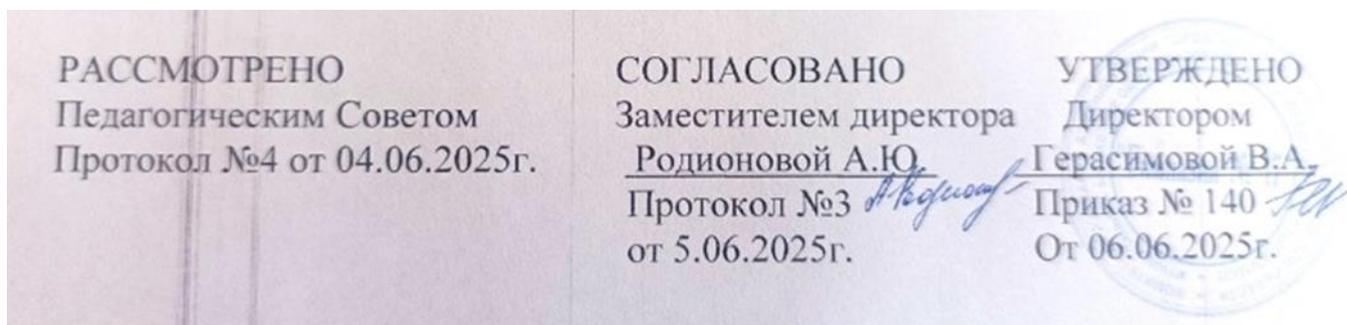


КОМИТЕТ ОБРАЗОВАНИЯ  
АДМИНИСТРАЦИИ ГОРОДСКОГО ОКРУГА КОРОЛЁВ МОСКОВСКОЙ  
ОБЛАСТИ МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ  
ГОРОДСКОГО ОКРУГА КОРОЛЁВ МОСКОВСКОЙ ОБЛАСТИ  
МБОУ «Гимназия № 17»



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ  
ПРОГРАММА**

**«Спортивное объединение «Мини-футбол»**

**Уровень: стартовый**

**Направленность: физкультурно-спортивная**

**Возраст детей: 10-16 лет**

**Срок реализации: 1 год**

Автор-составитель:  
Никишов .С.С,  
педагог дополнительного образования

г.о. Королёв Московская область  
2025

## 1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

### Нормативно-правовые документы

Дополнительная общеразвивающая программа **Спортивное объединение «Мини-футбол»** разработана на основе нормативно-правовых документов:

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

Федеральный закон от 31 июля 2020 г. № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся»;

Федеральный закон Российской Федерации от 24 июля 1998 г. № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации»;

Федеральный закон от 13 июля 2020 г. № 189-ФЗ «О государственном (муниципальном) социальном заказе на оказание государственных (муниципальных) услуг в социальной сфере»;

Указ Президента Российской Федерации от 9 ноября 2022 г. № 809 «Об утверждении Основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей»;

Указ Президента Российской Федерации от 24 декабря 2014 г. № 808 «Об утверждении Основ государственной культурной политики» (в редакции от 25 января 2023 г. № 35);

Указ Президента Российской Федерации от 9 июля 2021 г. № 400 «О Стратегии национальной безопасности Российской Федерации»;

Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678-р (в редакции от 15 мая 2023 г.);

Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года, утвержденная Распоряжением Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. № 996-р;

Стратегия научно-технологического развития Российской Федерации, утверждённая Указом Президента Российской Федерации от 1 декабря 2016 г. № 642;

Концепция развития творческих (креативных) индустрий и механизмов осуществления их государственной поддержки в крупных и крупнейших городских агломерациях до 2030 года, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 20 сентября 2021 г. № 2613-р;

Концепция развития детско-юношеского спорта в Российской Федерации до 2030 года, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 28 декабря 2021 г. № 3894-р (в редакции от 20 марта 2023 г.);

Паспорт национального проекта «Образование», утвержденный президиумом Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и национальным проектам (протокол от 24 декабря 2018 г. № 16);

Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 3 сентября 2019 г. № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей» (в редакции от 21 апреля 2023 г.);

Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23 августа 2017 г. № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;

Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22 сентября 2021 г. № 652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;

Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 24 декабря 2020 г. № 952н «Об утверждении профессионального стандарта «Тренер-преподаватель»;

Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 13 марта 2019 г. № 114 «Об утверждении показателей, характеризующих общие критерии оценки качества условий осуществления образовательной деятельности организациями, осуществляющими образовательную деятельность по основным общеобразовательным программам, образовательным программам среднего профессионального образования, основным программам профессионального обучения, дополнительным общеобразовательным программам»;

Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации и Министерства просвещения Российской Федерации от 5 августа 2020 г.

№ 882/391 «Об организации и осуществлении образовательной деятельности по сетевой форме реализации образовательных программ»;

Приказ Министерства просвещения РФ и Министерства экономического развития РФ от 19 декабря 2019 г. № 702/811 «Об утверждении общих требований к организации и проведению в природной среде следующих мероприятий с участием детей, являющихся членами организованной группы несовершеннолетних туристов: прохождение туристских маршрутов, других маршрутов передвижения, походов, экспедиций, слетов и иных аналогичных мероприятий, а также указанных мероприятий с участием организованных групп детей, проводимых организациями, осуществляющими образовательную деятельность, и организациями отдыха детей и их оздоровления, и к порядку уведомления уполномоченных органов государственной власти о месте, сроках и длительности проведения таких мероприятий».

Письмо Министерства просвещения РФ от 1 июня 2023 г. N АБ-2324/05 "О внедрении Единой модели профессиональной ориентации" (вместе с «Методическими рекомендациями по реализации профориентационного минимума для образовательных организаций Российской Федерации, реализующих образовательные программы основного общего и среднего общего образования», «Инструкцией по подготовке к реализации профориентационного минимума в образовательных организациях субъекта Российской Федерации»);

Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 N 2 "Об утверждении санитарных правил СанПиН 1.2.3685-21 " Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания " (Зарегистрировано в Минюсте России 18.12.2020 N 61573);

Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 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" (Зарегистрировано в Минюсте России 18.12.2020 N 61573);

Протокол заочного голосования Экспертного совета Министерства просвещения Российской Федерации по вопросам дополнительного образования детей и взрослых, воспитания и детского отдыха № АБ-35/06пр от 28 июля 2023 года.

Распоряжение Министерства образования Московской области № Р-900 от 31.08.2023г. «Об организации работы в рамках реализации персонифицированного учета и системы персонифицированного финансирования дополнительного образования детей в Московской области».

Методические рекомендации по разработке дополнительных общеразвивающих программ в Московской области. (Инструктивное письмо Министерства образования Московской области от 24.03.2016 № Исх-3597/21в) за подписью заместителя министра Ю.В. Картушина. Устав МБОУ «Гимназия №17»

### **1.1. Направленность образовательной программы**

Программа является модифицируемой, стартового уровня и имеет – физкультурно-спортивную направленность. Дополнительная общеобразовательная программа спортивное объединение «Футбол» направлена на физкультурно-оздоровительное воспитание детей через занятие футболом.

Образовательная деятельность по дополнительным общеобразовательным программам направлена на:

формирование и развитие творческих способностей обучающихся;

удовлетворение индивидуальных потребностей обучающихся в занятиях физической культурой и спортом; формирование культуры здорового и безопасного образа жизни;

обеспечение духовно-нравственного, гражданско-патриотического, военно-патриотического, трудового воспитания обучающихся;

При разработке программы использовалась примерная программа для детско-юношеских спортивных школ олимпийского резерва под редакцией С.Н. Андреева, Э. Г. Алиева, В. С. Левина, К. В. Еременко. Футбол (футзал): М.: Советский спорт, 2010.

### **1.2. Актуальность программы**

Актуальность общеразвивающей программы заключается в том, что она усиливает вариативную составляющую общего образования, способствует реализации сил, знаний, полученных детьми и подростками в базовом компоненте, формированию жизненных ценностей, овладению опытом самоорганизации, самореализации, самоконтроля ребенка и помогает ребятам в профессиональном самоопределении.

Программа направлена на создание условий для развития личности учащегося, развитие мотивации к познанию и творчеству, обеспечение эмоционального благополучия ребенка, профилактику асоциального поведения, целостность процесса психического и физического здоровья учащихся.

Актуальность программы заключается в том, что она помогает адаптировать учебный процесс к индивидуальным особенностям ребёнка, создать условия для максимального раскрытия творческого потенциала тренера-преподавателя, комфортных условий для развития и формирования талантливого ребёнка. Успешность обучения минифутболу детей, прежде всего, обусловлена адекватностью программы обучения, средств и методов, которые использует преподаватель, возрастным и индивидуальным особенностям ребёнка. Программа предоставляет обучающимся, не имевшим ранее практики занятий футболом или каким-либо другим видом спорта, имеющим различный уровень физической подготовки приобщиться к активным занятиям мини-футболом, укрепить здоровье, получить социальную практику общения в коллективе.

Занятия в объединении физкультурно-спортивной направленности способствуют развитию и совершенствованию у занимающихся основных физических качеств – выносливости, координации движений, скоростно-силовых качеств, формированию различных двигательных навыков, укреплению здоровья, а также формируют личностные качества : коммуникабельность, волю, чувство товарищества, чувство ответственности за свои действия перед собой и товарищами. Стремление превзойти соперника в быстроте действий, изобретательности, меткости передач, чёткости удара, броска и других действий, направленных на достижение победы, приучает занимающихся мобилизовать свои возможности, действовать с максимальным напряжением сил, преодолевать трудности, возникающие в ходе спортивной борьбы.

### **1.3. Цель программы**

**Цель программы** – формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья учащихся, выявление и поддержка талантливых и одаренных детей посредством приобщения к игре в футбол и мини-футбол.

### **1.4. Задачи программы**

#### ***Предметные:***

- обучение простейшим организационным навыкам, необходимых понятий и теоретических сведений по физической культуре и спорту; □
- обучить играть в футбол в соответствии с правилами футбола; □
- обучить основам индивидуальных, групповых и командных тактик игры в мини-футбол; □
- развить и совершенствовать у обучающихся основных физических качеств – выносливости, координации движений, скоростно-силовых качеств; □ □ сформировать различные двигательные навыки.

#### ***Метапредметные:***

- характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта; □
- находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления; □

- общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;
- организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;□
- планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;
- анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;
- технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности. **Личностные:**
- воспитание привычки к занятиям физической культурой и спортом как коллективно, так и самостоятельно.
- сформировать личностные качества ребенка: коммуникабельность, волю, чувство товарищества, чувство ответственности за свои действия перед собой и товарищами.
- повысить культуру и сознательность,
- привить навыки соблюдения спортивной этики и дисциплины;
- воспитать потребность в здоровом образе жизни.

### **1.5. Воспитательный компонент**

Неотъемлемой частью программы является воспитательный компонент, который нацелен на повышение интереса к физической культуре, укрепление здоровья подрастающего поколения.

Цель воспитания - развитие личности, создание условий для самоопределения и социализации на основе социокультурных, духовно-нравственных ценностей и принятых в российском обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества и государства; формирование у обучающихся чувства патриотизма, гражданственности, уважения к памяти защитников Отечества и подвигам Героев Отечества, закону и правопорядку, человеку труда и старшему поколению, взаимного уважения, бережного отношения к культурному наследию и традициям многонационального народа Российской Федерации, природе и окружающей среде.

Задачи воспитания - усвоение обучающимися знаний норм, духовно-нравственных ценностей, традиций, которые выработало российское общество (социально значимых знаний); формирование и развитие личностных отношений к этим нормам, ценностям, традициям (их освоение, принятие); приобретение соответствующего этим нормам, ценностям, традициям социокультурного опыта поведения, общения, межличностных социальных отношений, применения полученных знаний; достижение личностных результатов освоения общеобразовательных программ.

Основными формами воспитания могут быть: беседа, практическое занятие, мастер – класс, творческая встреча, защита проектов, деловая игра, экскурсия, тренинги, туристские прогулки, походы и другие формы взаимодействия обучающихся.

В воспитательной деятельности с детьми по программе используются методы воспитания: метод убеждения (рассказ, разъяснение, внушение), метод положительного примера (педагога и других взрослых, детей); метод упражнений (приучения); методы одобрения и осуждения поведения детей, педагогического требования (с учётом преимущественного права на воспитание детей их родителей (законных представителей), индивидуальных и возрастных особенностей детей младшего возраста) и стимулирования, поощрения (индивидуального и публичного); метод переключения в деятельности; методы руководства и самовоспитания, развития самоконтроля и самооценки детей в воспитании; методы воспитания воздействием группы, в коллективе.

Условия воспитания.

Воспитательный процесс осуществляется в условиях организации деятельности детского коллектива на основной учебной базе реализации программы в организации дополнительного образования детей в соответствии с нормами и правилами работы организации, а также на выездных базах, площадках, мероприятиях в других организациях с учётом установленных правил и норм деятельности на этих площадках.

Анализ результатов воспитания проводится в процессе педагогического наблюдения за поведением детей, их общением, отношениями детей друг с другом, в коллективе, их отношением к педагогам, к выполнению своих заданий по программе. Методами оценки результативности реализации программы в части воспитания является педагогическое наблюдение, педагогический анализ результатов анкетирования, тестирования, опросы.

### **1.6. Отличительная особенность образовательной программы.**

Отличительной особенностью данной образовательной программы от уроков физической культуры, является направленность на формирование учебно-исследовательских навыков, развитие интереса к предмету.

Новизна программы заключается в комплексности планирования, обобщении передового опыта. Педагогическая целесообразность: спортивные игры оказывают огромное воспитывающее воздействие на занимающихся. Спортивный коллектив становится активным фактором формирования сознательной дисциплины, морально-волевых качеств личности.

Занятия проводятся на основе общих методических принципов. Используются методы наглядности (показ упражнения, демонстрация наглядных пособий), игровой и соревновательный. При изучении общеразвивающих упражнений, комплексов и игр показ должен быть целостным и образцовым, а объяснение – элементарным и простым.

### **1.7. Адресат программы**

Программа рассчитана на обучающихся в возрасте 10-13 лет, имеющих огромное желание к занятиям. Группы формируются одновозрастные с учётом физических, физиологических возможностей. Дети в группы проходят без специального отбора и подготовки. Единственное условие – медицинская справка о допуске занимающегося к занятиям спортом.

Рациональное планирование тренировочного процесса, правильное использование средств и методов спортивной тренировки на детей возможно лишь при условии учета анатома – физиологических особенностей организма. Каждый возрастной период имеет свои особенности в строении и функциях отдельных органов и систем. Мышечная система. В младшем школьном возрасте следует избегать больших по объёму и интенсивности нагрузок. К 14 – 15 годам развитие суставно – связочного аппарата мышц и сухожилий

достигает высокого уровня. Мышечная масса особенно интенсивно нарастает у девочек в 11 – 12 лет, а у мальчиков в 13 лет. К 14 – 15 годам мышцы по своим свойствам мало отличаются от свойств взрослых людей. В этом же возрасте увеличивается сила мышц и способность их к длительной работе. Нервная система. У детей младшего школьного возраста сила и уравновешенность нервных процессов невелики и преобладают процессы возбуждения. В подростковом возрасте все более значительной становится тормозящая функция коры больших полушарий головного мозга. В то же время повышенная возбудимость, эмоциональная неустойчивость свидетельствуют о недостаточной силе тормозного процесса. В юношеские годы нервные процессы отличаются большой подвижностью, хотя возбуждение все еще продолжает преобладать над торможением. При регулярных занятиях спортом наблюдается большая сила, подвижность и уравновешенность нервных процессов. Это обеспечивает более экономную в энергетическом отношении деятельность органов и систем. У мальчиков к 13 – 14 годам, у девочек к 10 – 11 годам функциональное состояние вестибулярного анализатора достигает уровня развития взрослых. Сердечно – сосудистая система. В младшем школьном возрасте сократительная способность миокарда еще недостаточна, деятельность сердца мало экономична. Доставка кислорода к работающим мышцам обеспечивается в основном за счет усиления кровотока. Объем крови, вырабатываемой сердцем при каждом сокращении, вполнину меньше, чем у взрослых. Поэтому для обеспечения организма нужным количеством кислорода, сердце ребенка должно делать значительно больше сокращений. У них также менее интенсивно происходит ликвидация кислородного долга, а потребление кислорода в восстановительном периоде осуществляется при менее экономной функции внешнего дыхания и кровообращения. Все это дает основания считать, что для детей младшего школьного возраста характерны большая напряженность функции кровообращения и дыхания. Установлено, что даже при незначительных нагрузках частота сердечных сокращений у детей увеличивается в большей степени, чем у взрослых. При напряженной мышечной деятельности у детей 7 – 11 лет она достигает 200 – 220 ударов в минуту. У подростков меняется реакция организма во время напряженных физических нагрузок. С возрастом происходит постепенное увеличение объема сердца. Если с 8 до 11 лет объем сердца возрастает на 30 – 35%, то в возрасте от 14 до 15 лет – на 60 – 70 %. В 12 – 14 лет частота сердечных сокращений достигает 210 ударов в минуту и с возрастом постепенно снижается до 180 – 190 ударов в минуту. У подростков 10 – 15 лет выполнение объема упражнений максимальной мощности сопровождалось более значительной частотой сердечных сокращений. У детей и подростков, занимающихся спортом, ускоряется процесс формирования сердца, увеличивается его объем, развивается физиологическая гипертрофия. Гипертрофия и увеличение сердца у юных спортсменов является вполне благоприятным, так как позволяют длительно переносить большие равномерные нагрузки без особой опасности. В ответ на физическую нагрузку сердце юного спортсмена реагирует учащением сокращений. Это приводит к укорочению фаз систолы, к увеличению скорости повышения внутрижелудочкового давления. Также изменения свидетельствуют о повышении эффективности сердечного сокращения. При нагрузках, равных по мощности, у юных спортсменов с более высокой квалификацией систолический объем крови больше, а частота сердечных сокращений меньше. Для тренированных юных спортсменов характерны: более высокий порог анаэробного обмена при напряженной мышечной работе, высокая степень экономизации различных функций и повышенная способность к утилизации кислорода в функционирующих тканях. Опорно- двигательный аппарат. При проведении физических тренировок необходимо учитывать особенности состояния функций опорно-двигательного

аппарата. Позвоночник отличается большой гибкостью и неустойчивостью основных изгибов — грудного и поясничного. Грудной изгиб полностью формируется к 7-му году жизни, а поясничный — к 12-му. Эластичный связочный аппарат, толстые межпозвоночные диски и слаборазвитые мышцы спины не в состоянии долго поддерживать тело в правильном положении, что может вызвать развитие деформации позвоночника, нарушение осанки, плоскостопие и т. п.

### **1.8. Объём и сроки освоения реализации** Объём

программы – 36 ч.

Срок реализации программы – 1 год, 36 недели, 1 час в неделю.

### **1.9. Форма обучения** – очная.

### **1.10. Особенности организации образовательного процесса**

Занятия проводятся 1 раз в неделю по 1 академическому часу. Наполняемость учебных групп – не более 30 человек. Состав группы может изменяться, но основа команды постоянная.

Режим учебно-воспитательного процесса (расписание занятий) должен соответствовать требованиям СанПиНа 2.4.4.1251-03. Расписание занятий в спортивно – оздоровительных группах и группах начальной подготовки составляется с учетом того, что они являются дополнительной нагрузкой к обязательной учебной работе детей и подростков в общеобразовательных учреждениях и поэтому необходимо соблюдение следующих гигиенических требований:

- при зачислении в группу каждый ребенок должен представить справку от врача о состоянии здоровья с заключением о возможности заниматься в группах дополнительного образования по футболу;
- посещение ребенком занятий более чем в 2-х (секциях, студиях и т.д.) в один день не рекомендуется;
- предпочтительно совмещение занятий спортивного и неспортивного профиля;
- кратность посещения занятий одного профиля рекомендуется не более 2-х раз в неделю;
- между занятиями в общеобразовательном учреждении (не зависимо от обучения) и посещением учебно-тренировочных занятий должен быть перерыв для отдыха не менее часа.

### **1.11. Режим занятий, периодичность и продолжительность занятий**

Режим занятий – 2 час в неделю, 72 ч в год, продолжительность занятий 1 академический час – 45 мин.

### **1.12. Планируемые результаты**

По окончании реализации программы каждый обучающийся должен: освоить теоретический раздел программы;

научиться выполнять объемы тренировочных нагрузок, предусмотренных

программными требованиями; овладеть базовой и специальной техникой, скоростными, кондиционными и координационными упражнениями, соответствующими этапу обучения.

**Личностными результатами** освоения, учащимися являются следующие умения:

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;

**Метапредметными результатами** являются следующие умения:

- характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;
- общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения; анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
- оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами;
- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;
- технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.

**Предметными результатами** освоения, учащимися являются следующие умения:

- планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня,
- организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры;
- представлять физическую культуру как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
  - измерять (познавать) индивидуальные показатели физического развития (длину и массу тела), развития основных физических качеств;
  - знать правила игры в мини-футбол и футбол;
  - знать тактические приёмы игры в мини-футбол, уметь их правильно применять;
  - оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения

### **1.13. Формы аттестации**

Текущий контроль проводится в течение всего учебного периода с целью систематического контроля уровня освоения обучающимися тем, разделов, глав дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы за оцениваемый период, динамики достижения предметных и метапредметных результатов.

Итоговая аттестация практической подготовки обучающихся проводится в форме: игры, соревнования, сдача нормативов.

Итоговая аттестация теоретической подготовки обучающихся проводится в форме: собеседования.

Документальные формы подведения итогов реализации образовательной программы:

- карты оценки результатов освоения программы;
- портфолио учащихся.

### **1.14. Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов:**

игра, наблюдение, видеозапись, журнал посещаемости, портфолио, протокол соревнований, фото, отзыв детей и родителей, грамоты, дипломы.

Мониторинг освоения общеобразовательной программы проводится в сентябре, декабре и мае.

Основной формой подведения итогов работы по программе являются спортивные соревнования по футболу и мини-футболу, выполнение контрольных нормативов.

### **1.15. Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов:**

фото, видео материалы, открытое занятие, отчет итоговый, портфолио, участие в соревнованиях.

В целях оценки и контроля результатов обучения в течение учебного года проводятся:

- первенство школы по мини-футболу среди обучающихся начальных и средних классов;
- муниципальные соревнования;
- областные соревнования «Футбол в школу»;
- турниры «Кожаный мяч», «ПИФ» и др.

Воспитанники, показавшие уверенные результаты в обучении, привлекаются к участию в торжественных мероприятиях в школе, городе, области.

### **1.16. Материально-техническое обеспечение**

Для занятий спортивной секции необходима спортивная площадка установленного образца, спортивный зал. Занятия по футболу проводятся в зависимости от погодных условий - в школьном большом спортивном зале или на открытой спортивной площадке, прилегающей к территории школы.

С обеих сторон спортивного зала и футбольного поля имеется разметка вратарских ворот.

Теоретические занятия проходят в учебном классе, с оборудованием для демонстрации учебных видеофильмов.

**Спортивный инвентарь**

- мячи футбольные;
- насос с иглой для надувания мячей;
- сетка для переноса и хранения мячей;
- футбольные ворота (для мини-футбола);
- сетки для футбольных ворот;
- жилетки игровые разного цвета
- флажки разметочные с опорой;
- стойки для обводки;
- конусы;
- фишки;
- свисток судейский;
- **Спортивные снаряды:**
- гимнастические скамейки – 4 штуки; – гимнастическая стенка – 5 пролетов.
- футбольные ворота 2 шт.

Занятия проводятся в спортивном зале и на площадке МБОУ «Гимназия №17» г.о. Королёв.

**1.17. Информационное обеспечение** - аудио-, видео-, фото-, интернет источники.

**1.18. Кадровое обеспечение**

Программу реализует педагог дополнительного образования - педагогический работник, имеющий высшее или среднее профессиональное образование в сфере физической культуры и спорта без предъявления требований к стажу работы.

**3. УЧЕБНЫЙ ПЛАН**

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
<b>1.</b>	<b>Введение</b>	<b>2</b>			
1.1	Вводное занятие. Вводный инструктаж по технике безопасности. Ознакомление правилами поведения в спортивном зале во время тренировок	2	2		Устный опрос

<b>2.</b>	<b>Теория и практика игры</b>	<b>70</b>			
2.1.	Удары по мячу	16	4	12	Тренировочные игры
2.2.	Ведение мяча	16	2	14	Тренировочные игры
2.3.	Передачи мяча	20	2	18	Тренировочные игры
2.4.	Тактические комбинации	12	4	8	Опрос, анкетирование
2.5	Контрольные испытания	6		6	Участие в турнирах по мини-футболу, футболу
	<b>Всего</b>	<b>70</b>	<b>12</b>	<b>58</b>	

#### 4. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПЛАНА

##### 1. Раздел *Введение.*

##### 1.1. *Вводное занятие (2 ч).*

##### *Теория – 2ч.*

Вводный инструктаж по технике безопасности. Правила поведения в спортивном зале во время тренировок. Правила игры. История развития футбола. Охрана здоровья и гигиена футболиста.

##### 2. Раздел *Теория и практика игры*

##### 2.2. *Техника удара по мячу (16 ч).*

##### *Теория – 4ч.*

Краткий обзор возникновения и развития мини-футбола. Год рождения мини-футбола. Основатель игры в футбол. Родина мини-футбола. Первые шаги мини-футбола в мире и у нас в стране. Развитие мини-футбола среди школьников. Описание игры.  
*Практика – 12ч.*

Удары внутренней и внешней стороной стопы; серединой, внутренней и внешней частями подъёма; носком и пяткой. Закрепление технических приёмов с пассивным или активным сопротивлением партнеров, в подвижных играх с мячом. Упражнения: забей гол, точная передача, мяч в круг, квадрат, удар по катящемуся мячу, удар навстречу, удар с хода.

Удары головой с места, в прыжке, в броске. Закрепление технических приёмов. Упражнения: подвешенный мяч, жонглёр, передача мяча.

Техника удара по воротам: удары по указанной цели, удар с хода, удар с лёта. Закрепление и отработка технических приёмов.

##### 2.3. *Техника ведения мяча (16 ч).*

##### *Теория – 2ч.*

Значение занятий физической культурой и спортом. Физическая подготовка и ее роль в футболе. Рациональный суточный режим. Режим дня и питание. Личная гигиена.  
**Практика – 14ч.**

Ведение мяча. Обманные движения. Обводки. Закрепление технических приёмов. Упражнения: ведение по кругу; ведение по коридору; ведение, изменяя направление; ведение, изменяя скорость; обведи партнеров. Двусторонняя игра.

#### **2.4. Техника передач, остановки и отбора мяча (20 ч).**

##### **Теория – 2ч.**

Понятие о тренировке и спортивной форме. Общее понятие о строении и функциях организма человека, взаимодействие систем организма. Костная система и ее развитие. Связочный аппарат и его функции. Влияние физических упражнений на увеличение мышечной массы и подвижность суставов. Влияние физических упражнений на систему дыхания.

##### **Практика – 18ч.**

Способы остановки мяча: остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы, подошвой. Отбор мяча перехватом, отбор мяча подкатом. Закрепление технических приёмов. Упражнения: удар и остановки, остановки и передачи, подбрось мяч свечкой, перехват, подкат. Передачи мяча: передачи низом и верхом, диагональные, поперечные и продольные передачи, передачи на ход партнёру. Двусторонняя игра.

#### **2.5. Тактические приёмы при взаимодействии с соперником (12 ч).**

##### **Теория – 4ч.**

Состав команды, замена игроков. Права и обязанности игроков. Правила игры. Основы судейской терминологии и жеста. Виды соревнований. Понятие о методике судейства.

##### **Практика – 8ч.**

Открывание вперёд, в сторону, назад. Закрывание и опека соперника, грамотное расположение игрока по отношению к сопернику и своим воротам. Комбинации в игровых эпизодах: треугольник, «стенка», перекрёстное движение, отбор мяча посредством согласованных действий. Комбинации при розыгрышах стандартных положений: при введении мяча в игру начальным ударом, ударом от ворот, при вбрасывании мяча из-за боковой линии, угловых, штрафных, свободных ударах. Двусторонняя игра.

#### **2.6. Контрольные тесты (3 ч).**

##### **Практика – 3ч.**

Ведение мяча. Передачи мяча в парах. Удары по воротам

## **4. МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ**

### **4.1. Методы обучения.**

- словесные - способствуют получению новых знаний о виде спорта – мини- футбол (устное изложение информации педагогом);
- наглядные - задействуют зрительную память занимающихся, способствуют лучшему пониманию и запоминанию (личный пример педагога, видеоматериалов);
- практические - закрепление и отработка навыков и их коррекция (игровые, круговые, повторные, равномерные, соревновательные, показательные).

## **4.2. Форма организации образовательного процесса**

Индивидуальная, подгрупповая, групповая и коллективная.

## **4.3. Формы организации учебного занятия.**

Основными формами учебно-воспитательного процесса при реализации программы являются:

- Групповые и индивидуальные,
- Теоретические и практические занятия, комбинированные. Комбинированная форма используется чаще и включает теоретическую: беседу, инструктаж, просмотр иллюстраций – и практическую части: ОФП и игры;
- Соревнования различного уровня (тренировочные, школьные, городские, областные);
- Подвижные игры,
- Занятия оздоровительной направленности;
- Эстафеты.

## **4.4. Педагогические технологии**

- информационно-коммуникативные технологии: визуальная информация (иллюстративный, наглядный материал), при изучении нового материала, при закреплении, интерактивный демонстрационный материал;
- здоровьесберегающая технология: положительная эмоционально-психологическая обстановка на занятии; оказание своевременной помощи детям при их затруднениях в процессе образовательной деятельности; отсутствие переутомления детей во время занятий и иных мероприятий.; мотивация детей на здоровый образ жизни;
- проблемно-поисковый - совместный с детьми поиск решений задач по правовым дисциплинам.

### **4.4. Алгоритм учебного занятия**

1 этап: организационный.

Задача: подготовка детей к работе на занятии.

Содержание этапа: организация начала занятия, создание психологического настроения на учебную деятельность и активизация внимания.

2 этап: подготовительный (подготовка к новому содержанию).

Задача: обеспечение мотивации и принятие детьми цели учебно-познавательной деятельности.

Содержание этапа: сообщение темы, цели учебного занятия и мотивация учебной деятельности детей.

3 этап: основной.

1) Усвоение новых знаний и способов действий.

Задача: обеспечение восприятия, осмысления и первичного запоминания связей и отношений в объекте изучения.

## 2) Первичная проверка понимания.

Задача: установление правильности и осознанности усвоения нового учебного материала, выявление неверных представлений и их коррекция. Применяют пробные практические задания, которые сочетаются с объяснением соответствующих правил или обоснованием

## 3) Закрепление знаний и способов действий.

Задача: обеспечение усвоения новых знаний и способов действий. Применяют тренировочные упражнения, задания, которые выполняются самостоятельно детьми.

## 4) Обобщение и систематизация знаний.

Задача: формирование целостного представления знаний по теме.

3 этап: контрольный.

Задача: выявление качества и уровня овладения знаниями, их коррекция. 6

этап: итоговый.

Задача: дать анализ и оценку успешности достижения цели и наметить перспективу последующей работы.

7 этап: рефлексивный.

Задача: мобилизация занимающихся на самооценку. Оценивается работоспособность, психологическое состояние, результативность работы, содержание и полезность учебной работы

Занятия проводятся на основе общих методических принципов. Используются методы наглядности (показ упражнения, демонстрация наглядных пособий), игровой и соревновательный. При изучении общеразвивающих упражнений, комплексов и игр показ должен быть целостным и образцовым, а объяснение – элементарным и простым. Отличительной особенностью данной образовательной программы от уроков физической культуры, является направленность на формирование учебно-исследовательских навыков, развитие интереса к предмету.

Основными формами учебно-воспитательного процесса при реализации программы являются:

- групповые и индивидуальные,
- теоретические и практические занятия, комбинированные. Комбинированная форма используется чаще и включает теоретическую: беседу, инструктаж, просмотр иллюстраций – и практическую части: ОФП и игры;
- соревнования различного уровня (тренировочные, школьные, районные),
- подвижные игры,
- занятия оздоровительной направленности;
- эстафеты,
- домашние задания.

Главная задача педагога дать учащимся основы владения мячом, тактики и техники волейбола. Образовательный процесс строится так, чтобы учащиеся могли применить теоретические знания на практике, участвуя в соревнованиях.

## 5. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

### Для учителя:

1. Годик М.А., Мосягин С.М., Швыков И.А. Поурочная программа подготовки юных футболистов 6-9 лет. - М.: Граница, 2008
2. Годик М.А., Скородумова А.П. Комплексный контроль в спортивных играх. - М.: советский спорт, 2010
3. Гриндлер К. Техническая и тактическая подготовка футболистов. - М. ФиС, 2000
4. Котенко Н.В. Акробатические упражнения в тренировках юных футболистов // Теория и методика футбола.- М.: Олимпия,2007
5. Кузнецов А.А. Футбол. Настольная книга детского тренера. - М.: Олимпия; Человек,2007
6. Лапшин О.Б. Теория и методика подготовки юных футболистов. - М.: Человек, 2010

### Для обучающихся:

1. Вайн Х. Как научиться играть в футбол. - М. Олимпия PRESS, 2004
2. Ильин Е.П. Психология спорта. - СПб: Иматон, 2008
3. Мутко В.Л., Андреев С.Н. Алиев Э.Г. Мини-футбол-игра для всех - М. Советскийспорт,

### Для родителей:

1. Михалкин Г.П., Жданкин А.В. Футбол. - М.: ООО «издательство Астрель», ООО «Издательство АСТ», 2000
2. 2008.- 264 стр. Тунис Марк. Психология вратаря. - М.: Человек, 2010

### Интернет источники

- <http://pro100video.com> Упражнения с мячом, 4 видеоурока.  
<http://www.football-abc.com/> Программа подготовки юных футболистов «Football-ABC»  
[yafutbolist.ru](http://yafutbolist.ru) 101 упражнение для юных футболистов 8-16 лет.

## 6. КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК



**Год обучения – 2025-2026 Группа:  
Младшая группа (ПФДО) Режим  
проведения занятий:**

**Понедельник**

**15:00-16:45**

**Пятница**

**15.45-16.30**

<i>Месяц</i>	<i>число</i>	<i>количе ство часов</i>	<i>Тема занятия</i>	<i>форма контроля</i>
сентябрь	1	1	Вводный инструктаж по технике безопасности. Правила поведения в спортивном зале во время тренировок. Правила игры. История развития футбола. Охрана здоровья и гигиена футболиста.	Устный опрос
	5	1	Краткий обзор возникновения и развития мини-футбола. Год рождения футбола. Основатель игры в футбол.	Устный опрос
	8	1	Первые шаги футбола в мире и у нас в стране. Развитие футбола среди школьников. Описание игры.	Устный опрос
	12	1	Удары по мячу. Отработка удара по мячу внешней стороной стопы	Тренировочные игры
	15	1	Удары по мячу. Отработка удара по мячу внешней стороной стопы	Тренировочные игры
	19	1	Удары по мячу. Отработка удара по мячу внешней стороной стопы	Тренировочные игры

	22	1	Удары по мячу. Отработка удара по мячу внешней стороной стопы	Тренировочные игры
	26	1	Удары по мячу. Отработка удара по мячу внешней стороной стопы	Тренировочные игры
октябрь	13	1	Удары по мячу. Отработка удара по мячу серединой, внутренней и внешней частями подъема	Тренировочные игры
	17	1	Удары по мячу. Отработка удара по мячу носком и пяткой	Тренировочные игры
	20	1	Удары по мячу. Удары по воротам после ведения	Тренировочные игры
	24	1	Удары по мячу. Удары с лёта	Тренировочные игры
	27	1	Удары по мячу. Удары с лёта	
	31	1	Удары по мячу. Удары с лёта	
		1	Удары по мячу. Удары с лёта	
ноябрь	3	1	Удары по мячу. Удары с лёта	Тренировочные игры
	7	1	Значение занятий физической культурой и спортом.	Устный
			Физическая подготовка и ее роль в футболе. Рациональный суточный режим. Режим дня и питание. Личная гигиена.	опрос

	10	1	Ведение мяча. Ведение мяча, изменяя скорость, с обводкой партнеров	Тренировочные игры
	14	1	Ведение мяча. Техника ведения мяча. Ведение, изменяя направление	Тренировочные игры
	24	1	Ведение мяча. Техника ведения мяча. Ведение, изменяя направление	Тренировочные игры

декабрь	28	1	Ведение мяча. Техника ведения мяча. Ведение, изменяя направление	Трениров очные игры
	1	1	Ведение мяча. Ведение мяча внешней стороной стопы	Трениров очные игры
	5	1	Ведение мяча внутренней стороной стопы	Трениров очные игры
	8	1	Ведение мяча. Ведение и остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы.	Трениров очные игры
	12	1	Ведение и остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы под подошву	Трениров очные игры
	15	1	Ведения мяча под подошвой	Трениров очные игры
	19	2	Ведения мяча под подошвой	Трениров очные игры
	22	1	Ведения мяча под подошвой	Трениров очные игры
	26	3	Ведения мяча под подошвой	Тренировочные игры
январь	13	1	Значение занятий физической культурой и спортом. Физическая подготовка и ее роль в футболе. Рациональный суточный режим. Режим дня и питание. Личная гигиена.	Устный опрос
	17	1	Передачи мяча. Диагональные, поперечные	Тренировочные игры
	20	1	Передачи мяча. Передачи низом и верхом	Тренировочные игры
	24	1	Передачи мяча. Передачи низом и верхом	Тренировочные игры
	27	1	Передачи мяча. Передачи низом и верхом	Тренировочные игры
	31	3	Передачи мяча. Передачи низом и верхом	Тренировочные игры

февраль	3	1	Состав команды, замена игроков. Права и обязанности игроков. Правила игры. Основы судейской терминологии и жеста. Виды соревнований. Понятие о методике судейства.	Устный опрос
	7	1	Передачи мяча. Передачи диагональные и поперечные	Практическое задание
	10	3	Передачи мяча. Передачи диагональные и поперечные	Практическое задание
март	3	1	Передачи мяча. Передачи диагональные и поперечные	Практическое задание
	7	1	Передачи мяча. Передачи диагональные и поперечные	Практическое задание
	10	1	Передачи мяча. Передачи диагональные и поперечные	Практическое задание
	14	3	Передачи мяча. Передачи в парах и тройках внутренней стороной стопы	Практическое задание
	17	1	Передачи мяча. Техника жонглирования	Практическое задание

				задание
	21	1	Передачи мяча в движении	Практическое задание
	24	1	Передачи мяча в одно касание	Практическое задание
	28	3	Передачи мяча в одно касание	Практическое задание
	31	1	Передачи мяча в одно касание	Практическое задание
апрель	1	1	Тактические комбинации. Особенности тактических комбинаций	Теория, опрос
	4	1	Тактические комбинации. Открывание вперед, в сторону, назад	Практическое задание
	14	1	Тактические комбинации. Закрывание и опека соперника	Практическое задание

	18	1	Тактические комбинации. Грамотное расположение игрока по отношению к сопернику и своим воротам	Практическое задание
	21	1	Тактические комбинации. Грамотное расположение игрока по отношению к сопернику и своим воротам	Практическое задание
	25	1	Тактические комбинации. Грамотное расположение игрока по отношению к сопернику и своим воротам	Практическое задание
	28	3	Тактические комбинации. Грамотное расположение игрока по отношению к сопернику и своим воротам	Практическое задание
май	5	1	Тактические комбинации. Комбинации в игровых эпизодах. Треугольник, стенка	Практическое задание
	12	1	Тактические комбинации. Отработка угловых. Отработка аутов	Практическое задание
	16	1	Контрольные испытания. Контрольные тесты. Остановка и передача мяча	Участие в турнирах по мини
	19	1	Контрольные испытания. Контрольные тесты. Ведение мяча между стоек с обводкой стоек	Участие в турнирах по мини
	23	1	Контрольные испытания. Контрольные тесты. Удар в цель по неподвижному мячу	Участие в турнирах по мини
<b>Итого</b>	<b>72</b>			

#### **Диагностика результативности образовательной программы. Формы аттестации.**

Во время реализации образовательной программы большое внимание уделяется диагностике наращивания творческого потенциала детей: на вводных, заключительных занятиях и во время практических работ с целью определения интересов ребенка, мотивации к занятиям в данном объединении, уровня развития, умений и навыков.

Формой подведения итогов реализации дополнительной образовательной программы является проведение контрольных занятий, проведение соревнований

#### **Контрольные нормативы по ОФП (мальчики)**

Название упражнений	Возраст				
	10-11 лет	12-13 лет	14 лет	15 лет	16 лет

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

### Контрольные нормативы по ОФП (девочки)

Название упражнений	Возраст				
	10-11 лет	12-13 лет	14 лет	15 лет	16 лет
Бег 30м (сек)	6,7	6,4	6,2	6,1	6,0
Бег 1000м (мин)	6.40	6.30	6.20	6.10	5.40
Челноч. бег 10х5м (сек)	20,7	20,5	20,0	19,8	19,5
Пр. в длину с места (см)	120	130	135	140	150
Метание мяча (м)	12	15	18	20	22
Вис (сек)	8	9	10	12	15
Поднимание туловища за 30сек (кол-во раз)	11	12	13	14	15
Наклон вперёд из положения сидя (см)	6	7	9	10	11