

**Таймырское муниципальное казённое общеобразовательное учреждение  
«Диксонская средняя школа»**

РАССМОТРЕНО  
Методическим объединением  
учителей гуманитарного цикла  
ТМК ОУ «Диксонская СШ»

УТВЕРЖДАЮ  
Директор ТМК ОУ «Диксонская СШ»  
*Низовцева* Низовцева Д.А.  
09 сентября 2024  
Приказ № 01/121

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА**

**«Мини-футбол»**

Направленность программы: физкультурно – спортивная

Уровень программы: базовый

Возраст обучающихся: 13 – 18 лет

Срок реализации: 1 год

**Составитель:**  
учитель физической культуры  
Ефимов Александр Дмитриевич

**Диксон, 2024**

# РАЗДЕЛ № 1 «КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ»

## 1.1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Данная рабочая программа направлена на достижение планируемых личностных, метапредметных и предметных результатов учащихся, на формирование универсальных учебных действий. Нормативной базой для разработки программы по организации внеурочной деятельности являются следующие законодательные документы:

- Федеральный Закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ (ред. от 31.07.2020) "Об образовании в Российской Федерации" (с изм. и доп., вступ. в силу с 01.08.2020);

- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации до 2025 года, утвержденная распоряжением Правительства РФ от 29.05.2015 г. № 996-р.;

- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 (Распоряжение Правительства РФ от 31.03.2022 г. № 678-р);

- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 30.09.2020 г. № 533 «О внесении изменений в порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утвержденный приказом министерства просвещения российской федерации от 09.11.2018 г.№196»;

- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020г. № 28«Об утверждении СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Мини - футбол» имеет **физкультурно-спортивную направленность**, способствует выявлению и развитию спортивного интереса ребенка, его творческих возможностей и личного потенциала, направлена на физическое развитие и приобщение к здоровому образу жизни.

Приобретение учащимися необходимых знаний, умений, навыков для самостоятельного использования физических упражнений, закаляющих средств и гигиенических требований с целью поддержания высокой работоспособности во всех периодах жизни, а также воспитания навыков для самостоятельных занятий и умения вести здоровый образ жизни. Развивать физические качества, необходимые для овладения игрой футбол, придерживаться принципов гармоничности, оздоровительной направленности учебного процесса. Данная программа направлена на привитие учащимися умения правильно выполнять основные технические приемы и тактические действия, обеспечение разносторонней физической подготовки. Программа призвана подготовить детей к сдаче учебных нормативов по физической и технической подготовке в соответствии с их

возрастом, сообщить элементарные теоретические сведения.

**Новизна программы** заключается в том, что она направлена не только на развитие физических и технических, но и личных качеств личности ребенка, помогает ему заранее определиться в той или иной будущей сфере деятельности, профессии и помогает сделать для себя (совместно с родителями) соответствующий выбор.

**Актуальность программы.** Данная программа соотносится с тенденциями развития дополнительного образования и согласно Концепции развития дополнительного образования способствует формированию и развитию творческих способностей учащихся, выявлению, развитию и поддержке талантливых учащихся.

Выдающиеся политические деятели, военачальники и писатели, музыканты, ученые видели и видят в футболе не просто отдых и развлечение, но и развитие двигательных качеств, эффективное средство воспитания и развития человека. К числу наиболее в активных социальных функций футбола относится функция педагогическая, развития познавательной активности обучающихся, их самостоятельности в принятии оптимальных решений в самых различных ситуациях, требующих повышенного внимания, ответственности, высокой культуры и дисциплины мыслительной и физической деятельности. Отличаясь доступностью, простотой и привлекательностью, футбол вносит вклад во всестороннее гармоничное развитие человека, независимо от возраста, профессии, спортивной футбольной квалификации.

**Отличительная особенность** данной дополнительной общеобразовательной программы заключается в том, что она составлена в соответствии с современными нормативными правовыми актами и государственными программными документами по дополнительному образованию, требованиями новых методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеобразовательных программ и с учетом задач, сформулированных Федеральными государственными образовательными стандартами нового поколения.

**Адресат программы.** Данная программа ориентирована на достижение определенных задач, исходя из психолого-возрастных особенностей ребенка и времени результативности обучения.

Наполняемость в группах составляет 5-10 человек. Любой ученик имеет право быть зачисленным в состав учебной группы на основе медицинских показаний. Набор в группу проводится независимо от уровня подготовки и пола учащихся. Для детей, зачисляемых в объединение, предусматривается обследование в медицинском учреждении один раз в год по месту регистрации с последующим получением медицинской справки о допуске к занятиям по избранному виду спорта. Накануне соревнований учащиеся проходят текущий осмотр врача терапевта для получения справки по допуску к соревнованиям.

**Режим занятий:** 1 год обучения: 108 часов, 3 занятия в неделю по 1 часу.

**Формы организации образовательного процесса.** При планировании и организации учебного процесса предусматриваются групповая и индивидуально-групповая формы обучения. При наличии в объединении детей с особыми образовательными потребностями (одаренные дети, дети с ОВЗ) возможно использование индивидуальной формы обучения, по индивидуальному образовательному маршруту.

**Формы организации учебного занятия.** Возрастные особенности учащихся требуют, чтобы занятия велись в увлекательной форме, были эмоциональны, методически разнообразно построены, насыщены играми. Предусмотрены: учебно-тренировочные занятия (тренинги), учебные игры, беседы, мастер-классы, соревнования, контрольные занятия, зачеты, праздники.

**Режим занятий.** Занятия по данной программе состоят из теоретической и практической частей, причем большее количество времени занимает практическая часть.

Занятия футболом носят тренировочную, методическую деятельность. В процессе тренировочных занятий учащиеся овладевают техникой и тактикой игры. На занятиях учащиеся приобретают навыки судейства игры.

Основой подготовки учащихся является овладение технико-тактическими приёмами игры. Для их реализации используется упражнение избирательного характера. Особенностью этих упражнения является то, что они обладают способностью избирательного воздействия на определенные функции обучаемых, чтобы данная функция попадала под максимальную «нагрузку» в зависимости от подготовки обучаемых. Эти упражнения не требуют большого уровня футбольных знаний и навыков. Этим они отличаются от упражнений, которые используются в тренировочном процессе, где успешность разучивания различных футбольных упражнений, тактических навыков, комбинаций определяются не только уровнем способностей, но и объемом имеющихся у него знаний и умений.

Особенно полезны они для детей с задержками и отклонениями в физическом развитии, помогают им лучше усваивать школьные дисциплины.

Игра в футбол дисциплинирует мышление, воспитывает сосредоточенность, развивает внимание.

## **1.2. ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ**

**Цель программы:** формирование здорового образа жизни, профилактика асоциального поведения детей и подростков через развитие устойчивого интереса к игре в футбол и создания благоприятных условий для дальнейших занятий спортом.

**Задачи программы:**

- ознакомить с историей и основными понятиями о футболе;

- создать у учащихся общее представление о структуре выполнения основных технических приемов игры в футбол;
- развивать разностороннюю физическую подготовку, детально изучать основные технические приемы;
- формировать мировоззрения гражданской и нравственной позиции на основе изучения достижений российских футболистов;
- воспитывать чувства гордости и ответственности за спортивное наследие.

### 1.3. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

#### Учебный план

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Форма аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
<b>1-й год обучения</b>					
	Вводное занятие	1	1	-	Опрос, наблюдение
1.	История развития футбола	1	1	-	Опрос, тест
2.	Элементарные понятия о футболе, как игре	5	1	4	Опрос
3.	Основные упражнения и технические приемы	79	9	70	Контрольные нормативы
4.	Двусторонняя игра	14	-	14	Соревнование
	Итоговое занятие	8	4	4	Тестирование
	<b>Всего:</b>	<b>108</b>	<b>16</b>	<b>92</b>	

#### Содержание учебного плана

##### 1-й год обучения

##### **Вводное занятие**

*Теория.* Знакомство с курсом программы. Инструктаж по технике безопасности, первая помощь при травмах, режим, одежда и обувь футболиста.

##### **Раздел 1. История развития футбола**

*Теория.* Происхождение футбола. Истории великих футболистов.

##### **Раздел 2. Элементарные понятия о футболе, как игре**

*Теория.* Основы и правила игры в футбол.

*Практика.* 4 часа: Расстановка игроков перед началом игры. Кто начинает первый. Защитник. Место в начальном положении. Полузащитник. Нападающий.

##### **Раздел 3. Основные упражнения и технические приемы**

*Теория.* Техничко-тактические приемы.

*Практика.* 1) Разучивание основных упражнений и технических приемов для полевых игроков:

- стойка, передвижения, остановка и повороты футболиста;

- ведение мяча различными способами (внутренней и внешней стороной стопы);
- остановка мяча (внутренней и внешней стороной стопы, подошвой и голенью, грудью);
- передача мяча различными способами (внутренней и внешней стороной стопы);
- удары по мячу (внутренней и внешней стороной стопы, подъемом, головой);
- жонглирование мячом.

2) Тренировочные упражнения с заданиями для полевых игроков:

- ведение мяча «восьмеркой», с обводкой стоек (фишек);
- передачи мяча в парах и тройках, короткие и длинные передачи, диагональные передачи в одно касание;
- удары по мячу с разбега, по катящемуся мячу, после отскока;
- пробитие штрафных, свободных ударов и пенальти.

3) Разучивание основных упражнений и технических приемов для вратарей:

- упражнения для развития прыгучести, быстроты, ловкости и координации: прыжки со скакалкой, на месте, в высоту и длину, кувырки в группировке и т.д.
- прием катящегося мяча, прием высоко и низко летящих мячей.

#### **Раздел 4. Двусторонняя игра**

*Практика.* Игра. Применение в игре приобретенных знаний. Применение технических приемов. Промежуточная аттестация. Контрольные тесты.

#### **Итоговое занятие**

*Практика.* Промежуточная аттестация. Контрольное тестирование уровня теоретической подготовки первого года обучения.

### **1.4. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

#### ***Личностные результаты:***

- проявление у занимающихся дисциплинированности, трудолюбия, упорства в достижении поставленных целей;
- выработать у детей умение управлять своими эмоциями в различных ситуациях;
- сформировать умение оказывать помощь своим сверстникам.

#### ***Метапредметные результаты:***

- выработанные умения определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- умение находить ошибки при выполнении заданий и исправлять их;
- умение объективно оценивать результаты собственного труда;
- проявление понятия о роли игры в укреплении здоровья.

#### ***Предметные результаты:***

- сформировано знание истории развития футбола в России;

- определено значение занятий футбола для организма человека;
- определена роль и значение занятий в укреплении здоровья;
- умение определять индивидуальные особенности физического и психического развития организма и их связь с регулярными занятиями футболом;
- умение вести контроль за индивидуальным физическим развитием, соблюдать правила личной гигиены, выполнять ведение и передачи мяча, соблюдать правила безопасности и профилактики травматизма.

## **РАЗДЕЛ № 2 «КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ»**

### **2.1. КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК**

№ п/п	Год обучения	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Количество учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий	Сроки проведения промежуточной итоговой аттестации
<b>1</b>	2024-2025 год	02.09.2024	26.05.2025 г.	36	108	108	Понедельник, вторник, пятница 16:40-17:25	первый год обучения – в апреле-мае 2025 года.

Количество учебных недель в год – 36, месяцев обучения – 9, учебных дней: первый год обучения – 108.

Продолжительность учебного года: начало учебного года по программе первого года обучения – не позднее 15 сентября 2024 года, окончание учебного года – 26 мая 2025 года.

Сроки летних каникул - с 27 мая по 31 августа.

Занятия в группе проводятся в соответствии с расписанием занятий.

### **2.2. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ**

#### ***Материально-техническое обеспечение:***

спортивный зал, футбольная сетка – 2, футбольные ворота – 2, комплект мячей – 10, демонстрационная доска – 1, судейский свисток – 1, фишки – 10, медицинская аптечка – 1, манишки – 20.

#### ***Информационное обеспечение:***

Ноутбук, мультимедийный проектор, фильмы о великих игроках, портреты лучших игроков мира.

**Информационное обеспечение** – аудио-, видео-, фото-, интернет-источники, цифровые, учебные и других информационные ресурсы, обеспечивающие реализацию программы.

Электронные ресурсы представляются следующим образом:

– Ссылка на сайт в целом:

1. Ассоциация «Мини футбол в России» [Электронный ресурс] Режим доступа: <http://www.amfr.ru/edu/mishka/>

2. Кук М. «101 упражнение для юных футболистов» [Электронный ресурс] Режим доступа: [https://vk.com/doc39704423\\_206138034?hash=e63ee3955748fe0b07&dl=3f78e9205e19271e2e](https://vk.com/doc39704423_206138034?hash=e63ee3955748fe0b07&dl=3f78e9205e19271e2e)

3. Мини футбол в России [Электронный ресурс] Режим доступа: <http://www.rusfutsal.ru/rusfutsal>

4. Национальная Мини – Футбольная Лига [Электронный ресурс] Режим доступа: <https://www.youtube.com/channel/UCiO4kia5RW--ks24XPyaPeQ>

5. Полезная информация по футболу [Электронный ресурс] Режим доступа: [https://vk.com/doc39704423\\_206138034?hash=e63ee3955748fe0b07&dl=3f78e9205e19271e2e](https://vk.com/doc39704423_206138034?hash=e63ee3955748fe0b07&dl=3f78e9205e19271e2e)

6. Чемпионат.ру [Электронный ресурс] Режим доступа: [https://www.championat.com/other/\\_minifootball.html](https://www.championat.com/other/_minifootball.html)

7. Футбольный тренер [Электронный ресурс] Режим доступа: [https://www.championat.com/other/\\_minifootball.html](https://www.championat.com/other/_minifootball.html)

#### **Кадровое обеспечение:**

*Программа* реализуется педагогом дополнительного образования Ефимовым Александром Дмитриевичем, имеющим опыт работы в физкультурно - спортивном направлении 1 год, имеющим средне-профессиональное педагогическое образование, «Астраханский социально – педагогический колледж» по специальности физическая культура

### **2.3. ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ И ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ**

Промежуточная аттестация учащихся проводится: первый год обучения - в апреле-мае 2023 года.

**Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов:** журнал посещаемости, материалы анкетирования и тестирования, фото, методические разработки.

**Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов:** результаты контрольных нормативов физической и технической подготовки (карты проверки результатов - приложение №1), соревнования, аналитические материалы по итогам проведения диагностики.

#### **Оценочные материалы**

Оценивание по освоению содержания программы осуществляется по уровням – *высоким, средним и низким, согласно приведенным норматива:*

#### **12-15 лет**

№ п/п	Двигательные качества	Контрольное упражнение	низкий	средний	высокий
-------	-----------------------	------------------------	--------	---------	---------



1.	Скоростные	Бег 30 м(с)	6,1	5,5-5,0	5,2
2.	Координационные	Челночный бег 3 по 10 м (с )	9,3	8,7-8.5	8,4
3.	Скоростные	Прыжок в длину с места (см)	140	160-185	190
4.	Выносливость	6-минутный бег	1000	1100-1200	1250
5.	Гибкость	Наклон вперед из положения сидя (см)	2	5-6	7
6.	Силовые	Подтягивание на высокой перекладине из виса (раз)	2	4-5	6

#### 7-11 лет

№ п/п	Двигательные качества	Контрольное упражнение	низкий	средний	высокий
1.	Скоростные	Бег 30 м(с)	7	6.0-6,5	5,9
2.	Координационные	Челночный бег 3 по 10м (с )	10	9.5	9.0
3.	Скоростные	Прыжок в длину с места (см)	130	140	150
4.	Выносливость	6-минутный бег	800	1000	1100
5.	Гибкость	Наклон вперед из положения сидя (см)	2	6	7
6.	Силовые	Подтягивание на высокой перекладине из виса (раз)	1	2	4

**Тест - Удары по воротам на точность.** Футболисты посылают мяч в заданную треть ворот, разделённых по вертикали. Выполняется по 10 ударов с расстояния 15 метров «сильной» ногой любым способом. Низкий-4 раза. Средний- 5 раз. Высокий- 6 раз.

**Тест - Жонглирование мячом.** Выполняются удары любой частью тела, кроме рук. Низкий- 5 раз. Средний- 10 раз. Высокий- 12 раз

**Тест -Удары по катящемуся мячу по воротам 2 из 3 .** Удары производятся с расстояния не ближе 15 метров. Пробивается 10 ударов. Низкий- 4 попадания. Средний- 5 попаданий. Высокий- 6 попаданий.

**Предполагаемые результаты и способы их проверки.** Диагностический инструментарий: тестовые задания, опросные листы, карты проверки результатов физической и технической подготовки, оценочные листы, протоколы.

**Формы и методы контроля:** самостоятельная, контрольное тестирование, контрольные нормативы, соревнование, опрос, наблюдение.

**Этапы контроля:** текущий, промежуточный, итоговый

#### Этапы педагогического контроля

Этап	Сроки контроля	Цель контроля	Формы контроля	Методы контроля	Уровни оценочных критериев
Текущий	В течение	Выявление	Тестирование,	Наблюдение,	Высокий

<i>контроль</i>	учебного года	уровня освоения темы, раздела	физические упражнения, соревнования	опрос, карты результатов, протоколы	Средний Низкий
<i>Промежуточный контроль</i>	В конце учебного года	Выявление уровня освоения части программы	<b>Контрольные нормативы</b>	Карты результатов <b>физической и технической подготовки</b>	Высокий Средний Низкий
<i>Итоговый контроль</i>	По окончании реализации программы	Выявление уровня освоения программы	<b>Контрольные нормативы Соревнование</b>	Карты результатов <b>физической и технической подготовки, анализ уровня подготовки, рекомендации</b>	Высокий Средний Низкий

Для закрепления пройденного учебного материала организуются двухсторонние игры разыгрывания тактических комбинаций, рефераты на футбольные темы. Участие в различных соревнованиях показывают уровень подготовки футболиста, его функциональный уровень.

В целях проверки результатов освоения программы по каждому году обучения применяется контроль и самоконтроль в форме индивидуального опроса, фронтального опроса, устных и письменных зачетов, устных экзаменов, игры за сборные района и области, программированного вопроса, собеседование по элементам и тактическим приемам, устного самоконтроля, диагностики. Введение тестов после выполнения квалификационного разряда, изменяет отношение детей ко всем упражнениям, которые помогут им сдать эти тесты. Появляется интерес к решению и сильнее закрепляется навык.

В конце учебного года проводится конечная диагностика, подведение итогов года, награждение грамотами, вручение квалификационных билетов. В конце учебного курса проводится спортивный футбольный праздник.

#### **2.4. МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ**

**Методические материалы** - обеспечение программы методическими видами продукции - указание тематики и формы методических материалов по программе; описание используемых методик и технологий; современные педагогические и информационные технологии; групповые и индивидуальные методы обучения; индивидуальный учебный план, если это предусмотрено локальными документами организации (п. 9 ст. 2, п. 5 ст. 47ФЗ N 273).

Настоящий раздел представляет краткое описание методики работы по программе и включает в себя:

– *особенности организации образовательного процесса*: очная;

– **методы обучения** (словесный, наглядный практический; объяснительно-иллюстративный, репродуктивный, игровой,) **и воспитания** (убеждение, поощрение, упражнение, мотивация);

– **формы организации образовательного процесса**: групповая; выбор той или иной формы обосновывается с позиции спортивного профиля деятельности

– **формы организации учебного занятия**: игра, концерт, наблюдение, практическое занятие, соревнование

– **педагогические технологии**: групповое обучение, развивающее обучение, игровая деятельность, здоровьесберегающая деятельность;

– **алгоритм учебного занятия**:

**1.** Подготовительная часть:

- построения, перестроения
- упражнения в ходьбе
- упражнения в беге
- комплекс ОРУ

**2.** Основная часть:

- подготовительные упражнения
- подводящие упражнения
- тактические взаимодействия
- игра

**3.** Заключительная часть:

- упражнения на дыхание
- упражнения на расслабление
- упражнения на развитие физических качеств
- **дидактические материалы** – задания, упражнения

**Виды дидактических материалов:**

Для обеспечения наглядности и доступности изучаемого материала педагог должен использовать *наглядные пособия* следующих видов:

- схематический или символический (оформленные стенды, таблицы, схемы, рисунки, графики, плакаты.);
- картинный и картинно-динамический (фотоматериалы);
- смешанный (видеозаписи.);
- дидактические пособия (вопросы и задания для устного опроса, тесты, практические задания, упражнения.);
- обучающие прикладные программы в электронном виде (CD, дискеты);
- учебники, учебные пособия, журналы, книги;
- тематические подборки упражнений, игр.

Подбор средств и объем общефизической подготовки для каждого занятия зависит от конкретных задач обучения и от условий, в которых проводятся занятия. Так, на начальном этапе обучения, когда эффективность

средств футбола еще незначительна - малая физическая нагрузка в упражнениях по технике и двусторонней игре, - объем физической подготовки составляет до 50% времени, отводимого на занятия.

Целесообразно периодически выделять отдельные занятия на общую физическую подготовку. В этом случае в подготовительной части изучается техника, например, легкоатлетических упражнений, баскетбола, проводятся подвижные игры.

Специальная физическая подготовка непосредственно связана с обучением юных спортсменов технике и тактике футбол. Основным средством ее являются специальные упражнения (подготовительные).

Подготовительные упражнения развивают качества, необходимые для овладения техникой и тактикой игры: силу ног, силу и быстроту сокращения мышц, участвующих в выполнении технических приемов, прыгучесть, быстроту реакции и ориентировки, умение пользоваться боковым зрением, быстроту перемещений, мгновенную реакцию в ответных действиях на сигналы, специальную выносливость (скоростную), к скоростным- силовым усилиям, прыжковую ловкость и специальную гибкость.

Среди средств физической подготовки значительное место занимают упражнения с предметами: набивными, баскетбольными, теннисными, хоккейными мячами; со скакалкой, с различными специальными приспособлениями, тренажерами.

Систематическое применение разнообразных предварительных упражнений составляет отличительную особенность обучения детей технике игры в футбол.

#### **Игровая подготовка**

- Комплексные упражнения, подводящие игры, двусторонние тренировочные игры.

- Главные методы интегральной подготовки - методы сопряженных воздействий. игровой, соревновательный. Высшей формой интегральной подготовки являются спортивные соревнования по футболу.

- Взаимосвязь физической, технической и тактической подготовки.

- Взаимосвязь технической и тактической подготовки.

**Формы:** учебно-тренировочные занятия; беседы; подвижные и спортивные игры; просмотр матчей.

**Приёмы и методы:** словесный; наглядный; методы мотивации и стимулирования; методы контроля.

#### **Техническое оснащение:**

- спортзал школы (осенне-зимний период);

- спортивный инвентарь, спортивная форма, мячи.

## **2.5. КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН**

<b>№</b>	<b>Содержание</b>	<b>Количество</b>
----------	-------------------	-------------------

		<b>часов</b>
<b>Вводное занятие 1ч.</b>		
<b>1</b>	Знакомство с курсом программы. Инструктаж по технике безопасности, первая помощь при травмах, режим, одежда и обувь футболиста.	<b>1</b>
<b>Раздел 1. История развития футбола 1ч.</b>		
<b>2</b>	Происхождение футбола. История великих футболистов	<b>1</b>
<b>Раздел 2. Элементарные понятия о футболе, как игре 5ч.</b>		
<b>3</b>	Основы и правила игры в футбол	<b>1</b>
<b>4</b>	Расстановка игроков перед началом игры.	<b>1</b>
<b>5</b>	Кто начинает первый. Защитник	<b>1</b>
<b>6</b>	Место в начальном положении	<b>1</b>
<b>7</b>	Полузащитник. Нападающий	<b>1</b>
<b>Раздел 3. Основные упражнения и технические приемы 79ч.</b>		
<b>8.</b>	Технико-тактические приемы	<b>1</b>
<b>9-12</b>	Разучивание основных упражнений и технических приемов для полевых игроков	<b>4</b>
<b>13-16</b>	Стойка, передвижение, остановка и повороты футболистов	<b>4</b>
<b>17-20</b>	Ведение мяча различными способами (внутренней и внешней стороной стопы)	<b>4</b>
<b>21-24</b>	Остановка мяча (внутренней и внешней стороной стопы, подошвой и голенью, грудью)	<b>4</b>
<b>25-28</b>	Передача мяча различными способами (внутренней и внешней стороной стопы)	<b>4</b>
<b>29-32</b>	Удары по мячу (внутренней и внешней стороной стопы, подъемом, головой)	<b>4</b>
<b>33-36</b>	Жонглирование мячом	<b>4</b>
<b>37-38</b>	Тренировочные упражнения с заданиями для полевых игроков	<b>2</b>
<b>39-42</b>	Ведение мяча «восьмеркой», с обводкой стоек (фишек)	<b>4</b>
<b>43-48</b>	Передачи мяча в парах и тройках, короткие и длинные передачи, диагональные передачи в одно касание	<b>6</b>
<b>49-54</b>	Удары по мячу с разбега, по катящемуся мячу, после отскока	<b>6</b>
<b>55-60</b>	Пробитие штрафных, свободных ударов и пенальти	<b>6</b>
<b>61-64</b>	Разучивание основных упражнений и технических приемов для вратарей	<b>4</b>
<b>65-76</b>	Упражнения для развития прыгучести, быстроты, ловкости и координации: прыжки со скакалкой, на месте, в высоту и длину, кувырки в группировке и т.д.	<b>12</b>
<b>77-86</b>	Прием катящегося мяча, прием высоко и низко летящих мячей.	<b>10</b>
<b>Раздел 4. Двусторонняя игра</b>		
<b>87-100</b>	Игра. Применение в игре приобретенных знаний. Применение технических приемов. Промежуточная аттестация. Контрольные	<b>8</b>

	тесты.	
<b>Итоговые занятия</b>		
<b>101-108</b>	Промежуточная аттестация. Контрольное тестирование уровня теоретической подготовки первого года обучения.	<b>8</b>

## 2.5. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Андреев С., Э. Алиев «История развития мини-футбола», «Спорт в школе», № 5,2007.
2. Асович, А. А. Гуминский, Ю.П Ильичев и др.; Футболист в игре и тренировке / Под общей ред. кан. пед. наук С. А. Савина. – М.: Физкультура и спорт, 1975 – 108 с.: ил.
3. Бесков Константин на футбольных полях – Физкультура и спорт, 1987.
4. Бриль М.С. Отбор в спортивных играх. – М.: ФиС, 1980.
5. Власов А. «Мини-футбол в школу!», «Спорт в школе», № 23,2006.
6. Гагаева Г.М. Подвижные игры в занятиях спортом. – М.: ФиС, 1980.
7. Закон РФ « Об образовании».
8. Исаев А. Футбол. – Физкультура и спорт, 1987.
9. Колодницкий Г.А. , В.С. Кузнецов, М.В. Маслов. Внеурочная деятельность учащихся. Футбол. Москва. «Просвещение» 2011г.
10. Конвенция ООН о правах ребенка.
11. Конституция Российской Федерации.
12. Крылов В.П. – Физкультура и спорт, 1971.
13. Ланда Б.Х. «Мониторинг физического развития и физической подготовленности учащихся» - ПУ «Первое сентября», 2006.
14. Лях.В.И. Зданевич.А.А. – комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов.- Москва «Просвещение», 2006-128с.
15. Матвеев Л.П. Теория и методика физического воспитания. – М.: Физическая культура и спорт, 1976. – стр. 109-113, 120-122.
16. Муравьев В.А. «Воспитание физических качеств детей дошкольного и школьного возраста» - М, 2004.
17. Полозов А. «Обучение футболу в разных странах», «Спорт в школе», № 6,2006.
18. Портных Ю.И. «Спортивные и подвижные игры» - М, 1987.
19. Романенко А.Н., Догатин М.Е. Тренировка футболистов. 2-е изд., перераб. и доп. – К.: Здоровья, 1984.
20. Солодков А. С., Сологуб Е. Б. Физиология человека. Общая. Спортивная. Возрастная: Учебник. Изд. 2-е, испр. и доп. – М.: Олимпия Пресс, 2005. – 528 с., ил.
21. Теория и методика физического воспитания. Учебник для институтов физкультуры (Под общей редакцией Л.П. Матвеева, А. Новикова. 2-е изд. испр. и доп. ( в 2-х т.). – М.: ФиС, 1986.

22. Требования к содержанию и оформлению образовательных программ дополнительного образования детей. Письмо Минобразования России от 18.06.2003 № 28-02-484/16.

23. Тюленьков С.Ю., А.А.Федоров «Футбол в зале: система подготовки» - М, 2000.

24. Цирик Б.Я., Лукашин Ю.С. Футбол. – М.: Физкультура и спорт, 1982, 2-е исправл. и дополнит.з., - 207 с., ил. – Азбука спорта.

25. Чанади А. Футбол. Техника. – М.: ФиС, 1981.

26. Чирва Б. Г. – Построение технической подготовки юных футболистов с учетом сенситивных периодов становления технического мастерства. Теория и практика физической культуры. Научно-теоретический журнал. № 4-2007. с 15.

#### **Список литературы для детей.**

1. Буйлин Ю.Ф., Курамшин Ю.Ф. Теоретическая подготовка юных спортсменов. М.: ФиС, 1985.

2. Правила игры в футбол. – М.: ФиС, 1981

3. Филин В.П., Фомин Н.А. Основы юношеского спорта. – М.: ФиС, 1980.