

Отдел по образованию администрации Жирновского  
муниципального района Волгоградской области  
Муниципальное казённое общеобразовательное учреждение  
«Медведицкая средняя школа»  
Жирновского муниципального района Волгоградской области

«ПРИНЯТА»  
на заседании  
педагогического совета  
от «30» августа 2021 г  
Протокол № 1

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МКОУ  
«Медведицкая СШ»

Майер Л.А. 



**Дополнительная общеобразовательная  
общеразвивающая программа**  
Физкультурно-спортивной направленности  
**«ФУТБОЛ»**  
Возраст обучающихся: 6-10 лет

Срок реализации: 1 год

**Автор-составитель:**

Гринвальд Ольга Андреевна,  
учитель начальных классов

с. Медведица, 2021г.

## Раздел №1. «Комплекс основных характеристик программы»

### 1.1. Пояснительная записка

Футбол является одним из ведущих видов спорта в организации секционной работы в общеобразовательном учреждении.

Интерес к футболу с каждым годом растет, поэтому по массовости и популярности он опережает многие виды спорта. Систематические занятия футболом оказывают на организм школьников всестороннее развитие, повышают общий уровень двигательной активности, совершенствуют функциональную деятельность организма, обеспечивая правильное физическое развитие.

*Дополнительная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности программы «Футбол»* предназначена для воспитания и формирования гармонично развитой личности, обладающей морально-волевыми и физическими качествами, гражданской ответственностью и правовым самосознанием, способной к успешной социализации в обществе и активной адаптации в трудовой деятельности.

Футбол формирует такие положительные навыки и черты характера, как умение подчинять личные интересы коллектива, класса, команды, взаимопомощь, чувство долга.

Польза от занятий футболом огромна - это здоровье детей, это готовность к труду, это подготовка к военной службе.

В возрасте 6 – 10 лет необходимо учить детей согласовывать индивидуальные и простые командные технико-тактические взаимодействия (с мячом и без мяча) в нападении и защите. Отличительной особенностью элементов является их логическая обусловленность требованиями игрового противоборства. Такие приемы техники, как передвижение, повороты, прыжки, входят составной частью в игровые действия.

Программа спортивной секции по футболу для учащихся 1-4 классов способствует гармоничному развитию физических и духовных сил юных спортсменов, воспитанию социально активной личности готовой к трудовой деятельности, поэтому можно говорить об **актуальности программы**.

Данная программа разработана в соответствии с новыми нормативными документами:

- Федеральным законом от 27.12.2012г.№273-ФЗ(ред. от 24.03.2021) «Об образовании в Российской Федерации»;
- Приказом Министерства образования и науки РФ от 09.11.2018г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- СанПиНом 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 г. №28);
- Письмом Минобрнауки России от 18 ноября 2015г. №09-3242 "О направлении информации" (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы»);
- Письмом Министерства просвещения РФ от 19 марта 2020 г. № ГД-39/04«О направлении методических рекомендаций по реализации образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования, образовательных программ среднего профессионального образования и дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения, и дистанционных образовательных технологий»;

### **Актуальность программы.**

Актуальность программы в том, что она направлена не только на получение детьми образовательных знаний, умений и навыков по футболу, а обеспечивает организацию содержательного досуга, укрепление здоровья, удовлетворение потребности детей в активных формах познавательной деятельности и двигательной активности.

**Педагогическая целесообразность** программы заключается в том, что занятия футболом способствуют не только укреплению здоровья, но и вовле-

кают детей и подростков в систему спортивной подготовки, направленную на гармоничное развитие волевых и морально-этических качеств личности. Учебно-тренировочные занятия формируют потребность к занятиям спортом и ведению здорового образа жизни, повышают работоспособность, развивают положительные психофизические качества, необходимые для подготовки к общественно полезной деятельности. Кроме того, педагогическую целесообразность образовательной программы мы видим в формировании у учащегося чувства ответственности и дисциплинированности, культуры здорового образа жизни, навыков адаптации к жизни в обществе.

Программа разработана с учётом **основных принципов:**

**1. Принцип природосообразности.** Педагогический процесс и воспитательные отношения строятся согласно возрастным и индивидуальным особенностям учащихся и направлен на развитие самовоспитания, самообразования, самообучения учащихся. В процессе осуществления воспитательных отношений следовать логике от «простого - к сложному», от «незнания - к знанию», от «понятного – к непонятному».

**2. Принцип гуманизации воспитательных отношений и педагогического процесса.** Данный принцип может быть рассмотрен как принцип социальной защиты растущего человека. Педагогический процесс и воспитательные отношения в нем строятся на полном признании гражданских прав обучающегося и уважении к нему.

**3. Принцип целостности педагогического процесса.** Реализация принципа целостности способствует упорядочению педагогического процесса, а следующий принцип демократизации – помогает обогатить его содержание.

**4. Принцип демократизации.** Сущность его состоит в предоставлении участникам педагогического процесса определенных свобод для саморазвития, саморегуляции, самоопределения.

**5. Принцип культуросообразности.** Педагогический процесс понимается как составная часть культуры общества и семьи, как культурно-историческую ценность, заключающую в себе прошлый опыт воспитания, образования и обучения и закладывающую их будущее.

**Отличительной особенностью** данной программы является упор на обучение и совершенствование технических приемов и тактических действий, развитие физических способностей, формирование знаний по теории и методике игры в футбол, что позволяет достигнуть более высокого результата. Применение метода психорегуляции в тренировках и на соревнованиях ориентирует учащихся на достижение наивысших результатов в освоении игры и стремлению к победам.

### **Адресат программы.**

Программа рассчитана на работу с учащимися в возрасте от 6 до 10 лет.

В этом возрасте нежелательны чрезмерные нагрузки на опорно-двигательный, суставно-связочный и мышечный аппарат. Упражнения на гибкость требуют предварительного проведения подготовительных упражнений, разогревающих мышцы и связки, и упражнений на расслабление задействованных мышечных групп. Упражнения, оказывающие значительные нагрузки на сердце, чередовать с дыхательными упражнениями. Необходимо широко использовать специальные дыхательные упражнения с целью углубления дыхания.

В младшем школьном возрасте происходят существенные сдвиги в мыслительной деятельности. Мышление становится более систематизированным, последовательным, зрелым. Улучшается способность к абстрактному мышлению.

На этом этапе решается ряд задач:

- привитие устойчивого интереса к занятиям спортом вообще и футболом частности;
- развитие скорости, силы, ловкости, гибкости, укрепление опорно-двигательного аппарата;
- развитие специальных качеств и способностей, которые определяют успешное овладение навыками игры;
- обучение основам техники и тактики футбола;
- привлечение к участию в игровой и соревновательной деятельности.

**Уровень программы, объём и сроки реализации.** Базовый уровень программы. Срок реализации программы: 1 год. Объём программы: 72 часа.

**Форма обучения:** очная.

**Режим занятий.** Программа «Футбол» реализуется с сентября по май. Занятия проводятся по 2 академических часа один раз в неделю.

**Особенности организации образовательного процесса.**

Основными формами обучения игры, являются групповые занятия, которые отвечают характеру игры в мини-футбол, предусматривают повышенное требование взаимодействия между игроками, необходимость решения коллективных задач, а так же тестирование, участие в контрольных играх и соревнованиях. В групповых занятиях занимающиеся выполняют задание при различных методах организации: фронтальном, в подгруппах, индивидуальном. Основными средствами являются физические упражнения, направленные на развитие ловкости, гибкости, быстроты, которые в этой возрастной группе имеют наиболее благоприятные возможности развития. Каждое занятие (тренировка) включает теоретическую часть, разминку, отработку упражнений и технических приемов и двухстороннюю игру.

Зачисление учащихся проводится после собеседования. Необходимые документы:

- заявление от родителей (законных представителей);
- согласие на обработку персональных данных;
- медицинское заключение для допуска к занятиям физической культурой и спортом (для учащихся, обучающихся по программам физкультурно-спортивной направленности).

Численный состав группы постоянный – 12-15 человек.

Группы формируются из учащихся 6 – 10 лет, имеющих необходимый уровень физической подготовки и объем знаний, умений и навыков в области спортивных игр. Учащиеся освоят технику выполнения общефизических и специальных упражнений, отработку ударов ногами и головой, изучат правила соревнований по футболу. Учащиеся получают позитивный соревновательный опыт.

На всех этапах реализации программы предусмотрена **работа с одарёнными детьми** (выявление, сопровождение, поддержка, развитие).

В рамках этой работы осуществляется индивидуальный подход к обучению, создание максимально комфортных условий, благоприятного микроклимата в группе, ситуации успеха на занятиях, системность стимулирования достижений, сотрудничество родителями. Одарённый ребёнок на занятиях получает дополнительный материал, развивает умение работать самостоятельно, помогает выполнить задания другим учащимся.

### **Цель и задачи программы.**

**Цель** – формирование устойчивого интереса учащихся к занятиям физкультурой и спортом, через изучение техники и тактики футбола.

### **Задачи:**

#### ***Предметные:***

Формирование навыков:

- владения мячом;
- ударов ногами и головой;
- тактических действий при обороне и атаке;
- выполнения общефизических упражнений

#### ***Метапредметные:***

- развивать регулятивные учебные действия;
- развивать познавательные учебные действия;
- развивать коммуникативные учебные действия.

#### ***Личностные:***

- воспитывать чувство товарищества, чувство личной ответственности;
- воспитывать нравственные качества по отношению к окружающим (доброжелательность, чувство товарищества, толерантность и т.д.);
- приобщать ребенка к здоровому образу жизни и гармонии тела.

Учебный план

№	Тема	Количество часов			Формы контроля
		теория	практика	всего	
<b>Раздел 1 «Введение в программу»</b>					
1.1	Введение в программу.	1	1	2	наблюдение, тестирование
<b>Раздел 2 «Мини-футбол как вид спорта»</b>					
2.1	Гигиена футболиста		1	1	наблюдение, тестирование
2.2	Экипировка футболиста		1	1	
2.3	Оборудование мест соревнований	1	1	2	
2.4	Правила соревнований	1	1	2	
<b>Раздел 3 «Общесфизическая подготовка»</b>					
3.1	Общеразвивающие упражнения	1	2	3	наблюдение, контроль выполнения упражнений
3.2	Упражнение на координацию и равновесие	1	2	3	
3.3	Упражнения со скакалкой	1	1	2	
3.4	Подвижные игры	1	2	3	
3.5	<b><i>Образовательное событие «Выполнение нормативов ГТО»</i></b>				
3.5.1	Коллективное		1	1	наблюдение



	планирование образовательного события.				
3.5.2	Коллективная подготовка к участию в образовательном событии.		2	2	наблюдение,
3.5.4	Проведение образовательного события.		2	2	выполнение нормативов
3.5.5	Коллективное подведение итогов образовательного события.		2	2	анализ, самоанализ
<b>Раздел 4 «Техническая подготовка»</b>					
4.1	Техника передвижения	1	2	3	наблюдение, контроль выполнения упражнений
4.2	Удары ногами	1	3	4	
4.3	Удары головой	1	2	3	
4.4	Остановка мяча	1	2	4	
4.5	Передачи мяча	1	3	4	
4.6	Ведение мяча. Обманные движения (финты)	1	2	3	
4.7	Отбор мяча	1	2	3	
<b>Раздел 5 «Тактическая подготовка»</b>					
5.1	Атакующая тактика	2	9	11	наблюдение, контроль выполнения упражнений
5.2	Оборонительная тактика	2	9	11	
<b>Раздел 6 «Я расту»</b>					
5.1	Участие в соревнованиях		2	2	результативность
<b>Раздел 7 «Подведение итогов»</b>					
7.1	Итоговое занятие	1	1	2	анализ, самоанализ
<b>Итого часов</b>		<b>19</b>	<b>53</b>	<b>72</b>	

## Содержание

### Раздел 1 «Введение в программу»

#### 1.1 Введение в программу.

#### *Возможные формы проведения занятий*

Обсуждение, беседа

#### *Термины и понятия*

Организация обучения. Цель и задачи программы. Правила безопасности на занятиях. Футбол в России и Омской области.

#### *Виды деятельности учащихся*

- просмотр видеозаписей о футболе.

## **Раздел 2 «Мини-футбол – как вид спорта»**

### **2.1 Гигиена футболиста.**

#### ***Возможные формы проведения занятий***

Обсуждение, беседа

#### ***Термины и понятия:***

Влияния разнообразных факторов внешней среды на здоровье человека, его работоспособность и продолжительность жизни. Рациональное питание. Гигиена сна. Вред курения, алкоголя, наркотиков. Правила и приемы закаливания солнцем, воздухом, водой. Значение утренней зарядки, тренировки. Режим, значение режима спортсменов в период тренировок и соревнований.

#### ***Виды деятельности учащихся:***

- составление режима дня.

### **2.2 Экипировка футболиста.**

#### ***Возможные формы проведения занятий***

Обсуждение, беседа

#### ***Термины и понятия:***

Требования к экипировке.

#### ***Виды деятельности учащихся:***

- примерка спортивной экипировки.

### **2.3 Оборудование мест соревнований.**

#### ***Возможные формы проведения занятий***

Обсуждение, беседа

#### ***Термины и понятия:***

Футбольная площадка. Размеры и разметка. Инвентарь. Правила поведения и безопасности на спортивных сооружениях, во время соревнований.

#### ***Виды деятельности учащихся:***

- выполнение тестовых заданий по правилам безопасности.

### **2.4 Правила соревнований.**

#### ***Возможные формы проведения занятий***

Обсуждение, беседа

### ***Термины и понятия:***

Продолжительность матча. Команды и жесты судей. Угловой, офсайд, пенальти.

### ***Виды деятельности учащихся:***

- выполнение тестовых заданий по правилам соревнований.
- просмотр и анализ видеозаписей соревнований.

## ***Раздел 3 «Общезащитная подготовка»***

### **3.1 Общеобразовательные упражнения.**

#### ***Возможные формы проведения занятий***

Обсуждение, беседа, тренировка

#### ***Термины и понятия***

Значение и техника выполнения общеобразовательных упражнений. Правила безопасности.

#### ***Виды деятельности учащихся***

- обсуждение критериев оценки упражнений.
- выполнение упражнений для рук и плечевого пояса: сгибания и разгибания, вращения, махи, рывки.
- выполнение упражнений для мышц шеи: наклоны, вращения и повороты головы в различных направлениях.
- выполнение упражнений на формирование правильной осанки в различных исходных положениях - наклоны, повороты, вращения туловища.
- выполнение упражнений в положении лежа - поднятие и опускание ног, круговые движения одной и обеими ногами, поднятие и опускание туловища.
- выполнение упражнений для ног: различные маховые движения ногами, приседания на обеих и на одной ноге, выпады, выпады с дополнительными пружинящими движениями.

### **3.2 Упражнения на координацию и равновесие.**

#### ***Возможные формы проведения занятий***

Обсуждение, беседа, тренировка

#### ***Термины и понятия:***

Техника выполнения упражнений для развития правильной осанки, укрепления мышц туловища. Правила безопасности.

***Виды деятельности учащихся:***

- выполнение упражнений на координацию.
- выполнение упражнений равновесие.

**3.3 Упражнения со скакалкой.**

***Возможные формы проведения занятий***

Обсуждение, беседа, тренировка

***Термины и понятия:***

Техника прыжков с длинной и короткой скакалкой. Правила безопасности.

***Виды деятельности учащихся:***

- выполнение прыжков на двух ногах с вращением скакалки вперед (назад).
- выполнение прыжков с попеременной сменой ног с вращением скакалки вперед (назад).
- игры и конкурсы со скакалкой.

**3.4 Подвижные и спортивные игры.**

***Возможные формы проведения занятий***

Обсуждение, беседа, тренировка

***Термины и понятия:***

Игры с ограниченными правилами в баскетбол, футбол, регби, волейбол ногами, комбинированные эстафеты. Подвижные игры: «Рыбак и рыбка», «Кто последний», «Смелые мышки», «Нитка, иголка», «У медведя в бору», «День и ночь». Правила безопасности.

***Виды деятельности учащихся:***

- спортивные игры.
- подвижные игры.

**3.5 Образовательное событие «Выполнение нормативов ГТО»**

**3.5.1 Коллективное планирование образовательного события.**

***Возможные формы проведения занятий***

Обсуждение, беседа

### ***Термины и понятия:***

Требования к проведению образовательного события.

### ***Виды деятельности учащихся:***

- выявление особенностей и требований к проведению и участию в образовательном событии.

- распределение обязанностей, координация усилий; разделение ответственности за конечный результат, осуществление взаимного контроля.

### **3.5.2 Коллективная подготовка к участию в образовательном событии.**

#### ***Возможные формы проведения занятий***

Обсуждение, беседа, тренировка

### ***Термины и понятия:***

Положение о проведении соревнований. Документация. Требования к участникам. Правила техники безопасности на соревнованиях.

### ***Виды деятельности учащихся:***

- каждый участник разрабатывает маршрут реализации познавательного интереса в образовательном событии.

- коллективное обсуждение плана подготовки.

- подготовка к проведению и участию в образовательном событии.

- подготовка и оборудование места проведения соревнований.

### **3.5.3 Проведение образовательного события.**

#### ***Возможные формы проведения занятий***

Обсуждение, беседа, соревнования

### ***Виды деятельности учащихся:***

- участие в соревнованиях.

### **3.5.4 Коллективное подведение итогов образовательного события.**

#### ***Возможные формы проведения занятий***

Обсуждение, беседа

### ***Виды деятельности учащихся:***

- анализ итогов выступления на соревнованиях, обсуждение индивидуальных достижений учащихся.

## **Раздел 4 «Техническая подготовка»**

### **4.1 Техника передвижения.**

#### ***Возможные формы проведения занятий***

Обсуждение, беседа, тренировка

#### ***Термины и понятия***

Техника выполнения беговых упражнений и прыжков. Передвижения футболистов. Правила безопасности.

#### ***Виды деятельности учащихся***

- обсуждение критериев оценки выполнения упражнений.
- выполнение беговых упражнений: обычный, спиной вперед, крестным и приставным шагом.
- выполнение беговых упражнений: по прямой, дугами, изменением направления и скорости.
- выполнение прыжков: вверх, вверх и вперед, вверх и назад, вверх и вправо, вверх и влево (толчком двумя ногами с места, толчком одной и двумя ногами с разбега).

### **4.2 Удары по мячу ногами.**

#### ***Возможные формы проведения занятий***

Обсуждение, беседа, тренировка

#### ***Термины и понятия***

Техника выполнения ударов ногами. Правила безопасности.

#### ***Виды деятельности учащихся***

- выполнение ударов внутренней стороны стопы, внутренней и средней частью подъема,
- выполнение ударов по неподвижному и катящемуся (навстречу, от игрока, справа или слева) мячу.
- выполнение ударов по прыгающему и летящему мячу внутренней стороны стопы и средней частью подъема.
- выполнение ударов внешней частью подъема.
- выполнение ударов носком.

- выполнение ударов после остановки, рывков, ведения, обманных движений, посылая мяч низом и верхом на короткое и среднее расстояние.

- игры и конкурсы.

#### **4.3 Удары по мячу головой.**

##### ***Возможные формы проведения занятий***

Обсуждение, беседа, тренировка

##### ***Термины и понятия***

Техника выполнения ударов головой. Правила безопасности.

##### ***Виды деятельности учащихся***

- выполнение ударов серединой лба без прыжка и в прыжке, с места и с разбега, по летящему навстречу мячу.

- выполнение ударов на точность: в определенную цель на поле, в ворота, партнеру.

#### **4.4 Остановка мяча.**

##### ***Формы проведения занятий***

Обсуждение, беседа, тренировка

##### ***Термины и понятия***

Техника остановки мяча. Правила безопасности.

##### ***Виды деятельности учащихся***

- остановка подошвой и внутренней стороной стопы 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.

#### **4.5 Передачи мяча.**

##### ***Формы проведения занятий***

Обсуждение, беседа, тренировка

##### ***Термины и понятия***

Культура паса в современном футболе. Правила безопасности.

##### ***Виды деятельности учащихся***

- передачи мяча внутренней частью подъема, носком, подъемом, подошвой, пяткой.

- передачи мяча в одно касание, после обработки мяча, а также грудью.
- передачи мяча с навесной траекторией.

#### **4.6 Ведение мяча. Обманные движения (финты).**

##### ***Формы проведения занятий***

Обсуждение, беседа, тренировка

##### ***Термины и понятия***

Финты визитная карточка футболиста. Правила безопасности.

##### ***Виды деятельности учащихся***

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

#### **4.7 Отбор мяча.**

##### ***Формы проведения занятий***

Обсуждение, беседа, тренировка

##### ***Термины и понятия***

Значение защитных действий в игре. Подкат. Правила безопасности.

##### ***Виды деятельности учащихся***

- отбор мяча при единоборстве с соперником, находящимся на месте, движущимся навстречу или сбоку, применяя выбивание мяча ногой в выпаде.

### ***Раздел 5 «Тактическая подготовка»***

#### **5.1 Атакующая тактика.**



### ***Формы проведения занятий***

Обсуждение, беседа, тренировка

### ***Термины и понятия***

Индивидуальные действия с мячом и 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. Взаимодействие двух и более игроков. Создание численного преимущества в нападении и его реализация.

### ***Виды деятельности учащихся***

- отработка индивидуальных действий с мячом.
- отработка групповых действий.
- отработка техники выполнения передач: в ноги партнеру, на свободное место, на удар; короткую или среднюю передачу, низом или верхом.
- отработка комбинаций: «стенка», «каблучок», «скрещивание», «забегания за спину партнера», «смена мест».
- отработка простейших комбинаций: при стандартных положениях: угловом, штрафном и сводном ударах.
- двухсторонние игры.

## **5.2 Оборонительная тактика.**

### ***Формы проведения занятий***

Обсуждение, беседа, тренировка

### ***Термины и понятия***

Индивидуальные действия. Умение правильно выбрать позицию по отношению к опекаемому игроку и противодействовать ему в приеме мяча, т.е. осуществлять "прикрытие соперника". Выбор момента и способа действия (удар или остановка) для

перехвата мяча. Умение оценить игровую ситуацию и осуществить отбор мяча изученным способом. Игра на опережение. Противодействия комбинациям «стенка», «скрещивание», забегание, смена мест. Взаимодействие игроков и правильный выбор позиций при розыгрыше противником "стандартных"

комбинации. Коллективный отбор (прессинг), зонная защита, создание численного преимущества в защите, за счет подключение к обороне вратаря.

### ***Виды деятельности учащихся***

- отработка индивидуальных оборонительных действий (перехват мяча и игра на опережение).
- отработка оборонительных групповых действий (прессинг и зонная защита).
- двухсторонние игры.

## ***Раздел 6 «Я расту»***

### ***6.1 Участие в программе «Город мастеров»***

#### ***Возможные формы проведения занятий***

Творческая мастерская, ярмарка

#### ***Термины и понятия***

Добровольчество и благотворительность.

### ***Виды деятельности учащихся***

- участие в благотворительной акции «Весенняя неделя добра».

## ***Раздел 7 «Подведение итогов»***

### ***7.1 Итоговое занятие***

#### ***Возможные формы проведения занятий***

Беседа, обсуждение.

#### ***Термины и понятия***

Перспективы дальнейшего обучения.

### ***Виды деятельности учащихся***

- обсуждение и анализ результатов.

## **Планируемые результаты.**

### ***К концу курса обучения учащиеся***

#### ***будут знать:***

- историю возникновения игры футбол;
- историю развития физической культуры и спорта;

правила игры в футбол

***будут уметь:***

учащиеся овладеют различными приемами владения мячом.–

применять тактические и стратегические приемы организации игры в футбол в быстроменяющейся обстановке;–

применять во время игры в футбол все основные технические элементы (технику перемещения, передачи и ловли мяча);–

применять в игре индивидуальные навыки, и принимать участие в групповых и командных тактических действиях в нападении и защите;–

организовывать и судить школьные соревнования.–

***Метапредметные результаты:***

**учебно-интеллектуальные:**

●***будут уметь:***

выбирать способы деятельности в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации;–

адекватно оценивать правильность или ошибочность выполнения учебной задачи, её объективную трудность и собственные возможности её решения;–

использовать физические упражнения с целью индивидуального физического развития.–

●***научатся:***

определять последовательность промежуточных целей и соответствующих им действий с учётом конечного результата;–

осуществлять констатирующий и прогнозирующий контроль по результату и по способу действия;–

выделять и формулировать то, что усвоено и что нужно усвоить, определять качество и уровень усвоения.–

**учебно-коммуникативные**

●***учащиеся научатся:***

организовывать совместную деятельность с учителем и сверстниками: определять цели, распределять функции и роли участников;–

работать в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе соблюдения правил спортивных игр.–

• *учащиеся научатся:*

координировать и принимать различные позиции во взаимодействии;–

аргументировать свою позицию и координировать её с позициями партнёров в сотрудничестве при выработке общего решения в совместной деятельности.–

#### учебно-организационные

• *учащиеся научатся:*

работать с информацией;–

применять правила и пользоваться инструкциями;–

использовать знаки, символы, схемы;–

• *учащиеся получают возможность научиться:*

устанавливать причинно-следственные связи;–

строить логические рассуждения, умозаключения (индуктивные, дедуктивные и по аналогии) и выводы.–

#### ***Личностные***

• *У учащихся будут сформированы:*

готовность и способность обучающихся к саморазвитию и самообразованию;–

способности к эмоциональному восприятию физических объектов, задач, решений, рассуждений;–

коммуникативная компетентность в общении и сотрудничестве со сверстниками в игровой деятельности;–

критичность мышления, умение распознавать логически некорректные высказывания.–

Распределение часов на разделы и темы условно, т.к. в большинстве занятий предусмотрено содержание теоретического и практического материала, упражнения и комплексы упражнений различных разделов и тем в одном занятии.

Программа подготовки предусматривает этапы:

- начальной подготовки (1-2 год обучения);
- учебно-тренировочный (3 год обучения).

Организация и проведение тренировочного процесса на этапе начальной подготовки предполагает систематический учет динамики возрастного и индивидуального развития учащихся.

На начальном этапе подготовки игроков в лапту решаются следующие задачи:

- укрепление здоровья;
- всестороннее физическое развитие;
- привитие интереса к занятиям футболом;
- приобретение разносторонней физической подготовленности на основе комплексных упражнений из различных видов спорта, подвижных и спортивных игр;
- обучение основам техники и тактики;
- привитие навыков участия в игровом процессе и соревновательной деятельности;
- отбор способных детей в учебно-тренировочные группы.

На этапе начального обучения занятия должны быть направлены в основном, на развитие общей физической подготовленности с широким использованием разнообразных и доступных средств с целью выявления задатков учащихся.

На следующих годах обучения происходит:

- совершенствование навыков двигательных действий и в их вариативном использовании в учебных занятиях;
- расширение двигательного опыта учащихся посредством движений различной координационной сложности;
- расширение границ двигательной активности учащихся за счет развития их физических способностей;
- активизация и совершенствование основных психических процессов: внимания, восприятия, памяти и наглядно-действенного мышления.

Наиболее важными в эти два года обучения в учебно-тренировочных группах являются упражнения общего воздействия, направленные на разносто-

ронную подготовку, на укрепление опорно-двигательного аппарата и воспитание скоростно-силовых качеств, координационных способностей, быстроты, гибкости и общей (аэробной) выносливости.

**Дополнительная общеразвивающая программа «Футбол»  
для детей 6-10 лет**

Год обучения/№ группы	I год Группа № 1
Дата начала обучения по программе	01.09.2021
Дата окончания обучения по программе	31.05.2022
Всего учебных недель	36
Количество учебных часов	72
Режим занятий	1 раз/нед по 2 часа
Продолжительность каникул	01-11.01.2022

**Раздел № 2. «Комплекс организационно-педагогических условий»**

**2.1. Календарно – учебный график на 2021-2022 учебный год (приложение № 1)**

**2.2. Условия реализации программы**

**2.2.1. Материально-техническое обеспечение:**

Для реализации Программы необходимо следующее материально-техническое обеспечение:

1. Футбольное поле (не менее 30м\*15м)
2. Спортивный зал.
3. Футбольные ворота.
4. Футбольные мячи.
5. Инвентарь для проведения занятий (фишки, конусы, скакалки, утяжелители и т.д.).
6. Гимнастические маты.
7. Шведская стенка.
8. Комплекты индивидуальной экипировки футболиста (спортивная форма соревновательная).
9. Секундомеры
10. Звуковая и видеоаппаратура
11. Видеоматериалы о технических приёмах в футболе.
12. Квалифицированные кадры педагогических и медицинских работников.

Требования к помещению(ям) для учебных занятий: в соответствии с Санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами СанПиН 2.4.4.3172-14 для организации учебного процесса.

При реализации Программы используются следующие методы обучения:

- словесная передача знаний и руководства действиями занимающимися: объяснение, рассказ, беседа;

- обучение технике и тактике: демонстрация (показ), разучивание технико-тактических действий по частям и в целом, анализ действий (своих и противника), разработка вариантов технико-тактических действий, творческие задания в процессе тренировки и соревнований;

- выполнение упражнений для развития физических качеств: непрерывный, повторный, круговой, контрольный, игровой, соревновательный циклы.

Основной формой занятия является комбинированное занятие, где обучение и тренировка являются единым педагогическим процессом, который тесно объединяет физическую, техническую и тактическую подготовку юных

футболистов. Чрезмерное увлечение узкоспециализированными упражнениями нередко приводит к задержке роста футбольного мастерства.

**2.2.2. Информационное обеспечение** (аудио-, видео-, фото, интернет источники):

1. [VideoTrainingVV](#) (Канал Видео тренировки на Ютубе). Видео ролики затрагивают многие темы подготовки юных футболистов, но методика обучения технике футбола, одна из главных.
2. [Дневник Конеджера](#) - первый сайт Проекта "Индивидуальная подготовка юных футболистов".
3. [Футбол-удары.рф](#) Большинство материалов и информации связаны с методикой обучения технике и тактике в футболе, организации занятий и практических вопросов проведения тренировок: советы и объяснения, рекомендации и пояснения, приёмы, детали и тонкости методики обучения и совершенствования ударов.

**2.2.3. Кадровое обеспечение.**

В реализации данной программы работает – Гринвальд Ольга Андреевна, имеет высшее педагогическое образование. В 2019 году окончила СГУ им.Чернышевского г.Саратова (учитель начальных классов).

Курсы профессиональной переподготовки по должности «Педагог дополнительного образования», 2021г.

**Условия реализации программы:**

**Занятия проводятся в групповой форме.**

- **условия набора в коллектив:** принимаются все желающие в возрасте от 6 до 10 лет на основании заявлений родителей на зачисление в объединение.

- **условия формирования групп:** разновозрастные;

- **количество детей в группе:** списочный состав групп формируется в соответствии с технологическим регламентом и с учетом вида деятельности, санитарных норм, особенностей реализации программы или по норме наполняемости: на 1-м году обучения - не менее 15 человек; на 2-м году обучения - не менее 12 человек; на 3-м году обучения - не менее 10 человек;

- **особенности организации образовательного процесса:** продолжительность и режим занятий для групп: все года обучения - 2 раза в неделю по 2



учебных часа. При подготовке к соревнованиям возможна организация индивидуальных занятий по специальному графику.

- **формы проведения занятий:** Уроки (лекции), как теоретическое объяснение учебного материала. Практические занятия в форме: практических занятий, игры, соревнований, турниров;

- **формы организации деятельности учащихся на занятии:**

- фронтальная: работа педагога со всеми учащимися одновременно (беседа, объяснение учебного материала). Движения от простого к сложному выстраивают логику освоения основных тематических разделов программы. Это делает процесс обучения органичным и непринужденным;

- групповая: организация работы в группах; индивидуальная работа – анализ ошибок в сыгранном матче или в тренировочном процессе.

- индивидуальная: организуется для работы с детьми, с целью подготовки их участие в различных футбольных турнирах, соревнованиях.

### **2.3. Формы аттестации**

**Формами аттестации** подпрограммы дополнительной общеобразовательной программы «Футбол» служат результаты выполнения тестовых заданий, участия в соревнованиях различного уровня.

Тестирование проводится в начале каждого учебного года с целью выявления общего уровня подготовки учащихся и в конце учебного года с целью определения их готовности к освоению курса программы следующего года обучения.

В течение учебного года, по мере изучения разделов программы, педагог методом наблюдения и собеседования с учащимися подводятся предварительные итоги.

### **2.4. Оценочные материалы**

Способами определения результативности реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы служит мониторинг

образовательного процесса. Процедура мониторинга образовательного процесса осуществляется в начале и в конце учебного года на основе контрольных опросов, тестирования, педагогического наблюдения и диагностических методик определения уровня развития предметных результатов. А также методик определения уровня личностных и метапредметных результатов. Диагностика проводится по мере изучения разделов программы в конце учебного года.

### Оценочная форма достижения предметных результатов.

**Цель:** выявить динамику уровня формирования предметных результатов у учащихся в течение учебного года.

**Методы:** педагогическое наблюдение, отслеживание результатов деятельности учащихся, тестирование, результаты участия в соревнованиях и контрольных играх

№	ФИ учащегося	Общефизическая подготовка						Техника футбола									Тактика футбола						Нормативы ГТО				
		Общеразвивающие упражнения			Упражнения на координацию и равновесие			Удары по мячу ногами.			Удары по мячу головой.			Ведение мяча			Атакующие действия			Оборонительные действия							
		В	Т	И	В	Т	И	В	Т	И	В	Т	И	В	Т	И	В	Т	И	В	Т	И	В	Т	И		

«В» - входящая

«Т» - текущая

«И» - итоговая

**Критерии оценки:**

Показатели	Критерии по уровням		
	Высокий (3балла)	Средний(2балла)	Низкий (1балл)
Общеразвивающие упражнения.	Знает технику выполнения и самостоятельно применяет в практической деятельности общеразвивающие упражнения для рук, плечевого пояса, ног и шеи. Соблюдает правила безопасности.	Знает технику выполнения общеразвивающих упражнений для рук, плечевого пояса, ног и шеи. В практической деятельности необходима помощь педагога. Соблюдает правила безопасности.	Знаком с техникой выполнения общеразвивающих упражнений для рук, плечевого пояса, ног и шеи. В практической деятельности испытывает затруднения. Не всегда соблюдает правила безопасности.
Упражнения на	Знает технику выполнения и	Знает технику	Знаком с техникой

координацию и равновесие	самостоятельно применяет в практической деятельности упражнения на координацию и равновесие. Соблюдает правила безопасности.	выполнения упражнений на координацию и равновесие. В практической деятельности необходима помощь педагога. Соблюдает правила безопасности.	выполнения упражнений на координацию и равновесие. В практической деятельности испытывает затруднения. Не всегда соблюдает правила безопасности.
Удары по мячу ногами.	Знает технику выполнения и успешно применяет в игровой практике различные удары ногами. Соблюдает правила безопасности.	Знает технику выполнения ударов ногами. В игровой практике не хватает точности исполнения. Соблюдает правила безопасности.	Знаком с техникой выполнения ударов ногами. В игровой практике допускает ошибки при обработке мяча. Не всегда соблюдает правила безопасности.
Удары по мячу головой.	Знает технику выполнения и успешно применяет в игровой практике различные удары головой. Соблюдает правила безопасности.	Знает технику выполнения ударов головой. В игровой практике не хватает точности исполнения. Соблюдает правила безопасности.	Знаком с техникой выполнения ударов головой. В игровой практике не хватает прыгучести и умения выбрать позицию для удара. Не всегда соблюдает правила безопасности.
Ведение мяча	Знает технику выполнения различных финтов. Способен контролировать мяч в движении.	Знает технику выполнения различных финтов. Испытывает затруднения при контроле мяча в движении.	Испытывает затруднения при контроле мяча в движении.
Атакующие действия	Успешно действует при атакующих действиях команды. Активно участвует в комбинациях и исполнении стандартов.	Участвует в атакующих действиях команды. При комбинациях и стандартах не всегда правильно выбирает позицию.	Испытывает затруднения в выборе позиции при атакующих действиях команды. Часто срывает атаки.
Оборонительные действия	Успешно действует при оборонительных действиях команды. Способен правильно выбрать позицию. Владеет техникой отбора мяча без нарушения правил.	Участвует в оборонительных действиях команды. Не всегда правильно выбирает позицию. Нарушает правила при отборе мяча.	Допускает позиционные ошибки при оборонительных действиях команды. Испытывает затруднения при отборе мяча.
Нормативы ГТО	Критерии и нормативы в Приложении 2		

### **Оценочная форма достижения личностных и метапредметных результатов.**

**Цель:** выявить динамику развития личностных и метапредметных результатов учащихся в течение учебного года.

**Методы:** педагогическое наблюдение, отслеживание результатов деятельности учащихся, тестирование, результаты соревнований.

№	Фамилия, имя	Универсальные учебные действия																
		Личностные									Метапредметные							
		Мотивация на здоровый образ жизни			Волевые качества личности			Морально-этические ориентации.			Регулятивные			Познавательные			Коммуникативные	
В	Т	И	В	Т	И	В	Т	И	В	Т	И	В	Т	И	В	Т	И	
1																		
2																		

**В – входящая, Т – текущая, И - итоговая диагностика**

Показатели	Критерии по уровням		
	Высокий (3балла)	Средний (2балла)	Низкий (1балл)
<b>Личностные результаты</b>			
<b>Волевые качества личности</b>	Демонстрирует волевые качества личности: целеустремленность, трудолюбие, упорство, усердие.	Проявляет трудолюбие и усердие в своей деятельности.	Имеет представление о волевых качествах личности.
<b>Морально-этические ориентации.</b>	Способен соотносить поступок с моральной нормой; оценивать свои и чужие поступки, оценивать ситуации с точки зрения правил поведения и этики	Способен соотносить поступок с моральной нормой; при оценке своих и чужих поступков испытывает затруднения.	Имеет представление о морали и оценке своих и чужих поступков.
<b>Мотивация на здоровый образ жизни</b>	Знает и применяет в практической деятельности основы здорового образа жизни, правила личной гигиены, правила безопасности и поведения в чрезвычайных ситуациях.	Знает правила личной гигиены, правила безопасности и поведения в чрезвычайных ситуациях. В сложных ситуациях испытывает затруднения.	Знает правила личной гигиены, правила безопасности и поведения в чрезвычайных ситуациях.
<b>Метапредметные результаты</b>			
<b>Регулятивные</b>	Способен: - удерживать цель деятельности до получения ее результата; - планировать решение учебной задачи; - приводить доказательства и рассуждать;	Способен: - удерживать цель деятельности до получения ее результата; - планировать решение учебной задачи; - рассуждать. Испытывает затруднения при:	Имеет представление о цели и результате деятельности. Испытывает затруднения при: - планировании решения учебной задачи; - итоговом контроле своей деятельности;

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- осуществлять итоговый контроль своей деятельности («что сделано»);</li> <li>- оценивать уровень владения тем или иным учебным действием (отвечать на вопрос «что я не знаю и не умею?»).</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- в приведении доказательств;</li> <li>- в итоговом контроле своей деятельности;</li> <li>- в оценке уровня владения тем или иным учебным действием.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- в оценке уровня владения тем или иным учебным действием.</li> </ul>
<b>Познавательные</b>	<p>Способен:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- презентовать подготовленную информацию.</li> <li>- приводить примеры в качестве доказательства выдвигаемых положений;</li> <li>- высказывать предположения;</li> <li>- выбирать решение из нескольких предложенных.</li> </ul>	<p>Способен:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- высказывать предположения;</li> <li>- выбирать решение из нескольких предложенных.</li> </ul> <p>Испытывает затруднения при:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- презентации подготовленной информации;</li> <li>- в приведении доказательств выдвигаемых положений.</li> </ul>	<p>Способен:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- высказывать предположения.</li> </ul> <p>Испытывает затруднения при:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- выборе решений из нескольких предложенных;</li> <li>- презентации подготовленной информации;</li> <li>- в приведении доказательств выдвигаемых положений.</li> </ul>
<b>Коммуникативные</b>	<p>Способен:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- описывать объект: передавать его внешние характеристики, используя выразительные средства языка;</li> <li>- составлять небольшие устные монологические высказывания.</li> </ul>	<p>Испытывает затруднения при:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- описании объекта;</li> </ul> <p>Способен:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- составлять небольшие устные монологические высказывания.</li> </ul>	<p>Испытывает затруднения при:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- описании объекта, устных сообщениях.</li> </ul>

## **2.5. Методические материалы.**

### **Методы обучения и технологии.**

#### **Технология личностно-ориентированного обучения**

Цель использования: создание благоприятных условий для каждого воспитанника.

Основой содержания личностно-ориентированного обучения является:

- формирование у воспитанников двигательных умения и навыков, на базе которых строится учебно-тренировочный процесс;

- личностно-ориентированное обучение воспитанников в учреждениях спортивной направленности – это целенаправленное формирование личности воспитанника посредством его физического развития с учетом его способностей;

- определение уровня физического развития каждого воспитанника с помощью тестов и нормативов;

- определение состояния здоровья каждого воспитанника во время проведения обязательных (2 раза в год) медицинских осмотров.

Результаты использования. Технология личностно-ориентированного обучения ориентирует воспитанников на развитие своей индивидуальности. При применении данной технологии у тренера-преподавателя появляется возможность работы с каждым воспитанником индивидуально, при этом индивидуальная работа ведется в рамках работы со всей учебно-тренировочной группой. Тренер-преподаватель имеет возможность систематизировать и учитывать индивидуальные особенности каждого воспитанника при планировании и проведении учебно-тренировочного процесса

### **Игровая технология**

Цель использования: развитие познавательной активности воспитанников; повышение интереса к систематическим занятиям футболом у каждого воспитанника; создание командного духа в спортивном коллективе; повышение эмоциональности учебно-тренировочного процесса.

Результаты использования. Игровая образовательная технология способствует расширению кругозора, формированию определенных умений и навыков, необходимых в практической деятельности, развитию физических качеств, чувства коллективизма. информированности воспитанников о других видах спорта; улучшению спортивных показателей; профилактике сколиоза.

### **Технология проблемного обучения**

Цель использования: развитие у воспитанников необходимые мыслительные и физические процессы, которые позволят решать проблемы и

преодолевать препятствия как в учебно-тренировочном процессе, так и в соревновательной деятельности.

**Результаты использования.** Технология проблемного обучения дает возможность тренеру-преподавателю определить уровень сопротивляемости воспитанников к условиям, которые могут возникнуть при участии в соревнованиях. При планировании и проведении учебно-тренировочных занятий с учетом результатов применения технологии проблемного обучения тренер имеет возможность проводить психологическую работу с воспитанниками, направленную на преодоление сложных ситуаций.

### **Здоровьесберегающая технология**

**Цель использования:** обеспечение сохранности здоровья воспитанников при проведении учебно-тренировочных занятий и в соревновательной деятельности.

**Результаты использования.** Здоровьесберегающая технология способствует снижению вероятности травм на учебно-тренировочных занятиях и во время соревнований, способствует снижению усталости после значительной физической нагрузки, укреплению здоровья воспитанников и формированию стойкого интереса к систематическим занятиям физической культурой спортом.

### **Технология разноуровневого обучения**

**Цель использования:** построение учебно-тренировочного процесса таким образом, который позволяет воспитанникам переходить с одного уровня этапа подготовки на следующий в зависимости от уровня спортивной подготовленности.

**Результаты использования.** Технология многоуровневого обучения способствует достижению воспитанниками высоких спортивных результатов, так как при применении данной технологии у воспитанников групп начальной подготовки возникает наглядный ориентир в виде воспитанников групп следующих этапов.

### **Алгоритм учебного занятия.**

#### **1. Комплексное занятие, решающее задачи физической, технической и тактической подготовки**

##### *Подготовительная часть*

1. Упражнения общей разминки.
2. Упражнения специальной разминки.

##### *Основная часть*

1. Упражнения на быстроту и ловкость (без мяча и с мячом).
2. Упражнения на совершенствование технических приемов.
3. Техничко-тактические упражнения.
4. Двухсторонняя игра или упражнения на выносливость.

##### *Заключительная часть*

1. Упражнения в расслаблении мышечного аппарата.
2. Дыхательные упражнения.

#### **2. Комплексное занятие, решающее задачи технической и физической подготовки**

##### *Подготовительная часть*

1. Общеразвивающие упражнения.
2. Упражнения на ловкость и гибкость.

##### *Основная часть*

1. Изучение нового технического приема
2. Упражнения, направленные на развитие быстроты.
3. Совершенствование технических приемов без единоборств и с применением сопротивления соперника.
4. Совершенствование технико-тактических приемов в учебной игре.

##### *Заключительная часть*

1. Подвижная игра: «Охотники и утки» или «мяч по кругу».
2. Упражнения в расслаблении мышечного аппарата.



### 3. Комплексное занятие, решающее задачи технической и тактической подготовки

#### *Подготовительная часть*

1. Различные беговые упражнения.
2. Упражнения с мячом в парах и больших группах.

#### *Основная часть*

1. Изучение технических приемов.
2. Изучение индивидуальных и групповых тактических действий.
3. Игровые упражнения, направленные на воспитание тактического взаимодействия.
4. Совершенствование технико-тактических действий в двухсторонней игре.

#### *Заключительная часть*

Медленный бег, ходьба, упражнения на внимание и равномерное дыхание.

### **Методические рекомендации:**

#### 1. **Подводящие подвижные игры**

1. **«Сражение мячами».** Два игровых поля 5х5 м (можно больше или меньше) делят зоной шириной 2 м. Играют две команды, у каждой — одинаковое количество мячей. Задача каждой команды — очистить свое поле от мячей, выбрасывая мяч руками или выбивая его ногами. Если в течение 3 мин этого не произойдет, то победительницей объявляется команда, на чьем поле в этот момент оказалось меньше мячей.
2. **«Мяч на башне».** Две команды выстраиваются шеренгами лицом друг к другу на расстоянии 20 м. Посередине находится гимнастический плинт, на нем лежит медицинбол. Каждая команда имеет одинаковое количество мячей. По сигналу обе команды стараются сбить медицинбол с «башни». За каждый сбитый мяч команде засчитывается очко. Способ выполнения ударов тренер задает в зависимости от цели упражнения. Две равные по числу игроков команды стоят в колоннах друг против друга. Расстояние между игроками 2 м. Один игрок стоит в 5—10 м от колонны и вбрасывает мяч на стоящего впереди в колонне, тот принимает мяч, останавливает, ведет «слаломом» в конец колонны и затем посылает сквозь расставленные ноги всей колонны вбрасывающему. Победителем считается команда, которая быстрее закончит упражнение.

## 2. **Игры для совершенствования техники в соревновательных условиях**

Игровые упражнения 3x2, 3x3, 4x3, 4x4, 5x5, 6x3, 6x5, 6x6, 7x7 и т. д. являются отличным средством шлифовки техники. Приведем некоторые из них.

### 1. **«Малый футбол».**

Число игроков: 2 команды по 5—7 игроков.

Игровое поле: средняя и удлиненная линия штрафной площади и боковые линии; в 3 м от боковых линий стоят барьеры, которые служат воротами.

Цель игры: каждая команда, завладев мячом, старается забить мяч в ворота.

Ход игры: играют без вратарей и положения «вне игры»; чтобы нельзя было закрыть ворота, игроки становятся в 3 м за линией; пограничную линию никому не разрешается переступить — за это нарушение назначается свободный удар.

Варианты: через каждые 5 мин дается 3—4-минутный отдых, заполняющийся выполнением технических упражнений.

Продолжительность игры 4—6 раз по 5 мин.

### 2. **«Игра по диагонали с четырьмя воротами».**

Число игроков: 2 команды по 6—10 игроков.

Игровое поле: футбольное поле, разделенное пополам по диагонали, с воротами на лицевых и боковых линиях.

Цель игры: нападающая команда старается забить мяч в одни из ворот противника, а при потере защищать свои ворота.

Ход игры: нападающая команда может атаковать любые ворота; стремясь постоянно бегать и быстро передавать мяч, игроки создают все новые и новые ситуации; игра ведется без вратарей и четкого распределения ролей. Продолжительность игры: 90—60 мин.

Примечание: чем меньше в командах игроков, тем больше нагрузка.

3. **«Пять против трех».** Число игроков: 8 человек (в одной команде 5 игроков, в другой 3). Игровое поле: 30 x 30 м. Цель игры: обе команды стремятся удерживать мяч как можно дольше. Одна минута дает одно очко. Побеждает та

команда, которая за определенный промежуток времени наберет большее число очков.

Ход игры: команда из пяти игроков получает определенное задание, например, передавать мяч в одно касание или принимать мяч и выполнять передачу только левой ногой и т. д. Команда, состоящая из трех игроков, не имеет ограничений.

Продолжительность игры: 6 раз по 5 мин.

Примечание. Через каждые 5 мин 3 игрока большей команды берут на себя функции меньшей команды; игру изменяют в зависимости от степени подготовленности занимающихся.

Занимающиеся должны учиться выполнять прием в любых, самых трудных условиях. Нецелесообразно добиваться от каждого футболиста одинакового владения всеми приемами. Гораздо лучше сосредоточить внимание на безукоризненном овладении «своими», необходимыми для игры на определенном месте в команде.

Совершенствование индивидуального мастерства игроков должно вестись систематически и до тех пор, пока обучающийся не добьется достаточно точного выполнения действия в заданных условиях. Только после этого можно переходить к выполнению его в более сложных условиях.

Обучение технике выполнения ударов по мячу надо вести в следующей последовательности: удар серединой подъема, внутренней стороной стопы, внутренней, затем внешней частью подъема и, наконец, удар носком.

Одновременно с изучением ударов изучают и остановки мяча. Вначале занимающиеся упражняются в парах, сочетая удар с остановками подошвой; например, первый игрок с небольшого разбега ударом серединой подъема отправляет мяч партнеру, который, преварительно остановив мяч подошвой и выведя несколько вперед, тем же способом отправляет его обратно.

Это упражнение выполняют и правой и левой ногой.

Если у занимающихся не получается упражнение в целом, то преподаватель-тренер дает им задание выполнять удар с 2—3 шагов по неподвижному мячу, сосредоточив внимание на постановке опорной ноги и положении бьющей ноги в момент удара.

По мере усвоения удара по неподвижному мячу нужно приступить к изучению удара по мячу, движущемуся навстречу. Только после этого целесообразно перейти к изучению удара в движении самих занимающихся. Как только будут усвоены удары с места и в движении по неподвижному и катящемуся мячу, можно начинать изучение ударов по летящему мячу.

**Обучение ударам по мячу головой** начинают с освоения удара лбом, а затем — удара боковой частью головы. Эти удары выполняют по подвешенному мячу, а далее по мячу, подброшенному партнером. По мере овладения этими ударами надо переходить к изучению удара в прыжке по подвешенному мячу и наброшенному партнером или преподавателем/тренером, затем удары выполняют с сопротивлением противника.

При изучении удара внимание занимающихся должно быть направлено на положение туловища и головы, на слитность движения ног, туловища и заключительного движения головы. Основная ошибка при выполнении этого удара — несогласованные действия ногами, туловищем и головой. Чаще всего раннее разгибание ног опережает движение туловища и головы; занимающийся делает удар только движением головой, что не позволяет послать мяч сильно. При изучении ударов головой в работе с детьми и подростками использовать облегченные мячи во избежание травм.

Для развития более точной координации движений и выработки точности удара головой следует включать в занятия упражнения с теннисными мячами.

Обучение ведению мяча и обводке начинают с ведения мяча по прямой на бегу, подталкивая мяч короткими ударами, одной ногой или попеременно обеими ногами. Скорость бега при этом постепенно увеличивают. По мере овладения ведением мяча по прямой надо переходить к обучению ведению по дугам, зигзагом, с обводкой стоек. В дальнейшем расположение стоек и порядок обводки можно видоизменять.

**Следующий этап** — ведение мяча при сопротивлении противника. Вначале противник дает возможность обводить себя, затем все более активно стремится отобрать мяч у ведущего. В заключение ведение и обводку совершенствуют в игровых упражнениях и в двусторонней игре.

Совершенствование ведения мяча с обводкой противника следует проводить в таких игровых упражнениях, как «Два против трех», «Три против четырех», «Четыре против пяти» с различными заданиями (например, игрок не имеет права произвести передачу мяча, не обведя одного, двух противников и т. д.). Дальнейшее совершенствование ведения и обводки ведут в игре.

Кроме ударов по мячу ногой, головой, остановок, ведения мяча и обводки для успешных действий в защите необходимо в совершенстве владеть ударами по мячу в стороны и через себя в движении лицом к своим воротам, перехватами мяча головой и ногами, отбором мяча с помощью выпада и подката. При изучении и совершенствовании техники защиты нужно воспитывать умение отбирать мяч без нарушения правил игры.

Для эффективного совершенствования техники игры необходимо иметь специальное оборудование, которое расставляют на футбольном поле или специальной площадке:

Щит наклонный, деревянный, передвижной (2 шт.). Высота его 2 м, ширина — 2 м 60 см. Предназначается для совершенствования игры в «стенку», приема мяча, ударов в ворота ногами и головой. Щиты могут устанавливаться перед воротами в различных направлениях и с различными углами наклона, что обеспечивает неодинаковую траекторию полета мяча после отскока. Благодаря этому создаются разнообразные ситуации для приема мяча и выполнения ударов в ворота.

Использование щитов позволяет успешно развивать умение дифференцировать усилия, быстроту и точность выполнения передач, приема мяча и ударов в ворота в сложных ситуациях.

Овладение тактическим мастерством начинают с развития тактического мышления, обучения простым действиям, которые в дальнейшем усложняют и объединяют в комплексы тактических комбинаций.

Изучение тактических действий преследует следующие цели:

- воспитать умение быстро и правильно оценивать ситуацию и выбрать наиболее целесообразные приемы;
- научить игрока успешно действовать против одного и нескольких игроков соперника;
- воспитать умение использовать тактические средства в зависимости от условий игры — против определенного соперника, в сырую погоду, против сильного ветра, на поле уменьшенных размеров и т. д.

Тактические действия в нападении разучивают параллельно с тактическими действиями в защите.

Описанные специальные задания и игровые упражнения на различных по размерам участках поля с ограниченным количеством занимающихся помогают совершенствовать отдельные тактические комбинации, развивать тактическое мышление игроков.

Одновременно с разучиванием отдельных тактических комбинаций осваиваются варианты выполнения так называемых стандартных положений — начальный удар, штрафные, угловые и т. д.

Игроки должны знать как можно больше приемов взаимодействия. Однако трудно рассчитывать на успех, если в игре применяют только разученные комбинации. Умение выбрать наиболее выгодную тактическую комбинацию, меняя ее в зависимости от обстановки, — главное в игре.

После того как игроки овладели основными индивидуальными действиями, научились действовать согласованно и приобрели теоретические знания тактики

игры команды, можно приступить к изучению тактических систем ведения игры.

В первых учебных играх не следует ставить трудных задач. В них следует разучивать индивидуальные функции игроков, основные элементы взаимодействия, осваивать основные принципы перехода от нападения к обороне и наоборот. Затем разучивают тактические комбинации в звеньях и линиях команды.

**Тактические системы закрепляют** в двусторонних играх, которые являются основным средством технико-тактической подготовки. При проведении двусторонней игры важно:

— до начала игры на специальном макете дать указания отдельному игроку, звену, линии и команде в целом;

— в ходе игры, остановив игроков, указать на ошибки и несколько раз повторить правильное решение;

— после игры произвести теоретический разбор игры, анализ допущенных ошибок и положительных моментов при активном участии игроков.

При проведении двусторонней игры преподаватель-тренер поручает судейство своему помощнику или одному из занимающихся, имеющему опыт, а сам находится в таком месте, откуда хорошо видна игра, и дает указания игрокам через мегафон. Игру останавливают лишь в тех случаях, когда нужно дать общие указания игрокам или повторить тактическую комбинацию.

## 2.6.Список литературы

### **Для педагога**

#### **Основная литература:**

1. Антипов А.В., Кулишенко И.В. Анализ параметров двигательных действий юных футболистов с учетом их возраста // Теория и практика физической культуры. – 2016. - №6. – С.51.
2. Полишкис М.М., Губа В.П. Комплексный контроль интегральной подготовленности футболистов// Теория и практика физической культуры. – 2016. - №3. – С.64.
3. Промский В., Ковеня Н., «Футзал» - современный метод подготовки, г.Кострома, 2016 г.

#### **Дополнительная литература:**

1. Андреев С., «Мини-футбол», издат. «Физкультура и спорт», 2015 г.
2. Варюшкин В., «Тренировка юных футболистов» изд. «Физическая культура» РФС, Москва, 2017 г.

3. Иорданская Ф., «Мониторинг физической и функциональной подготовленности футболистов в условиях учебно-тренировочного процесса», изд. «Советский спорт», 2016 г.

***Для обучающихся и родителей.***

1. Физическая культура и физическая подготовка: Учебник / Под ред. Кикотия В.Я., Барчукова И.С.. - М.: Юнити, 2017. - 288 с.
2. Бальсевич В.К. Физическое воспитание ребенка в семье. // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. 2015. № 1. С. 50-51.
3. Богданов Г.П., Козлов В.И. Занимайтесь всей семьей. М.: ФИС, 2015. 32с.
4. Усаков В.И. Социально-педагогическая эффективность оздоровительной физической культуры в семье, детском саду и школе. // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. 2015. № 1-2. С. 7-11.

***Приложение 1***

**Календарно – учебный график  
на 2021-2022 учебный год**

№	Тема	Дата
<b>Раздел 1 «Введение в программу»</b>		
1.1	Введение в программу. (2ч)	
<b>Раздел 2 «Мини-футбол как вид спорта»</b>		
2.1	Гигиена футболиста (1ч)	
2.2	Экипировка футболиста (1ч)	
2.3	Оборудование мест соревнований(2ч)	
2.4	Правила соревнований (2ч)	
<b>Раздел 3 «Общездоровья физическая подготовка»</b>		
3.1	Общеразвивающие упражнения (3ч)	
3.2	Упражнение на координацию и равновесие(3ч)	
3.3	Упражнения со скакалкой(2ч)	
3.4	Подвижные игры (3ч)	
3.5	<b>Образовательное событие «Выполнение нормативов ГТО»</b>	
3.5.1	Коллективное планирование образовательного события. (1ч)	
3.5.2	Коллективная подготовка к участию в образовательном событии.(2ч)	
3.5.4	Проведение образовательного события. (2ч)	
3.5.5	Коллективное подведение итогов образовательного события. (2ч)	
<b>Раздел 4 «Техническая подготовка»</b>		
4.1	Техника передвижения (3ч)	
4.2	Удары ногами (4ч)	
4.3	Удары головой (3ч)	
4.4	Остановка мяча(4ч)	
4.5	Передачи мяча(4ч)	
4.6	Ведение мяча. Обманные движения (финты) (3ч)	
4.7	Отбор мяча (3ч)	
<b>Раздел 5 «Тактическая подготовка»</b>		
5.1	Атакующая тактика (11ч)	
5.2	Оборонительная тактика(11ч)	
<b>Раздел 6 «Я расту»</b>		
5.1	Участие в соревнованиях (2ч)	
<b>Раздел 7 «Подведение итогов»</b>		
7.1	Итоговое занятие (2ч)	
<b>Итого: 72 часа</b>		