Муниципальное учреждение
«Отдел образования Шелковского муниципального района»
Муниципальное бюджетное образовательное учреждение
«Старогладовская средняя общеобразовательная школа»

Принята решением
Педагогического совета
Протокол № 1
от «28» августа 2026г.

Утверждена приказом № 84
от «11» сентября 2026г.
Директор МБОУ «Старогладовская СОШ»
_____ М.Х. Загибов

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 00AA86794A457A9656D203C4DB8131090F
Владелец: Загибов Масхуд Хасуевич
Действителен: с 10.09.2026 до 04.12.2027

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
«Золотой мяч»
Направленность программы: физкультурно-спортивная.
Уровень-базовый.

Возрастная категория участников: 10-13 лет
Срок реализации: 1 год.

Составитель:

Загибов Ислам Масхудович
педагог дополнительного образования
МБОУ «Старогладовская СОШ»

ст. Старогладовская
2026г

Программа прошла внутреннюю экспертизу и рекомендована к реализации в Муниципальном бюджетном образовательном учреждении «Старогладовская СОШ».

Экспертное заключение (рецензия) №_____от «29» 08 2026 г.

Эксперт зам. директора по ВР: Алобова ХХ

(Ф.И.О. должность)

Содержание

Раздел №1 Комплекс основных характеристик программы.
1.1. Нормативно правовая база к разработке программы.
1.2. Направленность программы.
1.3. Актуальность программы.
1.4. Отличительные особенности.
1.5. Цели и задачи программы.
1.6. Категория учащихся.
1.7. Сроки реализации и объем программы.
1.8. Формы организации образовательной деятельности и режим занятий.
1.9. Планируемые результаты освоения программы.
Раздел №2. Содержание программы.
2.1. Учебный (тематический план).
2.2. Содержание учебного плана.
Раздел 3. Формы аттестации и оценочные материалы.
Раздел 4. Комплекс организационно- педагогических условий.
4.1. Материально технические условия.
4.2. Кадровое обеспечение программы.
4.3. Методическое оснащение программы.
Приложение №1 «Календарно-тематическое планирование».
Приложение №2 «Общие правила техники безопасности».

Раздел 1. Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы:

1.1. Нормативно-правовые основы разработки дополнительных общеобразовательных программ.

1. Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (далее – ФЗ № 273).
2. Приказ Министерства просвещения РФ от 9 ноября 2018 г. N 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (далее – приказ № 196).
3. Приказ Минпросвещения России от 03.09.2019 N 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей».
4. 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".
5. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017 г. № 816 "Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ".

1.2. Направленность программы.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Золотой мяч» имеет физкультурно-спортивную направленность. И ориентирована на развитие всех необходимых для здорового образа жизни качеств (выносливость, быстрота, сила, координация движений, ловкость, точность, прыгучесть и др.), а также формирование личных качества ребенка (общительность, воля, целеустремленность, умение работать в команде).

1.3. Актуальность программы. За последнее десятилетие у взрослого и детского населения России значительно понижаются показатели критериев здоровья, мотивации здорового образа жизни, пристрастие к вредным привычкам и наркотическим веществам. Поэтому вовлечение и привитие мотивации к здоровому образу жизни необходимо начинать с младшего школьного возраста. Именно это и обусловило актуальность данной программы. В результате занятий по мини-футболу в скором времени улучшается физическая форма, во время тренировок укрепляется здоровье. Кроме того, мини-футбол становится одним из популярных видов спорта, вошел в программу юношеских Олимпийских игр, активно развивается в мире, и для достижение высоких спортивных результатов начинать тренировки нужно в детском возрасте. Чем раньше спортсмен начнёт овладевать техникой и приёмами, тем большего мастерства и высот он достигнет в этом виде спорта.

1.4. Отличительные особенности.

Отличительная особенность данной программы заключаются в том, что она составлена для детей младшего возраста. Модифицирована на основе программы «**Мини-футбол**» автора /разработчика: **Щёголева Ю.А.** Программа даёт возможность обучающимся проявить себя в практической деятельности.

1.5. Цель и задачи программы: приобщить детей к систематическим занятиям физической культурой и спортом, к здоровому образу жизни. Развить и совершенствовать физические качества и двигательные способности, посредством занятий мини-футболом.

Задачи:

Обучающие:

-привить интерес к систематическим занятиям футболом и мини-футболом;
-обучить играть в мини-футбол в соответствии с правилами мини-футбола;
- обучить основам индивидуальных, групповых и командных тактик игры в мини-футбол.

Развивающие:

- развить и совершенствовать у обучающихся основных физических качеств – выносливости, координации движений, скоростно-силовых качеств,
- сформировать различные двигательные навыки;
- улучшить манёвренность и подвижность в играх.

Воспитательные:

- воспитать эстетический вкус, трудолюбие;
- воспитать уважительное отношение к труду;
- привить любовь к мини-футболу.

1.6. Категория учащихся.

Программа рассчитана на обучающихся от 8- 12лет.

1.7. Сроки реализации и объем программы.

Программа рассчитана на 1 год. Объём программы 144ч.

1.8. Формы организации образовательной деятельности и режим занятий. (очная)

Групповая, индивидуальная.

Программа предусматривает распределение учебно – тренировочного материала для занятий по мини-футболу на 144 часа и направлена на доступный для детей данного возраста уровень освоения навыков и умений игры в мини-футбол.
Практические занятия по ***физической, технической и тактической*** подготовке проводятся в форме игровых занятий по общепринятой методике.
Предусмотрены задания на дом для самостоятельного совершенствования физических качеств и индивидуальной техники владения мячом. Большинство практических занятий следует проводить на открытом воздухе.
Изучение **теоретического** материала осуществляется в форме 15 – 20-минутных

бесед, которые проводятся, как правило, в начале занятий (как часть комплексного занятия). Позже длительность беседы может быть увеличена до 30 минут или проведено самостоятельное теоретическое занятие длительностью до 45 минут. Основными формами обучения игры в мини-футбол, являются: групповые занятия, которые отвечают характеру игры в мини-футбол, предусматривают повышенное требование взаимодействия между игроками, необходимость решения коллективных задач, а также тестирование, участие в соревнованиях и инструкторская и судейская практика.

В групповых занятиях занимающиеся выполняют задание при различных методах организации: фронтальном, в подгруппах, индивидуальном.

Формы проведения занятий: разучивание материала, практические занятия, закрепление навыков, полученных на занятиях:

1. Практические занятия в зале, на спортивной площадке;
2. Кроссовая подготовка
3. Силовая подготовка
4. Тренировочные школьные и районные соревнования;
5. Подвижные игры;
6. Эстафеты.

Режим занятий: группа базового уровня 2 раза в неделю по 2 часа.

1.9. Планируемые результаты;

Предметные:
По итогам обучения по программе обучающиеся будут знать/уметь:
-будет сформирован устойчивый интерес к занятиям спортом;
- владеть игровыми ситуациями на поле;
- уметь владеть техникой передвижений, остановок, поворотов, а также техникой ударов по воротам.

Метапредметные:
По итогам обучения по программе обучающиеся будут уметь:
- будут владеть в совершенстве физическими качествами (выносливость, координации движений, скоростно- силовые качествами);
-владеть различными двигательными навыками.
Личностные:
У обучающихся будут сформированы:
-эстетический вкус, трудолюбие;
- уважительное отношение к труду;
-любовь к мини-футболу.

Раздел 2. Содержание программы

2.1. Учебный (тематический) план.

Содержание занятий	Период				Формы промежуточной аттестации
	Всего часов	Осень	Зима	Весна	
1. Теоретические занятия	**3**	**1**	**1**	**1**	Опрос, Тест, Регулярность посещения
Правила игры в футбол и мини-футбол	3	1	1	1	Опрос
2. Практические занятия	**61**	**21**	**20**	**20**	Сдача норматива по ОФП
Общая физическая подготовка	15	5	5	5	Наблюдение
Специальная физическая подготовка	15	5	5	5	зачет
Тактическая подготовка	11	4	4	5	Контрольные испытания
Техническая подготовка	20	7	6	7	Наблюдение
3. Соревнования	**8**	**3**	**2**	**3**	Учебно-методическое обеспечение.
Контрольные нормативы	2	1	-	1	зачет
Контрольные игры и соревнования	6	2	2	2	зачет

ВСЕГО:	**72**	**25**	**23**	**24**	

2.2. Содержание учебного плана.

Тема №1. Вводное занятие. (2ч.)
Техника безопасности. гигиенические навыки, правила игры, организация и проведение соревнований по футболу и мини-футболу
Теория. Знакомство с группой. Ознакомление обучающихся с целями и задачами программы. Инструктаж по технике безопасности. Дня юного спортсмена. Спортивная форма для занятий мини-футболом. Выбор капитана. История развития мини-футбола.
Практика. Ведение мяча серединой подъема
Тема №2. (2ч.)
Теория. Познакомить техникой работы с мячом
Практика. Техника передвижений футболиста.
Тема №3. (2ч.)
Теория. Гигиена. Режим дня.
Практика. Удары по мячу головой с места
Тема №4. (2ч.)
Теория. Понятия «Упражнение и система упражнений общей физической подготовки». К
Практика. Жонглирование мячом в воздухе, чередуя удары различными частями стопы
Тема №5. (2ч.)
Теория. Гигиена сна, питание.
Практика. Передачи мяча внутренней стороной стопы
Тема №6. (2ч.)
Теория. Гигиенические требования к инвентарю.
Практика. Остановка мяча внутренней стороной стопы
Тема №7. (2ч.)
Теория. Сведения об использовании естественных факторов природы и закаливание организма.
Практика. Остановка подошвой и передачи мяча после остановки
Тема №8. (2ч.)
Теория.
Практика. Ведение мяча с изменением направление движения.
Тема №9. (2ч.)
Теория. Меры профилактики.
Практика. Удары внутренней частью подъема по неподвижному и катящемуся мячам.
Тема №10. (2ч.)

Теория. Массаж и самомассаж.
Практика. Передачи мяча внутренней стороной стопы на ход открывшемуся игроку.
Тема №11. (2ч.)
Теория. Общие сведения и мышечном и периферическом массаже
Практика. Челночный бег с ведением мяча 5х10м
Тема №12. (2ч.)
Теория. Самоконтроль, предупреждение травматизма.
Практика. Удары внутренней и внешней частями подъема по прыгающему и летящему мячам
Тема №13. (2ч.)
Теория. Зависимость появления травм от неправильного отношения к гигиеническим требованиям.
Практика. Правила игры в мини-футбол: 4 сек. Ввод мяча вратарем.
Тема №14. (2ч.)
Теория. Достижения и успехи российских и зарубежных спортсменов.
Практика. Ведение мяча между стоек.
Тема №15. (2ч.)
Теория. Характеристика игры.
Практика. Отбор мяча у соперника накладыванием стопы на мяч
Тема №16. (2ч.)
Теория. Инвентарь и уход за ним.
Практика. Перехват мяча, передаваемого опекаемому «противнику».
Тема №17. (2ч.)
Теория. Сведения о необходимом инвентаре и оборудовании для занятий футболом, о правильном хранении и уходе за ним.
Практика. Взаимодействие защитника и вратаря
Тема №18. (2ч.)
Теория. Влияние занятий футболом на организм детей.
Практика. Жонглирование мячом в воздухе, чередуя удары различными частями стопы, бедром, головой.
Тема №19. (2ч.)
Теория. Правила игры в футболе.
Практика. Тактика вратаря: вбрасывание мяча открывшемуся партнеру.
Тема №20. (2ч.)
Теория. Функции игроков, правила, расстановка.
Практика. Ведение между стоек и движущихся партнеров, изменяя скорость движения.
Тема №21. (2ч.)
Теория. Тактика игры вратаря.
Практика. Ведение серединой подъема, носком и внутренней стороной стопы.
Тема №22. (2ч.)
Теория.
Практика. Тактика игры вратаря: вбрасывание мяча партнеру.
Тема №23. (2ч.)
Теория.

Практика. Остановка опускающегося мяча бедром, грудью, лбом.
Тема №24. (2ч.)
Теория.
Практика. Остановка катящихся и летящих с различной скоростью мячей с 7-10м.
Тема №25. (2ч.)
Теория.
Практика. Остановка катящихся и летящих с различной скоростью мячей с 7-10м.

Тема №26. (2ч.)
Теория. Правила игры в мини-футбол.
Практика. Правила игры в мини-футбол. Удары на точность в ворота внутренней стороной стопы
Тема №27. (2ч.)
Теория.
Практика. Персональная опека и комбинированная оборона.
Тема №28. (2ч.)
Теория.
Практика. Отбор мяча у соперника при единоборстве перехватом.
Тема №29. (2ч.)
Теория.
Практика. Удары по мячу головой на месте на точность
Тема №30. (2ч.)
Теория.
Практика. Ведение мяча по прямой, выполняя ускорения и остановку
Тема №31. (2ч.)
Теория.
Практика. Остановка мячей, летящих с различной скоростью и траекторией
Тема №32. (2ч.)
Теория.
Практика. Групповые действия защитников.
Тема №33. (2ч.)
Теория.
Практика. Зонная защита игроков
Тема №34. (2ч.)
Теория.
Практика. Удары по мячу после ведения на точность в цель
Тема №35. (2ч.)
Теория.
Практика. Передачи мяча в парах в движении
Тема №36. (2ч.)
Теория.
Практика. Передачи мяча в тройках в движении
Тема №37. (2ч.)
Теория.
Практика. Розыгрыш штрафного удара около ворот соперника

Тема №38. (2ч.)
Теория.
Практика. Взаимодействие игроков и вратаря в защите.
Тема №39. (2ч.)
Теория.
Практика. Игра вратаря и защитников в обороне
Тема №40. (2ч.)
Теория.
Практика. Остановка опускающегося мяча с поворотом на 90°
Тема №41. (2ч.)
Теория.
Практика. Ведение мяча между движущихся партнеров
Тема №42. (2ч.)
Теория.
Практика. Ведение мяча между движущихся партнеров
Тема №43. (2ч.)
Теория.
Практика. Скоростно-силовая подготовка футболиста.Челночный бег
Тема №44. (2ч.)
Теория.
Практика. Личная защита игрока
Тема №45. (2ч.)
Теория. ОФП футболиста.
Практика. Соревнования по мини-футболу.
Тема №46. (2ч.)
Теория.
Практика. Розыгрыш стандартных положений. (аута, от ворот, угловой удар в мини-футболе)

Тема №47. (2ч.)
Теория.
Практика. Атака со сменой мест через центр

Тема №48. (2ч.)
Теория.
Практика. Вбрасывание мяча открывшемуся партнеру на ход движения
Тема №49. (2ч.)
Теория.
Практика. Комбинированное построение защиты
Тема №50. (2ч.)
Теория.
Практика.Удары по мячу с полулета
Тема №51. (2ч.)
Теория.
Практика. Передачи мяча в заданный коридор.
Тема №52. (2ч.)
Теория.

Практика. Тактические комбинации при выполнении стандартных положений.

Тема №53. (2ч.)
Теория.
Практика.Организация построения «стенки» при пробитии штрафного и свободного ударов вблизи своих ворот.

Тема №54. (2ч.)
Теория.
Практика. Остановка опускающегося мяча бедром и грудью.
Тема №55. (2ч.)
Теория.
Практика. Атака со сменой мест и без смены мест флангом
Тема №56. (2ч.)
Теория.
Практика. Ложное движение туловища в одну сторону – рывок с мячом в другую сторону.

Тема №57. (2ч.)
Теория.
Практика. Тактические действия в нападении на своем игровом месте

Тема №58. (2ч.)
Теория. Основы знаний по ОФП и СФП.
Практика.
Тема №59. (2ч.)
Теория.
Практика. Удары низом и верхом, вперед, в стороны и назад (по ходу полета мяча), посылая мяч на короткое и среднее расстояние
Тема №60. (2ч.)
Теория.
Практика. Взаимодействия с партнерами при равном соотношении защитников соперника, используя короткие и средние передачи.
Тема №61. (2ч.)
Теория.
Практика. Взаимодействия с партнерами при численном превосходстве защитников соперника, используя короткие и средние передачи.
Тема №62. (2ч.)
Теория.
Практика. Групповые взаимодействия с партнером во время атаки при численном преимуществе над защитниками 4:3, 3:2, 2:1.
Тема №63. (2ч.)
Теория.
Практика. Подстраховка и помощь партнеру.
Тема №64. (2ч.)
Теория.

Практика. Тактические комбинации при выполнении стандартных положений.

Тема №53. (2ч.)
Теория.
Практика.Организация построения «стенки» при пробитии штрафного и свободного ударов вблизи своих ворот.

Тема №54. (2ч.)
Теория.
Практика. Остановка опускающегося мяча бедром и грудью.
Тема №55. (2ч.)
Теория.
Практика. Атака со сменой мест и без смены мест флангом
Тема №56. (2ч.)
Теория.
Практика. Ложное движение туловища в одну сторону – рывок с мячом в другую сторону.

Тема №57. (2ч.)
Теория.
Практика. Тактические действия в нападении на своем игровом месте

Тема №58. (2ч.)
Теория. Основы знаний по ОФП и СФП.
Практика.
Тема №59. (2ч.)
Теория.
Практика. Удары низом и верхом, вперед, в стороны и назад (по ходу полета мяча), посылая мяч на короткое и среднее расстояние
Тема №60. (2ч.)
Теория.
Практика. Взаимодействия с партнерами при равном соотношении защитников соперника, используя короткие и средние передачи.
Тема №61. (2ч.)
Теория.
Практика. Взаимодействия с партнерами при численном превосходстве защитников соперника, используя короткие и средние передачи.
Тема №62. (2ч.)
Теория.
Практика. Групповые взаимодействия с партнером во время атаки при численном преимуществе над защитниками 4:3, 3:2, 2:1.
Тема №63. (2ч.)
Теория.
Практика. Подстраховка и помощь партнеру.
Тема №64. (2ч.)
Теория.

Практика. Выбор позиции и страховка партнера при атаке противника флангом и через центр.

Тема №65. (2ч.)
Теория.
Практика. Нападение быстрым прорывом
Тема №66. (2ч.)
Теория.
Практика.Передачи мяча касанием без остановки на месте
Тема №67. (2ч.)
Теория.
Практика. Передачи мяча без остановки в движении
Тема №68. (2ч.)
Теория.
Практика.Передачи мяча на точность на месте в парах
Тема №69. (2ч.)
Теория.
Практика. Игра вратаря: Руководство партнерами по обороне.
Тема №70. (2ч.)
Теория.
Практика. Передачи мяча внутренней стороной стопы в парах в движении
Тема №71. (2ч.)
Теория.
Практика. Перестройка от обороны к началу и развитию атаки.

Тема №72. (2ч.)
Теория.
Практика. Участие в соревнованиях.

Раздел 3. Формы аттестации и оценочные материалы.

Виды контроля:
Для лучшего контроля своей работы и выявления у занимающихся роста физических качеств, педагог обязан два раза в год (сентябрь, май) проводить контрольные испытания по общей и специальной физической подготовке.

Мониторинг личностного развития обучающихся в процессе освоения ими образовательной программы осуществляется на основе диагностики личностного развития. В ходе реализации программы отслеживается уровень сформированности организационно-волевых качеств (терпение, воля, самоконтроль); ориентационных качеств (самооценка, интерес к занятиям); поведенческих качеств (конфликтность, тип сотрудничества).

Виды контроля.

Педагогический контроль.

Важнейшей функцией управления педагогическим процессом является контроль, определяющий эффективность учебной работы на всём её протяжении.

Применяются следующие виды и формы контроля:

- предварительный контроль (оценка уровня развития физических качеств), осуществляется педагогом в форме тестирования.
- текущий контроль (оценка усвоения изучаемого материала, физической подготовленности и состояния здоровья) осуществляется педагогом в форме наблюдения.
- промежуточный контроль, за подготовленностью - (навыки) проводится один раз в полугодие в форме тестирования.

Формой подведения итогов реализации дополнительной образовательной программы данной направленности являются соревнования и выполнение нормативом ОФП,

Раздел 4. Комплекс организационно-педагогических условий реализации программы:

Одним из основных условий успешной организации учебно-тренировочных занятий секции мини-футбола является наличие мини-футбольного поля 30х60м. с простейшим подсобным оборудованием и спортивный зал размером 12х24м.

Для проведения занятий в секции мини-футбола необходимо иметь следующее оборудование и инвентарь:

1.	Ворота мини-футбольные с сетками	2 штуки
2.	Мячи мини-футбольные	15 штук
3.	Гимнастическая стенка	6-8 пролетов
4.	Гимнастические скамейки	3-4 штуки
5.	Гимнастические маты	10 штук
6.	Скакалки	30 штук
7.	Мячи набивные (масса 1 кг)	25 штук
8.	Стойки для обводки	25 штук

9.	Гантели различной тяжести	20 штук
10.	Резиновые амортизаторы	25 штук
11.	Насос электрический со штуцером	1 штука

4.1.Материально-техническое обеспечение:

Одним из основных условий успешной организации учебно-тренировочных занятий секции мини-футбола является наличие мини-футбольного поля 30х60м. с простейшим подсобным оборудованием и спортивный зал размером 12х24м.

Для проведения занятий в секции мини-футбола необходимо иметь следующее оборудование и инвентарь:

1.	Ворота мини-футбольные с сетками	2 штуки
2.	Мячи мини-футбольные	15 штук
3.	Гимнастическая стенка	6-8 пролетов
4.	Гимнастические скамейки	3-4 штуки
5.	Гимнастические маты	10 штук
6.	Скакалки	30 штук
7.	Мячи набивные (масса 1 кг)	25 штук
8.	Стойки для обводки	25 штук
9.	Гантели различной тяжести	20 штук
10.	Резиновые амортизаторы	25 штук
11.	Насос электрический со штуцером	1 штука

Техническая подготовка.

Контроль освоения учащимися технических элементов футбола проверяется контрольными упражнениями и систематическими визуальными наблюдениями за качеством выполнения движения.

Используются следующие тестовые упражнения:

П №	тесты	Высокий уровень	Средний уровень	Низкий уровень
1	Удар по мячу на дальность (м)	24 м	22 м.	18 м.
2	Комплексное упражнение: ведение 10 м., обводка 3-х стоек, поставленных на 12 метровом отрезке, с последующим ударом в цель (2,5 на 1,2 м.) с расстояния 6м- из трёх попыток (сек)	12с.	14 с.	16 с.
3	Бег на 30 метров с ведением мяча (с)	7 с.	8 с.	10 с.
4	Жонглирование мячом ногами (кол-во ударов)	8	6	4

Тактическая подготовка.

Контроль освоения учащимися игровых действий заключается во вынесении *оценочных суждений* по выполнению учащимися действий в защите и нападении с учётом выполнения игроками тех или иных функций. Для юных футболистов главной задачей в этом разделе считается:

научить ориентироваться на площадке

- *свои, чужие ворота.*
- *игра на малой площадке с переходом на большую и наоборот;*
- *игра на маленькие ворота с переходом на большие и наоборот;*

умение переключаться от игры в защите в игру в нападение;

- *после отбора мяча немедленно длинный пас за спину группы соперников, принимающих участие в атаке и активная смена позиций;*
- *быстрое «открывание для получения мяча от партнёра, овладевшего мячом. но находящегося в неудобной позиции (атакуют соперники)*

умение организовывать и завершать атакующие действия:

- *быстрый, своевременный выход на добивание мяча, отскочившего от вратаря после удара по воротам;*
- *своевременное и обоснованное ситуацией предложение партнёру сыграть в «стенку»;*
- *пасы мяча быстрому партнёру в свободную зону за спину противнику;*

- *не сильный. Но точный удар по воротам неосмотрительно покинутые вратарём.*

умение осуществлять оборонительные действия:

- *перехваты мяча, адресованные подопечному игроку соперника;*
- *своевременная подстраховка вратаря в моментах, когда он может потерять мяч или допустить ошибку;*
- *своевременная и обоснованная смена позиций с целью подстраховки партнёра.*

умение осуществлять быстрый переход от атаки к обороне:

- *после потери мяча - немедленная борьба с соперником, имеющим возможность выполнить острый пас за спину атаковавшим игрокам;*
- *в случаях, когда партнёр атакует владеющего мячом соперника, находящегося в неудобной позиции, - плотная опека ближайшего к мячу соперника.*

Примерные нормативные требования по общей физической подготовке

Контрольные упражнения	пол	Возраст, лет									
		8	9	10	11	12	13	14	15	16	17
Бег 30 м с высокого старта, с	м	6,4	6,2	6,0	5,8	5,6	5,4	5,2	4,9	4,8	4,7
	д	6,5	6,4	6,2	6,0	5,9	5,8	5,7	5,6	5,5	5,3
Бег 300 м, с	м	66,0	64,0	62,0	60,0	58,0					
	д	68,4	66,2	64,2	62,0	61,0					
Челночный бег, 3*10 м, с	м	9,5	9,3	9,0	8,8	8,6	8,5	8,3	8,0	7,6	7,4
	д	10,1	9,7	9,5	9,3	9,1	9,0	9,0	8,8	8,6	8,6
6-минутный бег, м	м	-	-	-	-	1150	1200	1200	1300	1350	1400
	д	-	-	-	-	950	1000	1050	1100	1100	1200
Прыжок в высоту с места, см	м	28	32	36	40	48	53	57	60	64	68
	д	25	29	32	34	36	38	40	42	44	48
Прыжок в длину с места, см	м	150	160	170	178	185	190	194	197	200	220
	д	130	135	140	145	150	155	160	165	170	190

	подготовка Техническая и тактическая подготовки	поточным методом; - круговая тренировка; занятие фронтальным методом;				соревнования
4.	Инструкторская и судейская практика Соревнования. Контрольные испытания	Практикум: - судейство соревнований; Практикум: - самостоятельные занятия; - тестирование;	Механика судейства в футболе. Дидактические карточки, плакаты - карточки с заданиями	https://yanaofootball.nagradion.ru/tournament30403	футбольные мячи; - ворота	- контрольны нормативы; - помощь в су действе. - контрольны норматив ы; - помощь в с действе.
5.	Итоговое занятие	Презентация.	Наглядные методы/ Обьяснительно-илюстративные методы	Соревнование между командами	футбольные мячи; - ворота	Наблюдение контрольны нормативы.

Список литературы:

1. Андреев « Мини-футбол в школе» ОАО Издательство « Советский спорт» 2008г
2. Андреев С.Н., Алиев Э.Г. Мини-футбол в школе 2006.
3. Андреев С.Н., Алиев Э.Г., Левин В.С. МИНИ-ФУТБОЛ (футзал). примерная программа спортивной подготовки для ДЮСШ и СДЮШОР. – М.: Советский спорт , 2010.
4. Верхошанский Ю.В. Программирование и организация тренировочного процесса.- М.: ФиС, 1985,
5. Дьячков В.М. Методы совершенствования физической подготовки. – М.: Физкультура и спорт,1973.
6. Конуров Д.М. Связь физической и тактической подготовки спортсменов в игровых видах спорта: Автореф. дис…канд.пед. наук. – М.,2002.
7. Матвеев Л.П. Основы спортивной тренировки. М.: ФиС, 1977.
8. Мини-футбол – игра для всех. В.Л. Мутко, С.Н. Андреев, Э.Г. Алиев. – М.: Советский спорт, 2007.
9. Волков С.В. « Теория и методика детского и юношеского спорта» Олимпийская литература 2002 г.Ж-Л Чесно «Футбол. Обучение базовой техники» Спорт Академ. Пресс 1998г
10. 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. 4.Еременко. - М.: Советский спорт, 2010. - 96 с.

Литература для обучающихся: 1.Правила игры в мини-футбол

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ ПО МИНИ-ФУТБОЛУ НА 2026-2027 УЧЕБНЫЙ ГОД

УРОВЕНЬ: БАЗОВЫЙ

ВОЗРАСТ ДЕТЕЙ 8-12 ЛЕТ.

№ п/п	Месяц	Число	Время пров.	Форма зан.	Кол - во часов	Тема занятия	Место проведения.	Форма контроля
1.	сентябрь			Теория/ Практика	2	ТБ на занятиях по футболу ИОТ-022-07. Ведение мяча серединой подъема	МБОУ «СтарогладовскаяСОШ»	Беседа
2.	сентябрь			Теория/ Практика	2	Техника передвижений футболиста.		Прак-е занятия.
3.	сентябрь			Теория/ Практика	2	Удары по мячу головой с места		Прак-е занятия.
4.	сентябрь			Теория/ Практика	2	Жонглирование мячом в воздухе, чередуя удары различными частями стопы		Прак-е занятия.
5.	сентябрь			Теория/ Практика	2	Передачи мяча внутренней стороной стопы		Прак-е занятия.
6.	сентябрь			Теория/ Практика	2	Остановка мяча внутренней стороной стопы		Прак-е занятия.
7.	сентябрь			Теория/ Практика	2	Остановка подошвой и передачи мяча после остановки		Прак-е занятия.
8.	сентябрь			Практика	2	Ведение мяча с изменением направление движения.		Прак-е занятия.
9.	октябрь			Теория/ Практика	2	Удары внутренней частью подъема по неподвижному и катящемуся мячам.		Прак-е занятия.
10.	октябрь			Теория/ Практика	2	Передачи мяча внутренней стороной стопы на ход открывшемуся игроку.		Прак-е занятия.
11.	октябрь			Теория/ Практика	2	Челночный бег с ведением мяча 5х10м		Прак-е занятия.
12.	октябрь			Теория/ Практика	2	Удары внутренней и внешней частями подъема по прыгающему и летящему мячам		Прак-е занятия.
13.	октябрь			Теория/ Практика	2	Правила игры в мини-футбол: 4 сек. Ввод мяча вратарем.		беседа.
14.	октябрь			Теория/ Практика	2	Ведение мяча между стоек.		Прак-е занятия.
15.	октябрь			Теория/ Практика	2	Отбор мяча у соперника накладыванием стопы на мяч		Прак-е занятия.
16.	октябрь			Теория/ Практика	2	Перехват мяча, передаваемого опекаемому «противнику».		Прак-е занятия.
17.	октябрь			Теория/ Практика	2	Взаимодействие защитника и вратаря		Прак-е занятия.

18.	октя брь			Теория/ Практика	2	Жонглирование мячом в воздухе, чередуя удары различными частями стопы, бедром, головой.		Прак-е занятия.
19.	нояб рь			Теория/ Практика	2	Тактика вратаря: вбрасывание мяча открывшемуся партнеру.		Прак-е занятия.
20.	нояб рь			Теория/ Практика	2	Ведение между стоек и движущихся партнеров, изменяя скорость движения		Прак-е занятия.
21.	нояб рь			Теория/ Практика	2	Ведение серединой подъема, носком и внутренней стороной стопы.		Прак-е занятия.
22.	нояб рь			Практика	2	Тактика игры вратаря: вбрасывание мяча партнеру.		Прак-е занятия.
23.	нояб рь			Практика	2	Остановка опускающегося мяча бедром, грудью, лбом.		Прак-е занятия.
24.	нояб рь			Практика	2	Остановка катящихся и летящих с различной скоростью мячей с 7-10м.		Прак-е занятия.
25.	нояб рь			Практика	2	Правила игры в мини-футбол. Удары на точность в ворота внутренней стороной стопы		Прак-е занятия.
26.	нояб рь			Практика	2	Персональная опека и комбинированная оборона.		Прак-е занятия.
27.	нояб рь			Практика	2	Отбор мяча у соперника при единоборстве перехватом.		Прак-е занятия.
28.	дека брь			Практика	2	Удары по мячу головой на месте на точность		Прак-е занятия.
29.	дека брь			Практика	2	Ведение мяча по прямой, выполняя ускорения и остановку		Прак-е занятия.
30.	дека брь			Практика	2	Остановка мячей летящих с различной скоростью и траекторией		Прак-е занятия.
31.	дека брь			Практика	2	Групповые действия защитников		Прак-е занятия.
32.	дека брь			Практика	2	Зонная защита игроков		Прак-е занятия.
33.	дека брь			Практика	2	Удары по мячу после ведения на точность в цель		Прак-е занятия.
34.	дека брь			Практика	2	Передачи мяча в парах в движении		Прак-е занятия.
35.	дека брь			Практика	2	Передачи мяча в тройках в движении		Прак-е занятия.
36.	дека брь			Практика	2	Розыгрыш штрафного удара около ворот соперника		Прак-е занятия.
37.	дека брь			Практика	2	Взаимодействие игроков и вратаря в защите.		Прак-е занятия.
38.	янва рь			Практика	2	Игра вратаря и защитников в обороне		Прак-е занятия.
39.	янва рь			Практика	2	Остановка опускающегося мяча с поворотом на 90°		Прак-е занятия.
40.	янва рь			Практика	2	Ведение мяча между движущихся партнеров		Прак-е занятия.

41.	январь			Практика	2	Скоростно-силовая подготовка футболиста.Челночный бег		Прак-е занятия.
42.	январь			Практика	2	Личная защита игрока		Прак-е занятия.
43.	январь			Практика	2	ОФП футболиста. Соревнования по мини-футболу.		Прак-е занятия.
44.	январь			Практика	2	Розыгрыш стандартных положений. (аута, от ворот, угловой удар в мини-футболе)		Прак-е занятия.
45.	январь			Практика	2	Атака со сменой мест через центр		Прак-е занятия.
46.	февраль			Практика	2	Вбрасывание мяча открывшемуся партнеру на ход движения		Прак-е занятия.
47.	февраль			Практика	2	Комбинированное построение защиты		Прак-е занятия.
48.	февраль			Практика	2	Удары по мячу с полулета		Прак-е занятия.
49.	февраль			Практика	2	Передачи мяча в заданный коридор.		Прак-е занятия.
50.	февраль			Практика	2	Тактические комбинации при выполнении стандартных положений.		Прак-е занятия.
51.	февраль			Практика	2	Организация построения «стенки» при пробитии штрафного и свободного ударов вблизи своих ворот.		Прак-е занятия.
52.	февраль			Практика	2	Остановка опускающегося мяча бедром и грудью.		Прак-е занятия.
53.	февраль			Практика	2	Атака со сменой мест и без смены мест флангом		Прак-е занятия.
54.	февраль			Практика	2	Ложное движение туловища в одну сторону – рывок с мячом в другую сторону.		Прак-е занятия.
55.	февраль			Практика	2	Тактические действия в нападении на своем игровом месте		Прак-е занятия.
56.	март			Практика	2	Основы знаний по ОФП и СФП. Удары по мячу с полулета с 5-7 м.		Прак-е занятия.
57.	март			Практика	2	Удары низом и верхом, вперед, в стороны и назад (по ходу полета мяча), посылая мяч на короткое и среднее расстояние		Прак-е занятия.
58.	март			Практика	2	Взаимодействия с партнерами при равном соотношении защитников соперника, используя короткие и средние передачи.		Прак-е занятия.
59.	март			Практика	2	Взаимодействия с партнерами при численном превосходстве защитников соперника, используя короткие и средние передачи.		Прак-е занятия.
60.	март			Практика	2	Групповые взаимодействия с партнером во время атаки при		Выполнение

						численном преимуществе над защитниками 4:3, 3:2, 2:1.		норматив м ОФП
61.	март			Практика	2	Подстраховка и помощь партнеру.		Прак-е занятия.
62.	апрель			Практика	2	Выбор позиции и страховка партнера при атаке противника флангом и через центр.		Прак-е занятия.
63.	апрель			Практика	2	Нападение быстрым прорывом		Прак-е занятия.
64.	апрель			Практика	2	Передачи мяча касанием без остановки на месте		Прак-е занятия.
65.	апрель			Практика	2	Передачи мяча без остановки в движении		Прак-е занятия.
66.	апрель			Практика	2	Передачи мяча на точность на месте в парах		Прак-е занятия.
67.	апрель			Практика	2	Передачи мяча на точность на месте в парах		Прак-е занятия.
68.	май			Практика	2	Игра вратаря: Руководство партнерами по обороне.		Прак-е занятия.
69.	май			Практика	2	Передачи мяча внутренней стороной стопы в парах в движении		Прак-е занятия.
70.	май			Практика	2	Перестройка от обороны к началу и развитию атаки.		Прак-е занятия.
71.	май			Практика	2	Перестройка от обороны к началу и развитию атаки.		Прак-е занятия.
72.	май			Практика	2	Организация быстрой контратаки		дружески е встречи
						Итого: 144 часа		