

УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ ГОРОДСКОГО ОКРУГА «ГОРОД ЙОШКАР-ОЛА»

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО
ОБРАЗОВАНИЯ «ДВОРЕЦ СПОРТА ДЛЯ ДЕТЕЙ И ЮНОШЕСТВА «ОЛИМП» Г. ЙОШКАР-ОЛЫ»

ПРИНЯТО
Педагогический совет
МБОУДО «Дворец спорта «Олимп»
Протокол от 29.08.2024 г. № 1

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУДО

«Дворец спорта «Олимп»

Д.П.Цетва

Приказ от 29.08.2024 г. № 39



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА «МИНИ-ФУТБОЛ»

ID программы: 3129

Направленность программы: физкультурно-спортивная

Уровень программы: разноуровневая

Возраст учащихся: 6-10 лет

Срок освоения программы: 4 года

Объем часов по программе: 672 часа

Разработчики программы:

Светлаков Андрей Анатольевич - тренер-преподаватель МБОУДО «Дворец спорта «Олимп»

г. Йошкар-Ола
2024 год

Раздел 1. Комплекс основных характеристик образования

1.1. Пояснительная записка

Нормативно-правовая база

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Мини-футбол» (далее - Программа) разработана в соответствии со следующими документами:

- Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

- Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года»;

- Приказ Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. N 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. N 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

- Устав Муниципального бюджетного образовательного учреждения дополнительного образования «Дворец спорта для детей и юношества «Олимп» г. Йошкар-Олы» (далее - Учреждение).

Направленность Программы

Программа имеет физкультурно-спортивную направленность.

Актуальность Программы

Актуальность Программы обусловлена тем, что она направлена на удовлетворение потребностей детей в активных формах двигательной деятельности, обеспечивает физическое, психическое и нравственное оздоровление учащихся. Программа так же актуальна в связи с возросшей популярностью вида спорта футбол в нашей стране.

Программа обеспечивает организацию содержательного досуга детей. Коллективный характер футбольной деятельности воспитывает чувство дружбы, товарищества, взаимопомощи, развивает такие ценные моральные качества, как чувство ответственности, уважение к партнерам и соперникам, дисциплинированность, активность. Каждый учащийся может проявить свои личные качества: самостоятельность, инициативу и творчество. Вместе с тем игра требует подчинения личных стремлений интересам коллектива. В процессе игровой деятельности необходимо овладевать сложной техникой и тактикой, развивать физические качества, преодолевать усталость, боль, вырабатывать устойчивость к неблагоприятным условиям внешней среды, строго соблюдать бытовой и спортивный режим и т.д. Все это способствует воспитанию волевых черт характера: смелости, стойкости, решительности, выдержки, мужества. Игровая и тренировочная деятельность оказывает комплексное и разностороннее воздействие на организм, развивают основные физические качества - быстроту, ловкость, выносливость, силу, повышают функциональные возможности, формируют различные двигательные навыки. При этом воспитываются важные привычки к постоянному соблюдению бытового, трудового, учебного и спортивного режимов. Соревновательный характер, высокая эмоциональность, самостоятельность действий делают мини-футбол эффективным средством активного отдыха.

Отличительные особенности Программы

Новизна Программы заключается в комплексном подходе к образовательному и воспитательному процессам. При реализации Программы применяются здоровьесберегающие технологии, системность по привлечению учащихся к занятиям физкультурой и спортом.

Особенностью Программы является работа с неподготовленными детьми, с разным уровнем физического развития. В начале обучения преобладает общая физическая подготовка с акцентом на развитие выносливости, ловкости, быстроты, а также гармоничное развитие всех мышечных групп. Далее включается специальная физическая и техническая подготовка. Теоретический материал Программы позволяет расширить кругозор учащихся в области

спорта, формирует интерес детей к мини-футболу.

В Программу заложена возможность отбора талантливых, одаренных детей, переход на более высокий уровень спортивной подготовки.

Адресат Программы

Минимальный возраст для зачисления детей – 6 лет.

Особые условия приема:

На стартовый уровень принимаются дети без индивидуального отбора или тестирования при наличии медицинской справки об отсутствии медицинских противопоказаний для освоения данной Программы.

При зачислении на стартовый уровень тренер-преподаватель может воспользоваться тестированием в случае перевыполнения требований к максимальному уровню комплектования групп, соответствующих санитарным нормам. Наполняемость учебной группы зависит от года обучения.

Срок освоения Программы

Программа рассчитана на 4 года обучения и реализуется в течение всего учебного года, включая каникулярное время. Учебная нагрузка каждого года обучения зависит от спортивной подготовки, стажа занятий и возраста учащихся. Учебный год начинается с 01 сентября и заканчивается 30 июня. Продолжительность учебного года 42 недели. В каникулярное время – самостоятельная работа учащихся по заданию тренера-преподавателя.

Формы обучения

Форма обучения по Программе - очная.

Уровень Программы

Программа разноуровневая. Реализуется на стартовом и базовом уровнях.

Стартовый уровень – первый год обучения.

Базовый уровень – со второго по четвертый год обучения.

На стартовом уровне обучения Программа предполагает использование и реализацию общедоступных и универсальных форм освоения материала, минимальную сложность предлагаемого для изучения материала Программы.

В последующие годы обучения на Базовом уровне Программа предполагает использование и реализацию таких форм освоения материала, которые допускают освоение специализированных знаний и умений.

Матрица Программы

Уровень	Специфика учебной деятельности	Предметные задачи	Планируемые результаты	Формы и методы контроля
Стартовый	Освоение начальных навыков игры мини-футбол	- дать первоначальные знания по мини-футболу; - сформировать начальные навыки в игре мини-футбол; - ознакомить с основными понятиями, терминами и определениями.	- освоены первоначальные знания по мини-футболу; - приобретены начальные навыки в игре мини-футбол; - освоены основные понятия, термины и определения.	- наблюдение; - опрос; - участие в соревнованиях; - сдача контрольных нормативов.
Базовый	Освоение специализированных навыков в игре мини-футбол	- дать базовые знания по мини-футболу; - формировать умения и навыки в игре мини-футбол; - расширить спектр специальной терминологии; - научить использовать полученные знания и умения в соревновательной деятельности.	- освоены базовые знания по мини-футболу; - сформированы умения и навыки в игре мини-футбол; - освоена специальная терминология; - полученные знания и умения используются в соревновательной деятельности.	- наблюдение; - опрос; - участие в соревнованиях; - сдача контрольных нормативов.

Особенности организации образовательного процесса

По Программе предусматривается проведение разнообразных форм занятий:

- теоретические,
- практические,
- комбинированные (совмещение теории и практики),
- беседы,
- игры,
- проведение соревнований;
- опросы, зачёты.

При неблагоприятной санитарно-эпидемиологической обстановке для поддержания физической формы Программа реализуется с использованием электронного обучения и дистанционных образовательных технологий.

Основными элементами обучения с использованием электронного обучения и дистанционных образовательных технологий являются:

- образовательные онлайн-платформы;
- цифровые образовательные ресурсы, размещенные на образовательных сайтах;
- видеоконференции;
- вебинары;
- skype – общение;
- e-mail;
- облачные сервисы;
- электронные носители мультимедийных приложений к учебникам;
- электронные пособия, разработанные с учетом требований законодательства РФ об образовательной деятельности.

В обучении с использованием электронного обучения и дистанционных образовательных технологий используются следующие организационные формы учебной деятельности:

- лекция;
- консультация;
- семинар;
- практическое занятие;
- мастер-классы;
- самостоятельная внеаудиторная работа.

Режим занятий

Занятия ведутся в соответствии с расписанием. Расписание занятий составляется, исходя из возможностей детей, с учетом санитарно-эпидемиологических требований к устройству, содержанию и организации режима работы, условиям проведения занятий. Занятия проводятся 2-6 раз в неделю. Продолжительность одного часа занятия соответствует рекомендациям СанПиН и составляет 45 минут.

1.2. Цели и задачи Программы

Цели Программы:

- обучение игре в мини-футбол;
- выявление спортивно одаренных детей и дальнейшее развитие способностей в избранном виде спорта.

Задачи Программы:

Предметные:

- ознакомление с правилами игры в мини-футбол и с основными терминами;
- формирование физкультурно-спортивных навыков;
- обучение техническими элементами (приемами) мини-футбола.

Личностные:

- приобщение учащихся к здоровому и безопасному образу жизни;

- воспитание добросовестного отношения к труду, стремления преодолевать трудности, добиваться поставленных целей;
- воспитание коллективизма с сочетанием возможности демонстрировать индивидуальные качества;
- формирование навыков адаптации к жизни в обществе, профессиональной ориентации.

Метапредметные:

- развитие и совершенствование спортивных умений и навыков посредством футбольной техники;
- развитие умения анализировать действия в игре в мини-футбол;
- выявление и поддержка учащихся, проявивших выдающиеся способности в избранном виде спорта;
- выполнение контрольных нормативов.

Выполнение задач, поставленных Программой, предусматривает:

- систематическое проведение практических и теоретических занятий;
- обязательное выполнение учебного плана, контрольных нормативов;
- регулярное участие в соревнованиях;
- осуществление восстановительно-профилактических мероприятий;
- привитие юным спортсменам навыков соблюдения спортивной этики, организованности, дисциплины, преданности своему коллективу;
- чёткую организацию учебно-тренировочного процесса, использование данных науки и передовой практики, как важнейших условий совершенствования спортивного мастерства и волевых качеств учащихся;
- привлечение родительского актива к регулярному участию в организации учебно-воспитательной работы.

1.3.Объем Программы

Срок реализации программы – 4 года. Учебно-тренировочный процесс ведётся в соответствии с учебным планом, рассчитанным на 42 недели систематических занятий в учебных группах.

Год обучения	Нагрузка (количество часов в неделю)	Количество учащихся	Годовая учебная нагрузка
<i>Стартовый уровень</i>			
СОГ-1	4	10	168
<i>Базовый уровень</i>			
СОГ-2	4	10	168
СОГ-3	4	10	168
СОГ-4	4	10	168
Итого часов за весь период обучения			672

Для обеспечения круглогодичной спортивной подготовки, подготовки к спортивным соревнованиям или активного отдыха (восстановления) для учащихся вне сетки часов организовываются учебно-тренировочные сборы, являющиеся составной частью и продолжением учебно-тренировочного процесса.

1.4. Содержание Программы

Программа предполагает освоение программного материала с учетом увеличения степени сложности и углубленности по каждому разделу (теме) Программы на ее разных уровнях реализации.

Содержание программы СОГ-1 – СОГ-4

1 Теоретическая подготовка.

Теоретическая подготовка может проводиться не только в форме теоретических занятий, лекций, бесед, но и как элемент практических занятий непосредственно в процессе спортивной тренировки. В этих случаях теоретические занятия органически связаны с физической, технико-тактической, психологической подготовкой. В процессе теоретических занятий целесообразно шире использовать активные методы обучения: проблемный метод анализа конкретных ситуаций. Теоретические знания должны иметь определенную целевую направленность: вырабатывать у учащихся умение использовать полученные знания на практике в условиях учебно-тренировочных занятий. При проведении теоретических занятий следует учитывать возраст учащихся и излагать материал в доступной им форме. В зависимости от конкретных условий работы в план теоретической подготовки можно вносить коррективы. В данном разделе Программы приводится примерный перечень тем теоретических занятий и краткое их содержание.

Теория:

Темы теоретической подготовки:

1. Физическая культура и спорт в России.

Понятие «физическая культура». Физические упражнения как одно из эффективных средств физического совершенствования человека. Значение физической культуры для подготовки граждан России к трудовой деятельности и защите Родины. Формы и организация занятий по физической культуре и спорту детей школьного возраста..

2. Состояние и развитие мини-футбола в России.

История возникновения футбола в России и его развитие. Краткая характеристика мини-футбола. Современный мини-футбол и пути его дальнейшего развития. Федерация футбола России, ФИФА, УЕФА, лучшие российские команды, тренеры, игроки. Российские соревнования по мини-футболу: супер лига, высшая лига, кубок России, чемпионаты и первенства страны. Участие российских футболистов в международных соревнованиях. Российские и международные юношеские соревнования.

3. Гигиена, закаливание, питание и режим спортсмена.

Гигиена. Общее понятие о гигиене. Личная гигиена: уход за кожей, волосами, ногтями, ногами. Гигиена полости рта. Гигиеническое значение водных процедур (умывание, душ, баня, купание). Гигиена сна. Гигиенические основы режима труда, отдыха и занятий спортом. Режим дня. Значение правильного режима для юного спортсмена. Спортивная одежда и обувь, индивидуальные средства защиты, личные предметы утреннего туалета. Гигиенические требования, предъявляемые к местам занятий по мини-футболу.

Закаливания. Значение закаливания для повышения работоспособности и увеличение сопротивляемости организма к простудным заболеваниям, роль закаливания и методика их применения. Использование естественных природных сил (солнца, воздуха и воды) для закаливания организма.

Питание. Значение питания. Понятие о калорийности и усвояемости пищи. Примерные суточные пищевые нормы спортсменов в зависимости от объема и интенсивности тренировочных занятий и соревнований. Вредное влияние курения и употребления спиртных напитков на здоровье и работоспособность человека.

4. Техника безопасности и профилактика травматизма на занятиях.

Правила поведения в спортивном зале и на спортивных площадках. Запрещенные действия в мини-футболе. Техника безопасности при выполнении различных общеподготовительных и специально-подготовительных упражнений. Правила поведения на занятиях и соревнованиях.

5. Физиологические основы спортивной тренировки.

Тренировка как процесс формирования двигательных навыков и расширения функциональных возможности организма. Самоконтроль в процессе занятий спортом. Простейшие способы самоконтроля за показателями физического развития спортсмена. Значение активного отдыха для спортсмена.

6. Общая и специальная физическая подготовка.

Общая и специальная физическая подготовка. Краткая характеристика средств общей и специальной подготовки. Круглогодичность занятий по физической подготовке.

Основные требования по физической подготовке, предъявляемые к юным футболистам различного возраста. Контрольные упражнения и нормативы по общей и специальной физической подготовке.

7. Основы техники и тактики мини-футбола.

Понятие о спортивной технике. Взаимосвязь технической, тактической и физической подготовки футболистов. Классификация и терминология технических приемов. Техника владения мячом. Анализ выполнения технических приемов и их применения в различных игровых ситуациях: ударов по мячу ногой и головой, остановок, ведения, обводки и ложных движений (финтов), отбора мяча, вбрасывание мяча; основных технических приемов игры вратаря. Контрольные упражнения и нормативы по технической подготовке для юных футболистов. Основные недостатки в технике футболистов и пути их устранения. Понятие о стратегии, системе, тактике и стиле игры. Характеристика и анализ тактических вариантов игры с расстановкой игроков. Тактика отдельных линий и игроков команды (вратаря, защитников, полузащитников, нападающих). Тактика отбора мяча. Значение тактических заданий, которые даются футболистам на игру, и умения играть по плану – заданию.

8. Правила игры.

Разбор правил игры. Права и обязанности игроков. Роль капитана команды, его права и обязанности. Обязанности судей. Способы судейства. Выбор места судьей при различных игровых ситуациях. Замечания, предупреждения и удаления игроков с поля. Роль судьи как воспитателя. Значение спортивных соревнований.

9. Спортивные соревнования по мини-футболу.

Значение и классификация спортивных соревнований. Требования, предъявляемые к организации и проведению соревнований. Положение и регламент проведения соревнований по мини-футболу. Планы соревнований. Системы розыгрыша: круговая, с выбыванием, смешанная, их особенности. Составление календаря игр. Заявка, их форма и порядок предоставления. Оформление хода и результатов соревнований.

Значение предстоящей игры и особенности турнирного положения команд. Сведения о сопернике: тактика игры команды и отдельных звеньев, сильные и слабые стороны игры, примерный состав, характеристика игроков. Определение состава своей команды. Тактические варианты предстоящей игры. Задания отдельных игроков и роль стандартных положений. Возможные изменения тактического плана в процессе игры. Использование 10-минутного перерыва для отдыха и исправления допущенных ошибок в игре команды.

Разбор прошедшей игры. Анализ игры всей команды, отдельных звеньев и игроков. Оценки за проведенную игру. Положительные и отрицательные моменты в ходе игры команды, звеньев и отдельных игроков. Причины успеха или невыполнение заданий и пути для дальнейшего роста.

10. Места занятий, оборудование и инвентарь.

Спортивная площадка для занятий и соревнований по мини-футболу и требования к ее состоянию. Спортивный зал. Спортивное оборудование (скамейки, стойки, различительные манишки, маленькие ворота и т.п.) и его назначение. Мини-футбольные мячи, подготовка их к тренировочным занятиям и играм. Требования к спортивной одежде и обуви. Тренировочная и игровая форма.

Форма контроля: Опрос.

2. Общая физическая подготовка (ОФП).

Раздел содержит материал, реализация которого формирует у детей общую культуру движений, укрепляет здоровье, содействует развитию разносторонних умений и навыков, развивает основные физические качества.

Практика:

1. Строевые упражнения.

Повороты на месте, размыкание уступами. Перестроение из одной шеренги в две, из колонны по одному в колонну по два. Смена направления движения строя. Обозначение шага на месте. Переходы с шага на бег и с бега на шаг. Изменение скорости движения. Повороты в движении.

2. Общеразвивающие упражнения без предметов.

Упражнения для рук и плечевого пояса. Сгибания и разгибания, вращения, махи, отведения и приведения, рывки. Упражнения выполняются на месте и в движении. Упражнения для мышц шеи: наклоны, вращения и повороты головы в различных направлениях. Упражнения для туловища. Упражнения на формирование правильной осанки. Упражнения в различных исходных положениях - наклоны, повороты, вращения туловища. В положении лежа - поднимание и опускание ног, круговые движения одной и обеими ногами, поднимание и опускание туловища. Упражнения для ног: различные маховые движения ногами, приседания на обеих и на одной ноге, выпады, выпады с дополнительными пружинящими движениями.

3. Упражнения на развитие скорости.

Упражнения с сопротивлением. Подскоки и прыжки после приседа без отягощения и с отягощением. Прыжки на одной и на обеих ногах с продвижением, с преодолением препятствий. Бег с изменением направления движения. Бег с изменением скорости: после быстрого бега резко замедлить его или остановиться, затем выполнить новый рывок в том или другом направлении и т.д. "Челночный бег" (туда и обратно): 3 x 5 м, 4 x 5 м, 3 x 10 м, 5 м-10 м-15 м и т.п. Вбрасывание набивного мяча на дальность. Броски верхней частью носка мини-футбольного мяча на дальность за счет энергичного маха ногой вперед. Удар по мячу ногой на силу в тренировочную стенку, батут и ворота; удары на дальность. Комплекс прыжковых упражнений. Перемещения ходьбой в полном приседе и полу приседе.

4. Упражнения на развитие выносливости.

Повторное выполнение беговых и прыжковых упражнений. Короткие кроссы без учета времени. Бег с переменной скоростью. Повторные рывки с последующим движением змейкой нескольких стоек. Завершающие упражнения в усиленном режиме и на максимальных скоростях. Катание на велосипеде с определенным заданием.

5. Упражнения на развитие ловкости.

Прыжки с разбега толчком одной и обеими ногами, доставая высоко подвешенный мяч головой, ногами, руками; то же, выполняя в прыжке поворот на 90-180 градусов. Кувырки вперед и назад, в сторону через правое и левое плечо. Держание мяча в воздухе (жонглирование). Парные и групповые упражнения с ведением мяча, обводкой стоек, обманными движениями. Эстафеты с элементами акробатики. Подвижные игры типа «Охотники», «Отруби хвост» и т.д.

Для вратарей: прыжки с разбега, доставая высоко подвешенный мяч руками, кулаками; то же с поворотом до 180 градусов. Прыжковые упражнения с определенным заданием с короткой скакалкой.

6. Упражнения на развитие силы.

Отжимания от пола, приседания в различных вариантах, различные упражнения на развитие мышц брюшного пресса. Комплексные упражнения на спортивных тренажерах. Метание теннисного, хоккейного, гандбольного мяча на дальность и меткость. Прогулка на лыжах, прохождение различных дистанций и преодоление беговой трассы (подъем, спуск). Перетягивание каната. Подтягивание на перекладине и канате.

7. Упражнения на развитие координации.

Спортивные игры (гандбол, футбол, баскетбол, волейбол и т.д.) по упрощенным правилам. Упражнения на гимнастических снарядах и батуте. Игры с мячом.

8. Гимнастические упражнения на развитие гибкости.

Кувырки вперед в группировке из упора присев, основной стойки, после разбега. Кувырки назад. Соединение нескольких кувырков. Перекаты и перевороты. Отдельные и комплексные

упражнения на гимнастических снарядах. Общеразвивающие упражнения с широкой амплитудой движения. Упражнения с помощью партнера (пассивные наклоны, отведение ног, рук до предела, мост, шпагат). Общеразвивающие упражнения с предметами в парах, кругах, шеренгах.

Форма контроля: Наблюдение.

3. Специальная физическая подготовка (СФП).

В разделе представлены упражнения, которые, исходя из особенностей мини-футбола и задач подготовки, с учетом характера игровой деятельности подразделяются на неспецифические, т.е. упражнения без мяча, и специфические, т.е. упражнения с мячом, которые способствуют освоению современной техники мини-футбола и умение применять ее в игре.

Практика:

1. Упражнения на развитие скоростно-силовых качеств.

Приседания с отягощением. Выпрыгивания из положения - сидя, полностью выпрямляясь вверх. Прыжковые упражнения в положении полного приседа. Подскоки и многоскоки. Беговые и прыжковые упражнения. Эстафеты с элементами бега, прыжков, переносом тяжестей. Прыжки на одной и двух ногах продвижением и преодолением препятствий. Прыжки с отягощением по ступенькам и в глубину. «Челночный бег» 5 по 5 м., 5 по 15 м., 4 по 20 м. и т.п. Стартовые рывки к мячу с последующим ударом по воротам, в соревнованиях с партнером за овладение мячом. Беговые упражнения различной дистанции на стадионе, в манеже и в спортивном зале. Двусторонние игры в парах, сомкнувшись руками, а также в полном приседе.

Для вратарей: из стойки вратаря рывки из ворот в разные стороны штрафной площадки. Из положения приседа, широкого выпада, сидя, лежа - рывки на 2-3 м с последующей ловлей или отбиванием мяча. Упражнения в ловле теннисного и гандбольного мяча. Игра в баскетбол по упрощенным правилам.

2. Упражнения для развития дистанционной скорости.

Бег змейкой между расставленными в различном положении стойками; неподвижными или медленно передвигающимися партнерами. Бег прыжками. Эстафетный бег. Обводка препятствий (на скорость). Переменный бег на дистанции (с максимальной скоростью, медленно и т.д.). Тоже с ведением мяча. Упражнения на развитие скорости переключения от одного действия к другому. Бег с быстрым изменением способа передвижения (например, быстрый переход с обычного бега на бег спиной вперед и т.п.). Бег с «тенью» (повторение движений партнера, который выполняет бег с максимальной скоростью и с изменением направления). То же, но с ведением мяча.

3. Упражнения для развития специальной выносливости.

Многokrатно повторяемые специальные технико-тактические упражнения. Например: повторные рывки с мячом с последующей обводкой нескольких стоек с ударами по воротам; с увеличением длины рывка, количества повторений и сокращением интервалов отдыха между рывками. Игровые упражнения с мячом большой интенсивности, тренировочные игры с увеличенной продолжительностью. Игровые упражнения с уменьшением численности состава команд. Игра в «квадрат» (5 на 2, 4 на 2, 4 на 1 и т.п.).

Для вратарей: повторное, непрерывное выполнение (в течение 5-12 мин.) ловли и отбивания мяча. Ловля мяча при выполнении ударов по воротам с минимальными интервалами отдыха. Различный отбор мяча в игре «квадрат», «Белочки, собачки».

4. Упражнения на развитие быстроты и стартовой скорости.

Ускорение на 5-8 м. после прыжковых упражнений. Бег на месте с максимальной скоростью и ускорением на 5-10 м. после звукового сигнала. По зрительному сигналу рывки на 7-10 м. в разные стороны из различных исходных положений: стоя лицом и спиной к стартовой линии, из приседа и широкого выпада, сидя и лежа, выполняя общие развивающие упражнения. Бег на выбывание с низкого старта. Выполнение технико-тактических упражнений в скоростном темпе, особенно в отсутствии мяча. Ускорение за мячом после передачи партнера.

5. Упражнения на развитие специальной силовой способности.

Прыжки с разбега толчком одной и обеими ногами. Набивание гандбольного и баскетбольного мяча. Броски и забросы мяча в длину за счет энергичного маха ногой вперед - «черпаки». Удары по мячу на силу в тренировочную стену и на дальность. Приседания с отягощением. Отжимания от пола, приседание в различных вариантах, различные упражнения на развитие мышц брюшного пресса.

Для вратарей: прыжки с короткого разбега вверх. Прыжки со скакалкой. Прыжки с

поворотом. Стойка на руках. Отжимания от пола с хлопками между повторениями и от мяча на одной руке поочередно. Броски мяча одной рукой на дальность и точность. Удары и передачи мяча с лету (с рук), с места, с разбега.

Форма контроля: Наблюдение.

4. Техничко-тактическая подготовка.

Раздел включает различные средства физической культуры, направленные на формирование и развитие жизненно-важных двигательных навыков и умений. Также специальные упражнения (индивидуальные, групповые и игровые упражнения с мячом), которые позволяют избирательно решать задачи обучения в отдельных элементах техники и тактики мини-футбола, их вариативности, различных связей и фрагментов игровой деятельности.

Практика:

1. Техническая подготовка.

1. Техника передвижения.

Бег обычный, спиной вперед, крестным и приставным шагом. Бег по прямой, дугами, с изменением направления и скорости. Ложные ускорения за счет выпадов влево и вправо. Остановки во время бега выпадом и прыжком.

Для вратарей: прыжки в сторону, ускорение вперед, отскок назад спиной вперед, повороты переступанием, прыжки в стороны и назад, на месте и в движении.

2. Удары по мячу ногами.

Удары внутренней стороны стопы, внутренней и средней частью подъема, по неподвижному и катящемуся (навстречу, от игрока, справа или слева) мячу. Удары по прыгающему и летящему мячу внутренней стороны стопы и средней частью подъема. Удары внешней частью подъема. Удары носком. Выполнение ударов после остановки, рывков, ведения, обманных движений, посылая мяч низом и верхом на короткое и среднее расстояние. Броски и забросы мяча по навесной траектории.

3. Удары по мячу головой.

Удары серединой лба без прыжка и в прыжке, с места и с разбега, по летящему навстречу мячу. Передачи мяча партнеру головой на ход движения. Скидка под удар. Изменение направления полета мяча головой в ворота макушкой, виском и затылком.

4. Остановка мяча.

Остановка подошвой, внутренней стороной стопы и верхней частью подъема катящегося и опускающегося мяча - на месте, в движении вперед и назад. Остановка внутренней стороны стопы, бедром и грудью летящего навстречу мяча. Остановка с переводом в стороны, подготавливая мяч для последующих действий и закрывая его туловищем от соперника.

5. Передачи мяча.

Передачи мяча внутренней частью подъема, носком, подъемом, подошвой, пяткой. Передачи мяча в одно касание, после обработки мяча, а также грудью и головой. Передачи вперед, в сторону, назад. Передачи мяча с навесной траекторией. Броски и забросы мяча в длину носком - «черпаки».

6. Ведение мяча.

Ведение внутренней частью подъема, внешней частью подъема, подошвой. Ведение правой, левой ногой поочередно по прямой и по кругу, между стоек, а также меняя направление движения, изменяя скорость, выполняя ускорения и рывки, не теряя контроль над мячом.

7. Обманные движения (финты).

Обманные движения "уход" выпадом (при атаке противника спереди умение показать туловищем движение в одну сторону и уйти с мячом в другую). Финт "остановкой" мяча ногой (после замедления бега и ложной попытки остановки мяча выполняется рывок с мячом). Обманное движение "ударом" по мячу ногой (имитируя удар, уход от соперника вправо или влево). Индивидуальный обыгрыш соперника за счет «коронных» (четко отработанных) финтов.

8. Отбор мяча.

Отбор мяча при единоборстве с соперником, находящимся на месте, движущимся навстречу или сбоку, применяя выбивание мяча ногой в выпад. Игра на опережение за счет правильного выбора позиции и за счет правильной постановки корпуса.

9. Ввод мяча для возобновления игры (аут, угловой, штрафной и свободный удар).

Ввод с места подошвой, носком, щекой, верхней частью подъема. Ввод мяча на точность в ноги, под удар или на ход партнеру для продолжения атаки. Введение мяча с разбега.

10. Техника игры вратаря.

Основная стойка вратаря. Передвижение в воротах без мяча в сторону скрестным, приставным шагом и скачками. Ловля летящего навстречу и несколько в сторону от вратаря мяча на высоте груди и живота без прыжка и в прыжке. Ловля и отбивание в сторону, вверх катящегося и низко летящего навстречу мяча в шпагате, без падения и с падением. Быстрый подъем с мячом на ноги после падения и выполнения шпагата. Отбивание мяча одной или двумя руками, а также ногами без прыжка и в прыжке: с места и разбега. Бросок мяча одной рукой разнообразными способами на дальность и точность. Первый пас (ввод мяча в игру) партнеру для продолжения атаки. Выбивание мяча ногами: с пола (по неподвижному мячу, после обработки и в одно касание после передачи партнера), с рук (с воздуха по выпущенному из рук и подброшенному перед собой мячу), а так же с рук после касания пола на точность.

2. Тактическая подготовка.

1. Атакующая тактика.

а) Индивидуальные действия без мяча:

- правильное расположение на площадке;
- умение ориентироваться, реагировать соответствующим образом на действие партнера и соперника;
- выбор момента и способа передвижения для "открывания" на свободное место с целью получения мяча;
- самостоятельное освобождение зоны для получения мяча за счет ложных рывков и выпадов;
- умение правильно действовать в контратаке.

б) Индивидуальные действия с мячом:

- целесообразное использование изученных способов ударов по мячу;
- применение необходимого способа остановок мяча в зависимости от направления, траектории и скорости движения мяча;
- определение игровой ситуации, целесообразной для использования ведения мяча, выбор обводки (с изменением скорости и направления движения с мячом, изученные финты) в зависимости от игровой ситуации;
- упражнения на совершенствование индивидуального мастерства в контратаке и при быстром отрыве.

в) Групповые действия:

- взаимодействие двух и более игроков;
- умение точно и своевременно выполнить передачу в ноги партнеру, на свободное место, под удар;
- короткие и средние передачи, низом или верхом;
- комбинации: «стенка», «каблучок», «скрещивание», «заслон», забегание за спину партнера, смена мест;
- создание численного преимущества в позиционном нападении и реализация голевых моментов с помощью завершающего удара или замыканием передачи (прострела) партнера в контратаке;
- логическое завершение атаки;
- элементарные комбинации при позиционной атаке, а так же наигранные и отработанные комбинации для начала атаки при «прессинге» соперника;
- освобождение благоприятной зоны для завершения атаки партнерами;
- умение выполнять простейшие комбинации при стандартных положениях: угловом, штрафном и сводном ударах, от ворот, аут.

2. Оборонительная тактика.

а) Индивидуальные действия:

- правильный выбор позиции по отношению к опекаемому игроку и противодействие ему в приеме мяча, т.е. осуществление «прикрытия соперника»;
- выбор момента и способа действия (удар или остановка) для перехвата мяча на опережении соперника;
- умение оценить игровую ситуацию, предвидеть коллективный и индивидуальный ход продолжения атаки соперника и осуществить отбор мяча изученным способом;
- тактика фола.

б) Групповые действия:

- противодействия комбинациям «стенка», «скрещивание», «забегание», смене мест;
- подстраховка партнера;
- наигранные варианты, взаимодействие игроков и правильный выбор позиций при розыгрыше

противником «стандартных» комбинации;

- коллективный отбор (прессинг), зонная защита, создание численного преимущества в защите, за счет подключения к обороне вратаря;
- противодействие контратаке;
- контроль и применение фолов.

д) Тактика игры вратаря:

- умение выбирать правильную позицию в воротах при различных ударах в зависимости от «угла удара», а также при дальних ударах с навесной траекторией;
- выбор правильной позиции и организация стенки при угловом, штрафном и сводном ударах вблизи своих ворот;
- своевременный выход за пределы штрафной площадки для подстраховки партнеров;
- моделирование и конструирование командной и индивидуальной игры в обороне за счет голосовой и жестовой подсказки.

Форма контроля: Наблюдение.

5. Интегральная подготовка, самостоятельная работа

Практика:

Интегральная подготовка направлена на объединение и комплексную реализацию различных компонентов подготовленности учащегося - технической, физической, тактической, психологической, интеллектуальной в процессе тренировочной и соревновательной деятельности. Каждая из сторон подготовленности формируется узконаправленными средствами и методами. Это приводит к тому, что отдельные качества, способности и умения, проявляемые в тренировочных упражнениях, часто не могут проявиться в соревновательных упражнениях. Поэтому необходим особый раздел подготовки, обеспечивающий согласованность и эффективность комплексного проявления всех сторон подготовленности в соревновательной деятельности.

В любом виде спорта интегральная подготовка является одним из важных факторов приобретения и совершенствования спортивного мастерства. Например, в спортивных играх, чтобы играть хорошо, команда должна играть много на протяжении всего года. Выполнение упражнений на технику, или развитие силы, или улучшение гибкости, или совершенствование отдельных тактических элементов и т.д. не может заменить тренировочные и соревновательные игры. Только в играх полностью раскрываются возможности каждого спортсмена, налаживается и закрепляется связь и понимание между ними, совершенствуются технические и тактические навыки, обеспечивается гармоническое развитие всех органов и систем организма, психических качеств и свойств личности в соответствии с требованиями сложной соревновательной обстановки, характерной для данного вида спорта.

Для повышения эффективности интегральной подготовки применяются разнообразные методические приемы. К ним относятся: облегчение, затруднение и усложнение условий выполнения собственно-соревновательных упражнений:

- игра в ручной мяч по упрощенным правилам (без аутов, без ограничения времени на владение мячом и т.п.);
- двусторонняя игра двумя мячами и на маленькие ворота;
- игра по правилам 3 на 3, 2 на 2, 1 на 1, 4 на 4 с вратарями и без, с заданием (забивать голы в касание после передачи партнера, из пределов штрафной площади, определенному игроку и т.п.);
- игра на одни ворота, различные футбольные игры (типа «Сало», «300», «Лучший вратарь»);
- игра в «квадрат» 5 на 2 или 4 на 2 с определенным заданием и ограничением касаний;
- игра на удержание мяча в командах с нейтральным игроком и без него;
- двусторонние игры на снегу (7 на 7), на травяном и искусственном газоне, на грунте и т.п.;
- игра по всем правилам большого футбола.

Самостоятельная работа учащихся является неотъемлемой частью учебно-тренировочного процесса, которая проводится с целью закрепления практических умений. Задание на самостоятельную работу могут даваться тренером-преподавателем во время учебно-тренировочного процесса на отработку того или иного элемента при достаточной подготовленности и достаточных знаниях обрабатываемого элемента, правилах выполнения,

мерах безопасности, а также в качестве домашнего задания. При этом обязателен всесторонний контроль качества выполнения задания с последующим анализом и разбором допущенных неточностей и ошибок в выполнении данного задания.

Форма контроля: Наблюдение.

6. Инструкторская и судейская практика.

Практика:

В течение всего периода обучения тренер-преподаватель должен готовить себе помощников, привлекая учащихся к организации занятий и проведению соревнований. Инструкторская и судейская практика приобретается на занятиях и вне занятий. Все обучающиеся должны освоить некоторые навыки учебной работы и навыки судейства соревнований. Инструкторская и судейская практика имеет большое воспитательное значение – у учащихся воспитывается вкус к наставничеству, сознательное отношение к учебно-тренировочному процессу и уважение к решениям судей.

Вспомогательная беседа с младшими партнерами по основным правилам игры в мини-футбол. Судейская практика в двусторонних играх команд младшей группы. Проведение вступительной и заключительной части тренировки в своей группе и младших группах. Общекомандное занятие по правилам игры в мини-футбол.

Форма контроля: Наблюдение.

7. Соревновательная подготовка.

Практика:

Участие в соревнованиях - необходимое условие проверки и совершенствования моральных, волевых качеств, повышения уровня спортивной подготовки.

По окончании соревнований тренер-преподаватель проводит разбор прошедших игр. Учит находить ошибки в технике соперника. Выявляет положительные и отрицательные стороны игры, причины недостатков.

Программа предусматривает участие учащихся в соревнованиях общефизической направленности (эстафеты, преодоление полосы препятствий и т.д.) и в специализированных соревнованиях (первенства учреждения, города, округа, области, России по мини-футболу).

Форма контроля: Наблюдение.

8. Психологическая подготовка.

Теория:

Психологической подготовкой называют процесс, в ходе которого происходит формирование личностных и профессиональных качеств футболистов.

Именно поэтому психологическая подготовка учащихся - неотъемлемая часть учебно-тренировочного процесса.

Задачи психологической подготовки:

- формирование спортивного интереса, психической устойчивости, целеустремленности;
- научить самостоятельности в постановке и реализации целей, принятии решений;
- воспитание воли, адекватной самооценки.

Цель, которую тренер-преподаватель ставит перед учащимся, должна быть реальной, основанной на знании его возможностей и объективных предпосылок для достижения запланированного результата. Только при глубокой убежденности спортсмена в том, что у него есть все возможности достичь намеченной цели в заданный промежуток времени, при осознании ее важности у ребенка возникает внутренняя готовность бороться за ее достижение. Тренер-преподаватель должен умело поддерживать стремление и внутреннюю готовность учащихся к достижению поставленной цели.

Основными методами психологической подготовки являются беседы тренера-преподавателя с учащимися в индивидуальной и коллективной форме, использование разнообразных средств и приемов психолого-педагогического воздействия: убеждения, внушения, метода заданий и поручений, моделирования различных игровых ситуаций.

Большое внимание следует уделять закреплению установки на спортивную

деятельность, совершенствование свойств личности, обеспечивающих устойчивость к тренировочным и соревновательным нагрузкам, таких как: общая эмоциональная устойчивость, чувство соперничества, активность в преодолении препятствий, независимость, чувство ответственности и долга, устойчивость к физическому дискомфорту.

В соревновательном периоде упор делается на совершенствование эмоциональной устойчивости, свойств внимания, достижение специальной психической и мобилизационной готовности к игре.

Воспитательная работа в учреждении направлена на формирование личности юного спортсмена. Успешность воспитания юных спортсменов определяется способностью сочетать в учебно-тренировочном процессе задачи спортивной подготовки и общего воспитания. Важное условие успеха – единство воспитательных воздействий семьи и педагогов учреждения.

Тренер-преподаватель формирует у учащихся прежде всего патриотизм, нравственные качества (честность, доброжелательность, самообладание, дисциплинированность, терпимость, коллективизм) в сочетании с волевыми (настойчивость, аккуратность, трудолюбие).

Воспитательные средства:

- личный пример и педагогическое мастерство тренера-преподавателя;
- высокая организация учебно-тренировочного процесса;
- атмосфера трудолюбия, взаимопомощи, творчества;
- дружный коллектив;
- система морального стимулирования.

Основные воспитательные мероприятия:

- просмотр игр (и видео, и телевидение) и их обсуждение;
- регулярное подведение итогов спортивной деятельности учащихся;
- проведение тематических праздников;
- встречи со знаменитыми спортсменами;
- тематические диспуты и беседы;
- участие в спортивно-массовых мероприятиях.

Форма контроля: Опрос, наблюдение.

9. Контрольные испытания.

Практика:

Перед окончанием учебного года учащиеся, выполнившие учебный план, предусмотренный Программой, проходят контрольные испытания.

Контрольные испытания состоят из трех разделов: оценка теоретических знаний; оценка уровня физической подготовки; оценка посещаемости занятий.

Система нормативов последовательно охватывает весь период обучения. Для спортивно-оздоровительных групп нормативы, главным образом, носят контролирующий характер:

- стабильность состава учащихся,
- динамика прироста индивидуальных показателей развития физических качеств,
- уровень освоения основ гигиены и самоконтроля.

Для оценки разносторонней физической подготовки учащихся и для перевода на следующий год обучения проводятся контрольно-переводные нормативы. Учащиеся сдавшие контрольно-переводные нормативы по ОФП и СФП переводятся на следующий год обучения. Учащиеся, не сдавшие нормативы по ОФП и СФП остаются повторно в группе того же года обучения.

При подборе упражнений по видам подготовки соблюдаются педагогические принципы: «от простого к сложному», «от известного к неизвестному», на которых строится учебно-тренировочный процесс, дающий возможность последовательно от года к году обучать детей новым, более сложным двигательным действиям.

Форма контроля: Сдача контрольных нормативов.

1.5. Планируемые результаты

Планируемые результаты освоения Программы:

Предметные:

- освоены правила игры в мини-футбол и основные термины;
- сформированы физкультурно-спортивные навыки;
- освоены технические элементы (приемы) мини-футбола.

Личностные:

- сформированы навыки здорового и безопасного образа жизни;
- воспитано добросовестное отношение к труду, стремление преодолевать трудности, добиваться поставленных целей;
- воспитано чувство коллективизма в сочетании с возможностями демонстрировать индивидуальные качества;
- сформированы навыки адаптации к жизни в обществе, профессиональной ориентации.

Метапредметные:

- развиты спортивные умения и навыки посредством футбольной техники;
- развито умение анализировать действия в игре в мини-футбол;
- успешное выполнение контрольных нормативов.

Учащиеся приобретают следующие знания и умения:

Должны знать:

1. Историю развития футбола в России.
2. Влияние физкультуры и спорта на укрепление здоровья.
3. Правила техники безопасности во время игры в мини-футбол и в жизни в целом.
4. Правила игры.
5. Терминологию футбола.

Должны уметь:

1. Выполнять комплексы упражнений по общей физической и специальной физической подготовке.
2. Выполнять ведение, передачу, прием мяча, нападающие удары по воротам.
3. Владеть техникой: точной передачи мяча партнеру, точного приема и нападающих ударов, выполнять финты, различных видов приемов и передачи мяча.
4. Анализировать и оценивать игровую ситуацию.
5. Обладать тактикой атаки и обороны.
6. Владеть технической подготовкой игрока и вратаря.

Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий

2.1. Учебный план

Учебный план определяет распределение учебных часов по теоретическим и практическим занятиям на весь период. Количество часов зависит от расписания занятий и от материально-технической возможности учреждения.

№ п/п	Наименование раздела	Количество часов			Формы промежуточной аттестации/текущего контроля
		Всего	в том числе		
			теоретические занятия	практические занятия	
1	Теоретическая подготовка	40	40		опрос
2	Общая физическая подготовка	116		116	наблюдение
3	Специальная физическая подготовка	220		220	наблюдение
4	Технико-тактическая подготовка	160		160	наблюдение
5	Интегральная подготовка, самостоятельная работа	80		80	наблюдение
6	Инструкторская и судейская практика	8		8	наблюдение
7	Соревновательная подготовка	24		24	наблюдение
8	Психологическая подготовка	8	8		опрос, наблюдение
9	Контрольные испытания	16		16	сдача контрольных нормативов
Итого		672	48	624	

Учебный план по уровням реализации Программы

Стартовый уровень

№ п/п	Наименование раздела	Количество часов			Формы промежуточной аттестации/текущего контроля
		Всего	в том числе		
			теоретические занятия	практические занятия	
1	Теоретическая подготовка	10	10		опрос
2	Общая физическая подготовка	36		36	наблюдение
3	Специальная физическая подготовка	50		50	наблюдение
4	Технико-тактическая подготовка	38		38	наблюдение
5	Интегральная подготовка, в т.ч. самостоятельная работа	20		20	наблюдение
6	Инструкторская и судейская практика	2		2	наблюдение
7	Соревновательная подготовка	6		6	наблюдение
8	Психологическая подготовка	2	2		опрос, наблюдение
9	Контрольные испытания	4		4	сдача контрольных нормативов
Итого		168	12	156	

Базовый уровень

№ п/п	Наименование раздела	Количество часов			Формы промежуточной аттестации/текущего контроля
		Всего	в том числе		
			теоретические занятия	практические занятия	
1	Теоретическая подготовка	30	30		опрос
2	Общая физическая подготовка	80		80	наблюдение
3	Специальная физическая подготовка	170		170	наблюдение
4	Технико-тактическая подготовка	122		122	наблюдение
5	Интегральная подготовка, в т.ч. самостоятельная работа	60		60	наблюдение
6	Инструкторская и судейская практика	6		6	наблюдение
7	Соревновательная подготовка	18		18	наблюдение
8	Психологическая подготовка	6	6		опрос, наблюдение
9	Контрольные испытания	12		12	сдача контрольных нормативов
Итого		504	36	468	

Стартовый уровень
Учебный план первого года обучения

№ п/п	Наименование раздела	Количество часов			Формы промежуточной аттестации/текущего контроля
		Всего	в том числе		
			теоретические занятия	практические занятия	
1.	Теоретическая подготовка	10	10		опрос
1.1.	Физическая культура и спорт в России	1	1		опрос
1.2.	Состояние и развитие мини-футбола в России	1	1		опрос
1.3.	Гигиена, закаливание, питание и режим спортсмена	1	1		опрос
1.4.	Техника безопасности и профилактика травматизма на занятиях	1	1		опрос
1.5.	Физиологические основы спортивной тренировки	1	1		опрос
1.6.	Общая и специальная физическая подготовка	1	1		опрос
1.7.	Основы техники и тактики мини-футбола	1	1		опрос
1.8.	Правила игры	1	1		опрос
1.9.	Спортивные соревнования по мини-футболу	1	1		опрос
1.10.	Места занятий, оборудование и инвентарь	1	1		опрос
2.	Общая физическая подготовка	36		36	наблюдение
2.1.	Строевые упражнения	4		4	наблюдение
2.2.	Общеразвивающие упражнения без предметов	4		4	наблюдение
2.3.	Упражнения на развитие скорости	5		5	наблюдение
2.4.	Упражнения на развитие выносливости	5		5	наблюдение
2.5.	Упражнения на развитие ловкости	5		5	наблюдение
2.6.	Упражнения на развитие силы	4		4	наблюдение
2.7.	Упражнения на развитие координации	5		5	наблюдение
2.8.	Гимнастические упражнения на развитие гибкости	4		4	наблюдение
3.	Специальная физическая подготовка	50		50	наблюдение
3.1.	Упражнения на развитие скоростно-силовых качеств	10		10	наблюдение
3.2.	Упражнения для развития дистанционной скорости	10		10	наблюдение
3.3.	Упражнения для развития специальной выносливости	10		10	наблюдение
3.4.	Упражнения на развитие быстроты и стартовой скорости	10		10	наблюдение
3.5.	Упражнения на развитие специальной силовой способности	10		10	наблюдение
4.	Технико-тактическая подготовка	38		38	наблюдение
4.1.	Техническая подготовка	32		32	наблюдение
4.1.1.	Техника передвижения	3		3	наблюдение
4.1.2.	Удары по мячу ногами	4		4	наблюдение
4.1.3.	Удары по мячу головой	4		4	наблюдение
4.1.4.	Остановка мяча	3		3	наблюдение
4.1.5.	Передачи мяча	4		4	наблюдение
4.1.6.	Ведение мяча	3		3	наблюдение
4.1.7.	Обманные движения (финты)	3		3	наблюдение
4.1.8.	Отбор мяча	3		3	наблюдение
4.1.9.	Ввод мяча для возобновления игры	3		3	наблюдение
4.1.10.	Техника игры вратаря	3		3	наблюдение
4.2.	Тактическая подготовка	6		6	наблюдение
4.2.1.	Атакующая тактика	3		3	наблюдение
4.2.2.	Оборонительная тактика	3		3	наблюдение
5.	Интегральная подготовка, самостоятельная работа	20		20	наблюдение
6.	Инструкторская и судейская практика	2		2	наблюдение
7.	Соревновательная подготовка	6		6	наблюдение
8.	Психологическая подготовка	2	2		опрос, наблюдение
9.	Контрольные испытания	4		4	сдача контрольных нормативов
Итого		168	12	156	

Учебный план второго года обучения

№ п/п	Наименование раздела	Количество часов			Формы промежуточной аттестации/текущего контроля
		Всего	в том числе		
			теоретические занятия	практические занятия	
1.	Теоретическая подготовка	10	10		опрос
1.1.	Физическая культура и спорт в России	1	1		опрос
1.2.	Состояние и развитие мини-футбола в России	1	1		опрос
1.3.	Гигиена, закаливание, питание и режим спортсмена	1	1		опрос
1.4.	Техника безопасности и профилактика травматизма на занятиях	1	1		опрос
1.5.	Физиологические основы спортивной тренировки	1	1		опрос
1.6.	Общая и специальная физическая подготовка	1	1		опрос
1.7.	Основы техники и тактики мини-футбола	1	1		опрос
1.8.	Правила игры	1	1		опрос
1.9.	Спортивные соревнования по мини-футболу	1	1		опрос
1.10.	Места занятий, оборудование и инвентарь	1	1		опрос
2.	Общая физическая подготовка	32		32	наблюдение
2.1.	Строевые упражнения	4		4	наблюдение
2.2.	Общеразвивающие упражнения без предметов	4		4	наблюдение
2.3.	Упражнения на развитие скорости	4		4	наблюдение
2.4.	Упражнения на развитие выносливости	4		4	наблюдение
2.5.	Упражнения на развитие ловкости	4		4	наблюдение
2.6.	Упражнения на развитие силы	4		4	наблюдение
2.7.	Упражнения на развитие координации	4		4	наблюдение
2.8.	Гимнастические упражнения на развитие гибкости	4		4	наблюдение
3.	Специальная физическая подготовка	50		50	наблюдение
3.1.	Упражнения на развитие скоростно-силовых качеств	10		10	наблюдение
3.2.	Упражнения для развития дистанционной скорости	10		10	наблюдение
3.3.	Упражнения для развития специальной выносливости	10		10	наблюдение
3.4.	Упражнения на развитие быстроты и стартовой скорости	10		10	наблюдение
3.5.	Упражнения на развитие специальной силовой способности	10		10	наблюдение
4.	Технико-тактическая подготовка	42		42	наблюдение
4.1.	Техническая подготовка	36		36	наблюдение
4.1.1.	Техника передвижения	3		3	наблюдение
4.1.2.	Удары по мячу ногами	4		4	наблюдение
4.1.3.	Удары по мячу головой	4		4	наблюдение
4.1.4.	Остановка мяча	4		4	наблюдение
4.1.5.	Передачи мяча	4		4	наблюдение
4.1.6.	Ведение мяча	4		4	наблюдение
4.1.7.	Обманные движения (финты)	4		4	наблюдение
4.1.8.	Отбор мяча	3		3	наблюдение
4.1.9.	Ввод мяча для возобновления игры	3		3	наблюдение
4.1.10.	Техника игры вратаря	3		3	наблюдение
4.2.	Тактическая подготовка	6		6	наблюдение
4.2.1.	Атакующая тактика	3		3	наблюдение
4.2.2.	Оборонительная тактика	3		3	наблюдение
5.	Интегральная подготовка, в т.ч. самостоятельная работа	20		20	наблюдение
6.	Инструкторская и судейская практика	2		2	наблюдение
7.	Соревновательная подготовка	6		6	наблюдение
8.	Психологическая подготовка	2	2		опрос, наблюдение
9.	Контрольные испытания	4		4	сдача контрольных нормативов
Итого		168	12	156	

Учебный план третьего года обучения

№ п/п	Наименование раздела	Количество часов			Формы промежуточной аттестации/текущего контроля
		Всего	в том числе		
			теоретические занятия	практические занятия	
1.	Теоретическая подготовка	10	10		опрос
1.1.	Физическая культура и спорт в России	1	1		опрос
1.2.	Состояние и развитие мини-футбола в России	1	1		опрос
1.3.	Гигиена, закаливание, питание и режим спортсмена	1	1		опрос
1.4.	Техника безопасности и профилактика травматизма на занятиях	1	1		опрос
1.5.	Физиологические основы спортивной тренировки	1	1		опрос
1.6.	Общая и специальная физическая подготовка	1	1		опрос
1.7.	Основы техники и тактики мини-футбола	1	1		опрос
1.8.	Правила игры	1	1		опрос
1.9.	Спортивные соревнования по мини-футболу	1	1		опрос
1.10.	Места занятий, оборудование и инвентарь	1	1		опрос
2.	Общая физическая подготовка	24		24	наблюдение
2.1.	Строевые упражнения	3		3	наблюдение
2.2.	Общеразвивающие упражнения без предметов	3		3	наблюдение
2.3.	Упражнения на развитие скорости	3		3	наблюдение
2.4.	Упражнения на развитие выносливости	3		3	наблюдение
2.5.	Упражнения на развитие ловкости	3		3	наблюдение
2.6.	Упражнения на развитие силы	3		3	наблюдение
2.7.	Упражнения на развитие координации	3		3	наблюдение
2.8.	Гимнастические упражнения на развитие гибкости	3		3	наблюдение
3.	Специальная физическая подготовка	60		60	наблюдение
3.1.	Упражнения на развитие скоростно-силовых качеств	12		12	наблюдение
3.2.	Упражнения для развития дистанционной скорости	12		12	наблюдение
3.3.	Упражнения для развития специальной выносливости	12		12	наблюдение
3.4.	Упражнения на развитие быстроты и стартовой скорости	12		12	наблюдение
3.5.	Упражнения на развитие специальной силовой способности	12		12	наблюдение
4.	Технико-тактическая подготовка	40		40	наблюдение
4.1.	Техническая подготовка	34		34	наблюдение
4.1.1.	Техника передвижения	3		3	наблюдение
4.1.2.	Удары по мячу ногами	4		4	наблюдение
4.1.3.	Удары по мячу головой	4		4	наблюдение
4.1.4.	Остановка мяча	4		4	наблюдение
4.1.5.	Передачи мяча	4		4	наблюдение
4.1.6.	Ведение мяча	4		4	наблюдение
4.1.7.	Обманные движения (финты)	3		3	наблюдение
4.1.8.	Отбор мяча	4		4	наблюдение
4.1.9.	Ввод мяча для возобновления игры	3		3	наблюдение
4.1.10.	Техника игры вратаря	3		3	наблюдение
4.2.	Тактическая подготовка	6		6	наблюдение
4.2.1.	Атакующая тактика	3		3	наблюдение
4.2.2.	Оборонительная тактика	3		3	наблюдение
5.	Интегральная подготовка, в т.ч. самостоятельная работа	20		20	наблюдение
6.	Инструкторская и судейская практика	2		2	наблюдение
7.	Соревновательная подготовка	6		6	наблюдение
8.	Психологическая подготовка	2	2	0	опрос, наблюдение
9.	Контрольные испытания	4	0	4	сдача контрольных нормативов
Итого		168	12	156	

Учебный план четвертого года обучения

№ п/п	Наименование раздела	Количество часов			Формы промежуточной аттестации/текущего контроля
		Всего	в том числе		
			теоретические занятия	практические занятия	
1.	Теоретическая подготовка	10	10		опрос
1.1.	Физическая культура и спорт в России	1	1		опрос
1.2.	Состояние и развитие мини-футбола в России	1	1		опрос
1.3.	Гигиена, закаливание, питание и режим спортсмена	1	1		опрос
1.4.	Техника безопасности и профилактика травматизма на занятиях	1	1		опрос
1.5.	Физиологические основы спортивной тренировки	1	1		опрос
1.6.	Общая и специальная физическая подготовка	1	1		опрос
1.7.	Основы техники и тактики мини-футбола	1	1		опрос
1.8.	Правила игры	1	1		опрос
1.9.	Спортивные соревнования по мини-футболу	1	1		опрос
1.10.	Места занятий, оборудование и инвентарь	1	1		опрос
2.	Общая физическая подготовка	24		24	наблюдение
2.1.	Строевые упражнения	3		3	наблюдение
2.2.	Общеразвивающие упражнения без предметов	3		3	наблюдение
2.3.	Упражнения на развитие скорости	3		3	наблюдение
2.4.	Упражнения на развитие выносливости	3		3	наблюдение
2.5.	Упражнения на развитие ловкости	3		3	наблюдение
2.6.	Упражнения на развитие силы	3		3	наблюдение
2.7.	Упражнения на развитие координации	3		3	наблюдение
2.8.	Гимнастические упражнения на развитие гибкости	3		3	наблюдение
3.	Специальная физическая подготовка	60		60	наблюдение
3.1.	Упражнения на развитие скоростно-силовых качеств	12		12	наблюдение
3.2.	Упражнения для развития дистанционной скорости	12		12	наблюдение
3.3.	Упражнения для развития специальной выносливости	12		12	наблюдение
3.4.	Упражнения на развитие быстроты и стартовой скорости	12		12	наблюдение
3.5.	Упражнения на развитие специальной силовой способности	12		12	наблюдение
4.	Технико-тактическая подготовка	40		40	наблюдение
4.1.	Техническая подготовка	34		34	наблюдение
4.1.1.	Техника передвижения	3		3	наблюдение
4.1.2.	Удары по мячу ногами	4		4	наблюдение
4.1.3.	Удары по мячу головой	4		4	наблюдение
4.1.4.	Остановка мяча	3		3	наблюдение
4.1.5.	Передачи мяча	4		4	наблюдение
4.1.6.	Ведение мяча	4		4	наблюдение
4.1.7.	Обманные движения (финты)	3		3	наблюдение
4.1.8.	Отбор мяча	3		3	наблюдение
4.1.9.	Ввод мяча для возобновления игры	3		3	наблюдение
4.1.10.	Техника игры вратаря	3		3	наблюдение
4.2.	Тактическая подготовка	6		6	наблюдение
4.2.1.	Атакующая тактика	3		3	наблюдение
4.2.2.	Оборонительная тактика	3		3	наблюдение
5.	Интегральная подготовка, в т.ч. самостоятельная работа	20		20	наблюдение
6.	Инструкторская и судейская практика	2		2	наблюдение
7.	Соревновательная подготовка	6		6	наблюдение
8.	Психологическая подготовка	2	2		опрос, наблюдение
9.	Контрольные испытания	4		4	сдача контрольных нормативов
Итого		168	12	156	

2.2. Календарный учебный график

Календарный учебный график – это составная часть Программы, является комплексом основных характеристик образования. Календарный учебный график определяет даты начала и окончания учебного года, количество учебных недель, количество учебных дней, количество учебных часов, режим занятий. Составляется календарный учебный график на учебный год для каждой группы. Календарный учебный график реализации Программы представлен в Приложении № 2 к настоящей Программе.

Дата начала учебного года: 1 сентября.

Дата окончания учебного года: 30 июня.

Количество учебных недель: 42.

Количество учебных часов: 168 часов в год.

Начало учебных занятий первого года обучения 1 октября. С 1 сентября по 30 сентября – организационный период (набор учащихся на первый год обучения по Программе).

2.3. Рабочая программа воспитания

Особенности организации воспитательной деятельности в учреждении

Воспитательная работа направлена на формирование личности юного спортсмена. Успешность воспитания юных спортсменов определяется способностью сочетать в учебно-тренировочном процессе задачи спортивной подготовки и общего воспитания. Важное условие успеха – единство воспитательных воздействий семьи, педагогов общеобразовательной школы и учреждения дополнительного образования.

Воспитательная работа планируется с учетом возраста, пола, спортивной подготовленности юных спортсменов, реальных условий деятельности учреждения.

На протяжении многолетней спортивной подготовки тренер-преподаватель формирует у учащихся прежде всего патриотизм, нравственные качества (честность, доброжелательность, самообладание, дисциплинированность, терпимость, коллективизм) в сочетании с волевыми (настойчивость, аккуратность, трудолюбие).

Принципы воспитания в учреждении:

- *Принцип связи воспитания с жизнью*, социокультурной средой. Воспитание строиться в соответствии с требованиями общества, перспективами его развития, его потребностям.

- *Принцип комплексности, целостности, единства* всех компонентов воспитательного процесса. В соответствии с этим принципом в воспитательном процессе цели и задачи, содержание и средства согласованы между собой.

- *Принцип связи воспитания с повседневной жизнью и трудом*. Учащийся занимается посильным трудом, знакомится с национальными промыслами его родного края, познает культуру труда.

- *Принцип педагогического руководства и самостоятельной деятельности* (активности) воспитанников. В соответствии с этим принципом педагог при организации воспитательного процесса предлагает те виды деятельности, которые будут стимулировать активность детей, их творческую свободу, но сохраняет при этом руководящие позиции.

- *Принцип гуманизма, уважения к личности* ребенка в сочетании с требовательностью к нему. В соответствии с этим принципом воспитательный процесс строится на доверии, взаимном уважении, авторитете педагога, сотрудничестве, любви, доброжелательности.

- *Принцип опоры на положительное в личности ребенка*. В соответствии с этим принципом воспитания при организации воспитательного процесса педагог должен верить в стремление учащегося быть лучше, и сама воспитательная работа должна поддерживать и развивать это стремление.

- *Принцип воспитания в коллективе и через коллектив*. В соответствии с этим принципом воспитание в группе, в процессе общения должно быть основано на позитивных межличностных отношениях.

- *Принцип учета возвратных и индивидуальных особенностей детей*. Для реализации этого принципа педагогу необходимо знать типичные возрастные особенности учащихся, а также индивидуальные различия детей в конкретной учебной группе.

- *Принцип единства действий и требований* к ребенку в семье, образовательном учреждении, социуме. В соответствии с этим принципом педагогу необходимо установить

тесный контакт с семьей и договориться о согласованных действиях, в ходе воспитательного процесса обсуждать вместе с детьми реальные события, происходящие в их жизни (в школе, на улице).

Чтобы воспитание достигло своей цели, необходимо соблюдать следующие важные **требования к принципам воспитания:**

- **Обязательность.** Имеется в виду, что принципы воспитания не носят рекомендательный характер, педагог обязан их соблюдать и внедрять в свою ежедневную деятельность, а не выполнять от случая к случаю.

- **Комплексность.** Все принципы следует объединить в комплекс и применять взаимосвязано, единым фронтом. Важным условием эффективности является их одновременное действие.

- **Равнозначность.** Положительный результат воспитания может быть достигнут только тогда, когда все принципы имеют равное значение, среди них нет ни главных, ни второстепенных, ни тех, которые надо использовать в первую очередь или во вторую. Все принципы воспитания имеют равную ценность и значение.

Процесс воспитания в учреждении основывается на следующих **принципах взаимодействия** педагогов и школьников:

- неукоснительное соблюдение законности и прав семьи и ребенка, соблюдения конфиденциальности информации о ребенке и семье, приоритета безопасности ребенка при нахождении в учреждении;

- ориентир на создание в учреждении психологически комфортной среды для каждого ребенка и взрослого, без которой невозможно конструктивное взаимодействие учащихся и педагогов;

- построение отношений между взрослыми и детьми на основе, доверия, сотрудничества, любви, доброжелательности, уважения личности каждого ребенка;

- опора на положительное в личности ребенка, вера педагогов в положительные результаты воспитания, подход к каждому ребенку с «оптимистической гипотезой»;

- организация основных совместных мероприятий учащихся и педагогов как предмета совместной деятельности взрослых и детей;

- системность, целесообразность и нешаблонность воспитания как условия его эффективности.

Цели и задачи воспитательной работы

Цели воспитания – формирование личностной и практико-ориентированной среды для успешной социализации учащихся в обществе через механизмы самовоспитания, саморазвития, самореализации.

Задачи воспитания:

- Развитие общей культуры учащихся.

- Формирование у детей гражданско-патриотического сознания: уважение к своей семье, обществу, государству, к духовно-нравственным ценностям, к национальному и историческому наследию Родины.

- Профилактика вредных привычек, правонарушений, социально-опасных явлений.

- Формировать у учащихся ответственное отношение к своему здоровью и потребность в здоровом образе жизни.

- Способствовать развитию у учащихся экологической культуры, бережного отношения к природе, развивать стремление беречь и охранять природу.

- Воспитывать у учащихся уважение к труду, содействовать профессиональному самоопределению учащихся.

- Создание условий для активного и полезного взаимодействия с семьей по вопросам воспитания учащихся.

Виды, формы и содержание воспитательной работы

№ п/п	Вид деятельности	Целевое назначение	Формы организации деятельности	Содержание воспитательной работы
1	Познавательная	Обогащает представление об окружающей действительности, формирует	Лекция, рассказ, беседа, дискуссия, ролевая игра.	Изучение окружающей действительности, освоение новых знаний, навыков и

		потребность в профессиональном образовании, способствует интеллектуальному развитию.		умений, которые необходимы для жизни в обществе и мире в целом. Учащийся получает новую информацию, узнаёт о законах мира и учится не только взаимодействовать с ним, но и влиять на него.
2	Общественная	Содействует социализации учащихся, включает их в сопереживание проблемам общества, приобщает к активному преобразованию действительности.	Мероприятий, праздники, соревнования, акции.	Совместно с педагогами и родителями организация и проведение различных праздников (общешкольных, в группе, в объединении), конкурсов, соревнований. Организация и участие детей в различных акциях.
3	Ценностно-ориентированная	Рациональное осмысление общечеловеческих и социальных ценностей, формирование культуры, своего «Я». Профилактика правонарушений, социально-опасных явлений.	Беседы, тестирование, анкетирование, акции.	Проведение диспутов и бесед на нравственные темы; формирование у учащихся отношения к миру; формирование у учащихся убеждений, взглядов, усвоение учащимися нравственных и других норм жизни людей – всего того, что называют ценностями. Тренер-преподаватель стимулирует выработку учащимися отношений, взглядов на жизнь в различных формах деятельности: беседы по социально-нравственной проблематике, дискуссии, диспуты. Профилактика правонарушений и социально-опасных явлений.
4	Спортивно-оздоровительная	Здоровый образ жизни, формирует силу, выносливость, пластичность и красоту человеческого тела и отношений. Профилактика вредных привычек.	Учебно-тренировочные занятия, спортивные мероприятия, соревнования.	Освоение дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ по выбранным видам спорта, утвержденным в учреждении. Участие в соревнованиях, спортивных мероприятиях.
5	Военно-патриотическая	Формирование в ребёнке приверженности важнейшим духовным ценностям и традициям, воспитание любви к Родине, заботы об интересах страны, гордости за героическое прошлое нашего Отечества, за научно-технический и культурный вклад России в мировую цивилизацию.	Встречи с военными, ветеранами и участниками военных действий, экскурсии, участие в творческих конкурсах, смотрах.	Формирование у учащихся глубокого патриотического сознания, идей служения Отечеству и его вооруженной защите; уважение к военной истории; стремления к военной службе, сохранению и приумножению славных воинских традиций; сохранение памяти о знаменательных событиях и датах, о подвигах героических личностей русской Земли и воспитание гордости за деяние своих предков; воспитание чувства любви к своей малой родине, уважительного отношения к национальным традициям и культуре, пробуждение чувства гордости за свой народ.
6	Культурно-досуговая	Взаимнообогащающий досуг учащихся, общение друг с	Праздники, различные мероприятия, поход в	Содержательный, развивающий отдых,

		другом.	кино, игры, совместный отдых, содержательные развлечения.	свободное общение, в котором инициатива принадлежит учащимся, педагог принимает активное участие во всех мероприятиях. Спортивно-оздоровительную деятельность. Свободное общение, досуг учащихся может проходить в самых разных формах: игры, праздники, вечера отдыха, коллективные дни рождения, соревнования, совместные прогулки, походы и пр.
7	Трудовая	Направлена на создание, сохранение и приумножение материальных ценностей, формирование уважительного отношения к материальным ценностям как средствам для существования человека.	Общественно-полезный труд по самообслуживанию, субботники, дежурство во время занятий и т.д.	Совместный труд в учреждении: уборка помещений, уборка территории, помощь при ремонте, трудовые десанты по благоустройству территории учреждения, участие в общегородских акциях и т.д.
8	Безопасность	Предупреждение детского ДТП, соблюдение правил и техники безопасности в различных жизненных ситуациях.	Инструктаж, беседа, рассказ, опрос.	Проведение инструктажей: охрана труда; пожарная безопасность; антитеррористическая безопасность; правила поведения: на дорогах, на воде и вблизи водоемов, в транспорте, на учебно-тренировочных занятиях, спортивных соревнованиях и т.д.

Методы воспитания

Выбор метода зависит: от специфики общественно-воспитательной среды, вида деятельности, возраста учащихся, индивидуально-типологических способностей учащихся, уровня воспитанности коллектива.

Метод убеждения. Убеждать, значит так воздействовать на сознание и поведение учащегося, чтобы у него формировались способности поиска истинности миропонимания. В процессе убеждения идеи и нормы, выработанные обществом, превращаются в личные убеждения, в систему мотивов поведения, в руководство к действию.

Средства убеждения: учебная работа, беседы, диспуты, встречи, сборы, собрания.

Метод примера. Воспитательная сила примера основана на стремлении людей к подражанию социальным нормам и ролям. Дети стремятся копировать в своем поведении те действия и поступки, которые, с их точки зрения, кажутся значительными и укрепляют их достоинство. Большое воспитательное значение на учащихся оказывает педагог.

На практике воспитания *используются личные примеры*, из жизни и деятельности других людей, из природы, художественного творчества.

Метод упражнения – равномерно организованное выполнение учащимися практических действий и дел с целью накопления нравственного опыта и формирования положительных черт личности. В процессе многократных повторений должны выполняться не только действия и поступки, но и внутренние стимулы, которыми определяется поведение личности.

Упражнение – основной метод умственного, нравственного, физического и эстетического воспитания.

Типы упражнений: упражнения в деятельности (трудовые, в общественной деятельности, спортивные); режимные упражнения; специальные (в этикете, культуре поведения, речи).

Метод приучения – начальная стадия метода упражнения и его составная часть. Основа метода – требование.

Составные части: формулировка правила, разъяснение, демонстрация норм и формирование положительного отношения к правилам, многократное повторение.

Метод требования. Содействует возникновению полезных навыков и привычек, формирует черту характера и нравственные идеалы. Требование должно быть гуманным, разумным, подготовленным, системным, рациональным, должно предполагать наращивание трудностей.

Приемы требований: советом, мимикой, жестом, паузой, в игровом оформлении, выражением доверия (недоверия), просьбой (намеком), одобрением (осуждением), угрозой (наказанием). В случае одностороннего увлечения учащегося деятельностью, которая может способствовать формированию негативного поведения, наиболее действенным методом преодоления является переключение учащегося с одного вида деятельности на другой и постепенное формирование нового стереотипа поведения.

Метод поощрения (одобрения) представляет собой совокупность морального и материального стимулирования, признание, положительную оценку поведения или качеств учащегося.

Средства: одобрение взглядом, похвала, благодарность, похвала в присутствии товарищей, награждение. Неуместная похвала теряет воспитательную силу. Учащиеся к ней привыкают и перестают реагировать. Лучший способ – хвалить не самого человека, а выполненное им задание. Он должен быть приучен испытывать чувство удовлетворения не ради поощрения, а во имя результатов труда, в том числе и спортивного.

Метод осуждения (наказания). Осуждение проявляется в неодобрении, отрицательной оценке действий и поступков личности. Наказание – это мера и способ воздействия против человека, совершившего проступок (преступление).

Виды педагогического наказания: наказание-внушение (порицание, замечание, выговор); наказание-ограничение (удаление с занятий, исключение из ОУ); наказание-привлечение (уборка, ремонт).

Правила применения наказаний в процессе воспитания:

- наказаний не должно приносить физических страданий;
- наказание накладывается уверенным тоном, в спокойной обстановке;
- наказание должно быть индивидуальным;
- нельзя наказывать по подозрению;
- нельзя напоминать о заранее наложенных взысканиях;
- наказание должно быть поддержано общественным осуждением действий провинившегося;
- наказания должны быть редки.

Наказание должно побуждать к обдумыванию своего поведения и требовательно относиться к себе. Наказание только тогда достигает цели, когда оно является справедливым и поддерживается общественным мнением коллектива.

Метод соревнования (игры). Один из методов мобилизации творческой трудовой активности учащихся, способствующий более качественному и эффективному выполнению деятельности. Соревнование обозначает стремление учащихся не отставать друг от друга, добиваться лучших результатов. Соревнование (игра) – это метод воспитания, обучение, развития и психологической подготовки к решению жизненных задач.

Планируемые результаты

Планируемые результаты воспитания носят отсроченный характер, но деятельность педагогов нацелена на перспективу развития и становления личности учащегося.

В результате поэтапной реализации программы воспитания будет обеспечено:

- освоение учащимися социально значимых знаний и приобретение опыта социального взаимодействия, направленных на формирование гражданской идентичности, патриотизма, гражданской ответственности, чувства гордости за историю России, воспитание культуры межнационального общения;
- формирование опыта самоопределения (личностного и профессионального);
- овладение учащимися способами саморазвития и самореализации в современном мире;
- вовлечение детей и молодежи в позитивную социальную деятельность, рост числа патриотически настроенных молодых граждан;

- приобщение учащихся к здоровому образу жизни;
- повышение социальной активности учащихся;
- рост участников и победителей в конкурсах и соревнованиях;
- повышение общественного престижа семьи, отцовства и материнства, сохранение и возрождение традиционных семейных ценностей, укрепление традиций семейного воспитания;
- модернизация содержания программ дополнительной, внеурочной деятельности.

Календарный план воспитательной работы

Вид деятельности воспитательной работы	Мероприятия (форма проведения, название)	Сроки проведения	Ответственные
Сентябрь			
Безопасность	Инструктаж по технике безопасности при занятиях в спортивных залах, на спортивных площадках.	01.09-30.09	тренеры-преподаватели
Познавательная	Знакомство учащихся общеобразовательных школ с направлениями деятельности учреждения в рамках ежегодного фестиваля «Я талантлив!»	01.09-11.09	педагогические работники учреждения
Безопасность	Тематическое занятие, посвященное Дню солидарности в борьбе с терроризмом. Беседа о поведении при угрозе террористического акта.	02.09-10.09	тренеры-преподаватели
Общественная	Участие во всероссийской акции «Вместе, всей семьей» - разместить фотографию в VK.	17 сентября	тренеры-преподаватели
Безопасность	Тематическое занятие, посвященное неделе безопасности дорожного движения. Беседа по правилам дорожного движения.	25.09-29.09	тренеры-преподаватели
Безопасность	Внеплановые инструктажи по технике безопасности, пожарной безопасности, антитеррористической безопасности.	по необходимости	тренеры-преподаватели
Спортивно-оздоровительная	Организация и участие в спортивных соревнованиях, мероприятиях.	по календарному плану спортивных мероприятий	тренеры-преподаватели
Октябрь			
Безопасность	Инструктаж по технике безопасности при занятиях в спортивных залах, на спортивных площадках.	01.10-31.10	тренеры-преподаватели
Познавательная	День открытых дверей	01.10-15.10	администрация, тренеры-преподаватели
Ценностно-ориентированная	Тематическая беседа, посвященная дню пожилых людей. Поздравление бабушек и дедушек.	1 октября	тренеры-преподаватели
Общественная	Родительские собрания.	10.10-20.10	тренеры-преподаватели
Культурно-досуговая	Походы в кино, театры. Экскурсии.	25.10-31.10	тренеры-преподаватели
Безопасность	Внеплановые инструктажи по технике безопасности, пожарной безопасности, антитеррористической безопасности.	по необходимости	тренеры-преподаватели
Спортивно-оздоровительная	Организация и участие в спортивных соревнованиях, мероприятиях.	по календарному плану спортивных мероприятий	тренеры-преподаватели
Ноябрь			
Безопасность	Инструктаж по технике безопасности при занятиях в спортивных залах, на спортивных площадках.	01.11-30.11	тренеры-преподаватели
Ценностно-ориентированная	Тематическая беседа, посвященная Дню народного единства.	01.11-04.11	тренеры-преподаватели
Военно-патриотическая	Беседа, посвященная Всероссийскому дню призывника.	12.11-15.11	тренеры-преподаватели
Безопасность	Инструктаж по пожарной безопасности	15.11-20.11	тренеры-преподаватели
Общественная	Тематическая беседа, посвященная Дню толерантности	15.11-20.11	тренеры-преподаватели
Ценностно-	Мероприятия, посвященные Дню матери в	25.11-28.11	тренеры-преподаватели

ориентированная	России. Поздравление мам.		
Безопасность	Внеплановые инструктажи по технике безопасности, пожарной безопасности, антитеррористической безопасности.	по необходимости	тренеры-преподаватели
Спортивно-оздоровительная	Организация и участие в спортивных соревнованиях, мероприятиях.	по календарному плану спортивных мероприятий	тренеры-преподаватели
Декабрь			
Безопасность	Инструктаж по технике безопасности при занятиях в спортивных залах, на спортивных площадках.	01.12-31.12	тренеры-преподаватели
Безопасность	Инструктаж «Правила поведения на воде и вблизи водоемов».	01.12-07.12	тренеры-преподаватели
Военно-патриотическая	Беседа, посвященная Дню неизвестного солдата. Возложение цветов к памятнику Неизвестного солдата.	3 декабря	тренеры-преподаватели
Ценностно-ориентированная	Единое занятие «Мы - Россияне!», посвященное Дню Конституции Российской Федерации. Опрос: «Знаешь ли ты Конституцию РФ».	09.12-12.12	тренеры-преподаватели
Ценностно-ориентированная	Всероссийская акция «Мы – граждане России!». Размести в социальных сетях видеобращение «Что значит быть гражданином Российской Федерации»	12 декабря	тренеры-преподаватели
Безопасность	Беседа о мерах пожарной безопасности в период новогодних и рождественских праздников.	20.12-27.12	тренеры-преподаватели
Культурно-досуговая	Организация новогодних праздников.	25.12-30.12	администрация, тренеры-преподаватели с привлечением родительского актива
Безопасность	Внеплановые инструктажи по технике безопасности, пожарной безопасности, антитеррористической безопасности.	по необходимости	тренеры-преподаватели
Спортивно-оздоровительная	Организация и участие в спортивных соревнованиях, мероприятиях.	по календарному плану спортивных мероприятий	тренеры-преподаватели
Январь			
Безопасность	Инструктаж по технике безопасности при занятиях в спортивных залах, на спортивных площадках.	01.01-31.01	тренеры-преподаватели
Культурно-досуговая	Походы в кино, театры. Экскурсии. Посещение праздничных мероприятий.	01.01-10.01	тренеры-преподаватели с привлечением родительского актива
Общественная, Трудовая	Тематическая беседа, посвященная Дню российского студенчества. Единое занятий на тему: «Сто дорог – одна моя», «Мир профессий», «Кем я хочу стать».	23.01-26.01	тренеры-преподаватели
Безопасность	Внеплановые инструктажи по технике безопасности, пожарной безопасности, антитеррористической безопасности.	по необходимости	тренеры-преподаватели
Спортивно-оздоровительная	Организация и участие в спортивных соревнованиях, мероприятиях.	по календарному плану спортивных мероприятий	тренеры-преподаватели
Февраль			
Безопасность	Инструктаж по технике безопасности при занятиях в спортивных залах, на спортивных площадках.	01.02-29.02	тренеры-преподаватели
Познавательная	Беседа, посвященная Дню российской науки.	8 февраля	тренеры-преподаватели
Военно-патриотическая	Мероприятия, посвященные Дню защитника Отечества (спортивные соревнования,	18.02-26.02	тренеры-преподаватели

	турниры).		
Безопасность	Внеплановые инструктажи по технике безопасности, пожарной безопасности, антитеррористической безопасности.	по необходимости	тренеры-преподаватели
Спортивно-оздоровительная	Организация и участие в спортивных соревнованиях, мероприятиях.	по календарному плану спортивных мероприятий	тренеры-преподаватели
Март			
Безопасность	Инструктаж по технике безопасности при занятиях в спортивных залах, на спортивных площадках.	01.03-31.03	тренеры-преподаватели
Культурно-досуговая	Организация праздников.	05.03-07.03	администрация, тренеры-преподаватели
Безопасность	Инструктаж «Правила поведения на воде и вблизи водоемов».	15.03-22.03	тренеры-преподаватели
Общественная, Военно-патриотическая	Участие во всероссийских акциях, посвященных Дню воссоединения Крыма с Россией.	18 марта	администрация, тренеры-преподаватели
Культурно-досуговая	Походы в кино, театры. Экскурсии.	26.03-31.03	тренеры-преподаватели
Безопасность	Внеплановые инструктажи по технике безопасности, пожарной безопасности, антитеррористической безопасности.	по необходимости	тренеры-преподаватели
Спортивно-оздоровительная	Организация и участие в спортивных соревнованиях, мероприятиях.	по календарному плану спортивных мероприятий	тренеры-преподаватели
Апрель			
Безопасность	Инструктаж по технике безопасности при занятиях в спортивных залах, на спортивных площадках.	01.04-30.04	тренеры-преподаватели
Познавательная, Спортивно-оздоровительная	Тематические занятия, посвященные Дню космонавтики. Организация и проведение спортивных соревнований, посвященных Дню космонавтики.	10.04-15.04	тренеры-преподаватели
Безопасность	Инструктаж по пожарной безопасности	20.04-25.04	тренеры-преподаватели
Общественная, Ценностно-ориентированная	Участие в акциях, посвященных Дню Земли.	22 апреля	администрация, тренеры-преподаватели
Трудовая	Участие в общегородских субботниках	22.04-30.04	администрация, тренеры-преподаватели
Безопасность	Внеплановые инструктажи по технике безопасности, пожарной безопасности, антитеррористической безопасности.	по необходимости	тренеры-преподаватели
Спортивно-оздоровительная	Организация и участие в спортивных соревнованиях, мероприятиях.	по календарному плану спортивных мероприятий	тренеры-преподаватели
Май			
Безопасность	Инструктаж по технике безопасности при занятиях в спортивных залах, на спортивных площадках.	01.05-31.05	тренеры-преподаватели
Военно-патриотическая, Общественная, Ценностно-ориентированная, Спортивно-оздоровительная	День Победы. Участие во всероссийских акциях «Георгиевская ленточка», «Диктант Победы», «Бессмертный полк», «Возложение цветов к Вечному огню». Организация и проведение спортивных соревнований, посвященных Дню Победы.	01.05-15.05	администрация, тренеры-преподаватели
Общественная	Родительские собрания.	10.05-20.05	тренеры-преподаватели
Безопасность	Инструктаж «Правила поведения на воде и вблизи водоемов».	20.05-27.05	тренеры-преподаватели
Безопасность	Внеплановые инструктажи по технике безопасности, пожарной безопасности,	по необходимости	тренеры-преподаватели

	антитеррористической безопасности.		
Спортивно-оздоровительная	Организация и участие в спортивных соревнованиях, мероприятиях.	по календарному плану спортивных мероприятий	тренеры-преподаватели
Июнь			
Безопасность	Инструктаж по технике безопасности при занятиях в спортивных залах, на спортивных площадках.	01.06-30.06	тренеры-преподаватели
Культурно-досуговая	День защиты детей. Организация праздничных мероприятий. Совместное посещение праздничных мероприятий.	01 июня	тренеры-преподаватели
Познавательная	Тематическая беседа, посвященная Дню русского языка.	6 июня	тренеры-преподаватели
Военно-патриотическая, Общественная, Ценностно-ориентированная, Культурно-досуговая	День России. Совместное посещение праздничных мероприятий.	12 июня	тренеры-преподаватели
Общественная, Культурно-досуговая	День выпускника. Вручение свидетельств о завершении обучения, праздничные мероприятия.	20.06-30.06	администрация, тренеры-преподаватели
Военно-патриотическая	День памяти и скорби. Участие во всероссийских акциях.	22 июня	тренеры-преподаватели
Культурно-досуговая, Общественная	День молодежи. Совместное посещение праздничных мероприятий.	27 июня	тренеры-преподаватели
Безопасность	Внеплановые инструктажи по технике безопасности, пожарной безопасности, антитеррористической безопасности.	по необходимости	тренеры-преподаватели
Спортивно-оздоровительная	Организация и участие в спортивных соревнованиях, мероприятиях.	по календарному плану спортивных мероприятий	тренеры-преподаватели

2.4. Условия реализации Программы

1. Материально-техническое обеспечение.

Для реализации Программы необходимы:

1. Спортивный зал для занятий мини-футболом.

2. Спортивный инвентарь:

- ворота,
- мячи футбольные,
- мячи мини-футбольные,
- мячи набивные,
- мячи волейбольные,
- мячи баскетбольные,
- мячи для метания,
- стойки,
- фишки,
- маты,
- скакалки,
- палки гимнастические,
- свисток,
- секундомер.

3. Спортивная форма для учащихся:

- спортивные трусы,
- футболки,
- гетры,
- кроссовки,
- манишки игровые – 2 комплекта.

2. Информационное обеспечение.

Тренер-преподаватель подачу нового теоретического материала осуществляет следующими методами:

- рассказ,
- беседа,
- показ с объяснением и демонстрацией наглядных пособий.

Каждое занятие по темам Программы включает теоретическую часть и практическое выполнение задания.

Теоретические сведения - это повтор пройденного материала, объяснение нового, информация познавательного характера. Теория сопровождается показом наглядного материала. Использование наглядных пособий на занятиях повышает у учащихся интерес к изучаемому материалу, способствует развитию внимания, воображения, наблюдательности, мышления.

На занятии используются все известные виды наглядности:

- показ иллюстраций, рисунков, журналов и книг, фотографий, образцов моделей;
- демонстрация упражнений, различных приемов игры, которые дают достаточную возможность учащимся закрепить их в практической деятельности.

Дидактические материалы: специальная литература, справочные материалы, плакаты, правила соревнований по мини-футболу, видеозаписи игр.

3. Кадровое.

Учебно-тренировочные занятия проводят тренер-преподаватель МБОУДО «Дворец спорта «Олимп» Светлаков Андрей Анатольевич:
образование: высшее профессиональное;
стаж работы тренером: 6 лет.

2.5. Формы, порядок текущего контроля и промежуточной аттестации

Образовательный и воспитательный процесс предполагает следующие формы контроля и оценки деятельности:

1. Текущий контроль предполагает знания, умения, навыки учащихся в течение года.

2. Итоговый контроль включает в себя выполнение требований учебной Программы в целях оценки результатов, достигнутых учащимися в текущем учебном году, а также для их перевода на следующий год обучения. Выполнение нормативов ГТО отражается в протоколах промежуточной аттестации в конце учебного года в группах СОГ-1 – СОГ-4 и в протоколах итоговой аттестации по завершению освоения Программы.

Итоговый контроль учащихся осуществляется тренером-преподавателем и может проводиться в следующих формах: тестирование, сдача нормативов, соревнования, турнир.

2.6. Оценочные материалы

Оценочные материалы по выполнению нормативов приведены в Приложении 1 к настоящей Программе.

2.7. Методические материалы

Методическое обеспечение Программы содержит необходимые информационные ресурсы для ведения качественного образовательного процесса и представлено в виде тематической литературы, специальной литературы, справочных материалов, официальные правила мини-футбола, методических разработок занятий, разработок по тестированию и опросу, фотоальбомов, плакатов. Методическое обеспечение Программы регулярно пополняется.

Методы реализации Программы:

- словесные (устное изложение, беседа, анализ);
- наглядные (показ видеоматериала, показ упражнений, наблюдение, работа по образцу);
- практические (тренинг, упражнения).

Успешное решение учебно-тренировочных задач возможно при использовании следующих групп методов:

Общепедагогические или дидактические методы:

- метод наглядности,
- метод систематичности,
- метод доступности,
- метод индивидуализации обучения при единстве требований,
- метод опережающего развития физических качеств по отношению к технической подготовке,
- метод раннего освоения сложных элементов,
- метод соразмерности, т.е. оптимального и сбалансированного развития физических качеств.

Спортивные методы:

- метод непрерывности и цикличности учебно-тренировочного процесса;
- метод максимальности и постепенности повышения требований;
- метод волнообразности динамики тренировочных нагрузок;
- метод избыточности, предполагающий применение тренировочных нагрузок, превосходящих соревновательные;
- метод моделирования соревновательной деятельности в тренировочном процессе.

Основные методы физической подготовки:

1. Игровой: проведение подвижных игр и игровых упражнений.
2. Повторный: развитие координационных, скоростных, силовых способностей и гибкости.
3. Равномерный: развитие общей выносливости.
4. Круговой: комплексное развитие физических качеств учащихся при помощи организационно-методической формы проведения занятий – круговая тренировка.
5. Соревновательный: эстафеты, выполнение контрольных нормативов по ОФП.

Принципы реализации Программы:

1. Принцип осознанности и активности.

Направлен на воспитание у ребенка осмысленного отношения к физическим упражнениям и подвижным играм, самостоятельности, инициативы и творчества в процессе обучения игре мини-футбол.

2. Принцип систематичности и последовательности.

Проявляется во взаимосвязи знаний, умений и навыков игры в мини-футбол. Система подготовительных и подводящих упражнений позволяет перейти к освоению нового движения и, опираясь на него, приступить к познанию последующего, более сложного материала. Регулярность, планомерность, непрерывность в педагогическом процессе на протяжении всего периода обучения элементам игры мини-футбол.

3. Принцип постепенности.

Предполагает преемственность ступеней обучения ребенка игре мини-футбол.

4. Принцип учета возрастных и индивидуальных особенностей.

Является фундаментом для формирования знаний, умений, навыков, развития функциональных возможностей организма в процессе обучения игре мини-футбол.

5. Принцип всестороннего и гармоничного развития.

Содействует развитию психофизических способностей, знаний, умений и навыков игры мини-футбол.

6. Принцип оздоровительной направленности.

Решает задачи укрепления здоровья ребенка, направлен на всестороннее оздоровление организма, повышение его работоспособности, совершенствование психофизических качеств, поддержки эмоционально-положительного состояния, жизнерадостности.

2.8. Список литературы и электронных источников

Используемая литература для тренера-преподавателя

1. Андреев С.Н., Левин В.С., Алиев Э.Г. Мини-футбол в школу. - Москва «Советский спорт», 2010.
2. Афанасьев В.Г., Суханьков Е.В. Общая физическая подготовка личности. - Учебное пособие, 2008.
3. Гогунев Е.Н., Мартыянов Б.И. Психология физического воспитания и спорта: Учебное пособие для студентов высших педагогических учебных заведений. - М.: Издательский центр «Академия», 2003.
4. Годик М.А., Мосягин С.М., Швыков И.А. Поурочная программа подготовки юных футболистов 6-9 лет.- М.: Граница, 2008.
5. Лапшин О.Б. Теория и методика подготовки юных футболистов. - М.: Человек, 2010.

Используемая литература для учащихся и родителей

1. Андреев С.Н. Футбол - твоя игра: Кн. для учащихся сред. и ст. классов. / С.Н. Андреев. - Москва: Академия, 2009.
2. Громова О.Е. Спортивные игры для детей. - М.: ТЦ Сфера. 2003.
3. Малов В.И. Футбол: Детская энциклопедия. Астрель АСТ. 2007.

Электронные ресурсы

1. Ассоциация мини-футбола России: <http://www.amfr.ru/>
2. Интересные факты: <http://muzey-factov.ru/tag/football>
3. История возникновения и развития футбола: <http://ru.sport-wiki.org/vidy-sporta/futbol/>
4. История футбола: <http://ru.wikipedia.org/wiki/>
5. Российская Спортивная Энциклопедия: <http://www.libsport.ru/>
6. Сайт ассоциации мини-футбола России. Общероссийский проект мини - футбол в школу: <http://amfr.ru/edu/mishka/>

Оценочные материалы освоения Программы

Нормативы по ОФП для проведения текущего и итогового контроля

Контрольное упражнение	Уровень подготовки	Возраст, лет		
		6-7	8-9	10-11
Бег 30 м (сек.)	низкий	7,0	7,0	6,6
	средний	6,9	6,9	6,5
	высокий	6,1	6,1	5,0
Челночный бег 3*10 м (сек.)	низкий	11,2	11,2	9,9
	средний	10,9	10,9	9,5
	высокий	9,9	9,9	8,6
Прыжки в длину с места (см)	низкий	100	100	130
	средний	115	115	140
	высокий	140	140	185

Нормативы по СФП и технической подготовке для проведения и итогового контроля

Контрольное упражнение	Возраст, лет				
	6-7	8	9	10	11
Бег 30 м с ведением мяча (сек.)	-	6,8	6,6	6,4	6,2
Жонглирование мячом (кол-во раз)	-	6	8	9	10

Календарный учебный график реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Мини-футбол»

Группа	Месяц	Число	Количество учебных		Время проведения занятия	Форма занятия	Количество часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
			недель	дней						
СОГ-1 СОГ-2 СОГ-3 СОГ-4	сентябрь	01.09. - 30.09.	4	8	в соответствии с расписанием	теория	1	в соответствии с учебным планом	в соответствии с расписанием	опрос
		практика	15	наблюдение						
		итого	4	8			16			
	октябрь	01.10. - 31.10.	5	10	в соответствии с расписанием	теория	1	в соответствии с учебным планом	в соответствии с расписанием	опрос
		практика	19	наблюдение						
		итого	5	10			20			
	ноябрь	01.11. - 30.11.	4	8	в соответствии с расписанием	теория	1	в соответствии с учебным планом	в соответствии с расписанием	опрос
		практика				15	наблюдение			
		итого	4	8			16			
	декабрь	01.12. - 30.12.	5	10	в соответствии с расписанием	теория	1	в соответствии с учебным планом	в соответствии с расписанием	опрос
		практика				17	наблюдение			
		31.12. – не рабочий день				контрольное занятие	2			сдача контрольных нормативов
		итого	5	10			20			
	январь	09.01. - 31.01.	3	6	в соответствии с расписанием	теория	2	в соответствии с учебным планом	в соответствии с расписанием	опрос, наблюдение
		практика				10	наблюдение			
		01.01. - 08.01. – зимние каникулы								
		итого	3	6			12			
	февраль	01.02. - 28.02.	4	8	в соответствии с расписанием	теория	2	в соответствии с учебным планом	в соответствии с расписанием	опрос
		практика				14	наблюдение			
		23.02. – праздничный день								
		итого	4	8			16			
	март	01.03. - 31.03.	4	8	в соответствии с расписанием	теория	2	в соответствии с учебным планом	в соответствии с расписанием	опрос
		практика				14	наблюдение			
		08.03. – праздничный день								
		итого	4	8			16			
	апрель	01.04. - 30.04.	5	10	в соответствии с расписанием	теория	2	в соответствии с учебным планом	в соответствии с расписанием	опрос, наблюдение
		практика				18	наблюдение			
		итого	5	10			20			
	май	02.05. - 28.05.	4	8	в соответствии с расписанием	практика	16	в соответствии с учебным планом	в соответствии с расписанием	наблюдение
		01.05., 09.05. – праздничные дни								
		итого	4	8			16			
	июнь	02.05. - 28.05.	4	8	в соответствии с расписанием	практика	14	в соответствии с учебным планом	в соответствии с расписанием	наблюдение
		01.05., 09.05. – праздничные дни				контрольное занятие	2			сдача контрольных нормативов
		итого	4	8			16			
Всего, в т.ч.:			42	84			168			
теория							12			
практика							152			
контрольные испытания							4			