педагогический анализ		
87.		1		1	Практическое занятие	Наблюдение, педагогический анализ		
88.		1		1	Практическое занятие	Наблюдение, педагогический анализ		
89.		1		1	Практическое занятие	Наблюдение, педагогический анализ		
90.		1		1	Практическое	Наблюдение,		

68	Выбивание мяча при ведении			<sup>1</sup>	занятие	педагогический анализ		
----	----------------------------	--	--	--------------	---------	-----------------------	--	--

69	Тактические действия нападающего.	1		1	Практическое занятие	Наблюдение, педагогический анализ		
70	Контрольные игры.	1		1	Практическое занятие	Наблюдение, педагогический анализ		
71.	Спортивный праздник ко дню Победы	1		1	Практическое занятие	Наблюдение, педагогический анализ		
72	Спортивный праздник «День мяча»	1		1	Практическое занятие	Наблюдение, педагогический анализ		

<b>Итого:</b>	<b>72</b>	<b>8</b>	<b>64</b>					
---------------	-----------	----------	-----------	--	--	--	--	--

## 2.2. Условия реализации программы.

### Материально-техническое обеспечение.

Характеристика помещения, используемого для реализации программы «играем мини», соответствует СанПиН СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи" Перечень оборудования, инструментов, материалов из расчета на группу в количестве 20 человек.

мячи футбольные	15 шт.
ворота	2 шт.
скамейки	4 шт.
скакалки	15 шт.
стойки	2 шт.
мячи набивные	6 шт.
свисток	1 шт.
секундомер	1 шт.
мел	2 шт.
сантиметр	1 шт.
конусы	5 шт.

**Информационное обеспечение:** видео, фото, интернет источники.

### 2.3. Кадровое обеспечение.

Педагог дополнительного образования, реализующий программу «Волейбол», Забунян Карапет Карапетович, имеет высшее образование по специальности «Физическая культура» (квалификация «Специалист по физической культуре и спорту.», окончил "Адыгейский государственный педагогический институт", 1980 г.

прошел повышение квалификации:

- ООО «Региональный центр повышения квалификации г. Рязань "Современные подходы к методике преподавания самбо при реализации ФГОС в школе", август 2024 г.;

- ГБОУ Институт развития образования Краснодарского края ""Инновационные технологии в образовательном процессе как основа реализации ФГОС НОО, ФГОС ООО, ФГОС СОО (Особенности преподавания физической культуры в условиях реализации ФГОС)" октябрь 2022

Педагогический стаж – 33года. Стаж в должности педагога

дополнительного образования – 15 лет.

Основными направлениями деятельности педагога, работающего по программе, являются:

- организация деятельности учащихся, направленной на освоение дополнительной общеобразовательной программы;

- организация досуговой деятельности учащихся;
- обеспечение взаимодействия с родителями (законными представителями) учащихся, осваивающих дополнительную общеобразовательную программу, при решении задач обучения, развития и воспитания;
- педагогический контроль и оценка освоения дополнительной общеобразовательной программы;

#### **2.4. Формы аттестации.**

**Входной контроль:** медицинская аттестация, опрос, тестирование - контрольные нормативы по показателям физического развития и общей физической подготовленности.

**Текущий контроль** (в течение всего учебного года): регулярное наблюдение в процессе тренировочных занятий за состоянием самочувствия спортсмена, контроль посещаемости, контроль за изучением текущего материала.

**Промежуточный контроль (январь):** медицинская аттестация (медосмотр), контроль эффективности технической подготовки, самоконтроль (пульс, качество сна, аппетит, вес тела, общее самочувствие).

**Итоговая аттестация** определяет эффективность технической, физической, тактической и интегральной подготовки, т.е. соответствие уровню теоретических и практических знаний программным требованиям. Проводится тестирование на основе контрольных нормативов.

Для отслеживания результативности обучения по программе «Играем в мини» используются следующие методы:

- педагогическое наблюдение;
- педагогический анализ результатов тестирования, бесед, участия в мероприятиях, активности учащихся на занятиях и т.п.;
- педагогический мониторинг журналов учета посещаемости.
- мониторинг социально-коммуникативного развития.

#### **2.4. Оценочные материалы.**

**Диагностическая карта оценки ЗУН и социально-коммуникативного развития учащихся**

<b>№ п/п</b>	<b>Фамилия, имя</b>	<b>знание правил игры в минифутболе, понимание терминологии</b>	<b>владение техникой игры</b>	<b>знание истории и значения комплекса ГТО</b>	<b>умение быстро принимать решения во время игры</b>	<b>общая физическая подготовка</b>	<b>соблюдение нравственных норм и правил поведения</b>	<b>дисциплинированность</b>	<b>доброжелательное взаимодействие в коллективе</b>
1									

2								
3								
4								
5								

**0 баллов** - критерий не проявляется; **1 балл** - критерий проявляется редко, в минимальном объеме; **2 балла** - критерий проявляется часто, в достаточном объеме; **3 балла** - критерий проявляется постоянно, в полном объеме.

### Контрольные нормативы по физической подготовке учащихся 10 -13 лет

№№ п/п	Контрольные нормативы	Возраст (лет)	
		8-10	11-12
1.	Бег 15 м (с)	3,20	2,90
2.	Челночный бег 7*10 м (с)	28,0	23,0
3.	Бег 30 м (с)	6,2	5,8
4.	Прыжок в длину с места (см)	135	160
5.	Бег 30 м с ведением мяча (с)	10,0	8,5
6.	Удар по мячу ногой на дальность (м)	15	20
7.	Жонглирование мячом (количество ударов)	5	10
8.	Ведение мяча с обводкой стоек и удар по воротам (с)	15,0	13,5
9.	Бросок мяча рукой на дальность (м)	5-6	8

## 2.5. Методические материалы.

№	Раздел программы	Формы занятий	Приёмы и методы организации учебновоспитательного (образовательного) процесса (в рамках занятия)	Дидактический материал	Техническое оснащение занятий	Формы подведения итогов
1	Вводное занятие. ТБ.	беседа, игра	вербальный, игровой	плакаты, схемы	скамейки, мячи	Опрос
2	Диагностика	Практическое занятие	наглядный, вербальный, соревновательный, игровой	таблицы, карточки	набивной мяч, скакалка, сантиметр, секундомер	Сдача нормативов
3	Подвижные игры.	беседа, игра	вербальный, соревновательный, игровой	рисунки, таблицы,	мячи, свисток, ворота, мел.	Опрос, наблюдение
4	ОФП.	Практическое занятие	наглядный, вербальный, репродуктивный		маты, скамейки, мячи, скакалки.	Сдача нормативов
5	СФП.	Практическое занятие	наглядный, вербальный, репродуктивный		футбольные мячи, ворота, конусы, секундомер	Наблюдение
6	Технико-тактическая подготовка.	Практическое занятие, соревнование	наглядный, вербальный, соревновательный	схемы	футбольные мячи, ворота	Наблюдение
7	Итоговое занятие. ТБ.	беседа, игра	вербальный, игровой	плакаты, схемы	скамейки, мячи	Опрос

## **Подвижные игры.**

### **1. Эстафета с мячами.**

Учащиеся делятся на две команды, которые выстраиваются в колонну по одному у средней линии, каждая - лицом к противоположным воротам. В руках у первых номеров команды - по мячу. По сигналу педагога первые номера начинают ведение мяча к воротам, затем производят бросок по воротам в прыжке между 6-метровой и 9-метровой линиями, подбирают мяч и ведут его в сторону своих партнеров. Добежав до своей колонны, передают мяч из рук в руки своим вторым номерам, а сами становятся в конец колонны. Побеждает команда, первой закончившая эстафету. При непопадании мяча в ворота надо подобрать его и произвести бросок снова из - за 6-метровой линии.

### **2. Подвижная игра «чей мяч быстрее».**

В игре участвуют одновременно две команды по 4-5 человек. Игроки обеих команд выстраиваются за линией общего круга с чередованием через одного. Каждая команда имеет по одному мячу, который необходимо перебрасывать от игрока к игроку в одном направлении до тех пор, пока один мяч не перегонит другой. Мяч можно передавать из любого исходного положения, менять задание и увеличивать или уменьшать круг.

### **3. Подвижная игра «перехвати мяч».**

Учащиеся образуют круг диаметром 6-8 м. Два игрока становятся в круг, игроки, стоящие за кругом, разыгрывают мяч между собой, игроки, стоящие в кругу, в это время стараются коснуться мяча или поймать его. Если один из игроков, стоящих в кругу, коснется мяча, он сменяет игрока, бросившего мяч последним.

### **4. Подвижная игра «сбей мяч».**

На игровой площадке в центре на средней линии устанавливается набивной мяч. На расстоянии 1-2 м за лицевыми линиями проводятся финишные линии, до которых нужно докатить набивной мяч. По сигналу обе команды бросают мячи в набивной мяч до тех пор, пока одной из команд не удастся выкатить набивной мяч за линию финиша соперника. Бросившие мячи в мишень необходимо тут же подбирать и продолжать сбивать набивной мяч.

### **5. Подвижная игра «охотники и зайцы».**

Обе команды «Охотники» и «Зайцы» располагаются на одном поле. Игроки «Охотников», разыгрывая мяч, стараются попасть им по убегающим «Зайцам». Если мяч попадает в игрока, он должен покинуть игровую площадку, если другой игрок «Заяц» поймал мяч, игрок, выбывший из игры, до этого вновь возвращается на площадку. После определенного времени игроки меняются ролями.

### **6. Подвижная игра «один против одного».**

На площадке располагается 6-8 игроков. По сигналу в игровую площадку брасывается мяч. Игрок, поймавший мяч, старается попасть в любого из участвующих игроков. Тот игрок, который поймает мяч, должен остановиться, затем броском о поверхность площадки попасть в любого игрока. Если игрок, в которого бросали, мяч поймает его, попадание в него не засчитывается, а он получает очко.

## **7. Подвижная игра «без промаха».**

На площадке за лицевыми линиями располагаются по 2-3 человека, часть игроков находится на площадке. Игроки, стоящие за линией площадки, получают мяч и после быстрых передач друг другу стараются попасть в убегающих игроков на площадке. Убегающие игроки не должны покидать игровое поле и касаться мяча.

### **2.6. Список литературы.**

#### **Литература для педагогов:**

1. Андреев « Мини-футбол в школе» ОАО Издательство « Советский спорт» 2008г
2. Андреев С.Н., Алиев Э.Г. Мини-футбол в школе 2006.
3. Лавров А.К. Учебная программа Гандбол: для ДЮСШ и ДЮСШОР, 2004.
4. Примерные программы по учебным предметам. Физическая культура. 5-9 классы. - М.: Просвещение, 2010 г.
5. Рабочая программа по физической культуре. Лях В.И. - М.: Просвещение, 2014 г.
6. Мини-футбол - игра для всех. В.Л. Мутко, С.Н. Андреев, Э.Г. Алиев. - М.: Советский спорт, 2007.
7. Мини-фубол (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. Физическая культура.
8. Учебное пособие. Виленский М.Я. - М.: Просвещение, 2013 г.
9. Формирование культуры здоровья. Учебное пособие. Макеева А.Г. - М.: Просвещение, 2013 г.
10. Шестаков М.П., Шестаков И.Г. Гандбол. Тактическая подготовка. - М.: Издательство: СпортАкадемПресс, 2001 г.

#### **Литература для родителей (законных представителей):**

1. Байядр Р.Т., Байард Д. Ваш беспокойный подросток. Практическое руководство для отчаявшихся родителей. Пер. с англ. С.Б. Орлова. (Школа для родителей) - М., «Семья и школа», 1995.
2. Дерябко Сергей, Ясин Витольд. Гроссмейстер общения. Иллюстрированный самоучитель психологического мастерства. - М.: Изд-во «Смысл», 1996.
3. Некрасова З., Некрасова Н. Ври, да не завирайся! Зачем дети лгут и что с этим делать? - М.: Астрель: АСТ; Владимир: ВКТ, 2010.
4. Некрасова З., Некрасова Н. Дорастем до подростка. Что происходит с детьми от 9 до 16 лет. - М.: АСТ: Астрель, 2011.
5. Некрасова З., Некрасова Н. Перестаньте детей воспитывать - помогите им

расти. - М.: ООО Издательство «София», 2007.

6. Смирнова Е.О. Конфликтные дети./ Е.О. Смирнова, В.М. Холмогорова, - М.: Эксмо, 2010 г.

7. Шпаков А.О. Иллюзия рая. Семейный словарь-справочник. СПб.: «Татьяна», «Зенит», 1999. 368 с.; ил.

8. Юрченко О. Не хочу и не буду! Как бороться с детской ленью? - СПб.: Речь; М.: Сфера, 2011.

**Литература для детей:**

1. Бэйли Д. Все о моем теле: 50 важных советов для идеального здоровья и внешнего вида. Издательство: Клевер Медиа Групп, 2013.

2. Качур Е. Если хочешь быть здоров. Манн, Иванов и Фербер, 2014.

<https://online-knigi.com/page/230412>

3. Лоу Ф. Все о моем здоровье: как правильно и вкусно питаться, чтобы быть здоровым, умным и красивым. Клевер Медиа Групп, 2013.

4. Тюленьев С.Ю., Гомельский А.Я.: Спортивные игры: совершенствование спортивного мастерства. - М.: Академия, 2008.

5. Федоров А.В. Спортивные игры (гандбол). Белгород: БелГУ, 2007.

6. Чуб Н. Азбука здоровья. Фактор, 2010 г.

7. Шестаков М.П., Шестаков И.Г. Гандбол. Тактическая подготовка. Издательство: М., СпортАкадемПресс, 2001 г.