

Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования
«Центр детского творчества»
(МАУДО «ЦДТ»)
«Челядьлөн творчество шорин» содтод тодомлун сетан муниципальной
асшөрлуна учреждение
(«ЧТШ» СТС МАУ)

ПРИНЯТА
Педагогическим советом
Протокол № 3
«28» мая 2025г.



УТВЕРЖДАЮ
Директор
Н.Н. Матухно
«28» мая 2025г.

Дополнительная общеобразовательная программа -
дополнительная общеразвивающая программа

«Мини-футбол»

Направленность – физкультурно-спортивная

Стартовый уровень

Возраст учащихся – 7-14 лет

Срок реализации программы – 1 год

Составитель:
педагог дополнительного образования
Зезегов А.А.

Сыктывкар
2025

1. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ – ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЫ

1.1. Пояснительная записка

Направленность программы. Дополнительная общеобразовательная программа – дополнительная общеразвивающая программа «Мини-футбол» (далее Программа) имеет **физкультурно-спортивную направленность**, так как ориентирована на общее физическое развитие учащихся, приобщение их к здоровому образу жизни.

Настоящая дополнительная общеобразовательная программа - дополнительная общеразвивающая программа «Мини-футбол» разработана с учетом:

- Федерального Закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Стратегии социально-экономического развития Республики Коми на период до 2035 года от 11 апреля 2019 года № 185;
- Стратегии социально-экономического развития МО ГО «Сыктывкар» до 2030 года от 8 июля 2011 г. № 03/2011-61;
- Распоряжения Правительства РФ от 31 марта 2022 г. № 678-р «Об утверждении концепции развития дополнительного образования детей»;
- Постановления Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 года № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Приказа Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. N 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Устава МАУДО «ЦДТ».

Программа разрабатывалась с учетом флагманских проектов Республики Коми «Спорт – норма жизни», «Укрепление общественного здоровья». Достижение высокого уровня физической культуры населения, увеличение доли граждан, ведущих здоровый образ жизни, являются приоритетными направлениями социально-экономического развития Республики Коми и г. Сыктывкара. Поэтому Программа способствует реализации стратегических целей, т.к. игра в мини-футбол является эффективным средством укрепления здоровья.

Актуальность программы. Актуальность данной программы в том, что она усиливает вариативную составляющую общего образования, способствует реализации сил, знаний, полученных детьми и подростками в базовом компоненте, формированию жизненных ценностей, овладению опытом самоорганизации, самореализации, самоконтроля ребенка и помогает ребятам в профессиональном самоопределении. Программа «Мини-футбол» способна не только раскрыть личностный потенциал любого ребенка, но и подготовить его к условиям жизни в конкурентной среде, развить умения бороться за себя и реализовывать свои идеи, так как именно с детства

формируется потребность к занятиям физкультурой и спортом, привычка здорового образа жизни. Занятия по мини-футболу способствуют повышению самооценки – ребенок более раскрепощен, что раскрывает его скрытые возможности по формированию логического мышления.

Отличительная особенность. Освоение программного материала данного уровня предполагает получение учащимися первоначальных знаний и умений в избранном виде деятельности. Программа ориентирована не только на выполнение спортивных нормативов и участие в соревнованиях, а направлена на достижение личностного успеха учащихся, их социальной адаптации в обществе, а также на развитие физических и моральных качеств ребенка.

Программа имеет **стартовый (ознакомительный) уровень сложности**, так как направлена на формирование мотивации к выбранному виду деятельности.

Адресат программы. Программа адресована детям 7-14 лет.

Набор в группы осуществляется на добровольной основе, принимаются все желающие. К занятиям допускаются дети на основании личного заявления родителей и медицинского заключения об отсутствии противопоказаний для занятий мини-футболом.

Объем программы - 144 часа.

Срок освоения программы –1 учебный год.

Формы организации образовательного процесса и виды занятий.

Очная форма: аудиторная форма - групповая: учебно-тренировочные занятия, игры, конкурсы; внеаудиторная форма – соревнования, учебно-тренировочные сборы на выезде, самостоятельная работа дома.

Очно-заочная форма – в период невозможности организации учебного процесса в очной форме: карантин, неблагоприятной эпидемиологической обстановки, актированных дней), может быть организована с использованием электронного обучения и дистанционных образовательных технологий. В этот период могут быть использованы Интернет-ресурсы по заданным темам программы. Обучение осуществляется на платформах: ГИС ЭО, социальной сети ВКонтакте.

Режим занятий. Режим занятий составлен в соответствии с СП 2.4-3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»: один академический час занятий для учащихся школьного возраста (7-14 лет) – 40 минут. Занятия проводятся 2 раза в неделю.

1.2. ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ

Цель – создание условий для развития физических возможностей детей, путём вовлечения их в регулярные занятия по мини-футболу.

Задачи:

Обучающие:

- обучить техническим элементам и правилам игры, дать основное

представление об игре «мини-футбол»;

- обучить тактическим индивидуальным и командным действиям;
- обучить приёмам и методам контроля физической нагрузки при самостоятельных занятиях мини-футболом.

Развивающие:

- способствовать развитию физических качеств, расширению функциональных возможностей организма учащихся;
- развивать умения соотносить свои задачи и задачи всей команды, умения действовать в коллективе;
- развить навыки и умения необходимые для игры в мини-футбол (техничко-тактические приемы).

Воспитательные:

- развить учебно-познавательный интерес учащихся к занятиям и новым видам практической деятельности;
- воспитать чувство ответственности, дисциплинированность;
- формировать потребность к ведению здорового образа жизни.

1.3. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

1.3.1. Учебный план

№	Наименование разделов и тем	Общее кол-во часов	В том числе		Формы аттестации/ контроля
			Теория	Практика	
1	Вводное занятие. Инструктаж по ТБ. Входящая диагностика. История мини-футбола	2	1	1	Сдача нормативов
2	Техническая подготовка	70	4	66	Сдача нормативов
3	Тактическая подготовка	20	8	12	
4	Правила игры	4	4		Тест
5	Учебные и тренировочные игры	26		26	
6	Развитие физических качеств	20		20	Сдача нормативов
7	Промежуточная аттестация	2	1	1	Тест, сдача нормативов
Итого		144	18	126	

Содержание учебного плана

1. **Вводное занятие.** Инструктаж по технике безопасности. История мини-футбола. Входящая диагностика.

2. Техническая подготовка:

2.1. Техника владения мячом:

- ведение мяча подошвой, внешней и внутренней стороной стопы (слабой и сильной ногой)
- ведение мяча назад подошвой (слабой и сильной ногой)
- ложные, обманные движения (дриблинг)
- чеканка мяча
- изучение особых приёмов (финты)

- способы укрывания мяча корпусом

2.2. Техника удара по мячу:

- удар с подъёма
- удар внутренней стороной стопы
- удар низом
- удар в одно касание после передачи
- удары слабой ногой
- удары после ведения (обыгрыша)
- удары головой
- удары с лёта

2.3. Техника передачи и остановки мяча:

- остановка мяча подошвой, передача внутренней стороной стопы (слабой и сильной ногой)
- передача в одно касание
- передача верхом
- остановка внутренней стороной стопы
- передача головой
- остановка мяча грудью, коленом
- остановка мяча в движении

2.4. Вратарские навыки:

- выбор позиции
- отбивание мяча
- прыжки на мяч
- положение тела во время ударов

3. Тактическая подготовка:

- закрывание игроков при защите
- открывание игроков при атаке
- амплуа футболистов и их функции
- расположение игроков в атаке
- расположение игроков в защите

4. **Правила игры:** основные правила в мини-футболе.

5. **Учебные и тренировочные игры:** отработка изученных технико-тактических действий в игре мини-футбол.

6. **Развитие физических качеств:** упражнения на силу, выносливость, гибкость, ловкость и быстроту.

7. **Промежуточная аттестация:** тестирование, сдача нормативов.

1.4. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

В результате изучения данного курса у учащихся будут сформированы следующие группа результатов.

Предметные результаты:

Учащийся будет:

- иметь представление об истории «мини-футбола», уметь использовать приобретённые навыки в игре «мини-футбол»;
- владеть тактическими индивидуальными и командными действиями;
- владеть приёмами и методами контроля

физической нагрузки при самостоятельных занятиях мини-футболом.

Метапредметные результаты:

Познавательные УУД:

Учащийся научится:

- применять технико-тактические приемы в игре мини-футбол;

Регулятивные УУД:

Учащийся научится:

- находить способы развития физических качеств, совершенствовать функциональные возможности организма;

Коммуникативные УУД:

Учащийся научится:

- соотносить свои задачи и задачи всей команды, действовать в коллективе.

Личностные результаты:

Учащийся будет:

- замотивирован к занятиям и новым видам практической деятельности;
- вести здоровый и безопасный образ жизни;
- ответственно относиться к своему здоровью, к своей деятельности; проявлять самодисциплину.

2. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

2.1. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Материально-техническое обеспечение

Занятия организуются в спортивных залах, соответствующих требованиям САНПиН и техники безопасности.

Материально-техническое обеспечение процесса обучения (спортивная база, спортивное оборудование и инвентарь):

- спортивный зал
- мини-футбольные мячи – 10 шт.
- конусы – 10 шт.
- ворота – 2 шт.
- фишки – 1 стойка
- обручи – 10 шт.
- скакалки – 10 шт.
- свисток – 1 шт.
- набивные мячи – 5 шт.

Методическое обеспечение

Информационно-методическое обеспечение:

1. Андреев С.Н., Алиев Э.Г. Мини-футбол в школе 2006.
2. Андреев С.Н., Алиев Э.Г., Левин В.С. МИНИ-ФУТБОЛ (футзал). примерная программа спортивной подготовки для ДЮСШ и СДЮШОР. – М.: Советский спорт, 2010.
3. Верхошанский Ю.В. Программирование и организация

тренировочного процесса. -М.: ФиС, 1985.

4. Конуров Д.М. Связь физической и тактической подготовки спортсменов в игровых видах спорта: Автореф. дис...канд.пед. наук. – М.,2002

5. Мини-футбол – игра для всех. В.Л. Мутко, С.Н. Андреев, Э.Г. Алиев. – М.: Советский спорт, 2007.

Интернет ресурсы:

1. Сайт министерства спорта РФ: <http://minsport.gov.ru/>
2. Сайт ассоциации мини-футбола России: <https://amfr.ru/>
3. Сайт про здоровый образ жизни: <https://sportcalorie.ru/>

2.2. МЕТОДЫ И ТЕХНОЛОГИИ ОБУЧЕНИЯ И ВОСПИТАНИЯ

Педагогические идеи программы. Педагогические идеи в программе нашли свое отражение в содержании и формах работы с учащимися, через применение деятельностного подхода. Системно-деятельностный подход нацелен на развитие личности, на формирование гражданской идентичности. Познавательная активная деятельность учащихся организовано таким образом, чтобы целенаправленно вести за собой развитие.

Рефлексивно-деятельностный подход позволяет решать задачи развития и оздоровления через использование различных видов деятельности, свойственных данному возрасту.

Образовательная программа придерживается идеи некритического гуманного отношения к внутреннему миру каждого ребенка (К.Роджерс).

Принцип личностно-ориентированного подхода (Г.А. Цукерман, Ш.А. Амонашвили) предлагает выбор и построение материала исходя из индивидуальности каждого ребенка, ориентируясь на его потребности и потенциальные возможности.

Повышение эффективности Программы основано на идеях поэтапного формирования действий (П.Я. Гальперин, Н.Ф. Талызина).

Реализация данной программ осуществляется на основе следующих принципов:

- гуманистических начал, многообразия и вариативности жизнедеятельности и образования детей, и подростков;
- приоритета интересов каждого занимающегося и учета его интеллектуальных и психофизиологических особенностей;
- непрерывности образования и воспитания;
- воспитывающего обучения;
- обеспечение комфортной среды – «ситуации успеха» и развивающегося обучения;
- содействие выбору индивидуального образовательного маршрута и темпа его роста.

В содержании спортивной подготовки принято выделять следующие виды: физическую, техническую, тактическую, психологическую, теоретическую и соревновательную (интегральную) подготовку:

п/ п	Виды подготовки	Компоненты (подвиды)	Направленности работ
1	Физическая	Общефизическая	Повышение общей дееспособности
		Специально- физическая	Развитие специальных физических качеств
		Реабилитационно- восстановительная	Восстановительные мероприятия
2	Техническая	Без предметная	Освоение техники упражнений без предмета
		Предметная	Освоение техники упражнений с предметами
3	Психологическая	Базовая	Психологическое развитие, образование и обучение
		К тренировкам	Формирование значимых мотивов и благоприятных отношений к тренировочным требованиям и нагрузкам
		К соревнованиям	Формирование состояния «боевой готовности», способности к сосредоточенности и мобилизации
4	Тактическая	Индивидуальная	Подготовка соревновательной программы, распределение сил, разработка тактики поведения
		Групповая	Подготовка, расстановка и отработка взаимодействия
		Командная	Формирование команды, определение командных и личных задач
5	Теоретическая	Лекционная, в ходе практических занятий, самостоятельная	Приобретение системы специальных знаний, необходимых для успешной деятельности
6	Соревновательная (интегральная)	Соревнования, модельные тренировки	Приобретение соревновательного опыта, повышение устойчивости к соревновательному стрессу

Методы обучения – словесный, наглядный, практический, метод помощи.

В реализации программы использую современные образовательные технологии, которые, помогают обеспечить развитие учащихся.

Технология	Обоснование выбора технологии	Методическая и практическая результативность применения
------------	----------------------------------	---

Здоровьесберегающая технология	Использование технологии обеспечивает: - сохранность здоровья учащихся при проведении занятий и во время соревнований; - создаёт благоприятные условия для развития личности каждого учащегося - приучает учащегося к ведению здорового образа жизни - формирует стойкий интерес к систематическим занятиям спортом; - профилактика вредных привычек	При планировании и проведении занятий учитываются: - возрастные особенности, - год обучения, этап обучения; - физическая нагрузка распределяется с учетом физических возможностей; - методы и приёмы, которые способствуют появлению, развитию и сохранению интереса к занятиям х/г; - врачебный контроль 2 раза в год Применение технологии способствует снижению вероятности травм на занятиях и во время соревнований, способствует снятию усталости после физической нагрузки; укреплению здоровья и формированию стойкого интереса к систематическим занятиям спортом.
Игровая технология	Использование игровой технологии в образовательном процессе позволяет сделать интересным и увлекательным не только работу учащегося на творческом уровне, но и будничные шаги по изучению нового материала по предмету, а также, - улучшить процесс запоминания и освоения упражнений; - повысить эмоциональный фон на занятиях; - развивает мышление, воображение и творческие способности; - формирует коммуникативные качества; - способствует социализации ребенка в коллективе Применение игровой технологии даёт возможность более глубокому усвоению пройденного материала.	Включение в учебный процесс игры или игровой ситуации приводит к тому, что учащиеся, увлеченные игрою, незаметно для себя приобретают определенные знания, умения и навыки. Специфическое влияние игровых приёмов и игровых элементов позволяет преодолеть у одних учащихся отставание в темпе работы на занятии, у других – замкнутость и отчуждённость в коллективе сверстников. При проведении занятий применяю следующие приемы игровой технологии: подвижные игры; спортивные игры, эстафеты с элементами гимнастики с предметами и без. Использование игровых методов в обучении формирует у детей положительное отношение к занятиям спортом

Технология разноуровневого обучения	Образовательная технология разноуровневого обучения направлена на обеспечение равных возможностей получения качественного образования всем учащимся с учётом разного уровня физической подготовки и физического развития. В основу образовательной технологии заложена идея дифференциации, так как группы комплектуется из детей разного уровня развития и неизбежно возникает необходимость индивидуального подхода при разноуровневом обучении. Цель технологии уровневого обучения: обеспечить усвоение учебного материала каждым учащимся в зоне его ближайшего развития на основе особенностей его субъектного опыта.	Применение данной технологии позволит сделать обучение каждого на уровне его возможностей и способностей, что даст каждому учащемуся возможность получить максимальные по его способностям знания и реализовать свой личностный потенциал. Данная технология позволяет сделать учебный процесс более эффективным.
---	--	---

Воспитательная работа является неотъемлемой частью учебного процесса и направлена на:

- 1) развитие личностных творческих способностей каждого ребёнка;
- 2) создание ситуации успеха для каждого учащегося;
- 3) создание условий для сплочения коллектива;
- 4) развитие умения общаться, культуры общения, умения организовать свой досуг и досуг друзей.

Массовые мероприятия в д/о проводятся в дни школьных каникул, внутри детского объединения, в ЦДТ. Продолжительность мероприятий обычно не превышает учебную нагрузку. Конкурсы, выставки, экскурсии и т.д. проводятся в течение всего учебного года по плану (см. Приложение № 3).

Работа с родителями

Основные формы работы с родителями:

- родительские собрания;
- собеседования, индивидуальные консультации;
- посещение открытых занятий;
- анкетирование.

Родители являются полноправными участниками учебно-воспитательного процесса, помощниками в организации праздников, конкурсов, экскурсий. На родительских собраниях, открытых занятиях родители знакомятся с образовательными программами, планами воспитательной работы; посещая открытые занятия - с результатами

освоения программы, творческими достижениями своих детей. Выявить удовлетворённость родителей результатами и условиями обучения позволяет анкетирование родителей.

2.3. ФОРМЫ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

Определение уровня освоения программы осуществляется в соответствии с Положением о формах, периодичности, порядке текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации МАУДО «ЦДТ».

Для определения фактического состояния образовательного уровня проводится промежуточная аттестация.

Цель промежуточной аттестации – выявление уровня развития способностей учащихся и их соответствия с прогнозируемым результатом программы. В целях определения результатов и качества освоения программы необходима система мониторинга, то есть систематического контроля уровня знаний, умений, навыков и компетентностей учащихся.

Система контроля и оценки результатов дает возможность проследить развитие каждого ребенка, выявить наиболее способных, создать условия для их развития, определить степень освоения программы и внести своевременно коррективы. Результаты диагностики качества освоения программы вносятся в протоколы промежуточной аттестации.

Этапы аттестации учащихся и текущего контроля успеваемости

Виды аттестации, сроки проведения	Цели	Содержание	Форма	Критерии
Текущий контроль успеваемости. Входящая диагностика сентябрь	Определить исходный уровень общей физической подготовленности учащихся	Оценка первичных знаний и умений по общей физической подготовке.	Сдача нормативов	Приложение № 1
Текущий контроль успеваемости декабрь	Определить уровень понимания изучаемого материала и уровень приобретенных умений и навыков	Оценка сформированности развития физических качеств	Сдача нормативов	Приложение №1
Промежуточная аттестация Апрель	Определить динамику развития физических качеств и уровень усвоения образовательной программы	Оценка знаний и умений по ОФП и СФП	Тест. Сдача нормативов	Приложение в №2

Описание контрольно-измерительных материалов программы «Шахматный этюд» 1 год обучения.

	Предмет оценивания	Формы и методы оценивания	Характеристика оценочных материалов	Показатели оценивания	Критерии оценивания	Вид аттестации
1.	Определение исходного уровня подготовки учащихся	Сдача нормативов	Оценка первичных знаний и умений по общей физической подготовке.	Выполнение контрольных упражнений	См. КИМ	Входящая диагностика Текущий контроль
2.	Уровень понимания изучаемого материала и уровень приобретенных умений и навыков	Наблюдение, сдача нормативов	Оценка сформированности развития физических качеств	- Личностные результаты - Регулятивные результаты - Познавательные результаты - Коммуникативные результаты	См. КИМ	Текущий контроль
3.	Определение уровня освоения образовательной программы	Тест. Сдача нормативов	Оценка знаний и умений по ОФП и СФП	- Теоретические знания (по основным разделам учебно-тематического плана программы) - Владение специальной терминологией - Владение игровыми навыками - координация на игровом поле	См. КИМ	Промежуточная аттестация

3. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

Нормативно – правовые документы

1. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (принят ГД ФС РФ 21.12.2012) [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://graph-kremlin.consultant.ru/page.aspx?1646176>
2. Приказ Министерства просвещения России от 27 июля 2022 г. N 629 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
3. Приказ Министерства труда и социальной защиты РФ от 22 сентября 2021 года № 652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;
4. Стратегия социально-экономического развития Республики Коми до 2035 года от 11 апреля 2019 года № 185 <https://clck.ru/TjJbM>
5. Стратегия социально-экономического развития города Сыктывкара до 2030 года от 8 июля 2011 г. № 03/2011-61 <https://clck.ru/TjJea>
6. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. № 28 «Об утверждении СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://docs.cntd.ru/document/566085656>
7. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года (утв. распоряжением Правительства РФ от 4 сентября 2014 г. N 1726-р) [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://gov.garant.ru/SESSION/PILOT/main.htm>
8. Концепция духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России. // Данилюк А.Я., Кондаков А.М., Тишков В.А. - М.: Просвещение, 2009.
9. Стратегия развития воспитания в РФ на период до 2025 года (утв. распоряжением Правительства РФ от 29 мая 2015 года №996-р) [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://government.ru/media/files/f5Z8H9tgUK5Y9qtJ0tEFnyHlBitwN4gB.pdf>
10. Приказ Министерства образования, науки и молодежной политики Республики Коми «Об утверждении правил персонифицированного финансирования дополнительного образования детей в Республике Коми» от 01.06.2018 года №214-п (с изменениями на 10 марта 2023 года);
11. Письмо Министерства образования, науки и молодежной политики Республики Коми от 27 января 2016 г. № 07-27/45 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеобразовательных - дополнительных общеразвивающих программ в Республике Коми»;
12. Устав муниципального автономного учреждения дополнительного образования «Центр детского творчества».

Список литературы для педагога

1. Андреев С. Н. Играй в мини-футбол. - М.: Сов. спорт, 1989 - 47 с.
2. Андреев С.Н., Алиев Э.Г. Мини-футбол в школе [Текст] / С.Н.

Андреев, Э.Г. Алиев. - М.: Советский спорт, 2006 - 224 с.:

3. Верхошанский Ю.В. Основы специальной физической подготовки спортсменов. - М.: ФиС, 1998 - 331 с.

4. Верхошанский Ю.В. Программирование и организация тренировочного процесса. - М.: ФиС, 2003, с. 26-83.

5. Гогунев Е.Н., Марьянов Б.И. Психология физического воспитания и спорта: Учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений. - М.: Издательский центр "Академия", 2000 - 288 с.

6. Годик М.А. Контроль тренировочных и соревновательных нагрузок. - М.: ФиС, 2001 - 136 с.

7. Головков В.В. Факторы, обеспечивающие эффективность соревновательной деятельности квалифицированных спортсменов в мини-футболе: Автореф. канд. дис. СПб. 2002 - 24 с.

8. Запорожанов В.А., Кузьмин А.И., Х. Созаньски. Комплексная система оценки перспективных возможностей юных спортсменов // Наука в олимпийском спорте. - 1999 - с.30 - 36

9. Конуров Д.М. Связь физической и тактической подготовки спортсменов в игровых видах спорта: Автореф. дис...канд.пед. наук. - М., 2002.-24с.

10. Кряж В.Н. Круговая тренировка в физическом воспитании студентов. - Минск: Высшая школа, 1999. -214с.

11. Лисенчук Г.А., Догадайло В., Колотов В. и др. Отбор и прогнозирование достижений как инструмент управления соревновательной деятельностью в футболе // Наука в олимпийском спорте. - 1998.-№1. - с.57 – 63.

12. Матвеев Л.П. Основы общей теории спорта и системы подготовки спортсменов. - К.: Олимпийская литература, 1999 - 320с.

Список литературы для учащихся

1. Мини-футбол – игра для всех. В.Л. Мутко, С.Н. Андреев, Э.Г. Алиев. – М.: Советский спорт, 2007.

2. Официальный сайт министерства спорта РФ: <http://minsport.gov.ru/>

3. Официальный сайт ассоциации мини-футбола России: <https://amfr.ru/>

4. Спорткалория. ЗОЖ глазами спортсмена: <https://sportcalorie.ru/>

4. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКИЙ КОМПЛЕКС

4.1. Календарно-тематическое планирование

№ занятия	Дата	Тема	Количество часов		
			Всего	Теория	Практика
1-2		1. Вводное занятие. Инструктаж по ТБ История мини-футбола Входящая диагностика	2	1	1
3		2.1. Виды технических приёмов	1	1	
4		2.1.1. Техника владения мячом: Ведение мяча внутренней и внешней стороной стопы (слабой и сильной ногой)	1		1
5-6		2.1.2. Техника владения мячом: Ведение мяча внутренней и внешней стороной стопы Ведение мяча подошвой (слабой и сильной ногой)	2		2
7-8		2.1.3. Техника владения мячом: Ведение мяча подошвой Ведение мяча назад подошвой (слабой и сильной ногой)	2		2
9		2.1.4. Техника владения мячом: ведение мяча подошвой, внешней и внутренней стороной стопы (слабой и сильной ногой)	1		1
10		2.2.1. Техника удара по мячу: удар внутренней стороной стопы и с подъёма	1		1
11		2.1.5. Техника владения мячом: ведение мяча назад подошвой (слабой и сильной ногой)	1		1
12		2.2.2. техника удара по мячу: удар внутренней стороной стопы и с подъёма удар низом (слабой и сильной ногой)	1		1
13-14		2.3.1. Техника передачи и остановки мяча: остановка мяча подошвой, передача внутренней стороной стопы (слабой и сильной ногой) передача в одно касание	2		2
15		3.1. Тактическая подготовка: Амплуа футболистов и их функции Расположение игроков в защите	1	1	

		закрывание игроков при защите			
16		6.1 Развитие физических качеств: упражнения на силу и быстроту.	1		1
17-18		3.2. Тактическая подготовка: Расположение игроков в атаке Открывание игроков при атаке	2	1	1
19-20		4.1. Правила игры: основные правила в мини-футболе	2	2	
21		6.2. Развитие физических качеств: упражнения на выносливость, гибкость	1		1
22		5.1. Учебные и тренировочные игры: отработка изученных технико-тактических действий в игре мини-футбол	1		1
23-24		2.1.6. Техника владения мячом: ложные, обманные движения (дриблинг)	2		2
25		2.2.3. Техника удара по мячу: удар в одно касание после передачи (слабой и сильной ногой)	1		1
26		2.3.2 Техника передачи и остановки мяча: остановка мяча подошвой, передача внутренней стороной стопы (слабой и сильной ногой) передача в одно касание	1		1
27-28		2.4.1. Вратарские навыки: Выбор позиции Отбивание мяча Прыжки на мяч Положение тела во время ударов	2		2
29		3.3. Тактическая подготовка: Расположение игроков в защите закрывание игроков при защите	1		1
30		5.2. Учебные и тренировочные игры: отработка изученных технико-тактических действий в игре мини-футбол	1		1
31		2.1.7. Техника владения мячом: способы укрывания мяча корпусом	1		1
32		6.3. Развитие физических	1		1

		качеств: упражнения на выносливость, ловкость и быстроту.			
33		2.2.4 Техника удара по мячу: удары после ведения (обыгрыша) удары головой	1		1
34		2.3.3. Техника передачи и остановки мяча: остановка мяча грудью, коленом	1		1
35		3.4. Тактическая подготовка: Расположение игроков в атаке открывание игроков при атаке	1		1
36		5.3. Учебные и тренировочные игры: отработка изученных технико-тактических действий в игре мини-футбол	1		1
37		2.4.2. Вратарские навыки: выбор позиции отбивание мяча прыжки на мяч положение тела во время ударов	1		1
38		6.4. Развитие физических качеств: упражнения на выносливость, ловкость и быстроту.	1		1
39		2.1.8. техника владения мячом: ведение мяча подошвой, внешней и внутренней стороной стопы (слабой и сильной ногой)	1		1
40		2.2.5. Техника удара по мячу: удар в одно касание после передачи удары головой	1		1
41		2.3.4. Техника передачи и остановки мяча: остановка внутренней стороной стопы, передача передача головой	1		1
42		3.5. Тактическая подготовка: закрывание игроков при защите расположение игроков в защите	1		1
43		5.4. Учебные и тренировочные игры: отработка изученных технико-тактических действий в игре мини-футбол	1		1

44		6.5. Развитие физических качеств: Упражнения на силу, гибкость	1		1
45		2.1.9. техника владения мячом: ведение мяча назад подошвой (слабой и сильной ногой) ложные, обманные движения (финты)	1		1
46		2.2.6. Техника удара по мячу: удар с подъёма удар внутренней стороной стопы удар низом	1		1
47		2.3.5. Техника передачи и остановки мяча: Передача в одно касание Передача верхом	1		1
48		3.6. Тактическая подготовка: открывание игроков при атаке расположение игроков в атаке	1		1
49		2.1.10. техника владения мячом: Способы укрывания мяча корпусом Ведение мяча внешней стороной стопы	1		1
50		5.5. Учебные и тренировочные игры: отработка изученных технико-тактических действий в игре мини-футбол	1		1
51-52		6.6. Развитие физических качеств: упражнения на силу, выносливость, гибкость, ловкость и быстроту	2		2
53		2.1.11. техника владения мячом: ведение мяча назад подошвой (слабой и сильной ногой) ложные, обманные движения (финты)	1		1
54		2.2.7. Техника удара по мячу: Удар в одно касание после передачи удары после ведения (обыгрыша)	1		1
55		2.3.6. Техника передачи и остановки мяча: Остановка мяча грудью, коленом Передача головой	1		1
56		2.4.3 Вратарские навыки: - выбор позиции	1		1

		- отбивание мяча - прыжки на мяч - положение тела во время ударов			
57-58		5.6. Учебные и тренировочные игры: отработка изученных технико-тактических действий в игре мини-футбол	2		2
59-60		6.7. Развитие физических качеств: упражнения на выносливость и быстроту	2		2
61-62		2.1.12. техника владения мячом: чеканка мяча, изучение особых приёмов (финтов)	2	1	1
63-64		5.7. Учебные и тренировочные игры: отработка изученных технико-тактических действий в игре мини-футбол	2		2
65-66		2.2.8. Техника удара по мячу: удар в одно касание после передачи, удары головой	2		2
67-68		2.3.7. Техника передачи и остановки мяча: Остановка мяча в движении, остановка мяча грудью, коленом	2	1	1
69-70		2.1.13 техника владения мячом: Изучение особых приёмов (финтов). Ложные, обманные движения (дриблинг)	2	1	1
71-72		4.2. Правила игры: Основные правила игры	2	2	
73-74		5.8. Учебные и тренировочные игры: отработка изученных технико-тактических действий в игре мини-футбол	2		2
75-76		6.8. Развитие физических качеств: упражнения на силу, гибкость	2		2

77-78		2.2.8. Техника удара по мячу: удар с подъёма, удар внутренней стороной стопы, удар низом	2		2
79-80		2.3.8. Техника передачи и остановки мяча: передача в одно касание передача верхом остановка внутренней стороной стопы	2		2
81-82		2.4.4. Вратарские навыки: - выбор позиции - отбивание мяча - прыжки на мяч - положение тела во время ударов	2		2
83-84		3.7. Тактическая подготовка: открывание игроков при атаке расположение игроков в атаке	2	1	1
85-86		5.9. Учебные и тренировочные игры: отработка изученных технико- тактических действий в игре мини-футбол			
87-88		6.8. Развитие физических качеств: упражнения на быстроту, выносливость, ловкость	2		2
89-90		3.8. Тактическая подготовка: закрывание игроков при защите расположение игроков в защите	2	1	1
91-92		2.3.9. Техника передачи и остановки мяча: передача в одно касание остановка мяча грудью, коленом остановка мяча в движении	2		2
93-94		2.2.9. Техника удара по мячу: удары с лёта, удар в одно касание после передачи, удар с подъёма	2		2
95-96		5.10. Учебные и тренировочные игры: отработка изученных технико- тактических действий в игре мини-футбол	2		2
97-98		6.9. Развитие физических качеств: упражнения на силу, гибкость	2		2

99-100		2.1.14. техника владения мячом: Изучение особых приёмов (финтов). Ложные, обманные движения (дриблинг)	2		2
101-102		2.1.15. техника владения мячом: Чеканка мяча, способы укрывания мяча корпусом, ведение мяча подошвой	2		2
103-104		3.9. Тактическая подготовка: закрывание игроков при защите расположение игроков в защите	2	1	1
105-106		5.11. Учебные и тренировочные игры: отработка изученных технико- тактических действий в игре мини-футбол	2		2
107-108		6.10. Развитие физических качеств: упражнения на быстроту, выносливость, ловкость	2		2
109-110		7. Промежуточная аттестация: Тест, нормативы	2	1	1
111-112		2.3.10. Техника передачи и остановки мяча: передача верхом, остановка внутренней стороной стопы, остановка мяча грудью, коленом.	2		2
113-114		3.10. Тактическая подготовка: открывание игроков при атаке расположение игроков в атаке	2	1	1
115-116		5.12. Учебные и тренировочные игры: отработка изученных технико- тактических действий в игре мини-футбол	2		2
117-118		3.11. Тактическая подготовка: открывание игроков при защите расположение игроков в защите	2		2
119-120		2.1.16. техника владения мячом: ведение мяча подошвой, внешней и внутренней стороной стопы (слабой и сильной ногой) ведение мяча назад подошвой (слабой и сильной ногой)	2		2
121-122		2.2.10. Техника удара по мячу: удары с лёта, удар в одно касание после передачи, удар с подъёма	2		2

123-124		2.3.11. Техника передачи и остановки мяча: передача в одно касание передача верхом остановка внутренней стороной стопы передача головой	2		2
125-126		5.13. Учебные и тренировочные игры: отработка изученных технико-тактических действий в игре мини-футбол	2		2
127		6.11. Развитие физических качеств: упражнения на быстроту, выносливость, ловкость	1		1
128		2.1.17. техника владения мячом: ведение мяча подошвой, внешней и внутренней стороной стопы (слабой и сильной ногой) ведение мяча назад подошвой (слабой и сильной ногой)	1		1
129-130		3.12. Тактическая подготовка: открывание игроков при атаке расположение игроков в атаке	2	1	1
131-132		5.13. Учебные и тренировочные игры: отработка изученных технико-тактических действий в игре мини-футбол	2		2
133-134		2.2.11. Техника удара по мячу: удар в одно касание после передачи удары слабой ногой удары после ведения (обыгрыша)	2		2
135-136		2.2.11. Техника удара по мячу: удар с подъёма удар внутренней стороной стопы удар низом	2		2
137		3.13. Тактическая подготовка: открывание игроков при атаке расположение игроков в атаке	1		1
138		5.13. Учебные и тренировочные игры: отработка изученных технико-тактических действий в игре мини-футбол	1		1

139-140		5.13. Учебные и тренировочные игры: отработка изученных технико-тактических действий в игре мини-футбол	2		2
141-142		2. Техническая подготовка: Сдача нормативов	2		2
143-144		6. Развитие физических качеств: Сдача нормативов	2		2
Итого			144	18	126

Контрольно-измерительные материалы

Форма входящей диагностики: сдача нормативов.

Контрольные нормативы для определения уровня ОФП

№ п/п	Контрольные упражнения	Мальчики						Девочки					
		(7 -8 лет)			(9 - 10 лет)			(7 -8 лет)			(9 - 10 лет)		
		3 балла	2 балла	1 балл	3 балла	2 балла	1 балл	3 балла	2 балла	1 балл	3 балла	2 балла	1 балл
1.	Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, кол-во раз.	17	10	7	22	13	10	11	6	4	13	7	5
2.	Наклон вперёд из положения, стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи – см.)	+7	+3	+1	+8	+4	+2	+9	+5	+3	+11	+5	+3
3.	Поднимание туловища из положения, лёжа на спине, кол-во раз за 1 мин.	35	24	21	42	32	27	30	21	18	36	27	24
4.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами, см.	140	120	110	160	140	130	135	115	105	150	130	120
5.	Челночный бег 3х10м, сек.	9,2	10,0	10,3	8,5	9,3	9,6	9,5	10,4	10,6	8,7	9,5	9,9

Диагностика ОФП (уровень освоения):

Высокий – 11 -15 баллов

Средний – 6–10 баллов

Низкий – 0 - 5 баллов

Нормативы по технической подготовке

На каждый тест даётся 3 попытки

1. Удар подъёмом по воротам с разбега

2 балла – удар выполнен качественно и точно

1 балл – удар выполнен качественно, но не точно

0 баллов – удар выполнен некачественно и не точно

2. Удар по воротам в одно касание после паса

2 балла – удар выполнен качественно и точно

1 балл – удар выполнен качественно, но не точно

0 баллов – удар выполнен некачественно и не точно

3. Выполнение змейки с мячом

2 балла – змейка выполнена качественно, конусы не задеты, с хорошей скоростью

1 балл – змейка выполнена качественно, конусы не задеты, медленно

0 баллов – плохое ведение мяча, неуверенно

4. Быстрое ведение зигзагом

2 балла – чёткое, быстрое ведение, без потери мяча

1 балл – без потери мяча, но медленное выполнение

0 баллов – мяч был потерян

5. Передача мяча между конусами (фишками)

1 балл – соблюдается техника передачи мяча, мяч прошёл чётко между конусами (фишками)

0 баллов – передача неточная, без техники

6. Приём мяча подошвой, грудью, бедром

2 балла – остановки мяча без ошибок, технично

1 балл – частичное выполнение теста

0 баллов – тест провален

Оценка уровня подготовки:

9-11 баллов – высокий уровень подготовки

7-8 баллов – средний уровень подготовки

Менее 7 – низкий уровень подготовки

Форма промежуточной аттестации: сдача нормативов, тест.

Тест

1. Сколько игроков в одной команде играет в мини-футбол?

А) 7.

Б) 6.

В) 5.

2. Где обозначается отметка для пробития мини-футбольного пенальти?

А) (в 6 м. от ворот).

Б) (в 7 м. от ворот).

В) (в 12м. от ворот).

3. Засчитывается ли гол, забитый в ворота непосредственно с углового удара?

А) Да.

Б) Нет

В) Если мяч ни коснулся вратаря

4. Что означает желтая карточка, предъявленная судьей?

А) Замена игрока.

Б) Предупреждение.

В) Перерыв.

5. Продолжительность футбольного матча?

- А) 2 x25.
- Б) 4 x10.
- В) 2 x30.

6. Что означает красная карточка, предъявленная судьей?

- А) Тайм-аут.
- Б) Предупреждение.
- В) Удаление.

7. Разрешается ли в спортивном зале играть в мини-футбол в бутсах с шипами?

- А) Нет
- Б) Да
- В) По усмотрению судьи

8. Как наказывается команда за подножку сопернику в своей штрафной площади?

- А) Назначается 6 метровый пенальти
- Б) Назначается свободный удар
- В) Удаление игрока нарушившего правила

9. Что означает жест судьи «Поднятая вверх рука»?

- А) Мяч забит
- Б) Свободный удар
- В) Мяч не засчитан

10. Засчитывается ли гол, забитый в ворота соперников непосредственно со свободного удара?

- А) Нет
- Б) Да
- В) Может засчитаться по усмотрению судьи

11. Засчитывается ли гол, забитый в ворота соперников непосредственно со штрафного удара?

- А) Да
- Б) Нет
- В) Может засчитаться по усмотрению судьи

12. Как наказывается игрок за опасную игру?

- А) Назначается свободный удар в сторону провинившейся команды
- Б) Назначается штрафной удар в сторону провинившейся команды
- В) Устное предупреждение судьей

13. Как наказывается игрок за опасное нападение на соперника за пределами своей штрафной площади?

- А) Назначается свободный удар в сторону провинившейся команды
- Б) Назначается штрафной удар в сторону провинившейся команды
- В) Устное предупреждение судьей

14. Имеет ли право вратарь поменяться местами с каким-либо полевым игроком своей команды?

- А) Да
- Б) Нет

В) Только если вратарь команды травмировался

15. Фиксируется ли в мини-футболе положение «вне игры»?

А) Да

Б) Нет

В) Может если одна из команд играет в меньшем составе

16. Разрешается ли в мини-футболе с помощью подката осуществлять отбор мяча у соперника?

А) Да

Б) Нет

В) Можно если мяч на стороне соперника

17. Если при угловом ударе мяч попадает в стойку ворот и вновь отскакивает к бьющему игроку, имеет ли он право второй раз подряд касаться мяча?

А) Да

Б) Нет

В) Может, если он будет отдавать передачу, а не бить по воротам соперника

Ответы на вопросы

№ вопроса	Буква ответа
1	в
2	а
3	а
4	б
5	а
6	в
7	а
8	а
9	б
10	а
11	а
12	а
13	б
14	а
15	б
16	б
17	б

Оценка знаний: высокий, средний, низкий уровень

13-17 – высокий уровень знаний о мини-футболе

9-12 – средний уровень знаний о мини-футболе

Менее 9 – низкий уровень знаний о мини-футболе

Протокол промежуточной аттестации

Д/о _____ № группы, год обучения _____
за _____ учебный год

Вид контроля _____ Дата _____

Ф.И.О. педагога _____

Тема или содержание контроля _____

Форма оценки результатов _____

(«зачет», « незачет», балльная система- 3-х, 5-ти, и т.д.)

№	Ф.И. обучающегося	Год обучения	Темы (содержание) контроля				Итоговая сумма баллов	Уровень освоения программы «В», «С», «Н»

Высокий уровень - _____ чел., _____ %

Средний уровень - _____ чел., _____ %

Низкий уровень - _____ чел., _____ %

Оставлены на повторное обучение - _____ человек.

Переведены на _____ год обучения - _____ человек. Окончили обучение по программе - _____ человек.

ПДО _____/_____/

(подпись)

(Ф.И.О.)

Приложение 3

План мероприятий по реализации программы воспитания, социализации и творческого развития учащихся МАУДО «ЦДТ»

Направления	Название мероприятия	Сроки
ЛИДЕР (мероприятия по развитию детских объединений, профориентационная деятельность)	Оформление информационного стенда. Пополнение портфолио достижений учащихся «Все работы хороши (беседы о профессиях). Шахматные турниры Проведение викторин, решение ребусов, разгадывание загадок.	Сентябрь В течение года Май В течение года
ЗДОРОВОЕ ПОКОЛЕНИЕ (формирование представления о ЗОЖ, установок на сохранение и укрепление собственного здоровья)	Беседы в д/о, выставки рисунков, плакатов: - «Нет терроризму» - «Мы за здоровый образ жизни» - проведение физкультминуток - Участие во флешмобах, акциях ЦДТ	Сентябрь Октябрь На занятии В течение года
АЗБУКА БЕЗОПАСНОСТИ (формирование представлений о безопасном поведении в быту, на отдыхе, на улице, развитие установок на безопасный образ жизни)	Беседы в д/о - «Безопасность на дорогах» - «Осторожно, тонкий лед» - «Осторожно, пиротехника»	Сентябрь-май Ноябрь-март Декабрь
ДОБРОЕ СЕРДЦЕ (социально-значимая, волонтерская деятельность, мероприятия для детей с ОВЗ)	Благотворительная акция «Портфель другу» Участие в социально-значимых акциях	Сентябрь В течение года
СЕМЕЙНЫЙ ОЧАГ (семейные праздники, детско-родительские мероприятия)	Родительские собрания Поздравительные открытки ко Дню матери, 23 февраля, 8 марта Участие родителей при подготовке к турнирам. Участие родителей при подготовке к семейным конкурсам, конкурсам исследовательских работ.	Сентябрь Ноябрь-Март По плану
ГРАЖДАНИН РОССИИ (мероприятия по гражданско-патриотическому, этнокультурному, экологическому воспитанию)	Беседа «Как встречают Новый год в разных странах». Игра «Поле чудес». Тема: «Моя Республика». Конкурсно-игровая программа «А ну-ка, мальчишки!». Беседа «Наша Армия». Рассказы о детях-участниках в ВОВ. Конкурсно-игровая программа «Вперёд, мальчишки!»	Декабрь Январь Февраль Май

БУДУЩЕЕ В НАСТОЯЩЕМ (мероприятия по профилактике безнадзорности, правонарушений и преступлений)	Беседа по правам ребенка Участие во встречах с представителями ОПДН, ГИБДД, ГИМС. - Участие в различных акциях по профилактике правонарушений, БДД, ППБ и других мероприятиях	Ноябрь По плану По плану
ЗЕЛЁНАЯ ПЛАНЕТА (мероприятия по формированию ценностного отношения к природе, первоначальных навыков природоохранительной деятельности)	Участие в экологических конкурсах ЦДТ, онлайн - викторинах по экологии, природе	В течение года

План работы с родителями детского объединения

№	Название мероприятия	Сроки проведения
1	Организационное родительское собрание. Итоговое родительское собрание с организацией выставки работ учащихся.	сентябрь май
2	Вовлечение родителей в деятельность по оформлению сертификатов учащимся.	сентябрь
3	Участие родительского комитета в общей родительской конференции МАУДО «ЦДТ»	сентябрь
4	Заседание родительского комитета:	Сентябрь декабрь
5	Индивидуальные собеседования.	по необходимости
6	Приглашение родителей на концерты, выставки, соревнования	в течение года
7	Участие при подготовке к шахматным турнирам.	Март
8	Вовлечение родителей в исследовательскую и проектную деятельность, участие в акциях, конкурсах МАУДО «ЦДТ».	по плану
9	Анкетирование родителей	февраль