

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

Принята решением
Педагогического совета
Протокол № 4
от «21» 08 2023г

Утверждена приказом № 36/1
от «31.08» 2023 г.

Директор МБОУ «Старогладовская СОШ»

 М.Х. Загибов

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
«Золотой мяч»

Направленность программы: физкультурно-спортивная.

Возраст обучающихся: 10-12 лет
Срок реализации программы: 1 год.
Уровень-базовый

Составитель:
Шаранов Адлан Сурхоевич
педагог дополнительного образования
МБОУ «Старогладовская СОШ»

ст. Старогладовская
2023г.

Программа прошла внутреннюю экспертизу и рекомендована к реализации в
Муниципальном бюджетном общеобразовательном учреждении
«Старогладовская средняя общеобразовательная школа».

Экспертное заключение (рецензия) № _____ от «__» _____ 2022г.

Эксперт зам.директора по ВР : Х.О. Бангачиева

(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 достижения 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 заключается 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- 12 лет.

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 так же 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 качества);
- 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 5x10м

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 полуполета

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. 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					
	м	9,5	9,3	9,0	8,8	8,6	8,5	8,3	8,0	7,6	7,4

Челночный бег, 3*10 м, с	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
Метание набивного мяча (1 кг), м	м	5,0	5,3	5,8	6,2	6,8	7,2	7,6	8,0	8,4	8,8
	д	3,4	3,8	4,2	4,6	4,8	5,2	5,6	6,0	6,4	6,8
Подтягивание из виса на перекладине, раз	м	-	-	-	-	-	5	6	7	8	10
	д	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Отжимания из упора на полу, раз	м	4	6	8	10	15	-	-	-	-	-
	д	3	4	5	7	9	12	14	16	18	20

4.2. Кадровое обеспечение программы.

Программа реализуется одним педагогом дополнительного образования, имеющим образование, соответствующее направленности дополнительной общеобразовательной программы, осваиваемой обучающимися.

4.3. Учебно-методическое обеспечение.

№ п/п	Раздел или тема программы	Формы занятий	Приёмы и методы организации учебного процесса	Дидактический материал	Техническое оснащение занятий	Формы подведения итогов
1.						
2.	Вводное занятие. Инструктаж по технике	беседы Практикум: занятия	фронтальным методом; - работа по	https://amfr.ru/projects/mishka/registration/	Наглядные пособия мультимедийная техника	Опрос/ контрольные нормативы;

	безопасности и охране труда. Знакомство с материалами, инструментами	е поточным методом; круговая тренировка; занятия	станциям;		футбольные мячи, ворота. скакалки; гимнастические скамейки; гимнастическая стенка;	
3.	Специальная физическая подготовка Техническая и тактическая подготовка	Практикум: занятие поточным методом; - круговая тренировка; занятие фронтальным методом;	Наглядные методы,	https://masterok.livejournal.com/6430812.html	футбольные мячи; - ворота	контрольные нормативы по СФП соревнования
4.	Инструкторская и судейская практика Соревнования. Контрольные испытания	Практикум: - судейство соревнований; Практикум: - самостоятельные	Механика судейства в футболе. Дидактические карточки, плакаты - карточки с заданиями	https://yanaofootball.nagradion.ru/tournament30403	футбольные мячи; - ворота	- контрольные нормативы; - помощь в судействе. - контрольные нормативы; - помощь в судействе.

		занятия; - тестирование;				
5.	Итоговое занятие	Презентация.	Наглядные методы/ Объяснительно-иллюстративные методы	Соревнование между командами	футбольные мячи; - ворота	Наблюдение/ контрольные 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 2022-2023 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 «Старогладовская СОШ»	Беседа
2.	сентябрь			Теория/ Практика	2	Техника передвижений футболиста.		Практика занятия.
3.	сентябрь			Теория/ Практика	2	Удары по мячу головой с места		Практика занятия.
4.	сентябрь			Теория/ Практика	2	Жонглирование мячом в воздухе, чередуя удары различными частями стопы		Практика занятия.
5.	сентябрь			Теория/ Практика	2	Передачи мяча внутренней стороной стопы		Практика занятия.
6.	сентябрь			Теория/ Практика	2	Остановка мяча внутренней стороной стопы		Практика занятия.
7.	сентябрь			Теория/ Практика	2	Остановка подошвой и передачи мяча после остановки		Практика занятия.
8.	сентябрь			Практика	2	Ведение мяча с изменением направление движения.		Практика занятия.
9.	октябрь			Теория/ Практика	2	Удары внутренней частью подъема по неподвижному и катящемуся мячам.		Практика занятия.
10.	октябрь			Теория/ Практика	2	Передачи мяча внутренней стороной стопы на ход открывшемуся игроку.		Практика занятия.
11.	октябрь			Теория/ Практика	2	Челночный бег с ведением мяча 5x10м		Практика занятия.
12.	октябрь			Теория/ Практика	2	Удары внутренней и внешней частями подъема по прыгающему и летящему мячам		Практика 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.		Практика занятия.

15.	октябрь		Теория/ Практика	2	Отбор мяча у соперника накладыванием стопы на мяч	Практика занятия.
16.	октябрь		Теория/ Практика	2	Перехват мяча, передаваемого опекаемому «противнику».	Практика занятия.
17.	октябрь		Теория/ Практика	2	Взаимодействие защитника и вратаря	Практика занятия.
18.	октябрь		Теория/ Практика	2	Жонглирование мячом в воздухе, чередуя удары различными частями стопы, бедром, головой.	Практика занятия.
19.	ноябрь		Теория/ Практика	2	Тактика вратаря: вбрасывание мяча открывшемуся партнеру.	Практика занятия.
20.	ноябрь		Теория/ Практика	2	Ведение между стоек и движущихся партнеров, изменяя скорость движения	Практика занятия.
21.	ноябрь		Теория/ Практика	2	Ведение серединой подъема, носком и внутренней стороной стопы.	Практика занятия.
22.	ноябрь		Практика	2	Тактика игры вратаря: вбрасывание мяча партнеру.	Практика занятия.
23.	ноябрь		Практика	2	Остановка опускающегося мяча бедром, грудью, лбом.	Практика занятия.
24.	ноябрь		Практика	2	Остановка катящихся и летящих с различной скоростью мячей с 7-10м.	Практика занятия.
25.	ноябрь		Практика	2	Правила игры в мини-футбол. Удары на точность в ворота внутренней стороной стопы	Практика занятия.
26.	ноябрь		Практика	2	Персональная опека и комбинированная оборона.	Практика занятия.
27.	ноябрь		Практика	2	Отбор мяча у соперника при единоборстве перехватом.	Практика занятия.
28.	декабрь		Практика	2	Удары по мячу головой на месте на точность	Практика занятия.
29.	декабрь		Практика	2	Ведение мяча по прямой, выполняя ускорения и остановку	Практика занятия.
30.	декабрь		Практика	2	Остановка мячей летящих с различной скоростью и траекторией	Практика занятия.
31.	декабрь		Практика	2	Групповые действия защитников	Практика занятия.
32.	декабрь		Практика	2	Зонная защита игроков	Практика занятия.
33.	декабрь		Практика	2	Удары по мячу после ведения на точность в цель	Практика занятия.
34.	декабрь		Практика	2	Передачи мяча в парах в движении	Практика занятия.
35.	декабрь		Практика	2	Передачи мяча в тройках в движении	Практика занятия.
36.	декабрь		Практика	2	Розыгрыш штрафного удара около ворот соперника	Практика занятия.
37.	декабрь		Практика	2	Взаимодействие игроков и вратаря в защите.	Практика занятия.

38.	январь		Практика	2	Игра вратаря и защитников в обороне	Практика	Практика
39.	январь		Практика	2	Остановка опускающегося мяча с поворотом на 90°	Практика	Практика
40.	январь		Практика	2	Ведение мяча между движущихся партнеров	Практика	Практика
41.	январь		Практика	2	Скоростно-силовая подготовка футболиста. Челночный бег	Практика	Практика
42.	январь		Практика	2	Личная защита игрока	Практика	Практика
43.	январь		Практика	2	ОФП футболиста. Соревнования по мини-футболу.	Практика	Практика
44.	январь		Практика	2	Розыгрыш стандартных положений. (аута, от ворот, угловой удар в мини-футболе)	Практика	Практика
45.	январь		Практика	2	Атака со сменой мест через центр	Практика	Практика
46.	февраль		Практика	2	Вбрасывание мяча открывшемуся партнеру на ход движения	Практика	Практика
47.	февраль		Практика	2	Комбинированное построение защиты	Практика	Практика
48.	февраль		Практика	2	Удары по мячу с полулета	Практика	Практика
49.	февраль		Практика	2	Передачи мяча в заданный коридор.	Практика	Практика
50.	февраль		Практика	2	Тактические комбинации при выполнении стандартных положений.	Практика	Практика
51.	февраль		Практика	2	Организация построения «стенки» при пробитии штрафного и свободного ударов вблизи своих ворот.	Практика	Практика
52.	февраль		Практика	2	Остановка опускающегося мяча бедром и грудью.	Практика	Практика
53.	февраль		Практика	2	Атака со сменой мест и без смены мест флангом	Практика	Практика
54.	февраль		Практика	2	Ложное движение туловища в одну сторону – рывок с мячом в другую сторону.	Практика	Практика
55.	февраль		Практика	2	Тактические действия в нападении на своем игровом месте	Практика	Практика
56.	март		Практика	2	Основы знаний по ОФП и СФП. Удары по мячу с полулета с 5-7 м.	Практика	Практика
57.	март		Практика	2	Удары низом и верхом, вперед, в стороны и назад (по ходу полета мяча), посылая мяч на короткое и среднее расстояние	Практика	Практика
58.	март		Практика	2	Взаимодействия с партнерами при равном соотношении защитников соперника, используя короткие и средние передачи.	Практика	Практика

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 численном преимуществе над защитниками 4:3, 3:2, 2:1.		Выполнение нормативом 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			Итоговая аттестация по мини-футболу.	2	Соревнования.		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		дружеские встречи
						Итого: 144 часа		