**МУ «Отдел образования Урус-Мартановского муниципального района»**
**Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования**
**«РЦЮТиЭ Урус-Мартановского района»**

Принята на заседании
педагогического совета
МБУ ДО «РЦЮТиЭ
Урус-Мартановского района»
Протокол №1 от «17» 09 2022г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБУ ДО «РЦЮТиЭ
_____А.А.Расухаджиева
Приказ №39 от «17» 09 2022г.

# Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
## «Мини-футбол»

Направленность: физкультурно-спортивная
Уровень освоения: базовый

Возраст обучающихся: 11-14 лет
Срок реализации программы: 1 год

Составитель:
Хатуев Зелимхан Доккаевич,
педагог дополнительного образования

г. Урус-Мартан, 2022 год.

Программа прошла внутреннюю экспертизу и рекомендована к реализации
в МБУ ДО «РЦЮТиЭ Урус-Мартановского района»
Экспертное заключение (рецензия) № 2 от « 17 » 09 2022г.
Эксперт Ахмадова Хусиха Магомедовна, зам. дир. по УР
ФИО , должность

## Содержание программы

Раздел1. Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы:
1.1. Нормативно-правовые основы разработки дополнительных общеобразовательных программ.
1.2. Направленность программы.
1.3. Уровень освоения программы.
1.4. Актуальность программы.
1.5. Отличительные особенности.
1.6. Цель и задачи программы.
1.7. Категория учащихся.
1.8. Сроки реализации и объем программы.
1.9. Формы организации образовательной деятельности и режим занятий.
1.10. Планируемые результаты и способы их проверки.
Раздел 2. Содержание программы
2.1. Учебный (тематический) план.
2.2. Содержание учебного плана.
Раздел 3. Формы аттестации и оценочные материалы.
Раздел4. Комплекс организационно-педагогических условий реализации программы:
4.1. Материально-технические условия реализации программы.
4.2. Кадровое обеспечение программы.
4.3. Учебно-методическое обеспечение.
Приложения
Список использованной литературы

**Раздел 1. Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы:**

**1.1. Нормативно-правовые основы разработки дополнительных общеобразовательных программ**

1. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» № 273-ФЗ от 29.12.2012г. (в ред. от 16.04.2022 N 108-ФЗ);
2. Концепция развития дополнительного образования детей от 31 марта 2022 г. № 678-р;
3. Приказ Минпросвещения России от 09.11.2018 N 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам (в ред. Приказов Минпросвещения РФ от 05.09.2019 N 470, от 30.09.2020 N 533)
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 просвещения РФ от 3 сентября 2019 г. N 467 "Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей" (с изменениями и дополнениями от 02.02.2021г.)
6. Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской федерации от 5 мая 2018 года № 298н Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;
7. Письмо Минобрнауки России № 09-3242 от 18.11.2015 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»;
8. Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (утверждена Распоряжением Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. N 996-р).

**1.2. Направленность:** физкультурно-спортивная.

**1.3. Уровень освоения программы:** базовый

**1.4 Актуальность программы** состоит в том, что футбол – популярный вид спорта. А через заинтересованность учащихся в футболе есть возможность реализовать цель данной программы, а именно развить психические и физические качества ребенка, мотивировать его к здоровому образу жизни. Программа разработана на основе запроса родительского коллектива.

**1.5. Отличительные особенности.** Для обучения детей футболу по данной программе, в отличие от спортивных школ, принимаются все желающие дети, без специального отбора (кроме медицинских показаний). Программа «Мини-футбол» составлена на основе одноименной программы автора Галиев Азат Гильмуллович, учителя физической культуры, высшей квалификационной категории. Программа «Мини-футбол» отличается от программы общеобразовательной программы «Мини-футбол» по следующим пунктам:

- сокращено количество часов
- сокращено количество тем
- убраны три раздела
- добавлены новые темы

**1.6. Цель и задачи программы.**

**Целью программы** является разносторонняя подготовка и овладение рациональной техникой; приобретение знаний, умений необходимых футболистам; воспитание

трудолюбия, дисциплины, взаимопомощи, чувства коллективизма. Подготовка обучающихся к спартакиадам.

**Задачи программы**:

***Обучающие:***

- формирование культуры движений, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей и корригирующей направленностью, техническими действиями и приемами в футболе;
- освоение знаний о футболе, его истории и о современном развитии, роли в формировании здорового образа жизни;
- обучение навыкам и умениям в данной деятельности, самостоятельной организации занятий физическими упражнениями;
- овладение техникой передвижений, остановок, поворотов и стоек;
- освоение ударов по мячу и остановок мяча;
- овладение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей;
- освоение техники ведения мяча;
- освоение техники ударов по воротам;
- закрепление техники владения мячом и развитие координационных способностей;
- освоение тактики игры.

***Развивающие*:**

- укрепление здоровья, развитие основных физических качеств и повышение функциональных способностей;
- развитие выносливости;
- развитие скоростных и скоростно-силовых способностей.

***Воспитательные:***

- воспитание положительных качеств личности, соблюдение норм коллективного взаимодействия и сотрудничества в соревновательной деятельности;
- воспитание чувства товарищества, чувства личной ответственности;
- воспитание нравственных качеств по отношению к окружающим;
- приобщить воспитанников к здоровому образу жизни и гармонии тела.

**1.7. Категория учащихся.** Программа рассчитана на учащихся 11-14 лет. Зачисление осуществляется при желании ребенка по заявлению его родителей (законных представителей) и представлении справки о состоянии здоровья ребенка.

**1.8. Сроки реализации и объем программы.**

Срок реализации программы – 1 год. Объем программы – 144 часа.

**1.9. Формы организации образовательной деятельности и режим занятий.**

Занятия проводятся в разновозрастных группах, численный состав группы –

Режим занятий: 1 год обучения - проводятся по 2 раза в неделю по 2 часа.

Продолжительность занятия – 45 минут, перерыв 10 минут.

**1.10. Планируемые результаты освоения программы**

***В результате освоения программы «Мини-футбол» учащиеся будут знать:***

- об особенностях зарождения истории мини-футбола;
- о физических качествах и правилах их тестирования;
- основы личной гигиены, причины травматизма при занятии мини-футболом и правила его предупреждения;

***Будут уметь:***

- организовать самостоятельные занятия мини-футболом, а также с группой товарищей;
- организовывать и проводить соревнования по мини-футболу в классе, во дворе, в оздоровительном лагере и др.

***Будут способны решать следующие жизненно- практические задачи:***

- развивать в себе духовные и физические качества;
- научиться работать в коллективе;

***Личностными результатами*** освоения учащимися содержания программы являются следующие умения:

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

***Метапредметными результатами*** освоения учащимися содержания программы являются следующие умения:

- находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;
- общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;
- организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;
- анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
- видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;
- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять при этом сдержанность и рассудительность.

***Предметными результатами*** освоения учащимися содержания программы являются следующие умения:

- планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры;
- излагать факты истории развития физической культуры, характеризовать ее роль и значение в жизнедеятельности человека, связь с трудовой и военной деятельностью;
- представлять физическую культуру (физические упражнения) как средство(-а) укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- уметь передвигаться различными способами (ходьба, бег, прыжки) в различных условиях;
- выполнять простые акробатические соединения и гимнастические комбинации на высоком техническом уровне, характеризовать признаки техничного исполнения;
- выполнять общеразвивающие упражнения (с предметами и без предметов) для развития основных физических качеств (силы, быстроты, гибкости, выносливости, двигательно-координационных способностей);
- осуществлять индивидуальные и групповые действия в подвижных играх;
- освоить на определенном уровне навык работы с различными мячами;
- быть способным применять жизненно важные умения и навыки в различных изменяющихся (вариативных) условиях.

**Раздел 2. Содержание программы**

**2.1. Учебный (тематический) план.**

| № п/п | Наименование разделов и тем | Количество часов | | | Форма контроля |
|---|---|---|---|---|---|
| | | Теория | Практика | Всего | |
| **1** | Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности. | 1 | 1 | **2** | Наблюдение |
| **2** | **Подготовка и упражнения** | | | **10** | |
| 2.1 | Обучение передаче мяча. Обучение остановке мяча. | | 2 | 2 | Опрос. Наблюдение. |
| 2.2 | Совершенствование навыков передаче мяча | | 2 | 2 | Опрос. Наблюдение. |
| 2.3 | Обучение остановки мяча бедром. Обучение удару мяча слета. | | 2 | 2 | Опрос. Наблюдение. |
| 2.4 | различные ситуации для нанесения удара. | | 2 | 2 | Опрос. Наблюдение. |
| 2.5 | осмысленная игра головой. игра головой в обороне. | | 2 | 2 | Опрос. Наблюдение. |
| **3** | **Правила игры в мини-футбол.** | | | **28** | |
| 3.1 | Физ. подготовка. Челночный бег, футбол, изучение упражнения «квадрат». | | 2 | | Устный опрос, выполнение практических заданий. Игра |
| 3.2 | Физ. подготовка. Бег, прыжки по лестницам, футбол, изучение упражнения «контроль мяча». | | 2 | | |
| 3.3 | Физ. подготовка. Челночный бег + удары по воротам, футбол | | 2 | | |
| 3.4 | Передвижение спиной вперед, повороты, удары по мячу внутренней частью стопы, ведение мяча по кругу. | | 2 | | Устный опрос, выполнение практических заданий. Игра |
| 3.5 | Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой. Бег в сочетании с ходьбой. | | 2 | | Устный опрос, выполнение практических заданий. Игра |
| 3.6 | Подвижные игры. | | 2 | | Устный опрос, выполнение |

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | практических заданий. Игра |
| 3.7 | Обучение ударом по неподвижному мячу, чеканка мяча. | | 2 | | Устный опрос, выполнение практических заданий. Игра |
| 3.8 | Товарищеская игра 5-6 против 8-9 классов. | | 2 | | Выполнение практических заданий. Игра |
| 3.9 | Развитие скоростных и скоростно-силовых способностей, прыжки. | | 2 | | Опрос. Наблюдение. |
| 3.10 | Обводка с помощью обманных движений, отработка изученных ударов. | | 2 | | Опрос. Наблюдение. |
| 3.11 | Отработка паса щечкой в парах. Футбол. | | 2 | | Опрос. Наблюдение. |
| 3.12 | Игры на закрепление тактических действий, силовые упражнения. | | 2 | | Опрос. Наблюдение. |
| 3.13 | Ведение мяча с активным сопротивлением защитников, удар по неподвижному мячу внутренней стороной стопы. | | 2 | | Опрос. Наблюдение. |
| **4** | **Специальная физическая подготовка** | | | **48** | Опрос. Наблюдение. |
| 4.1 | Развитие координационных способностей. Ведение + удар по воротам, квадрат. | | 2 | | |
| 4.2 | Изучение позиционного нападения: без изменений позиций игроков + удар с сопротивлением. | | 2 | | |
| 4.3 | Полоса препятствий, удары-по неподвижному мячу. | | 2 | | |
| 4.4 | Отработка передач в движении, передача мяча на ход. | | 2 | | Опрос. Наблюдение. |
| 4.5 | Отбор мяча толком плеча в плечо. Двусторонняя учебная игра. | | 2 | | Опрос. Наблюдение. |
| 4.6 | Товарищеская игра | | 2 | | Опрос. Наблюдение. Товарищеские соревнования |
| 4.7 | Развитие гибкости, старты из различных | | 2 | | Опрос. Наблюдение. |

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| | положений, подтягивания. | | | | |
| 4.8 | Тренировка выносливости, изменение направления движений по сигналу | | 2 | | Опрос. Наблюдение. |
| 4.10 | Отработка тактики свободного нападения, ударов из различных положений. | | 2 | | Опрос. Наблюдение. |
| 4.11 | Комбинации из освоенных элементов техники передвижений, применение их в игре. | | 2 | | Опрос. Наблюдение. |
| 4.13 | Ввод мяча вратаря ударом ногой. Двусторонняя учебная игра. | | 2 | | Опрос. Наблюдение. |
| 4.14 | Вратарь: ловля катящегося мяча. Удары по воротам из стандартных положений, по катящемуся мячу. | | 2 | | Опрос. Наблюдение. |
| 4.15 | Отбор мяча перехватом, тактика игры 2 против 1. | | 2 | | Опрос. Наблюдение. |
| 4.16 | Изучение технических приемов, прием мяча грудью. Двусторонняя учебная игра. | | 2 | | Опрос. Наблюдение. |
| 4.17 | Комбинации из освоенных элементов техники передвижений + эстафета. | | 2 | | Опрос. Наблюдение. |
| 4.18 | Товарищеская игра | | 2 | | Сдача нормативов. Товарищеские соревнования |
| 4.21 | Скоростные упражнения + удары по мячу из различных положений. | | 2 | | Опрос. Наблюдение. |
| 4.24 | Ведение мяча + удар по воротам. Футбол. | | 2 | | Опрос. Наблюдение. |
| 4.25 | Тактическая подготовка Эстафета дриблеров, двусторонняя учебная игра.. | | 2 | | Опрос. Наблюдение. |
| 4.26 | Общеразвивающие упражнения. Товарищеская игра | | 2 | | Опрос. Наблюдение. |
| 4.27 | Изучение финтов, применение при сопротивлении | | 2 | | Опрос. Наблюдение. |

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| | защитника. | | | | |
| 4.28 | Удары – с разбега, с места, с подачи партнера, с одного шага. | | 2 | | Опрос. Наблюдение. |
| 4.29 | Итоговое занятие. Сдача контрольных нормативов. | | 4 | | Опрос. Наблюдение. Сдача контрольных нормативов. |
| **5** | **Тактика игры** | | | **56** | |
| 5.1 | Отработка реакции и смена направления движения. | | 2 | | Опрос. Наблюдение. |
| 5.2 | Аэробная работа, развитие ловкости, взрывная мощь ног. | | 2 | | Опрос. Наблюдение. |
| 5.3 | Аэробная работа повышенной интенсивности, повороты на скорости. | | 2 | | Опрос. Наблюдение. |
| 5.4 | Аэробная работа повышенной интенсивности, короткие рывки. | | 2 | | Опрос. Наблюдение. |
| 5.5 | Скоростное ведение мяча. | | 2 | | Опрос. Наблюдение. |
| 5.6 | Ведение мяча на ограниченном пространстве | | 2 | | Опрос. Наблюдение. |
| 5.7 | Скрещивания и бег с мячом. | | 2 | | Опрос. Наблюдение. |
| 5.8 | Бег с мячом и без него. | | 2 | | Опрос. Наблюдение. |
| 5.9 | Бег с мячом со сменой направления движения. | | 2 | | Опрос. Наблюдение. |
| 5.10 | Бег с мячом, остановка и повороты | | 2 | | Опрос. Наблюдение. |
| 5.11 | Ведение мяча на скорости и короткий пас. Обводка | | 2 | | Опрос. Наблюдение. |
| 5.12 | Бег с мячом и принятие решения. | | 2 | | Опрос. Наблюдение. |
| 5.13 | Короткий пас и контролируемое перемещение мяча. | | 2 | | Опрос. Наблюдение. |
| 5.14 | Короткий пас с лета с отбеганием. | | 2 | | Опрос. Наблюдение. |
| 5.15 | Пас в стенку с последующей комбинацией. | | 2 | | Опрос. Наблюдение. |
| 5.16 | Подготовка передачи Розыгрыш комбинации.. | | 2 | | Опрос. Наблюдение. |
| 5.17 | Товарищеская игра | | 2 | | Наблюдение. Товарищеские |

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | соревнования |
| 5.18 | Игра в стенку, бег с мячом. Развитие чувства мяча. | | 2 | | Опрос. Наблюдение. |
| 5.19 | Передачи и перевод мяча от одного края площадки до другого | | 2 | | Опрос. Наблюдение. |
| 5.20 | Удар с лета или полулета после высокой передачи. | | 2 | | Опрос. Наблюдение. |
| 5.21 | Удар с поворота. | | 2 | | Опрос. Наблюдение. |
| 5.22 | Принятие решения - бить самому или отдать мяч партнеру. | | 2 | | Опрос. Наблюдение. |
| 5.23 | Удар с дальней дистанции. | | 2 | | Опрос. Наблюдение. |
| 5.24 | Товарищеская игра | | 2 | | Товарищеские соревнования |
| 5.25 | Различные ситуации для нанесения удара. | | 2 | | Опрос. Наблюдение. |
| 5.26 | Сложные ситуации для нанесения удара | | 2 | | Опрос. Наблюдение. |
| 5.27 | Итоговое занятие. Сдача контрольных нормативов. | | 4 | | Сдача контрольных нормативов. |

**2.2. Содержание учебного плана.**

**1. Введение – 2ч.**

*1.1 Инструктаж по ТБ. Игра на знакомство.*

Теория. Инструктаж по технике безопасности. Игра на знакомство обучающихся друг с другом. Выявление уровня первичной подготовки детей в данном виде деятельности. Краткий обзор возникновения и развития мини-футбола.

**2. Подготовка и упражнения – 10ч.**

*2.1 Физ. подготовка. Челночный бег, футбол, изучение упражнения «квадрат».*

Практика. Физ. подготовка. Втягивающая тренировка. Специальные упражнения, свободная практика. Челночный бег, футбол, изучение упражнения «квадрат».

*2.2 Физ. подготовка. Бег, прыжки по лестницам, футбол, изучение упражнения «контроль мяча».*

Практика. Физ. подготовка. Прыжки через барьер, бег, прыжки по лестницам, футбол, изучение упражнения «контроль мяча».

*2.3 Легкоатлетические упражнения. Удары по мячу ногой после выполнения технических действий. Футбол*

Практика. Легкоатлетические упражнения: низкий старт, бег на короткие дистанции. Удары по мячу ногой после выполнения технических действий. Футбол.

*2.4 Передвижение спиной вперед, повороты, удары по мячу внутренней частью стопы, ведение мяча по кругу*

Практика. Передвижение спиной вперед, повороты, удары по мячу внутренней частью стопы, ведение мяча по кругу. Упражнения для развития ловкости. Передачи мяча в движении.

*2.5 Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой. Бег в сочетании с ходьбой. Товарищеская игра*

Практика. Упражнения для развития силовых качеств. Финты (обманные действия). Упражнения для развития быстроты. Введение мяча из-за боковой линии. Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой. Бег в сочетании с ходьбой. Товарищеская игра.

***3*. Правила игры в мини-футбол – 28ч.**

*3.1.* Правила игры в мини-футбол. Тактика защиты: командные действия. Ведение мяча с активным сопротивлением защитников.

*Практика.* Правила игры в мини-футбол. Тактика защиты: командные действия. Обводка с помощью обманных движений, отработка изученных ударов. Ведение мяча с активным сопротивлением защитников. Игры на закрепление тактических действий, силовые упражнения.

*3.2* Обучение удару по неподвижному мячу, чеканка мяча.

Практика. Игры, развивающие физические способности. Бег с остановками и изменением направления. Обучение удару по неподвижному мячу, чеканка мяча.

*3.3* Отработка ударов по мячу из различных положений, комбинации ударов.

*Практика.* Отработка ударов по мячу из различных положений, комбинации ударов. Отбор мяча перехватом, тактика игры 2 против 1. Изучение технических приемов, прием мяча грудью.

3.4. Остановка катящегося мяча

*Практика.* Остановка мяча внутренней стороной стопы и подошвой. Бег в сочетании с ходьбой.

*3.5.* Подвижные игры.

*Практика.* Товарищеская игра

3.7. *Обучение ударом по неподвижному мячу, чеканка мяча.*

*Практика.* Удары с различных позиций. Отработка штрафных ударов. Различные розыгрыши штрафных с партнером.

3.8. Товарищеская игра 5-6 против 8-9 классов.

*Практика.* Игра между командами

3.8. Развитие скоростных и скоростно-силовых способностей, прыжки.

*Практика.* Бег на расстояние, спринт. Прыжки с места и с разбега. Отжимания, пресс, подтягивания.

3.9. Обводка с помощью обманных движений, отработка изученных ударов.

*Практика.* Обводка с помощью партнера, обводка в одиночку. Удары с наката, штрафные удары, пенальти.

4.1. Отработка паса щечкой в парах.

*Практика.* Игры, отработка паса с низу и с верху, пасы дальние и ближние.

4.2. Игры на закрепление тактических действий, силовые упражнения.

*Практика. Товарищеская игра*

4.3 .Ведение мяча с активным сопротивлением защитников, удар по неподвижному мячу внутренней стороной стопы.

*Практика. Техника введения мяча, расстановка защиты, удары и пасы.*

4.4. *Итоговое занятие.*

Практика. Итоговое занятие. Сдача контрольных нормативов. Товарищеские соревнования.

***4.* Тактика игры – 48ч.**

4.5. Отработка реакции и смена направления движения.

*Практика*. Группа игроков бегает внутри квадрата, меняя скорость и направление. Неожиданно тренер выкрикивает какое-то число (например, «четыре»), после чего игроки должны как можно быстрее разделиться на группы указанного состава, крепко взявшись за руки или обнявшись за плечи.

4.6. Аэробная работа, развитие ловкости, взрывная мощь ног.

*Практика.* колонны из 4-6 игроков каждая стоят в шеренгах лицом к тренеру, расположившемуся в 10 м. Тренер, который может передвигаться внутри квадрата 25х25 м вперед или назад, сначала медленно движется назад, что является сигналом для игроков в каждой колонне бежать к нему.

4.7. Аэробная работа повышенной интенсивности, повороты на скорости.

*Практика*. две колонны игроков стоят лицом друг к другу на расстоянии 15-25 м. Направляющий игрок А бежит на противоположную сторону и присоединяется к противоположной колонне. Как только он приближается к ней, из этой колонны стартует игрок

4.8. Скоростное ведение мяча.

*Практика.*Техника ведения мяча ногой в футболе. Ведение мяча ногой заключается в том, что футболист, находясь на средней или высокой скорости, бежит и толкает мяч. Простыми словами, ведение мяча ногой — это бег по полю вместе с мячом.

4.9. Ведение мяча на ограниченном пространстве.

Практика. Ведение мяча, это действия, которые подразумевают перемещение с мячом без сопротивления соперника и служат подготовкой к выполнению последующих действий (дриблинга, передачи, удара по воротам).

5.1. Скрещивания и бег с мячом.

*Практика* .Скрещивание в футболе подразумевает встречу игроков, которые движутся перекрестным курсом. Один игрок движется с мячом навстречу партнеру, а второй футболист бежит ему наперерез.

5.2. Бег с мячом и без него.

*Практика* .Пас – передача мяча от одного игрока одной команды к другому игроку этой же команды. Перемещение – бег с мячом и без мяча по футбольному полю.

5.3. Бег с мячом со сменой направления движения.

*Практика* .Для изменения направления движения, при рывках с места вправо или влево, после выполненных поворотов, как правило, используют бег скрестным шагом. К особенностям такого бега относят пронос маховой ноги скрестно впереди опорной ноги и короткую фазу полета.

5.4. Бег с мячом, остановка и повороты.

*Практика* .Передвижения в футболе делятся на: бег, прыжки, остановки, повороты. В данном случае идёт работа над бегом с небольшим сопротивлением. Хорошо, если вы добавите партнёра, который будет набрасывать мяч,

5.5. Ведение мяча на скорости и короткий пас. Обводка

5.6. Бег с мячом и принятие решения.

*Практика.* Что такое дриблинг. Дриблинг в футболе – это манёвр игрока с мячом, который позволяет ему обойти защитника и выдвинуться на относительно свободное пространство или забить гол

5.7. Короткий пас и контролируемое перемещение мяча.

*Практика.* четыре колонны игроков выстраиваются крестом на расстоянии 8-12 м. Направляющие двух смежных колонн имеют по мячу и смотрят на противостоящую колонну. Оба делают передачу партнеру из противоположной колонны и бегут вслед за мячом, при обязательном условии не столкнуться с другим мячом или игроком, после чего становятся в хвост колонны

5.8. Короткий пас с лета с отбеганием.

*Практика.* Короткий пас. Короткой называют ту передачу, при которой мяч передается игроку на расстоянии 5-10 метров. Это максимально точная и быстрая передача, которая не требует особых навыков от футболиста.

5.9. Пас в стенку с последующей комбинацией.

*Практика* .Стенка» — одна из самых эффективных комбинаций, которая позволяет пройти сразу несколько противников и оказаться на свободном месте. Подобный розыгрыш требует от исполнителей слаженных действий и высокой культуры паса. Самый простой вариант стенки (он же самый распространенный) разыгрывают два футболиста.

6.1. Подготовка передачи Розыгрыш комбинации.

*Практика.* Рассмотреть причины их появления в футболе; 2) Узнать виды игровых комбинаций и понять, в каких ситуациях они используются; 3) Рассмотреть примеры игровых комбинаций; 4) Выявить преимущество, получаемое игроками при использовании комбинаций.

6.2. Товарищеская игра. *Практика* .Товарищеская игра между собой. Особое внимание на второй состав которые получают мало игрового времени.

6.3. Игра в стенку, бег с мячом. Развитие чувства мяча.

*Практика.* Чувство мяча» — это способность футболиста тонко чувствовать все движения мяча и уметь им управлять. «Чувство мяча» вырабатывается в результате упорной и систематической тренировки.

6.4. Передачи и перевод мяча от одного края площадки до другого.

*Практика* .Пас – передача мяча от одного игрока одной команды к другому игроку этой же команды. Перемещение – бег с мячом и без мяча по футбольному полю. Стойка – положение игрока, которое позволяет ему передвигаться в любую сторону.

6.5. Удар с лета или полулета после высокой передачи.

*Практика*. Удар с полулета позволяет направить мяч с очень высокой скоростью. Если удар выполнен правильно, он получается очень сильным, как принято говорить – «пушечным»

6.6. Удар с поворота.

*Практика*. Удар с поворотом используется для изменения направления полета мяча, Выполняется средней частью подъема по опускающимся или низко летящим навстречу мячам

6.7. Принятие решения - бить самому или отдать мяч партнеру.

*Практика.* тренер располагается за пределами штрафной площади с мячами, лицом к вратарю. У стоек ворот - игроки, подающие мяч. Перед тренером, метрах в 10-15 и по обе стороны от него располагаются два игрока. За спиной тренера - метрах в десяти - выстраивается колонна (или шеренга) игроков.

6.8. Удар с дальней дистанции.

*Практика* .Формально дальность удара в футболе рассчитывается как кратчайшее расстояние между той точкой земли, с которой был нанесен удар (либо проекцией, в том случае если футболист наносил удар "с лету")

6.9. Товарищеская игра.

*Практика* .Товарищеская игра между собой. Особое внимание на второй состав которые получают мало игрового времени

7.1. Различные ситуации для нанесения удара.

.*Практика.* Все способы ударов имеют определенную целевую направленность, которая характеризуется необходимой траекторией движения мяча, а также его оптимальной (а часто и максимальной) скоростью. Скорость полета мяча зависит от начальной скорости ударного звена (нога или голова) и мяча в момент соприкосновения, а также от соотношения их масс.

7.2. Сложные ситуации для нанесения удара.

*Практика.* В футболе побеждает та команда, которая забивает больше голов. Чтобы забить гол, нужно бить по воротам, поэтому удар является ключевым элементом в футболе. В этой статье мы разберем удары по мячу в футболе, рассмотрим основные классификации, виды и способы ударов.

7.3. Итоговое занятие. Сдача контрольных нормативов.

*Практика* . Бег 30м.Бег 1000м.Челнок10х5.Прыжок с места.

**Раздел 3. Формы аттестации и оценочные материалы.**

**Основные виды диагностики результата:**

**входной** – проводится в начале обучения, определяет уровень знаний и умений;

**текущий** – проводится на каждом занятии: акцентирование внимания, практические занятия;

т**екущий** – проводится по окончании изучения отдельных тем: выполненным эскизам, программные задания, работа в коллективе; по результатам контроля для учащихся определяется индивидуальный темп и сложность освоения программы;

**итоговый** –сдача нормативов.

**Методы и формы отслеживания результативности обучения и воспитания:**

открытое педагогическое наблюдение;

оценка продуктов творческой деятельности детей;

**формы:**

Презентации, тестирование. Проверка подготовки учащихся осуществляется путем соревнований внутри группы.

**Критерии оценки достижения планируемых результатов программы.**

**Низкий уровень.** Обучающийся неуверенно формулирует правила ТБ, слабо развиты экологические знания, не уверен в знаниях о составлении композиции. Слабо знает искусственную среду для жизнедеятельности с применением природных элементов.

*Личностные качества учащегося.* Обучающийся обращается за помощью только тогда, когда совсем не может справиться заданием. Работу выполняет не всегда аккуратно, неохотно исправляет ошибки. Слабо проявляет свой талант и творческий подход при выполнении работы.

**Средний (допустимый) уровень.** Обучающийся уверенно формулирует правила ТБ, хорошо развиты экологические знания, уверенно демонстрирует идеи флористики с применением различных объектов природы и искусственных материалов. Хорошо знает искусственную среду для жизнедеятельности с применением природных элементов.

*Личные качества учащегося.* Обучающийся легко общается с людьми, при затруднении не всегда обращается за помощью. Работу выполняет охотно, но ошибки исправляет только при вмешательстве педагога. Не всегда проявляет фантазию, но творчески подходит к выполнению работы.

**Высокий уровень.** Обучающийся отлично формулирует правила ТБ, отлично развиты экологические знания, отлично справляется с показом знаний о флористике, составляет букеты, создает композиции с применением различных растений и искусственных материалов.

*Личные качества учащегося.* Обучающийся легко общается с окружающими, и сам готов помочь товарищам. Работу выполняет охотно, замечает свои ошибки и самостоятельно их исправляет. Всегда проявляет фантазию и творчески подходит к выполняемой работе.

**Критерии оценки для тестов:** восемь правильных ответов из десяти – отлично; шесть правильных ответов из десяти – хорошо; четыре правильных ответа – удовлетворительно; ниже четырех – неудовлетворительно.

## Раздел 4. Комплекс организационно-педагогических условий реализации программы.

### 4.1. Материально-техническое обеспечение программы.

Мячи футбольные
Фишки футбольные
Манишки футбольные

### 4.2. Кадровое обеспечение программы.

Программа может быть реализована педагогом дополнительного образования, имеющим образование, соответствующее направленности дополнительной общеобразовательной программы, осваиваемой учащимися.

Хатуев Зелимхан Доккаевич, педагог МБУ ДО «РЦЮТиЭУрус-Мартановского района».

Образование:Среднее профессиональное, квалификация – Учитель физической культуры.

### 4.3. Учебно-методическое обеспечение образовательной программы:

1) Учебно-методические пособия, методическая литература. (см. Литература).

2) Материал из опыта педагога:

- методический и инструктивный материал;
- дидактический материал;
- методические разработки (конспекты занятий, памятки и т.д.).

3)Методическое психолого-педагогическое сопровождение личности обучающегося (тесты, опросник);

4)Информационное обеспечение для детей и их родителей:

рекламные буклеты, публикации объявлений в СМИ, информация на сайте, стенд педагога – достижения учащихся каждой смены, обратная связь отзывов детей и родителей на общественном канале.

| Название учебной темы | Форма занятий | Название и форма методического материала | Методы и приемы организации учебно-воспитательного процесса |
|---|---|---|---|
| Введение. Игра на знакомство. Инструктаж по ТБ. | Групповая. Теоретическая подготовка. Беседа-лекция. | Презентация по теме. Инструкции по ТБ. | Словесные |
| Подготовка и упражнения | Групповая, индивидуальная Теоретическая подготовка. Практическое занятие. Беседа-лекция. | Презентация по теме. Дидактические пособия, Интернет-ресурсы. http://www.ffu86.ru | Устный опрос, выполнение практических заданий. Игра |
| Правила игры в мини-футбол. | Групповая, индивидуальная. Теоретическая подготовка. Практическое занятие. Беседа-лекция. | Презентация по теме. Дидактические пособия, Интернет-ресурсы. http://www.minsport.gov.ru | Словесные Наглядные Репродуктивный |
| Специальная физическая подготовка | Групповая, индивидуальная. Практическое занятие. | Дидактические пособия, Интернет-ресурсы. http://www.ffu86.ru | Устный опрос, выполнение практических заданий. Игра |
| Правила игры в мини-футбол. | Групповая, индивидуальная. Теоретическая подготовка. Практическое занятие. Беседа-лекция. | Презентация по теме. Дидактические пособия, Интернет-ресурсы. http://www.minsport.gov.ru | Словесные Наглядные Репродуктивный |
| Тактика игры | Групповая, индивидуальная. Теоретическая подготовка. Практическое занятие. Беседа-лекция. | Презентация по теме. Дидактические пособия, Интернет-ресурсы. http://www.minsport.gov.ru | Словесные Наглядные Репродуктивный |

## Список использованной литературы


- Андреев С. Н. Играй в футбол. – М.: Издательство «Поматур», 2009.
- Аркадьев Б. А. Тактика футбольной игры. – М.: ФиС, 2002.
- Апухтин Б. Т. Обманные приемы в футболе. – М.: ФиС, 2009.
- Гагаева Г. М. Психология футбола. – М.: ФиС, 2008.
- Гандельсман А. Б., Смирнов К. М. Физиологические основы методики спортивной тренировки. – М.: ФиС, 2010.
- Гриндлер К. и др. Физическая подготовка футболистов. – М.: ФиС, 2006
- Калинин А. П. Игра защитников. – М.: ФиС, 2007.
- Конов И. И. Игра нападающих. – М.: ФиС,2011.
- Общая психология. Под редакцией Ю. В. Коломенского. - М., 2003.
- Подготовка молодого футболиста. Под редакцией Яноша Палфан. – М.: ФиС, 2003.
- Подготовка футболистов. Под редакцией В. И. Козловского. – М.: ФиС, 2013.
- Пособие для начинающих тренеров. Под редакцией С.Д. Вознесенского. - М., 2003.
- Симаков В. И. Футбол: простые комбинации. – М.: Физкультура и спорт, 2015.
- Симаков В. И. Футбол: комбинации в парах. – М.: Физкультура и спорт, 2015.


## Список литературы для учащихся и родителей


- Пособие для начинающих футболистов. Под редакцией В.С. Плескова. - М., 2004.
- Лаптев А. П. Режим футболистов. – М.: ФиС, 2011.
- Коротков И.М. Подвижные игры в занятиях спортом. – М.: ФиС, 2011.


## Интернет-источники


- http://www.minsport.gov.ru
- http://www.ffu86.ru
- http://www.depsport.admhmao.ru

**Приложение1**

**2.3. Календарный учебный график**
**по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе**
**физкультурно-спортивной направленности объединения «Мини Футбол»**
**на 2021 – 2022 учебный год**
**1 группа**

| № п\п | Фактическая дата и время проведения занятия | Плановая дата и время проведения занятия | Форма Занят. | Кол. Час | Тема занятия | Место проведения занятия | Форма контроля |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | **2** | **Введение** | | |
| | | | Лекция игра | 2 | Инструктаж по ТБ. Игра на знакомство. Краткий обзор возникновения и развития мини-футбола. | | Наблюдение |
| | | | | **10** | **Подготовка и упражнения** | | |
| | | | Практика | | Обучение передаче мяча. Обучение остановке мяча. | | Наблюдение |
| 1. | | | Практика | 2 | Совершенствование навыков передаче мяча | | Наблюдение |
| 2. | | | Практика | 2 | Обучение остановки мяча бедром. Обучение удару мяча слета. | | Наблюдение |
| 3. | | | Практика | 2 | различные ситуации для нанесения удара. | | Наблюдение |
| 4. | | | Практика | 2 | осмысленная игра головой. игра головой в обороне. | | Наблюдение |
| 5. | | | Практика | **28** | **Специальная физическая подгатовка** | | Наблюдение |
| 6. | | | Практика | 2 | Физподготовка. Челночный бег, футбол, изучение | | Наблюдение |

| | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | упражнения «квадрат». | | |
| 7. | | | Практика | 2 | Физподготовка. Бег, прыжки по лестицам, футбол, изучение упражнения «контроль мяча». | | Наблюдение |
| 8. | | | Практика | 2 | Физподготовка. Челночный бег + удары по воротам, футбол | | Наблюдение |
| 9. | | | Практика | 2 | Передвижение спиной вперед, повороты, удары по мячу внутренней частью стопы, ведение мяча по кругу. | | Наблюдение |
| 10. | | | Практика | 2 | Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой. Бег в сочетании с ходьбой. | | Наблюдение |
| 11. | | | Практика | 2 | Подвижные игры. | | Наблюдение |
| 12. | | | Практика | 2 | Обучение ударом по неподвижному мячу, чеканка мяча. | | Наблюдение |
| 13. | | | Практика | 2 | Товарищеская игра 5-6 против 8-9 классов. | | Наблюдение |
| 14. | | | Практика | 2 | Развитие скоростных и скоростно-силовых способностей, прыжки. | | Наблюдение |
| | | | Практика | 2 | Обводка с помощью обманных движений, отработка изученных ударов. | | Наблюдение |
| 15. | | | Практика | 2 | Отработка паса щечкой в парах. Футбол. | | Наблюдение |
| 16. | | | Практика | 2 | Игры на закрепление | | Наблюдение |

| | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | тактических действий, силовые упражнения. | | |
| 17. | | | Практика | 2 | Ведение мяча с активным сопротивлением защитников, удар по неподвижному мячу внутренней стороной стопы. | | Наблюдение |
| 18. | | | Практика | 2 | | | Наблюдение |
| 19. | | | | **48** | **Правила игры в мини-футбол.** | | |
| 20. | | | Практика | 2 | Развитие координационных способностей. Ведение + удар по воротам, квадрат. | | Наблюдение |
| 21. | | | Практика | 2 | Изучение позиционного нападения: без изменений позиций игроков + удар с сопротивлением. | | Наблюдение |
| 22. | | | Практика | 2 | Полоса препятствий, удары-по неподвижному мячу. | | Наблюдение |
| 23. | | | Практика | 2 | Отработка передач в движении, передача мяча на ход. | | Наблюдение |
| 24. | | | Практика | 2 | Отбор мяча толком плеча в плечо. Двусторонняя учебная игра. | | Наблюдение |
| 25. | | | Практика | 2 | Товарищеская игра | | Соревнования |
| 26. | | | Практика | 2 | Развитие гибкости, старты из различных положений, подтягивания. | | Наблюдение |
| 27. | | | Практика | 2 | Тренировка выносливости, изменение направления движений по сигналу | | Наблюдение |

| | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 28. | | | Практика | 2 | Отработка тактики свободного нападения, ударов из различных положений. | | Наблюдение |
| 29. | | | Практика | 2 | Комбинации из освоенных элементов техники передвижений, применение их в игре. | | Наблюдение |
| 30. | | | Практика | 2 | Ввод мяча вратаря ударом ногой. Двусторонняя учебная игра. | | Наблюдение |
| 31. | | | Практика | 2 | Вратарь: ловля катящегося мяча. Удары по воротам из стандартных положений, по катящемуся мячу. | | Наблюдение |
| 32. | | | Практика | 2 | Отбор мяча перехватом, тактика игры 2 против 1. | | Наблюдение |
| 33. | | | Практика | 2 | Изучение технических приемов, прием мяча грудью. Двусторонняя учебная игра. | | Наблюдение |
| 34. | | | Практика | 2 | Комбинации из освоенных элементов техники передвижений + эстафета. | | Наблюдение |
| 35. | | | Практика | 2 | Товарищеская игра | | Соревнования |
| 36. | | | Практика | 2 | Скоростные упражнения + удары по мячу из различных положений. | | Наблюдение |
| | | | Практика | 2 | Ведение мяча + удар по воротам. Футбол. | | Наблюдение |
| 37. | | | Практика | 2 | Тактическая подготовка Эстафета дриблеров, | | Наблюдение |

| | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | двусторонняя учебная игра.. | | |
| 38. | | | Практика | 2 | Общеразвивающие упражнения. Товарищеская игра | | Наблюдение |
| 39. | | | Практика | 2 | Изучение финтов, применение при сопротивлении защитника. | | Наблюдение |
| 40. | | | Практика | 2 | Удары – с разбега, с места, с подачи партнера, с одного шага. | | Наблюдение |
| 41. | | | Практика | 2 | Итоговое занятие. Сдача контрольных нормативов. | | Соревнования |
| 42. | | | | **56** | **Тактика игры** | | |
| 43. | | | Практика | 2 | Отработка реакции и смена направления движения. | | Наблюдение |
| 44. | | | Практика | 2 | Аэробная работа, развитие ловкости, взрывная мощь ног. | | Наблюдение |
| 45. | | | Практика | 2 | Аэробная работа повышенной интенсивности, повороты на скорости. | | Наблюдение |
| 46. | | | Практика | 2 | Аэробная работа повышенной интенсивности, короткие рывки. | | Наблюдение |
| 47. | | | Практика | 2 | Скоростное ведение мяча. | | Наблюдение |
| 48. | | | Практика | 2 | Ведение мяча на ограниченном пространстве | | Наблюдение |
| 49. | | | Практика | 2 | Скрещивания и бег с мячом. | | Наблюдение |
| 50. | | | Практика | 2 | Бег с мячом и без него. | | Наблюдение |

| | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 51. | | | Практика | 2 | Бег с мячом со сменой направления движения. | | Наблюдение |
| 52. | | | Практика | 2 | Бег с мячом, остановка и повороты | | Наблюдение |
| 53. | | | Практика | 2 | Ведение мяча на скорости и короткий пас. Обводка | | Наблюдение |
| 54. | | | Практика | 2 | Бег с мячом и принятие решения. | | Наблюдение |
| 55. | | | Практика | 2 | Короткий пас и контролируемое перемещение мяча. | | Наблюдение |
| 56. | | | Практика | 2 | Короткий пас с лета с отбеганием. | | Наблюдение |
| 57. | | | Практика | 2 | Пас в стенку с последующей комбинацией. | | Наблюдение |
| 58. | | | Практика | 2 | Подготовка передачи Розыгрыш комбинации.. | | Наблюдение |
| 59. | | | Практика | 2 | Товарищеская игра | | Соревнование |
| 60. | | | Практика | 2 | Игра в стенку, бег с мячом. Развитие чувства мяча. | | Наблюдение |
| 61. | | | Практика | 2 | Передачи и перевод мяча от одного края площадки до другого | | Наблюдение |
| 62. | | | Практика | 2 | Удар с лета или полулета после высокой передачи. | | Наблюдение |
| 63. | | | Практика | 2 | Удар с поворота. | | Наблюдение |
| 64. | | | Практика | 2 | Принятие решения - бить самому или отдать мяч партнеру. | | Наблюдение |
| 65. | | | Практика | 2 | Удар с дальней дистанции. | | Наблюдение |

| | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 66. | | | Практика | 2 | Товарищеская игра | | Соревнования |
| 67. | | | Практика | 2 | Различные ситуации для нанесения удара. | | Наблюдение |
| 68. | | | Практика | 2 | Сложные ситуации для нанесения удара | | Наблюдение |
| 69. | | | Практика | 2 | Итоговое занятие. Сдача контрольных нормативов. | | Соревнования |

## 2 группа

| № п\п | Фактическая дата и время проведения занятия | Плановая дата и время проведения занятия | Форма Занят. | Кол. Час | Тема занятия | Место проведения занятия | Форма контроля |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Лекция игра | **2** | **Введение** Инструктаж по ТБ. Игра на знакомство. Краткий обзор возникновения и развития мини-футбола. | | |
| | | | | **10** | **Подготовка и упражнения** | | |
| 1. | | | Практика<br>Практика | 2<br>2 | Обучение передаче мяча. Обучение остановке мяча.<br>Совершенствование навыков передаче мяча | | Наблюдение<br>Наблюдение |
| 2.<br>3. | | | Практика<br>Практика | 2<br>2 | Обучение остановки мяча бедром. Обучение удару мяча слета.<br>различные ситуации для нанесения удара. | | Наблюдение<br>Наблюдение |
| 4.<br>5. | | | Практика<br>Практика | 2<br>**28** | осмысленная игра головой. игра головой в обороне.<br>**Специальная физическая подгатовка** | | Наблюдение<br>Наблюдение |
| 6.<br>7. | | | Практика<br>Практика | 2<br>2 | Физподготовка. Челночный бег, футбол, изучение упражнения «квадрат».<br>Физподготовка. Бег, прыжки по лестицам, футбол, изучение упражнения «контроль мяча». | | Наблюдение<br>Наблюдение |

| | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 8. | | | Практика | 2 | Физподготовка. Челночный бег + удары по воротам, футбол | | Наблюдение |
| 9. | | | Практика | 2 | Передвижение спиной вперед, повороты, удары по мячу внутренней частью стопы, ведение мяча по кругу. | | Наблюдение |
| 10. | | | Практика | 2 | Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой. Бег в сочетании с ходьбой. | | Наблюдение |
| 11. | | | Практика | 2 | Подвижные игры. | | Наблюдение |
| 12. | | | Практика | 2 | Обучение ударом по неподвижному мячу, чеканка мяча. | | Наблюдение |
| 13. | | | Практика | 2 | Товарищеская игра 5-6 против 8-9 классов. | | Наблюдение |
| 14. | | | Практика | 2 | Развитие скоростных и скоростно-силовых способностей, прыжки. | | Наблюдение |
| | | | Практика | 2 | Обводка с помощью обманных движений, отработка изученных ударов. | | Наблюдение |
| 15. | | | Практика | 2 | Отработка паса щечкой в парах. Футбол. | | Наблюдение |
| 16. | | | Практика | 2 | Игры на закрепление тактических действий, силовые упражнения. | | Наблюдение |
| 17. | | | Практика | 2 | Ведение мяча с активным сопротивлением защитников, удар по | | Наблюдение |

| | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | неподвижному мячу внутренней стороной стопы. | | |
| 18. | | | Практика | 2 | | | Наблюдение |
| 19. | | | | **48** | **Правила игры в мини-футбол.** | | |
| 20. | | | Практика | 2 | Развитие координационных способностей. Ведение + удар по воротам, квадрат. | | Наблюдение |
| 21. | | | Практика | 2 | Изучение позиционного нападения: без изменений позиций игроков + удар с сопротивлением. | | Наблюдение |
| 22. | | | Практика | 2 | Полоса препятствий, удары-по неподвижному мячу. | | Наблюдение |
| 23. | | | Практика | 2 | Отработка передач в движении, передача мяча на ход. | | Наблюдение |
| 24. | | | Практика | 2 | Отбор мяча толком плеча в плечо. Двусторонняя учебная игра. | | Наблюдение |
| 25. | | | Практика | 2 | Товарищеская игра | | Наблюдение |
| 26. | | | Практика | 2 | Развитие гибкости, старты из различных положений, подтягивания. | | Наблюдение |
| 27. | | | Практика | 2 | Тренировка выносливости, изменение направления движений по сигналу | | Наблюдение |
| 28. | | | Практика | 2 | Отработка тактики свободного нападения, ударов из различных положений. | | Наблюдение |

| | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 29. | | | Практика | 2 | Комбинации из освоенных элементов техники передвижений, применение их в игре. | | Наблюдение |
| 30. | | | Практика | 2 | Ввод мяча вратаря ударом ногой. Двусторонняя учебная игра. | | Наблюдение |
| 31. | | | Практика | 2 | Вратарь: ловля катящегося мяча. Удары по воротам из стандартных положений, по катящемуся мячу. | | Наблюдение |
| 32. | | | Практика | 2 | Отбор мяча перехватом, тактика игры 2 против 1. | | Наблюдение |
| 33. | | | Практика | 2 | Изучение технических приемов, прием мяча грудью. Двусторонняя учебная игра. | | Наблюдение |
| 34. | | | Практика | 2 | Комбинации из освоенных элементов техники передвижений + эстафета. | | Наблюдение |
| 35. | | | Практика | 2 | Товарищеская игра | | Соревнования |
| 36. | | | Практика | 2 | Скоростные упражнения + удары по мячу из различных положений. | | Наблюдение |
| | | | Практика | 2 | Ведение мяча + удар по воротам. Футбол. | | Наблюдение |
| 37. | | | Практика | 2 | Тактическая подготовка Эстафета дриблеров, двусторонняя учебная игра.. | | Наблюдение |
| 38. | | | Практика | 2 | Общеразвивающие упражнения. Товарищеская игра | | Наблюдение |

| | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 39. | | | Практика | 2 | Изучение финтов, применение при сопротивлении защитника. | | Наблюдение |
| 40. | | | Практика | 2 | Удары – с разбега, с места, с подачи партнера, с одного шага. | | Наблюдение |
| 41. | | | Практика | 2 | Итоговое занятие. Сдача контрольных нормативов. | | Наблюдение |
| 42. | | | | **56** | **Тактика игры** | | |
| 43. | | | Практика | 2 | Отработка реакции и смена направления движения. | | Наблюдение |
| 44. | | | Практика | 2 | Аэробная работа, развитие ловкости, взрывная мощь ног. | | Наблюдение |
| 45. | | | Практика | 2 | Аэробная работа повышенной интенсивности, повороты на скорости. | | Наблюдение |
| 46. | | | Практика | 2 | Аэробная работа повышенной интенсивности, короткие рывки. | | Наблюдение |
| 47. | | | Практика | 2 | Скоростное ведение мяча. | | Наблюдение |
| 48. | | | Практика | 2 | Ведение мяча на ограниченном пространстве | | Наблюдение |
| 49. | | | Практика | 2 | Скрещивания и бег с мячом. | | Наблюдение |
| 50. | | | Практика | 2 | Бег с мячом и без него. | | Наблюдение |
| 51. | | | Практика | 2 | Бег с мячом со сменой направления движения. | | Наблюдение |
| 52. | | | Практика | 2 | Бег с мячом, остановка и повороты | | Наблюдение |

| | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 53. | | | Практика | 2 | Ведение мяча на скорости и короткий пас. Обводка | | Наблюдение |
| 54. | | | Практика | 2 | Бег с мячом и принятие решения. | | Наблюдение |
| 55. | | | Практика | 2 | Короткий пас и контролируемое перемещение мяча. | | Наблюдение |
| 56. | | | Практика | 2 | Короткий пас с лета с отбеганием. | | Наблюдение |
| 57. | | | Практика | 2 | Пас в стенку с последующей комбинацией. | | Наблюдение |
| 58. | | | Практика | 2 | Подготовка передачи Розыгрыш комбинации.. | | Наблюдение |
| 59. | | | Практика | 2 | Товарищеская игра | | Соревнование |
| 60. | | | Практика | 2 | Игра в стенку, бег с мячом. Развитие чувства мяча. | | Наблюдение |
| 61. | | | Практика | 2 | Передачи и перевод мяча от одного края площадки до другого | | Наблюдение |
| 62. | | | Практика | 2 | Удар с лета или полулета после высокой передачи. | | Наблюдение |
| 63. | | | Практика | 2 | Удар с поворота. | | Наблюдение |
| 64. | | | Практика | 2 | Принятие решения - бить самому или отдать мяч партнеру. | | Наблюдение |
| 65. | | | Практика | 2 | Удар с дальней дистанции. | | Наблюдение |
| 66. | | | Практика | 2 | Товарищеская игра | | Соревнования |
| 67. | | | Практика | 2 | Различные ситуации для нанесения удара. | | Наблюдение |
| 68. | | | Практика | 2 | Сложные ситуации для | | Наблюдение |

| | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | нанесения удара | | |
| 69. | | | Практика | 2 | Итоговое занятие. Сдача контрольных нормативов. | | Соревнования |

## 3 группа

| № п\п | Фактическая дата и время проведения занятия | Плановая дата и время проведения занятия | Форма Занят. | Кол. Час | Тема занятия | Место проведения занятия | Форма контроля |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Лекция игра | **2** | **Введение** Инструктаж по ТБ. Игра на знакомство. Краткий обзор возникновения и развития мини-футбола. | | |
| | | | | **10** | **Подготовка и упражнения** | | |
| 1. | | | Практика<br>Практика | 2 | Обучение передаче мяча. Обучение остановке мяча. Совершенствование навыков передаче мяча | | Наблюдение<br>Наблюдение |
| 2.<br>3. | | | Практика<br>Практика | 2<br>2 | Обучение остановки мяча бедром. Обучение удару мяча слета. различные ситуации для нанесения удара. | | Наблюдение<br>Наблюдение |
| 4.<br>5. | | | Практика<br>Практика | 2<br>**28** | осмысленная игра головой. игра головой в обороне. **Специальная физическая подгатовка** | | Наблюдение<br>Наблюдение |
| 6.<br>7. | | | Практика<br>Практика | 2<br>2 | Физподготовка. Челночный бег, футбол, изучение упражнения «квадрат». Физподготовка. Бег, прыжки по лестицам, футбол, изучение упражнения «контроль мяча». | | Наблюдение<br>Наблюдение |

| | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 8. | | | Практика | 2 | Физподготовка. Челночный бег + удары по воротам, футбол | | Наблюдение |
| 9. | | | Практика | 2 | Передвижение спиной вперед, повороты, удары по мячу внутренней частью стопы, ведение мяча по кругу. | | Наблюдение |
| 10. | | | Практика | 2 | Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой. Бег в сочетании с ходьбой. | | Наблюдение |
| 11. | | | Практика | 2 | Подвижные игры. | | Наблюдение |
| 12. | | | Практика | 2 | Обучение ударом по неподвижному мячу, чеканка мяча. | | Наблюдение |
| 13. | | | Практика | 2 | Товарищеская игра 5-6 против 8-9 классов. | | Наблюдение |
| 14. | | | Практика | 2 | Развитие скоростных и скоростно-силовых способностей, прыжки. | | Наблюдение |
| | | | | 2 | Обводка с помощью обманных движений, отработка изученных ударов. | | Наблюдение |
| 15. | | | Практика | 2 | Отработка паса щечкой в парах. Футбол. | | Наблюдение |
| 16. | | | Практика | 2 | Игры на закрепление тактических действий, силовые упражнения. | | Наблюдение |
| 17. | | | Практика | 2 | Ведение мяча с активным сопротивлением защитников, удар по | | Наблюдение |

| | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | неподвижному мячу внутренней стороной стопы. | | |
| 18. | | | Практика | 2 | | | Наблюдение |
| 19. | | | | **48** | **Правила игры в мини-футбол.** | | |
| 20. | | | Практика | 2 | Развитие координационных способностей. Ведение + удар по воротам, квадрат. | | Наблюдение |
| 21. | | | Практика | 2 | Изучение позиционного нападения: без изменений позиций игроков + удар с сопротивлением. | | Наблюдение |
| 22. | | | Практика | 2 | Полоса препятствий, удары-по неподвижному мячу. | | Наблюдение |
| 23. | | | Практика | 2 | Отработка передач в движении, передача мяча на ход. | | Наблюдение |
| 24. | | | Практика | 2 | Отбор мяча толком плеча в плечо. Двусторонняя учебная игра. | | Наблюдение |
| 25. | | | Практика | 2 | Товарищеская игра | | Наблюдение |
| 26. | | | Практика | 2 | Развитие гибкости, старты из различных положений, подтягивания. | | Наблюдение |
| 27. | | | Практика | 2 | Тренировка выносливости, изменение направления движений по сигналу | | Наблюдение |
| 28. | | | Практика | 2 | Отработка тактики свободного нападения, ударов из различных положений. | | Наблюдение |

| | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 29. | | | Практика | 2 | Комбинации из освоенных элементов техники передвижений, применение их в игре. | | Наблюдение |
| 30. | | | Практика | 2 | Ввод мяча вратаря ударом ногой. Двусторонняя учебная игра. | | Наблюдение |
| 31. | | | Практика | 2 | Вратарь: ловля катящегося мяча. Удары по воротам из стандартных положений, по катящемуся мячу. | | Наблюдение |
| 32. | | | Практика | 2 | Отбор мяча перехватом, тактика игры 2 против 1. | | Наблюдение |
| 33. | | | Практика | 2 | Изучение технических приемов, прием мяча грудью. Двусторонняя учебная игра. | | Наблюдение |
| 34. | | | Практика | 2 | Комбинации из освоенных элементов техники передвижений + эстафета. | | Наблюдение |
| 35. | | | Практика | 2 | Товарищеская игра | | Соревнования |
| 36. | | | Практика | 2 | Скоростные упражнения + удары по мячу из различных положений. | | Наблюдение |
| | | | Практика | 2 | Ведение мяча + удар по воротам. Футбол. | | Наблюдение |
| 37. | | | Практика | 2 | Тактическая подготовка Эстафета дриблеров, двусторонняя учебная игра.. | | Наблюдение |
| 38. | | | Практика | 2 | Общеразвивающие упражнения. Товарищеская игра | | Наблюдение |

| | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 39. | | | Практика | 2 | Изучение финтов, применение при сопротивлении защитника. | | Наблюдение |
| 40. | | | Практика | 2 | Удары – с разбега, с места, с подачи партнера, с одного шага. | | Наблюдение |
| 41. | | | Практика | 2 | Итоговое занятие. Сдача контрольных нормативов. | | Наблюдение |
| 42. | | | | **56** | **Тактика игры** | | |
| 43. | | | Практика | 2 | Отработка реакции и смена направления движения. | | Наблюдение |
| 44. | | | Практика | 2 | Аэробная работа, развитие ловкости, взрывная мощь ног. | | Наблюдение |
| 45. | | | Практика | 2 | Аэробная работа повышенной интенсивности, повороты на скорости. | | Наблюдение |
| 46. | | | Практика | 2 | Аэробная работа повышенной интенсивности, короткие рывки. | | Наблюдение |
| 47. | | | Практика | 2 | Скоростное ведение мяча. | | Наблюдение |
| 48. | | | Практика | 2 | Ведение мяча на ограниченном пространстве | | Наблюдение |
| 49. | | | Практика | 2 | Скрещивания и бег с мячом. | | Наблюдение |
| 50. | | | Практика | 2 | Бег с мячом и без него. | | Наблюдение |
| 51. | | | Практика | 2 | Бег с мячом со сменой направления движения. | | Наблюдение |
| 52. | | | Практика | 2 | Бег с мячом, остановка и повороты | | Наблюдение |

| | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 53. | | | Практика | 2 | Ведение мяча на скорости и короткий пас. Обводка | | Наблюдение |
| 54. | | | Практика | 2 | Бег с мячом и принятие решения. | | Наблюдение |
| 55. | | | Практика | 2 | Короткий пас и контролируемое перемещение мяча. | | Наблюдение |
| 56. | | | Практика | 2 | Короткий пас с лета с отбеганием. | | Наблюдение |
| 57. | | | Практика | 2 | Пас в стенку с последующей комбинацией. | | Наблюдение |
| 58. | | | Практика | 2 | Подготовка передачи Розыгрыш комбинации.. | | Наблюдение |
| 59. | | | Практика | 2 | Товарищеская игра | | Соревнование |
| 60. | | | Практика | 2 | Игра в стенку, бег с мячом. Развитие чувства мяча. | | Наблюдение |
| 61. | | | Практика | 2 | Передачи и перевод мяча от одного края площадки до другого | | Наблюдение |
| 62. | | | Практика | 2 | Удар с лета или полулета после высокой передачи. | | Наблюдение |
| 63. | | | Практика | 2 | Удар с поворота. | | Наблюдение |
| 64. | | | Практика | 2 | Принятие решения - бить самому или отдать мяч партнеру. | | Наблюдение |
| 65. | | | Практика | 2 | Удар с дальней дистанции. | | Наблюдение |
| 66. | | | Практика | 2 | Товарищеская игра | | Соревнования |
| 67. | | | Практика | 2 | Различные ситуации для нанесения удара. | | Наблюдение |
| 68. | | | Практика | 2 | Сложные ситуации для | | Наблюдение |

| | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 69. | | | Практика | 2 | нанесения удара<br>Итоговое занятие. Сдача контрольных нормативов. | | Соревнования |

**Приложение 2**

**Контрольные нормативы**

| **Название упражнений** | Возраст | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| | **10 лет** | **11 лет** | **12 лет** | **13 лет** | **14 лет** |
| Бег 30м (сек) | 6,3 | 6,1 | 5,9 | 5,8 | 5,7 |
| Бег 1000м (мин) | 6.25 | 6.10 | 5.55 | 5.40 | 5.00 |
| Челноч. бег 10х5м (сек) | 20,2 | 19,8 | 19,5 | 19,2 | 18,9 |
| Пр. в длину с места (см) | 130 | 140 | 150 | 160 | 165 |
| Метание мяча (м) | 15 | 17 | 20 | 22 | 25 |
| Подтягивание в висе (кол-во раз) | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| Поднимание туловища за 30сек (кол-во раз) | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 |
| Наклон вперёд из положения сидя (см) | 5 | 6 | 8 | 9 | 10 |