ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ЛИЦЕЙ №144
КАЛИНИНСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА

ПРИНЯТА
Педагогическим советом
ГБОУ лицея №144
Калининского района Санкт-Петербурга
Протокол от 23.06.2026 г. № 11

УТВЕРЖДЕНА
Приказом от 23.06. 2026 г. №40
директор ГБОУ лицея №144
Калининского района Санкт-Петербурга
_____ / Федорова Л. А. /

Дополнительная общеразвивающая программа «Кожаный мяч»

Срок освоения: 288 академических часов
Возраст обучающихся: 7-11 лет

Разработчик:
Удалов Никита Анатольевич,
педагог дополнительного образования

ГБОУ лицей № 144
Калининского района
Санкт-Петербурга
Подписано электронной подписью
01.09.2026 11:37
директор
Федорова Лолита Анатольевна
7804140160-15-1792572333-20261021-293-3-1145-33

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Направленность.

Программа «Кожаный мяч» относится к ***физкультурно-спортивной направленности.*** Мини-футбол (футзал) является одной из наиболее интенсивно развивающихся в мире спортивных игр, его эволюция в современную автономную разновидность классического футбола стала общепризнанным фактом. Благодаря своей доступности и эмоциональности мини-футбол получает все большую популярность в нашей стране. Футбол помогает воспитывать такие ценные морально-волевые качества, как целеустремленность и коллективизм, дисциплинированность, выдержку и самообладание, а также совершенствовать основные двигательные способности: быстроту и точность движений, ловкость, силу, выносливость.

Адресат программы.

Обучающиеся от 7 до 11 лет, не имеющие противопоказаний к занятиям физической культурой.

Актуальность программы.

Реализация в местных условиях одного из приоритетных направлений политики государства: пропаганда занятий физкультурой и оздоровление нации.

Футбол в городе Санкт-Петербург - это значимое социальное явление. Особенно радует, что в последние годы у подрастающего поколения вновь ощущается большой интерес к этому виду спорта. Тысячи мальчишек стремятся в футбольные секции. Одно из главных направлений деятельности – это массовое привлечение молодого поколения к здоровому образу жизни, отвлечение их от криминальной уличной жизни и наркотиков. Для этого ведется большая агитационно-пропагандистская работа не только с детьми, но и с родителями и педагогами средних школ. Программа по мини-футболу рассчитана в первую очередь на положительный социальный эффект, который достигается в результате популяризации детско-юношеского футбола на территории города Санкт-Петербург.

Уровень освоения программы – общекультурный.

Объем и срок освоения программы.

Программа рассчитана на 2 года обучения,
первый год в объеме 144 часов, 2 раза в неделю по 2 академических часа ,
второй год в объеме 144 часов, 2 раза в неделю по 2 академических часа.

Цель.

Формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья учащихся через занятия мини-футболом.

Задачи.

Обучающие

- изучение теоретических сведений и терминов о мини-футболе и его развитии в России;
- изучить технику безопасности и оказание первой доврачебной помощи при игре в мини-футбол;
- ознакомление с культурой спортсмена (особенности питания, распорядок дня, гигиена);
- ознакомление с технико-тактическими действиями и правилами игры в мини-футбол;
- знакомство с судейской практикой и другими смежными профессиями;
- обучение использования в учебно-тренировочном процессе и на соревнованиях спортивную экипировку футболиста, необходимый спортивный инвентарь и оборудование.

Развивающие

- приобщение к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, использования их в свободное время, выявление предрасположенности к данному виду спорта;
- формирование умения оценивать правильность выполнения задания и корректировать его после выявления ошибок;
- развитие умения работать в команде (совместно договариваться о правилах общения и поведения в игре и следовать им, учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика).

Воспитательные

- привитие ценности сохранения и укрепления своего здоровья и здоровья окружающих;

- воспитание чувства гордости за спортивные успехи своей страны;
- воспитание моральных и волевых качеств;
- воспитание дисциплинированности;
- воспитание доброжелательного отношения к товарищам, честности, отзывчивости, смелости;
- формирование правильного отношения к конструктивной критике и позитивное отношение к спортивным достижениям в коллективе.

Планируемые результаты освоения программы.

Личностные:

1. У обучающихся сформируется понимание важности сохранения и укрепления своего здоровья и здоровья окружающих, а также появится мотивация к ведению здорового образа жизни.
2. У обучающихся разовьётся чувство гордости за спортивные достижения своей страны и сформируется интерес к успехам российских спортсменов и команд.
3. Обучающиеся проявят целеустремлённость, настойчивость, выдержку и самообладание в сложных игровых ситуациях и научатся преодолевать трудности, не сдаваясь при неудачах.
4. У обучающихся сформируются навыки соблюдения режима тренировок, правил игры и требований тренера, что повысит их ответственность за выполнение поставленных задач.
5. Обучающиеся будут проявлять доброжелательность, честность, отзывчивость и смелость в общении с товарищами и научатся поддерживать и мотивировать друг друга.
6. Обучающиеся научатся адекватно воспринимать конструктивную критику, использовать её для улучшения своих результатов, сформируют позитивное отношение к успехам товарищей и команды в целом и смогут радоваться чужим победам, поддерживая коллег по команде.

Метапредметные:

1. У обучающихся сформируется привычка к регулярным физическим упражнениям, они научатся организовывать самостоятельные тренировки в свободное время и смогут выявить предрасположенность к занятиям мини-футболом и другими видами спорта.
2. Обучающиеся научатся оценивать правильность выполнения технических и тактических действий, анализировать свои ошибки и корректировать их в процессе тренировки и игры, развивая способность к рефлексии и самоанализу.
3. Обучающиеся освоят навыки эффективного взаимодействия в команде, научатся договариваться о правилах общения и поведения в игре, выполнять различные роли (лидера, исполнителя, критика) и разовьют коммуникативные навыки для достижения общего результата.

Предметные:

1. Обучающиеся освоят базовые термины и понятия, связанные с мини-футболом, и получат представление об истории и развитии этого вида спорта в России.
2. Обучающиеся изучат правила техники безопасности при занятиях мини-футболом и освоят базовые приёмы оказания первой доврачебной помощи при типичных спортивных травмах.
3. Обучающиеся получат знания об особенностях питания, распорядке дня и гигиенических требованиях для спортсмена и научатся применять их на практике для поддержания оптимальной физической формы.
4. Обучающиеся овладеют основными техническими приёмами (ведение мяча, передачи, удары по воротам, отбор мяча и т.д.) и тактическими схемами игры в мини-футбол, усвоят правила и научатся их применять на практике.
5. Обучающиеся получат представление о роли судьи в мини-футболе, основных судейских жестах и решениях, а также познакомятся с особенностями работы тренера, врача команды, менеджера и других специалистов, связанных с футболом.
6. Обучающиеся научатся правильно подбирать и использовать спортивную экипировку (бутсы, форму, защитные элементы) и освоят навыки работы с инвентарём и оборудованием (мячи, конусы, стойки, манишки и т.д.) в учебно-тренировочном процессе и на соревнованиях.

ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Язык реализации программы: русский

Форма обучения: очная

Условия набора в коллектив: зачисляются учащиеся общеобразовательных школ желающие заниматься мини-футболом и имеющие допуск врача.

Условия формирования групп:

Принимаются все желающие дети от 7 до 11 лет. Набор и формирование групп осуществляется без вступительных испытаний.

Количество обучающихся в группе

1 год обучения - не менее 15 человек, 2 год обучения – не менее 12 человек.

Формы организации занятий

групповая, в ходе проведения занятий используется, в том числе и индивидуальный подход.

Формы проведения занятий

- групповые теоретические занятия в форме бесед с педагогом (с демонстрацией наглядных пособий): изучение теоретического материала программы осуществляется в форме 10-15-минутных бесед, которые проводятся, как правило, в начале учебного занятия. Кроме того теоретические сведения сообщаются обучающимся в процессе проведения практических занятий. На занятиях по возможности используются технические средства (видео, наглядные пособия и др.)
- игра
- практические занятия и тренировки в соответствии с требованиями программы для каждой группы
- спортивные соревнования (игры);
- методический разбор спортивных соревнований (игр), видеофильмов и др.;
- судейская практика на уровне муниципального учреждения;
- контрольные игры;
- спортивные праздники;

проведения культурно - массовых мероприятий, соревнований, бесед, конкурсов, игр, помогающих развивать и осуществлять в полной мере технологии и идеи личностно-ориентированного образования.

Формы организации деятельности учащихся: урок-тренировка, урок-соревнование, контрольный урок, инструктивный урок.

Материально-техническое оснащение программы

№	Оборудование	Примечания
1	Большой спортивный зал 12х24 м.	1
2	спортивные площадки (стадион), футбольное поле с разметкой	1
3	ворота (футзальные, хоккейные и стандартные)	2
4	Мячи для футзала, мини-футбол (4) размер	18 шт.
5	Мячи для футбола (5) размер	15 шт.
6	Стойки	18 шт.
7	Фишки, конусы	30 штуки
8	манишки разного цвета	2-3 комплекта по 7 шт. каждом
9	Х/б форма разного цвета (шорты, футболка, носки,	2 комплекта формы

	итки, гетры)	ь15шт. в каждом
10	Гимнастический мат	18 шт.
11	Гимнастическая скамья	6 шт.
12	Скакалка	25 шт.
13	Гантели вес: 1 кг, 1.5 кг, 2 кг, 3 кг	12 пар каждого вида
14	Гантели с креплением для ног: 200-500 грам.	12 пар каждого вида
15	Ручной мяч вес: 1 кг, 2 кг, 3 кг, 5 кг	10 шт. каждого вида

Кадровое обеспечение: занятие проводит педагог дополнительного образования.

Учебный план

Учебный план 1 года обучения

№ п/п	**Название раздела, темы**	**Количество часов**			**Формы контроля**
		Всего	**Теория**	**Практика**	
1	Вводное занятие	2	1	1	Тестирование
2	Теоретическая подготовка	12	8	4	Опрос
3	Общая физическая подготовка	40	6	34	Наблюдение
4	Специальная физическая подготовка	30	6	24	Тест
5	Техническая и тактическая подготовка	50	10	40	Мини-турнир
6	Учебно-тренировочные игры	8	1	7	Протокол эффективности
7	Итоговое занятие	2		2	Анкетирование
ИТОГО		144	32	112	

Учебный план 2 года обучения

№ п/п	**Название раздела, темы**	**Количество часов**			**Формы контроля**
		Всего	**Теория**	**Практика**	
1	Вводное занятие. Актуализация знаний.	2	1	1	Тест
2	Углублённая теоретическая подготовка	8	2	6	Тест
3	Совершенствование технико-тактических навыков	60	10	50	Контрольное упражнение
4	Судейская практика	10	4	6	Контрольное упражнение
5	Учебно-тренировочные и	60	10	50	Самооценка

	товарищеские игры				игрока
6	Итоговое занятие	4		4	Итоговое тестирование
		144	27	117	

Сводный учебный план

п/п	**Программа**	**1 год**	**2 год**	**Всего часов**
1	**Кожаный мяч**	**144**	**144**	**288**

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
1 год обучения

Задачи.

Обучающие

- изучение теоретических сведений и терминов о мини-футболе и его развитии в России;
- изучить технику безопасности и оказание первой доврачебной помощи при игре в мини-футбол;
- ознакомление с культурой спортсмена (особенности питания, распорядок дня, гигиена);
- ознакомление с технико-тактическими действиями и правилами игры в мини-футбол;
- обучение использования в учебно-тренировочном процессе и на соревнованиях спортивную экипировку футболиста, необходимый спортивный инвентарь и оборудование.

Развивающие

- приобщение к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, использования их в свободное время, выявление предрасположенности к данному виду спорта;
- формирование начального умения оценивать правильность выполнения задания и корректировать его после выявления ошибок;
- развитие умения работать в команде (совместно договариваться о правилах общения и поведения в игре и следовать им, учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика).

Воспитательные

- привитие ценности сохранения и укрепления своего здоровья и здоровья окружающих;
- воспитание чувства гордости за спортивные успехи своей страны;
- воспитание моральных и волевых качеств;
- воспитание дисциплинированности;
- воспитание доброжелательного отношения к товарищам, честности, отзывчивости, смелости;
- формирование правильного отношения к конструктивной критике.

Содержание
ДОП «Кожаный мяч»
1 год обучения

Раздел 1. Вводное занятие

Теория: знакомство с программой обучения, её целями и задачами; инструктаж по технике безопасности на занятиях мини-футболом; правила поведения на спортивной площадке; краткий обзор истории мини-футбола; знакомство с экипировкой и инвентарём.

Практика: диагностика уровня физической подготовленности (бег 30 м, челночный бег 5×10 м, прыжки в длину с места); тестирование базовых технических навыков (ведение мяча змейкой, точность передач).

Форма контроля: протокол тестирования физических качеств и технических навыков.

Раздел 2. Теоретическая подготовка.

Теория: история развития мини-футбола в России и мире; выдающиеся игроки и команды; правила игры в мини-футбол (основные положения); основы гигиены спортсмена: режим дня, уход за экипировкой; основы спортивного питания для юных футболистов; оказание первой доврачебной помощи при травмах (растяжения, ушибы, ссадины); профилактика травматизма в мини-футболе.

Практика: разбор типичных игровых ситуаций по правилам мини-футбола; отработка приёмов первой помощи на манекене/партнёре; составление индивидуального режима дня с учётом тренировок.

Форма контроля: устный опрос по теоретическим вопросам;

Раздел 3. Общая физическая подготовка .

Теория: значение ОФП для футболиста; основные физические качества: сила, быстрота, выносливость, ловкость, гибкость; методы развития физических качеств; самоконтроль при выполнении упражнений.

Практика: общеразвивающие упражнения без мяча (на месте и в движении);

упражнения для развития силы (отжимания, приседания, планка);

упражнения на развитие быстроты (старты, ускорения, челночный бег);

упражнения на выносливость (кроссовый бег, интервальный бег);

упражнения на ловкость (прыжки, кувырки, координационные лестницы);

упражнения на гибкость (растяжка, наклоны, шпагаты).

Форма контроля: наблюдение за техникой выполнения упражнений.

Раздел 4. Специальная физическая подготовка

Теория: специфика СФП для мини-футбола; развитие стартовой скорости и скоростной выносливости; координационные способности в мини-футболе; реакция и быстрота принятия решений.

Практика: упражнения на развитие стартовой скорости (старты из разных положений, ускорения); интервальные беговые упражнения с мячом и без; упражнения с координационной лестницей; прыжки и многоскоки; челночный бег с изменением направления; игровые упражнения на реакцию (сигналы, смена направления).

Форма контроля: контрольные тесты на скорость (бег 10 м, 30 м со старта);

тест на координацию (челночный бег 5×10 м);

оценка реакции на сигнал.

Раздел 5. Техническая и тактическая подготовка.

Теория: основные технические приёмы мини-футбола (ведение, остановки, передачи, удары); базовые тактические действия (взаимодействие в парах, тройках); позиции игроков и их функции; принципы атаки и обороны в мини-футболе; стандартные положения (вбрасывание, угловой, штрафной).

Практика: обучение ведению мяча (правой и левой ногой, разными частями стопы);

остановки мяча (подошвой, внутренней/внешней стороной стопы);

передачи мяча (короткие, средние, на ход);

удары по воротам (с места, с ходу, с разных дистанций);

отбор мяча (выбивание, подкат);

тактические упражнения в парах и тройках (взаимодействия при атаке и обороне);

игровые ситуации 2×2, 3×3 с заданиями.

Форма контроля: мини-турнир 3×3 с оценкой технико-тактических действий.

Раздел 6. Учебно-тренировочные игры.

Теория: тактика игры малыми составами (3×3, 4×4); распределение ролей в команде; анализ игровых ошибок и их исправление; основы судейства (жесты, нарушения).

Практика: игры 3×3 на ограниченной площадке с заданиями (контроль мяча, быстрые атаки); игры 4×4 с акцентом на реализацию тактических установок; участие обучающихся в судействе (фиксация нарушений, жесты); разбор игровых ситуаций после каждого матча.

Форма контроля: протокол учебно-тренировочных игр с оценкой активности и эффективности действий

Раздел 7. Итоговое занятие .

Практика: контрольное тестирование технических навыков (ведение, передачи, удары по воротам); двусторонняя игра 5×5 с полным соблюдением правил; элементы судейства со стороны обучающихся.

Форма контроля:анкета обратной связи от обучающихся.

Планируемые результаты освоения программы.

Личностные:

1. У обучающихся сформируется понимание важности сохранения и укрепления своего здоровья и здоровья окружающих, а также появится мотивация к ведению здорового образа жизни.
2. У обучающихся разовьётся чувство гордости за спортивные достижения своей страны и сформируется интерес к успехам российских спортсменов и команд.
3. Обучающиеся проявят целеустремлённость, настойчивость, выдержку и самообладание в сложных игровых ситуациях и научатся преодолевать трудности, не сдаваясь при неудачах.
4. У обучающихся сформируются навыки соблюдения режима тренировок, правил игры и требований тренера.
5. Обучающиеся будут проявлять доброжелательность, честность, отзывчивость и смелость в общении с товарищами и научатся поддерживать и мотивировать друг друга.
6. Обучающиеся научатся адекватно воспринимать конструктивную критику.

Метапредметные:

1. У обучающихся сформируется привычка к регулярным физическим упражнениям.
2. Обучающиеся научатся оценивать правильность выполнения технических и тактических действий, развивая способность к рефлексии и самоанализу.
3. Обучающиеся освоят навыки эффективного взаимодействия в команде, научатся договариваться о правилах общения и поведения в игре, выполнять различные роли (лидера, исполнителя, критика) и разовьют коммуникативные навыки для достижения общего результата.

Предметные:

1. Обучающиеся освоят базовые термины и понятия, связанные с мини-футболом, и получат представление об истории и развитии этого вида спорта в России.
2. Обучающиеся изучат правила техники безопасности при занятиях мини-футболом и освоят базовые приёмы оказания первой доврачебной помощи при типичных спортивных травмах.
3. Обучающиеся получат знания об особенностях питания, распорядке дня и гигиенических требованиях для спортсмена.
4. Обучающиеся овладеют начальными техническими приёмами (ведение мяча, передачи, удары по воротам, отбор мяча и т.д.) и тактическими схемами игры в мини-футбол, усвоят правила и научатся их применять на практике.
5. Обучающиеся научатся правильно подбирать и использовать спортивную экипировку (бутсы, форму, защитные элементы) и освоят навыки работы с инвентарём и оборудованием (мячи, конусы, стойки, манишки и т.д.) в учебно-тренировочном процессе и на соревнованиях.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
2 год обучения

Задачи.

Обучающие

- изучение теоретических сведений и терминов о мини-футболе и его развитии в России;
- изучить технику безопасности и оказание первой доврачебной помощи при игре в мини-футбол;
- ознакомление с культурой спортсмена (особенности питания, распорядок дня, гигиена);
- ознакомление с технико-тактическими действиями и правилами игры в мини-футбол;
- знакомство с судейской практикой и другими смежными профессиями;
- обучение использования в учебно-тренировочном процессе и на соревнованиях спортивную экипировку футболиста, необходимый спортивный инвентарь и оборудование.

Развивающие

- приобщение к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, использования их в

свободное время, выявление предрасположенности к данному виду спорта;

- формирование умения оценивать правильность выполнения задания и корректировать его после выявления ошибок;
- развитие умения работать в команде (совместно договариваться о правилах общения и поведения в игре и следовать им, учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика).

Воспитательные

- привитие ценности сохранения и укрепления своего здоровья и здоровья окружающих;
- воспитание чувства гордости за спортивные успехи своей страны;
- воспитание моральных и волевых качеств;
- воспитание дисциплинированности;
- воспитание доброжелательного отношения к товарищам, честности, отзывчивости, смелости;
- формирование правильного отношения к конструктивной критике и позитивное отношение к спортивным достижениям в коллективе.

Содержание
ДОП «Кожаный мяч»
2 год обучения

Раздел 1. Вводное занятие. Актуализация знаний.

Теория: анализ результатов 1-го года обучения: достижения и зоны роста; постановка целей и задач на 2-й год обучения; актуализация знаний по технике безопасности с разбором типичных ошибок; краткий обзор профессиональных перспектив в футболе (роли тренера, судьи, менеджера).

Практика: диагностика уровня физической подготовленности (бег 30 м, челночный бег 5×10 м, прыжки в длину с места, отжимания); тестирование технических навыков (ведение мяча на скорости, точность передач в движении, удары по воротам с разных позиций);

мини-игра 4×4 для оценки тактической грамотности.

Форма контроля: протокол тестирования физических качеств и технических навыков;

индивидуальная карта прогресса (сравнение с результатами 1-го года).

Раздел 2. Углублённая теоретическая подготовка.

Теория: углублённое изучение правил мини-футбола (тонкости трактовки нарушений, стандарты); разбор сложных игровых ситуаций и спорных моментов; основы судейской терминологии и жестов; психология спортивной команды: лидерство, мотивация, разрешение конфликтов; профессиональные роли в футболе: обязанности тренера, судьи, врача, менеджера; современные тенденции в мини-футболе (тактические схемы, тренировочные методики).

Практика: разбор видеофрагментов матчей с анализом ошибок и успешных решений; моделирование спорных игровых ситуаций и их судейство обучающимися; ролевые игры: распределение ролей в команде (капитан, атакующий, защитник) и отработка взаимодействия; составление индивидуального плана питания и восстановления.

Форма контроля: тест по правилам мини-футбола с ситуационными задачами.

Раздел 3. Совершенствование технико-тактических навыков.

Теория: техника усложнённых элементов: финты, обманные движения, передачи в движении; тактические схемы 4×4: позиционная атака, зонная оборона, прессинг; стандартные положения: розыгрыши угловых, штрафных, аутов; взаимодействие линий команды (защита — полузащита — нападение); анализ индивидуальных ошибок и методы их исправления.

Практика: отработка финтов и обманных движений (на месте и в движении); передачи в движении с изменением направления и скорости; удары по воротам с различных позиций и под разными углами; упражнения на взаимодействие в парах и тройках (комбинации «стенка», «скрещивание»); групповые тактические упражнения (2×2, 3×3) с заданиями по атаке и обороне; командные упражнения 4×4 с

моделированием игровых ситуаций (быстрые атаки, контратаки, позиционное нападение); отработка стандартных положений (угловые, штрафные) с разными вариантами розыгрышей.

Форма контроля: контрольное выполнение технических элементов (финты, передачи, удары) на время и точность.

Раздел 4. Судейская практика.

Теория: детальное изучение правил мини-футбола: нарушения, наказания, спорные моменты; жесты судьи и их значение; расположение судьи на площадке и контроль зоны; взаимодействие судейской бригады (главный судья, помощник); этика судьи: беспристрастность, коммуникация с игроками и тренерами.

Практика: отработка жестов судьи (остановки игры, угловые, штрафные, ауты); судейство учебных упражнений (фиксация нарушений, показ жестов); судейство мини-игр 3×3 и 4×4 с ротацией ролей (игрок → судья → наблюдатель); разбор ошибок судейства на видео; симуляция сложных ситуаций (офсайд, игра рукой, грубая игра) и принятие решений.

Форма контроля: тест на знание правил и жестов судьи.

Раздел 5. Учебно-тренировочные и товарищеские игры.

Теория: тактика игры 5×5: построение командных взаимодействий, смена тактических схем; анализ соперника: сильные и слабые стороны, подбор контрмер; психологическая подготовка к игре (мотивация, управление стрессом); разбор типичных ошибок в играх и методы их устранения; основы спортивного этикета: уважение к сопернику, тренеру, судье.

Практика: учебно-тренировочные игры 4×4 и 5×5 с выполнением тактических заданий (контроль мяча, прессинг, контратаки); товарищеские матчи с другими группами/командами; отработка стандартных положений в игровых условиях (угловые, штрафные); участие обучающихся в судействе игр (главный судья, помощник, хронометрист); командный разбор игр после матча (что получилось, что нужно улучшить).

Форма контроля: лист самооценки игрока (анализ собственной игры).

Раздел 6. Итоговое занятие

Практика: контрольное тестирование физических качеств (бег 30 м, челночный бег, отжимания, прыжки в длину); выполнение технических элементов на время и точность (ведение змейкой, передачи в движении, удары по воротам); двусторонняя игра 6×6 с полным соблюдением правил и судейством обучающихся (главный судья + помощник); демонстрация тактических взаимодействий (розыгрыш стандартных положений, позиционная атака).

Форма контроля: итоговый протокол тестирования (физические и технические показатели);

Планируемые результаты освоения программы.

<u>Личностные:</u>

1. У обучающихся сформируется понимание важности сохранения и укрепления своего здоровья и здоровья окружающих, а также появится мотивация к ведению здорового образа жизни.
2. У обучающихся разовьётся чувство гордости за спортивные достижения своей страны и сформируется интерес к успехам российских спортсменов и команд.
3. Обучающиеся проявят целеустремлённость, настойчивость, выдержку и самообладание в сложных игровых ситуациях и научатся преодолевать трудности, не сдаваясь при неудачах.
4. У обучающихся сформируются навыки соблюдения режима тренировок, правил игры и требований тренера, что повысит их ответственность за выполнение поставленных задач.
5. Обучающиеся будут проявлять доброжелательность, честность, отзывчивость и смелость в общении с товарищами и научатся поддерживать и мотивировать друг друга.
6. Обучающиеся научатся адекватно воспринимать конструктивную критику, использовать её для улучшения своих результатов, сформируют позитивное отношение к успехам товарищей и команды в целом и смогут радоваться чужим победам, поддерживая коллег по команде.

Метапредметные:

1. У обучающихся сформируется привычка к регулярным физическим упражнениям, они научатся организовывать самостоятельные тренировки в свободное время и смогут выявить предрасположенность к занятиям мини-футболом и другими видами спорта.
2. Обучающиеся научатся оценивать правильность выполнения технических и тактических действий, анализировать свои ошибки и корректировать их в процессе тренировки и игры, развивая способность к рефлексии и самоанализу.
3. Обучающиеся освоят навыки эффективного взаимодействия в команде, научатся договариваться о правилах общения и поведения в игре, выполнять различные роли (лидера, исполнителя, критика) и разовьют коммуникативные навыки для достижения общего результата.

Предметные:

1. Обучающиеся освоят базовые термины и понятия, связанные с мини-футболом, и получат представление об истории и развитии этого вида спорта в России.
2. Обучающиеся изучат правила техники безопасности при занятиях мини-футболом и освоят базовые приёмы оказания первой доврачебной помощи при типичных спортивных травмах.
3. Обучающиеся получат знания об особенностях питания, распорядке дня и гигиенических требованиях для спортсмена и научатся применять их на практике для поддержания оптимальной физической формы.
4. Обучающиеся овладеют основными техническими приёмами (ведение мяча, передачи, удары по воротам, отбор мяча и т.д.) и тактическими схемами игры в мини-футбол, усвоят правила и научатся их применять на практике.
5. Обучающиеся получат представление о роли судьи в мини-футболе, основных судейских жестах и решениях, а также познакомятся с особенностями работы тренера, врача команды, менеджера и других специалистов, связанных с футболом.
6. Обучающиеся научатся правильно подбирать и использовать спортивную экипировку (бутсы, форму, защитные элементы) и освоят навыки работы с инвентарём и оборудованием (мячи, конусы, стойки, манишки и т.д.) в учебно-тренировочном процессе и на соревнованиях.

МЕТОДИЧЕСКИЕ и ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ

При обучении используются основные методы организации и осуществления учебно-познавательной работы, такие как словесные, наглядные, практические, индуктивные и проблемно-поисковые.

Методика проведения занятий предполагает постоянное создание ситуаций успешности, радости от преодоления трудностей в освоении изучаемого материала.

С первых занятий учащиеся приучаются к технике безопасности, , к правильной организации, рациональному использованию времени, грамотному использованию спортивного инвентаря и спортивных снарядов.

Дидактические средства, применяемые при реализации данной программы:

- словесные: рассказ, беседа, объяснение;
- наглядные: иллюстрации, демонстрации, наблюдение;
- аудио-и визуальные (сочетание словесных и наглядных методов);
- практические упражнения;
- метод игры;

Выбор методов (способов) обучения зависит от психофизиологических, возрастных особенностей детей, темы и формы занятий. При этом в процессе обучения все методы реализуются в теснейшей взаимосвязи.

Информационные источники:

Список литературы:

1. Андреев С. Н. Мини-футбол. – М.: «Физкультура и спорт», 1978.

2. Андреев С. Н., Левин В. С. Мини-футбол. Подготовка футболистов в спортивных школах и любительских командах. Методическое пособие. – Липецк: «ГУ «РОГ», 2004.

3. Варюшин В. В. Тренировка юных футболистов. – М.: «Физкультура и спорт», 1980.

4. Грибачева М.А., Круглыхин В.А. Программа интегративного курса физического воспитания для учащихся начальной школы на основе футбола. М., 2012.

5. Качани Л., Горский Л. Тренировка футболистов. – М.: «Физкультура и спорт», 1984.

6. Методические рекомендации преподавания физической культуры в образовательных учреждениях города Москвы. – М.: ЦОМОФВ, 2009.

7. Сучилин А. А. Футбол во дворе. – М.: «Физкультура и спорт», 1978.

8. Цирин Б. Я., Лукашин Ю. С. Футбол. – М.: «Физкультура и Спорт», 1982.

Список литературы для педагога:

1 . Андреев С. Н. Мини – футбол «Физкультура и спорт». 2008 г.

2. Сучилин А. А. Футбол во дворе - «Физкультура и спорт», 1994 г.

3. Цирин Б. Я., Лукашин Ю. С. Футбол. – «Физкультура и Спорт». 2002, 2-ое исправленное и дополненное издание – (Азбука спорта).

4. Швыков И.А., Футбол в школе. – М.: Тера-Спорт, Олимпия Пресс, 2002.

5. М.А.Грибачева, В.А.Круглыхин «Интегративный курс физического воспитания для обучающихся начальной школы на основе футбола»

6. Сто одно упражнение для юных футболистов. Малькольм Кук, А.С.Т. Астрель. Москва 2003 г.

7. Л.Качании, Л.Горский - Тренировка футболистов 1994 г. 1-е издание

8. Методические рекомендации преподавания физической культуры в образовательных учреждениях города Москвы 2009г.

Список литературы для обучающихся:

1. Футбол – твоя игра - С.Н. Андреев. – М.: Просвещение, 1989. – 144 стр.

2. Играйте в мини-футбол. - Андреев С.Н. М.: Советский спорт, 1989. – 47 стр.

Интернет-источники:

http://www.minsport.gov.ru

http://www.ffu86.ru

http://www.depsport.admhmao.ru

ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

Оценка результативности освоения программы обучающихся основана на методе сравнительного анализа результатов выполнения с поставленными учебными целями и критериями (предметная соотносительная норма).

Основными методами диагностики по программе являются:

- метод педагогического наблюдения;
- выполнение контрольных упражнений.

<u>1 год обучения</u>

Входной контроль реализуется в виде тестирования физических качеств и технических навыков (Приложение 1). Обучающиеся выполняют упражнения, педагог фиксирует его в единой карте (Приложение 1)

Текущий контроль.

Для выявления результативности усвоения образовательной программы в конце каждого раздела обучения проводится диагностика уровня владения навыками.

1 год обучения

Название раздела, темы	**Формы контроля**
Теоретическая подготовка	устный опрос по теоретическим вопросам
Общая физическая подготовка	Наблюдение за техникой выполнения упражнений.
Специальная физическая подготовка	контрольные тесты на скорость (бег 10 м, 30 м со старта); тест на координацию (челночный бег 5×10 м); оценка реакции на сигнал. (Приложение)
Техническая и тактическая подготовка	Мини-турнир 3×3 с оценкой технико-тактических действий (Приложение)
Учебно-тренировочные игры	Протокол учебно-тренировочных игр с оценкой активности и эффективности действий
Итоговое занятие	Анкета обратной связи (Приложение)

Итоговый контроль проводится в виде анкеты обратной связи (Приложение)

2 год обучения

Входной контроль реализуется в виде тестирования физических качеств и технических навыков (Приложение 1). Обучающиеся выполняют упражнения, педагог фиксирует его в единой карте (Приложение 1)

Текущий контроль.

Для выявления результативности усвоения образовательной программы в конце каждого раздела обучения проводится диагностика уровня владения навыками.

2 года обучения

Название раздела, темы	**Формы контроля**
Углублённая теоретическая подготовка	тест по правилам мини-футбола с ситуационными задачами. (Приложение)
Совершенствование технико-тактических навыков	контрольное выполнение технических элементов (финты, передачи, удары) на время и точность. (приложение)
Судейская практика	тест на знание правил и жестов судьи. (Приложение)
Учебно-тренировочные и товарищеские игры	Самооценка игрока (Приложение)

Итоговый контроль проводится в виде итогового тестирования физических качеств и технических навыков (Приложение)