

муниципальное учреждение  
дополнительного образования  
Нагорьевский центр детского творчества

Рассмотрена на заседании  
педагогического совета  
Протокол № 3

от «16» мая 2023г.



Утверждаю  
Директор МУ ДО  
Нагорьевский ЦДТ  
М.А. Воробьева  
от «16» мая 2023г.

Дополнительная общеразвивающая программа  
в области физической культуры и спорта  
физкультурно-спортивной направленности  
**«Мини-футбол»**

Возраст обучающихся: 9-16 лет  
Срок реализации – 1 год

Составитель: педагог  
дополнительного  
образования Чуханов  
Анатолий Олегович

Городской округ город Переславль-Залесский  
село Нагорье, 2023 г.

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Футбол – самая популярная спортивная командная игра в мяч, которая обладает рядом особенностей, делающих ее интересной и привлекательной для участников: работа с мячом напрямую, участие в общих игровых действиях, активность и комбинаторность (оборона, атака) действий без остановок и с полной отдачей сил.

Мини-футбол – это разновидность спортивной командной игры в футбол, отличающейся местом проведения (в закрытых помещениях (залах)) и количеством игроков (5 человек).

Дополнительная общеразвивающая программа в области физической культуры и спорта «Мини-футбол» (далее – программа) представляет собой модель организации образовательного процесса, ориентированного на физическое развитие обучающихся с учетом их индивидуальных особенностей в процессе игры в мини - футбол.

Программа разработана в муниципальном учреждении дополнительного образования Нагорьевском центре детского творчества (сокр. – МУ ДО Нагорьевский ЦДТ) согласно требованиям основных нормативно-правовых документов федерального уровня [22-27].

**Направленность программы:** физкультурно-спортивная, так как мини - футбол как один из видов спортивных командных игр входит в систему физического воспитания: развивает физические данные, тренирует сердечно-сосудистую и дыхательную системы, формирует и развивает навыки двигательной и координационной деятельности.

**Актуальность программы** подтверждается

- объективной заинтересованностью в обучении спортивной командной игре в мини-футбол со стороны обучающихся и их родителей, являющихся заказчиками дополнительных образовательных услуг,
- многолетним богатым опытом обучения спортивной командной игре в мини-футбол в учреждениях спорта и дополнительного образования, берущим свое начало в советской школе спортивных командных игр,
- результатами различных медицинских, психологических, педагогических исследований, определяющих командную спортивную игру в мини-футбол инструментом сохранения и укрепления физического здоровья.

**Вид программы:** модифицированная. Программа разработана на основании методических рекомендаций и комплексной программы физического воспитания обучающихся школьного возраста [13-17].

**Новизна** программы заключается в том, что разработанная система обучения спортивной командной игре в футбол и мониторинг его результатов позволит обучающимся

- получить расширенное представление об игре в мини-футбол,

- овладеть основными навыками игры в мини-футбол,
- приобрести навыки объективного судейства игры в мини-футбол.

**Отличительные особенности программы** от уже существующих в области обучения спортивной командной игре в мини-футбол заключаются в том, что программой предусмотрены разные формы и виды деятельности обучающихся (коллективная, парная, соревновательная, тренировочная, судейская и пр.)

**Возрастная категория обучающихся:** младший (9 лет), средний (10-12 лет), подростковый (13-15 лет) и юношеский (16 лет) школьный возраст.

**Цель программы:** формирование основ здорового образа жизни и двигательной активности обучающихся в процессе обучения спортивной командной игре в мини-футбол.

**Задачи программы:**

- познакомить с основами спортивной командной игры в мини-футбол (историей, терминологией, техниками, тактиками, нормативами, особенностями проведения тренировок/соревнований);
- развивать навыки владения техниками и тактиками спортивной командной игры в мини-футбол;
- формировать морально-волевые качества.

Основу разработки содержания программы и организации занятий составляют следующие **принципы:**

- принцип индивидуальности: предполагает развитие обучающихся в соответствии с их индивидуальными возможностями и интересами;
- принцип разновозрастного единства: предполагает тесное сотрудничество обучающихся разных возрастов и педагогов (тренеров) в совместной деятельности;
- принцип непрерывности, преемственности и системности: предполагает усвоение изучаемого материала «от простого к сложному», установление логики построения образовательного процесса как по «вертикали» (между разными модулями), так и по «горизонтали» (между разными формами обучения), поддержание связей между ранее приобретенным и новым опытом;
- принцип результативности: предполагает повышение самооценки личности обучающихся, порождает чувства удовлетворения деятельностью, веры в свои возможности;
- принцип сознательности и активности: предполагает осмысливание упражнений и способов их решения, познание закономерностей движений позволяют обучающимся самостоятельно добиваться правильного выполнения движений, творческого их совершенствования;
- принцип достаточности: предполагает создание системы знаний, достаточной для выявления достигнутого уровня развития обучающихся, способствующей их переходу на более глубокий уровень развития или создающей заметные предпосылки для такого перехода.

**География реализации программы:** муниципальное общеобразовательное учреждение Купанская средняя школа (сокр. – МОУ Купанская СШ), Ярославская область, Переславский район, село Купанское, ул. Советская, д. 1.

**Срок реализации программы:** 1 год.

**Режим реализации программы:** 144 часа.

**Особенности комплектования групп:**

- наполняемость группы 12-25 человек;
- набор обучающихся производится по их желанию без предварительного конкурсного отбора при условии прохождения медицинского отбора и при наличии допуска (медицинской справки) к спортивно-физкультурным занятиям.

**Ожидаемые результаты освоения программы:**

- обучающиеся будут знать историю, терминологию, технику, тактики, нормативы, особенности проведения тренировок/соревнований спортивной командной игры в мини-футбол;
- обучающиеся приобретут навыки владения техниками и тактиками спортивной командной игры в мини-футбол;
- у обучающихся будут формироваться морально-волевые качества (воля, смелость, настойчивость, дисциплинированность, дружелюбие, умение работать в команде).

**Аттестация:** итоговая (по результатам выполнения нормативов физической и технической подготовки, посещения занятий).

## ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

### Учебно-тематический план

№	Наименование темы	Количество часов		
		всего	теория	практика
1.	Теоретическая подготовка	6	6	-
2.	Техническая подготовка	91	6	85
3.	Тактическая подготовка	7	2	5
4.	Учебные и тренировочные игры	40	-	40
	<b>Итого</b>	<b>144</b>	<b>14</b>	<b>130</b>

### Календарный учебный график

Дата начала	Дата окончания	Кол-во учебных недель	Кол-во часов в год	Место проведения	Режим занятий
1 сентября	31 мая	36	144	МОУ Купанская СШ	2 раза в неделю по 2 часа с перерывом

## СОДЕРЖАНИЕ

**Тема 1. Теоретическая подготовка.** Инструктаж по технике безопасности. История возникновения мини-футбола. История развития мини-футбола в мире и в нашей стране. Описание игры. Рассказ о выдающихся мини-футболистах России и мира.

Значение занятий физической культурой и спортом. Физическая подготовка и ее роль в мини-футболе. Режим дня. Режим питания. Личная гигиена: уход за телом, закаливание, простейшие приемы самомассажа. Утренняя гимнастика. Гигиена одежды, обуви. Гигиенические требования к инвентарю и спортивной форме. Зависимость появления травм от неправильного отношения к гигиеническим требованиям.

Понятие о тренировке и спортивной форме. Общее понятие о строении и функциях организма человека, взаимодействие систем организма. Влияние физических упражнений на опорно-двигательную, сердечно-сосудистую, дыхательную и нервную системы. Причины и профилактика травматизма. Оказание первой помощи при различных травмах. Врачебный контроль и самоконтроль.

Правила мини-футбола. Права и обязанности игроков. Жесты судьи. Понятие об амплуа игроков, их особенностях и роли на площадке.

**Тема 2. Техническая подготовка.** Повышение уровня мастерства в мини – футболе неразрывно связано с непрерывным улучшением качества подготовки обучающихся. Не менее важно в подготовке, повышение эффективности работы над овладением техникой игры и над совершенствованием навыков выполнения широкого «ассортимента» технических приёмов в вариативных условиях, близких к игровым.

Основные технические приёмы в мини – футболе выполняются при сочетании быстроты и точности, однако повышение требовательности к точности приводит к снижению скорости, а увеличение скорости - к снижению точности. Задача педагога тонко варьировать целевые установки для воспитания быстроты и точности в гармоничном сочетании.

Можно выделить технические приёмы и их последовательность в обучении: Жонглирование, удары ногами, передачи мяча, приём (обработка) мяча, ведение мяча, отбор мяча, игра головой.

**Тема 3. Тактическая подготовка.** Расстановка игроков на поле. Тактика свободного нападения. Тактические действия линий обороны и атаки:

- а) индивидуальная тактика игрока;
- б) коллективные тактические действия;
- в) выбор места игрока;
- г) создание численного перевеса при атаке;
- д) отвлекающие действия игроков.

Позиционное нападение без изменения позиций игроков. Позиционное нападение с изменением позиций игроков. Нападение в игровых заданиях 3:1, 3:2, 3:3, 2:1 с атакой и без атаки ворот. Игра по упрощенным правилам на

площадках разных размеров. Игры и игровые задания 2:1, 3:1, 3:2, 3:3. Отличительные особенности в тактике от других спортивных игр (волейбол, баскетбол).

**Тема 4. Учебные и тренировочные игры.** Подвижные игры: «Салки», «Третий лишний», круговые и комбинированные эстафеты. Игры с предметами: «Гонка мячей», «Метко – в цель», «Эстафета с бегом», «Мяч среднему», «Встречная эстафета» и т. д.

Общая физическая подготовка должна быть направлена на индивидуальные особенности, но тем не менее особое внимание уделяется развитию мышц ног, живота и спины.

## **ОБЕСПЕЧЕНИЕ**

### **Материально-техническое обеспечение программы**

Занятия проводятся в спортивном зале и на улице. Для проведения занятий необходимо иметь следующее оборудование и инвентарь:

Спортивный инвентарь и оборудование	Кол-во, шт.
Маты гимнастические	4
Малые мячи	6
Скамейка гимнастическая	2
Стенка гимнастическая	4
Ворота мини-футбольные с сеткой	2
Футбольные мячи	4
Мини-футбольные мячи	4
Стойки низкие	6
Скакалка гимнастическая	8
Палка гимнастическая	8
Обруч гимнастический	8
Гантели наборные	4
Насос ручной со штуцером	2

### Методическое обеспечение

№ п/п	Тема занятия	Всего, часы	Форма занятия	Методы	Форма подведения итогов
<b>Модуль 1 (64 часа)</b>					
1.	Вводное занятие история футбола. Инструктаж по технике безопасности.	2	Индивидуальная	Словесный	Опрос
2.	Остановка, передача мяча (Стойка игрока. Перемещение в стойке боком, лицом. Остановка и передача мяча на месте. Учебная игра)	2	Фронтальная, групповая	Словесный. Практический	Опрос Самоанализ
3.	Стойка игрока. Перемещение в стойке боком, лицом. Остановка и передача мяча на месте	2	Фронтальная	Практический	Опрос Самоанализ
4.	Остановка, передача мяча (Стойка игрока. Перемещение в стойке боком, лицом. Остановка и передача мяча на месте. Учебная игра)	2	Фронтальная, групповая	Практический	Опрос Самоанализ
5.	Остановка, передача мяча (Стойка игрока. Перемещение в стойке боком, лицом. Остановка и передача мяча на месте. Учебная игра)	2	Фронтальная, групповая	Практический	Опрос Самоанализ
6.	Остановка, передача мяча (Стойка игрока. Перемещение в стойке боком, лицом. Остановка и передача мяча на месте. Учебная игра)	2	Фронтальная, групповая	Практический	Опрос Самоанализ
7.	Остановка, передача мяча (Стойка игрока. Перемещение в стойке боком, лицом. Остановка и передача мяча на месте. Учебная игра)	2	Фронтальная, групповая	Практический	Опрос Самоанализ
8.	Остановка, передача мяча (Стойка игрока. Перемещение в стойке боком, лицом. Остановка и передача мяча на месте. Учебная игра)	2	Фронтальная, групповая	Практический	Опрос Самоанализ
9.	Остановка, передача мяча (Стойка игрока. Перемещение в стойке боком, лицом. Остановка и	2	Фронтальная, групповая	Практический	Опрос Самоанализ

	передача мяча на месте. Учебная игра)				
10.	Остановка, передача мяча (Стойка игрока. Перемещение в стойке боком, лицом. Остановка и передача мяча на месте. Учебная игра)	2	Фронтальная, групповая	Практический	Опрос Самоанализ Соревнование
11.	Ведение мяча (Ведение мяча внешней частью и средней частью подъёма. Игра «Квадрат». Учебная игра)	2	Фронтальная, групповая	Наглядный, практический	Опрос Самоанализ
12.	Ведение мяча (Ведение мяча внешней частью и средней частью подъёма. Игра «Квадрат». Учебная игра)	2	Фронтальная, групповая	Наглядный, практический	Опрос Самоанализ
13.	Ведение мяча (Ведение мяча внешней частью и средней частью подъёма. Игра «Квадрат». Учебная игра)	2	Фронтальная, групповая	Наглядный, практический	Опрос Самоанализ
14.	Ведение мяча (Ведение мяча носком, внутренней стороной стопы. Игра «Квадрат». Учебная игра)	2	Фронтальная, групповая	Наглядный, практический	Опрос Самоанализ
15.	Ведение мяча (Ведение мяча носком, внутренней стороной стопы. Игра «Квадрат». Учебная игра)	2	Фронтальная, групповая	Наглядный, практический	Опрос Самоанализ
16.	Ведение мяча (Ведение мяча носком, внутренней стороной стопы. Игра «Квадрат». Учебная игра)	2	Фронтальная, групповая	Наглядный, практический	Опрос Самоанализ
17.	Ведение мяча (Ведение мяча носком, внутренней стороной стопы. Игра «Квадрат». Учебная игра)	2	Фронтальная, групповая	Наглядный, практический	Опрос Самоанализ
18.	Ведение мяча (Ведение мяча с изменением направления. Игра «Квадрат». Учебная игра)	2	Фронтальная, групповая	Наглядный, практический	Опрос Самоанализ
19.	Ведение мяча (Ведение мяча с изменением направления. Игра «Квадрат». Учебная игра)	2	Фронтальная, групповая	Наглядный, практический	Опрос Самоанализ
20.	Ведение мяча (Ведение мяча с изменением направления. Игра «Квадрат». Учебная игра)	2	Фронтальная, групповая	Наглядный, практический	Опрос Самоанализ
21.	Ведение мяча (Ведение мяча с изменением направления. Игра «Квадрат». Учебная игра)	2	Фронтальная, групповая	Наглядный, практический	Опрос Самоанализ



					Соревнование
22.	Остановка мяча (Остановка опускающегося мяча. Развитие двигательных качеств. Учебная игра)	2	Фронтальная, групповая	Наглядный, практический	Опрос Самоанализ
23.	Остановка мяча (Остановка опускающегося мяча. Развитие двигательных качеств. Учебная игра)	2	Фронтальная, групповая	Наглядный, практический	Опрос Самоанализ
24.	Остановка мяча (Остановка опускающегося мяча. Развитие двигательных качеств. Учебная игра)	2	Фронтальная, групповая	Наглядный, практический	Опрос Самоанализ
25.	Остановка мяча (Остановка опускающегося мяча. Развитие двигательных качеств. Учебная игра)	2	Фронтальная, групповая	Наглядный, практический	Опрос Самоанализ Соревнование
26.	Остановка мяча (Остановка мяча бедром и лбом. Элементы акробатики. Учебная игра)	2	Фронтальная, групповая	Наглядный, практический	Опрос Самоанализ
27.	Остановка мяча (Остановка мяча бедром и лбом. Элементы акробатики. Учебная игра)	2	Фронтальная, групповая	Наглядный, практический	Опрос Самоанализ
28.	Остановка мяча (Остановка мяча бедром и лбом. Элементы акробатики. Учебная игра)	2	Фронтальная, групповая	Наглядный, практический	Опрос Самоанализ
29.	Остановка мяча (Остановка мяча бедром и лбом. Элементы акробатики. Учебная игра)	2	Фронтальная, групповая	Наглядный, практический	Опрос Самоанализ
30.	Остановка мяча (Остановка мяча грудью. Жонглирование. Учебная игра)	2	Фронтальная, групповая	Наглядный, практический	Опрос Самоанализ
31.	Остановка мяча (Остановка мяча грудью. Жонглирование. Учебная игра)	2	Фронтальная, групповая	Наглядный, практический	Опрос Самоанализ
32.	Остановка мяча (Остановка мяча грудью. Жонглирование. Учебная игра)	2	Фронтальная, групповая	Наглядный, практический	Самоанализ Соревнование
<b>Модуль 2 (80 часов)</b>					
1.	Остановка мяча (Остановка мяча грудью. Жонглирование. Учебная игра)	2	Фронтальная, групповая	Наглядный, практический	Опрос Самоанализ
2.	Удары по мячу (Удары по мячу внешней стороной стопы и внешней частью подъёма. 6-10 минутный бег.	2	Фронтальная, групповая	Наглядный, практический	Самоанализ

	Учебная игра)				
3.	Удары по мячу (Удары по мячу внешней стороной стопы и внешней частью подъёма. 6-10 минутный бег. Учебная игра)	2	Фронтальная, групповая	Наглядный, практический	Опрос Самоанализ
4.	Удары по мячу (Удары по мячу внешней стороной стопы и внешней частью подъёма. 6-10 минутный бег. Учебная игра)	2	Фронтальная, групповая	Наглядный, практический	Самоанализ
5.	Удары по мячу (Удары по мячу внешней стороной стопы и внешней частью подъёма. 6-10 минутный бег. Учебная игра)	2	Фронтальная, групповая	Наглядный, практический	Опрос Самоанализ
6.	Удары по мячу (Техника игры вратаря. Учебная игра)	2	Фронтальная, групповая	Наглядный, практический	Опрос Самоанализ
7.	Удары по мячу (Техника игры вратаря. Учебная игра)	2	Фронтальная, групповая	Наглядный, практический	Самоанализ
8.	Удары по мячу (Техника игры вратаря. Учебная игра)	2	Фронтальная, групповая	Наглядный, практический	Самоанализ
9.	Удары по мячу (Техника игры вратаря. Учебная игра)	2	Фронтальная, групповая	Наглядный, практический	Самоанализ
10.	Удары по мячу (Удары по катящемуся мячу. «Квадрат». СФП. Учебная игра)	2	Фронтальная, групповая	Наглядный, практический	Опрос Самоанализ
11.	Удары по мячу (Удары по катящемуся мячу. «Квадрат». СФП. Учебная игра)	2	Фронтальная, групповая	Наглядный, практический	Самоанализ
12.	Удары по мячу (Удары по катящемуся мячу. «Квадрат». СФП. Учебная игра)	2	Фронтальная, групповая	Наглядный, практический	Самоанализ
13.	Удары по мячу (Удары по катящемуся мячу. «Квадрат». СФП. Учебная игра)	2	Фронтальная, групповая	Наглядный, практический	Самоанализ
14.	Удары по мячу (Удары по прыгающему и летящему мячу. Развитие двигательных качеств. Учебная игра)	2	Фронтальная, групповая	Наглядный, практический	Опрос Самоанализ
15.	Удары по мячу (Удары по прыгающему и летящему	2	Фронтальная,	Наглядный,	Опрос

	мячу. Развитие двигательных качеств. Учебная игра)		групповая	практический	Самоанализ
16.	Удары по мячу (Удары по прыгающему и летящему мячу. Развитие двигательных качеств. Учебная игра)	2	Фронтальная, групповая	Наглядный, практический	Самоанализ
17.	Удары по мячу (Удары по прыгающему и летящему мячу. Развитие двигательных качеств. Учебная игра)	2	Фронтальная, групповая	Наглядный, практический	Самоанализ
18.	Удары по мячу (Удары по мячу носком, пяткой. Жонглирование)	2	Фронтальная, групповая	Наглядный, практический	Опрос Самоанализ
19.	Удары по мячу (Удары по мячу носком, пяткой. Жонглирование)	2	Фронтальная, групповая	Наглядный, практический	Самоанализ
20.	Удары по мячу (Удары по мячу носком, пяткой. Жонглирование)	2	Фронтальная, групповая	Наглядный, практический	Самоанализ
21.	Удары по мячу (Удары по мячу носком, пяткой. Жонглирование)	2	Фронтальная, групповая	Наглядный, практический	Самоанализ
22.	Удары по мячу (Удары по мячу с полулёта. Элементы акробатики. Учебная игра)	2	Фронтальная, групповая	Наглядный, практический	Опрос Самоанализ
23.	Удары по мячу (Удары по мячу с полулёта. Элементы акробатики. Учебная игра)	2	Фронтальная, групповая	Наглядный, практический	Самоанализ
24.	Удары по мячу (Удары по мячу с полулёта. Элементы акробатики. Учебная игра)	2	Фронтальная, групповая	Наглядный, практический	Самоанализ
25.	Удары по мячу (Удары по мячу с полулёта. Элементы акробатики. Учебная игра)	2	Фронтальная, групповая	Наглядный, практический	Самоанализ
26.	Удары по мячу (Удары по мячу головой. Эстафеты. Учебная игра)	2	Фронтальная, групповая	Наглядный, практический	Опрос Самоанализ Соревнование
27.	Удары по мячу (Удары по мячу головой. Эстафеты. Учебная игра)	2	Фронтальная, групповая	Наглядный, практический	Соревнование Самоанализ
28.	Удары по мячу (Удары по мячу головой. Эстафеты. Учебная игра)	2	Фронтальная, групповая	Наглядный, практический	Соревнование Самоанализ
29.	Удары по мячу (Удары по мячу головой. Эстафеты.	2	Фронтальная,	Наглядный,	Соревнование

	Учебная игра)		групповая	практический	Самоанализ
30.	Удары по мячу (Обманные движения (финты). Игра «Квадрат». Учебная игра)	2	Фронтальная, групповая	Наглядный, практический	Самоанализ
31.	Удары по мячу (Обманные движения (финты). Игра «Квадрат». Учебная игра)	2	Фронтальная, групповая	Наглядный, практический	Соревнование Самоанализ
32.	Удары по мячу (Обманные движения (финты). Игра «Квадрат». Учебная игра)	2	Фронтальная, групповая	Наглядный, практический	Самоанализ
33.	Удары по мячу (Обманные движения (финты). Игра «Квадрат». Учебная игра)	2	Фронтальная, групповая	Наглядный, практический	Самоанализ
34.	Действия в защите и в нападении (Индивидуальные действия в защите и в нападении. Тактика вратаря. Учебная игра)	2	Фронтальная, групповая	Наглядный, практический	Самоанализ
35.	Действия в защите и в нападении (Индивидуальные действия в защите и в нападении. Тактика вратаря. Учебная игра)	2	Фронтальная, групповая	Наглядный, практический	Самоанализ
36.	Действия в защите и в нападении (Индивидуальные действия в защите и в нападении. Тактика вратаря. Учебная игра)	2	Фронтальная, групповая	Наглядный, практический	Соревнование Самоанализ
37.	Действия в защите и в нападении (Индивидуальные действия в защите и в нападении. Тактика вратаря. Учебная игра)	2	Фронтальная, групповая	Наглядный, практический	Самоанализ
38.	Действия в защите и нападении (Групповые действия в защите и в нападении. Учебная игра)	2	Фронтальная, групповая	Наглядный, практический	Самоанализ
39.	Действия в защите и нападении (Групповые действия в защите и в нападении. Учебная игра)	2	Фронтальная, групповая	Наглядный, практический	Соревнование Самоанализ
40.	Действия в защите и нападении (Групповые действия в защите и в нападении. Учебная игра)	2	Фронтальная, групповая	Наглядный, практический	Соревнование Самоанализ

## МОНИТОРИНГ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ

### Критериальная база мониторинга

Образовательная задача	Критерий	Показатель	Метод
познакомить с основами спортивной командной игры в мини-футбол (историей, терминологией, техниками, тактиками, нормативами, особенностями проведения тренировок/соревнований)	уровень знания основ спортивной командной игры в мини-футбол (истории, терминологии, техники, тактики, особенностей проведения тренировок/соревнований)	знание правил игры	опрос
		знание истории игры	
		знание правил ведения мяча	
		знание техники и тактики вратаря	
		знание тактики в нападении	
развивать навыки владения техниками и тактиками спортивной командной игры в мини-футбол	уровень развития навыков владения техниками и тактиками спортивной командной игры в мини-футбол	умение вести мяч	самоанализ, демонстрация приемов
		умение совершать удар по мячу	
		умение совершать обманные движения (финты)	
		умение жонглировать	
формировать морально-волевые качества	уровень формирования морально-волевых качеств	воля, смелость, дисциплинированность, дружелюбие	самоанализ, наблюдение

### Карта мониторинга

показатель	Результат обучения (знания)						Результат развития (умения)				Личностный результат
	правила игры	история игры	правила ведения мяча	тактика в нападении	техника и тактика вратаря	техника игрока	ведение мяча	удар по мячу	обманные движения (финты)	жонглирование	морально-волевые качества
Ф.И. обучающегося											

### Нормативы по физической и технической подготовке

Физические способности	Контрольные упражнения	Возраст, лет			
		9-10	11-12	13-15	16
Скоростные	Бег 30 м, сек	5,4 - 6,4	5,1-5,7	4,7-5,3	4,4-4,9
	Бег 60 м, сек	10,4-11,9	9,5-10,9	8,2- 9,6	8,0-8,8
Координационные	Челночный бег 3x10 м, сек	8,5 - 9,6	7,9-9,2	7,2-9,2	6,9-7,9
Скоростно-силовые	Прыжок в длину с места, см	130 - 160	150-180	170-215	195-230
Выносливость	Бег на 1 км, мин/сек	4,50-6,10	-	-	-
	Бег на 1,5 км, мин/сек	-	6,50-8,20	-	-
	Бег на 2 км, мин/сек	-	-	8,10-10	
	Бег на 3 км, мин/сек				12,4-15,0
Гибкость	Наклон вперед из положения стоя, см	+2 - +8	+3 - +9	+4 - +11	+6 - +13
Силовые	Подтягивание из виса на высокой перекладине, кол-во раз	2-5	3-7	6- 12	9-14

### Контрольные упражнения по физической и технической подготовке

№ п/п	Контрольные упражнения	9-16 лет
1.	Бег 300м(с)	50-60
2.	Бег 400м(с)	-
3.	Бег 30м с ведением мяча(с)	5,2 -6,4
4.	Удар по мячу ногой на дальность (м)	15-30
5.	Жонглирование мячом	8-12
6.	Удар по мячу ногой на точность	5-6
7.	Бросок мяча рукой на дальность	3-10

## СПИСОК ИНФОРМАЦИОННЫХ ИСТОЧНИКОВ

### для педагога

1. Акимов, А.М. Игра футбольного вратаря [Текст] / А.М. Акимов. – М.: ФиС, 1978.
2. Андреев С.Н. Мини-футбол [Текст] / С.Н. Андреев. – М.: ФиС, 1978.
3. Антипов, А., Губов В. Диагностика и тренировка двигательных способностей [Текст] / А. Антипов, В. Губов. – 2008.
4. Буйлин, Ю.Ф. Теоретическая подготовка юных спортсменов [Текст] / Ю.Ф. Буйлин, Ю.Ф. Курамшин. – М.: ФиС, 1985.
5. Бриль, М.С. Отбор в спортивных играх [Текст] / М.С. Бриль. – М.: ФиС, 1980.
6. Гагаева, Г.М. Психология футбола [Текст] / Г.М. Гагаева. – М.: ФиС, 1979.
7. Гайдовский, В. 800 вопросов и ответов о правилах футбола [Текст] / В. Гайдовский. – М.: «Учитель», 2011.
8. Голомазов, С.В. Методика тренировки техники игры головой [Текст] / С.В. Голомазов, П.Г. Чирва. – 2006.
9. Гриндлер, К. Техническая и тактическая подготовка футболистов [Текст] / К. Гриндлер и др. – М.: ФиС, 1976.
10. Гриндлер, К. Физическая подготовка футболистов [Текст] / К. Гриндлер и др. – М.: ФиС, 1976.
11. Кузнецов, А. Футбол. Настольная книга тренера (11 – 12 лет) [Текст] / А. Кузнецов. – М.: «Дрофа», 2011.
12. Милки, Д. Футбол. Основы игры. Самый короткий путь к изучению основ футбола [Текст] / Д. Милки. – М.: «Просвещение», 2009.
13. Лях, В.И. Комплексная программа физического воспитания обучающихся 1-11 классов [Текст] / В.И. Лях, А.А. Зданевич. – М.: Просвещение, 2011.
14. Лях, В.И. Мой друг – физкультура: учебник для 1-4 классов начальной школы [Текст] / В. И. Лях. – М.: Просвещение, 2006.
15. Лях, В. И. Тесты физического воспитания школьников: пособие для учителя [Текст] / В.И. Лях. – М: ООО «Фирма «Издательство АСТ», 1998.
16. Лях, В.И. Физическая культура. Тестовый контроль. 5–9 классы: пособие для учителей общеобразовательных организаций [Текст] / В.И. Лях. – М.: Просвещение, 2014.
17. Лях, В.И. Физическая культура. Тестовый контроль. 10–11 классы: пособие для учителей общеобразовательных учреждений [Текст] / В.И. Лях. – М.: Просвещение, 2012.
18. Филин, В.П. Воспитание физических качеств у юных спортсменов [Текст] / В.П. Филин. – М., 1974.
19. Швыков, И. Спорт в школе. Футбол [Текст] / И. Швыков. – М.: «Учитель», 2009.

### **интернет-ресурсы**

20. Официальный сайт Министерства спорта Российской Федерации. – Режим доступа: <http://www.minsport.gov.ru/>
21. Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту. – Режим доступа: <http://lib.sportedu.ru/>

### **нормативно-правовые документы**

1. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года (утвержденная Распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678-р). [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/403709682/> (информационно-правовой портал «Гарант»)
2. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 № 629 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам". [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://publication.pravo.gov.ru/Document/View/0001202209270013> (официальный интернет-портал правовой информации)
3. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. N 28 "Об утверждении Санитарных правил 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи". [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://publication.pravo.gov.ru/Document/View/0001202012210122> (официальный интернет-портал правовой информации)
4. Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (утв. распоряжением Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 года № 996-р) [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.consultant.ru/law/hotdocs/43281.html/> (справочная правовая система «Консультант-Плюс»)
5. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» № 273-ФЗ от 29.12.2012 года [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://base.garant.ru/70291362/> (информационно-правовой портал «Гарант»)