

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №3  
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
ТЕМРЮКСКИЙ РАЙОН г. Темрюк

Принята на заседании  
педагогического/методического совета  
от «30» августа 2022 г  
Протокол № 1



ВЕРЖДАЮ  
Директор МБОУ СОШ №3  
Лисиенко Г.В.  
30 августа 2022 г

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

Физкультурно - спортивной направленности

«Минни-футбол»

УРОВЕНЬ ПРОГРАММЫ: базовый

СРОК РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ: 1 года (3 раза в неделю по 2 часа (216ч.)

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: от 1-2 класс (7-8лет).

ФОРМА ОБУЧЕНИЯ: очная

ВИД ПРОГРАММЫ: модифицированная

ПРОГРАММА РЕАЛИЗУЕТСЯ НА БЮДЖЕТНОЙ ОСНОВЕ

ID-номер ПРОГРАММЫ в НАВИГАТОРЕ: \_\_\_\_\_

Автор – составитель:  
Удинцев М.П.

г. ТЕМРЮК 2022 год

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

### Нормативно-правовая база программы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа (далее программа) разработана согласно требованиям следующих нормативно - правовых документов:

- Федеральный Закон РФ от 29.12.2012 г. № 273 «Об образовании в Российской Федерации» (в редакции Федерального закона от 31.07.2020 № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся»);
- 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 9 ноября 2018 г. № 196»;
- Приказ Министерства Просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 г. № 196 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Концепция развития дополнительного образования детей от 04.09.2014 г. № 1726-р;
- Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей (Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПиН 2.4.4.3172-14);
- Письмо Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 г. № 09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы»);
- Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования (Приказ Минобрнауки России № 1897 от 17 декабря 2010г.);

### Направленность программы

Дополнительная общеразвивающая программа «Мини- футбол» имеет физкультурно-оздоровительную направленность. Программа создает максимально благоприятные условия для раскрытия и развития не только физических, но и духовных способностей ребенка, его самоопределения.

### Уровень программы

Программа реализуется на стартовом (ознакомительном) уровне.

### Новизна программы

Новизна программы заключается в том, что в данной программе разработана система поэтапного обучения и контроля, в результате которой дети получают расширенное представление об игре в футбол, овладевают основными навыками игры, осваивают счет, а по окончании обучения могут не только самостоятельно играть в футбол, но и реализовать объективное судейство, также в ходе обучения у учащихся формируется чувство необходимости в регулярных занятиях спортом.

### Актуальность программы

Состоит в том, что мини- футбол – популярный вид спорта. А через заинтересованность учащихся в футболе есть возможность реализовать цель данной программы, а именно развить психические и физические качества ребенка, мотивировать его к здоровому образу жизни. Целью физического воспитания в спортивных секциях является содействие всестороннему развитию личности посредством формирования физической культуры личности воспитанника. Слагаемыми физической культуры являются: крепкое здоровье, хорошее физическое развитие, оптимальный уровень двигательных способностей, знания и навыки в области физической культуры, мотивы и освоенные способы (умения) осуществлять физкультурно-оздоровительную и спортивную деятельность.

Специально подобранные игровые упражнения, выполняемые индивидуально, в группах, командах, задания с мячом создают неограниченные возможности для развития, прежде всего координационных (ориентирование в пространстве, быстрота реакций, перестроения двигательных действий, точность дифференцирования и оценивания пространственных, временных и силовых параметров движений, способность к согласованию отдельных движений в целостные комбинации) и кондиционных (силовых, выносливости, скоростных) способностей, а также всевозможных сочетаний этих групп способностей. Одновременно материал по спортивным играм оказывает многостороннее влияние на развитие психических процессов воспитанников (восприятие, внимание, память, мышление, воображение и др.), воспитание нравственных и волевых качеств, что обусловлено необходимостью соблюдения правил и условий игровых упражнений и самой игры, согласования индивидуальных, групповых и командных взаимодействий партнеров и соперников. Материал игр является прекрасным средством и методом формирования потребностей, интересов и эмоций воспитанников. Игра всегда привлекает детей, повышает их интерес к занятию. Игры формируют у детей важные навыки совместной работы, общения. В игровой деятельности воспитывается ответственность воспитанников, развиваются их способности заботиться о товарищах, сочувствовать и сопереживать, понимать радости и горести, поражения и победы. Систематическая тренировка и участие в соревнованиях благотворно сказываются на физическом развитии футболиста, повышают его работоспособность, улучшают работу зрительного аппарата, повышают подвижность нервной системы и развивают волевые качества. Футбол обладает рядом особенностей, делающих эту игру интересной и заманчивой. Во-первых, здесь каждый игрок значительно чаще работает с мячом и участвует в общих игровых действиях; во-вторых, в этой игре забивается довольно много голов, в-третьих, каждый участник должен действовать с полной отдачей сил, успевая обороняться и атаковать. Мяч практически все время находится в игре, что не вызывает вынужденных и утомительных остановок.

Отличительные особенности программы.

Отличительные особенности программы заключаются в том, что:

- Предварительная подготовка детей к занятиям не имеет значения, и в одной группе могут обучаться разновозрастные дети.
- Формирование необходимых знаний, умений и навыков происходит во время обучения.
- В процессе обучения реализуется дифференцированный подход.
- Учитываются возрастные и индивидуальные особенности и склонности каждого ребенка для более успешного творческого развития.

Срок реализации программы и объем учебных часов

1 год обучения: , 3 раза в неделю по 2 часа

Адресат программы

Программа предназначена для обучающихся 1-2 класс (7-8лет).

Формы обучения

В процессе занятий используются различные формы занятий: групповая, подгрупповая и индивидуальная.

Режим занятий

Занятия проводятся 3 раза в неделю по 2 часа (216ч).

### ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Цель - является формирование устойчивых мотивов и потребностей в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических и психических качеств, творческом использовании средств физической культуры в организации здорового образа жизни.

Задачи:

Обучающие:

- формирование культуры движений, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей и корригирующей направленностью, техническими действиями и приемами в футболе;
- освоение знаний о футболе, его истории и о современном развитии, роли в формировании здорового образа жизни;
- обучение навыкам и умениям в данной деятельности, самостоятельной организации занятий физическими упражнениями;
- овладение техникой передвижений, остановок, поворотов и стоек;
- освоение ударов по мячу и остановок мяча;
- овладение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей;
- освоение техники ведения мяча;
- освоение техники ударов по воротам;
- закрепление техники владения мячом и развитие координационных способностей;
- освоение тактики игры.

Развивающие:

- укрепление здоровья, развитие основных физических качеств и повышение функциональных способностей;
- развитие выносливости;
- развитие скоростных и скоростно-силовых способностей.

Воспитательные:

- воспитание положительных качеств личности, соблюдение норм коллективного взаимодействия и сотрудничества в соревновательной деятельности;
- воспитание чувства товарищества, чувства личной ответственности;
- воспитание нравственных качеств по отношению к окружающим;
- приобщить воспитанников к здоровому образу жизни и гармонии тела.

## СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

### 1.1 Наличие учебного плана

Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
	Всего	Теория	Практика	
Вводное занятие	4	2	2	Опрос, тест
Развитие общей физической подготовки	30	10	20	Мини - тест
Развитие специальной физической подготовленности	42	4	38	Мини-тест
Специальные упражнения и технические приемы	74	24	50	Контрольные нормативы
Учебно-тренировочная игра с заданием	38	14	24	Соревнования
Двусторонняя игра	25	10	15	Соревнования
Итоговое занятие	3	1	2	Анализ, рекомендации
Общее количество часов	216	65	151	

Учебный план

## 2.2. Содержание учебного плана

### Вводное занятие

Теория. Повторный инструктаж по технике безопасности, меры предохранения от перегревания, первая помощь при спортивных травмах, закаливание.

Практика. Диагностика с целью определения уровня освоения теоретической части программы.

### Раздел 2. Развитие общей физической подготовки

Практика. Упражнения для развития общей физической подготовки: ОРУ на месте и в движении, бег на различные дистанции, упражнения с гантелями, штангой, подвижные и спортивные игры. Упражнения с мячами и спец приспособлениями.

### Раздел 3. Развитие специальной физической подготовки

Теория. Влияние специальных физических упражнений на технику игры в футбол.

Практика. Развитие скоростных качеств: бег на короткие дистанции с максимальной скоростью, бег на месте, челночный бег, ускорения с мячом, различные эстафеты. Развитие скоростно-силовых качеств: подскоки вверх из глубокого приседа, приседание на одной ноге, броски набивного мяча на различные расстояния, бег с отягощением. Развитие выносливости: повторно-интервальный бег на средние и длинные дистанции, бег с отягощением, сопротивлением и повышенной скоростью, игровые упражнения с повышенной интенсивностью. Развитие ловкости и гибкости: подвижные игры, преодоление полосы препятствия, гимнастические упражнения, упражнения в положении лежа, упоры.

### Раздел 4. Специальные упражнения и технические приемы

Теория. Особенность специальных упражнений, как для полевых игроков, так и для вратарей.

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

- обводка игроков, ведение, остановка и удары по воротам различными способами;
- жонглирование мяча бедром и головой; - вбрасывание мяча из-за боковой линии;
- отбор мяча различными способами (толчком плечом в плечо, с помощью подката);
- финты и их выполнение.

1. Тренировочные упражнения с заданиями:

- дальние и ближние передачи в парах, тройках по диагонали и вдоль поля;
- дальние удары по воротам и удары после прострела;
- ведение мяча с последующим ударом по воротам;

- подачи угловых; - пробитие штрафных, свободных ударов и пенальти.

3) Разучивание специальных упражнений и технических приемов для вратарей:

- бросок за мячом, отбивание мяча кулаком;

- игра на выходах.

Раздел 5. Учебно-тренировочная игра с заданием

Теория. Тактические действия игры в защите и нападении.

Практика. Взаимодействие игроков в защите при подаче угловых и штрафных ударов. Разучивание взаимодействия игроков при игре в 3-и, 4-е защитника.

Действие нападающих при подаче угловых, навесов, прострелов и штрафных ударов. Взаимодействие игроков при игре в одного и двух нападающих.

Игра в два касания. Игра только слабой ногой. Мяч забивать с расстояния не менее 10 метров. Игра ногами и руками. Игра руками, а мяч забивается головой. Мяч забивается только с передачи партнёра.

Раздел 6. Двусторонняя игра

Практика. Итоговая аттестация в форме футбольного праздника. Применение в игре приобретенных знаний. Применение технических и тактических действий и их совершенствование.

Итоговое занятие

Практика. Круглый стол. Подведение итогов. Анализ достижений, рекомендации.

Планируемые результаты и способы их проверки

В результате освоения дополнительной общеобразовательной программы «Футбол» у учащихся формируются

Личностные (социально-личностные) компетенции:

- дисциплинированность, трудолюбие, упорство в достижении поставленных целей;

- умение управлять своими эмоциями в различных ситуациях;

- умение оказывать помощь своим сверстникам.

Метапредметные компетенции:

- умения определять наиболее эффективные способы достижения результата;

- умение находить ошибки при выполнении заданий и уметь их исправлять;

- умение объективно оценивать результаты собственного труда;

- понятия о роли игры в укреплении здоровья;

- умение рационально распределять свое время в режиме дня; умение вести наблюдение за показателями своего физического развития.

### Предметные компетенции:

- знание упражнений специальной физической подготовки, особенностей развития футбола, особенностей выполнения технических навыков в футболе и финтов;  
- умения выполнять обводку в игре, свободно жонглировать мячом, применять финты в игре и технически правильно осуществлять двигательные действия.

Формы контроля и подведения итогов реализации программы

Подведение итогов реализации программы проводится в форме выполнения контрольных нормативов 2 раза в год (сентябрь и май)

контрольные и товарищеские игры;

контрольные нормативы.

Выполнение программы по каждому году обучения служит основным критерием оценки качества работы отдельного тренера и центра в целом. Оценка качества учебно-тренировочной работы только по результатам участия в соревнованиях неприемлема в работе с юными футболистами.

«Комплекс организационно-педагогических условий, - включающий формы аттестации».

### 1 Календарный учебный график

№	дата	Тема занятий	Кол-ч	Время проведения занятий	Форма занятий	Форма занятий	Форма контроля
1		Вводное занятие. Инструктаж по ТБ.	6		Тренинг	Спорт-площадка	Опрос, тест
2		История возникновения и развития футбола. Изучение правил игры	6		Тренинг	Спорт-площадка	Опрос, тест
3		Обучение и совершенствование техники передвижения футболиста	6		Тренинг	Спорт-площадка	Учебная игра, наблюдение, анализ
4		Обучение и совершенствование техники передвижения футболиста	6		Тренинг	Спорт-площадка	Учебная игра, наблюдение, анализ
5		Обучение и совершенствование	6		Тренинг	Спорт-	Учебная игра,



- умение рационально распределять свое время в режиме дня; умение вести наблюдение за показателями своего физического развития.

### Предметные компетенции:

- знание упражнений специальной физической подготовки, особенностей развития футбола, особенностей выполнения технических навыков в футболе и финтов;

- умения выполнять обводку в игре, свободно жонглировать мячом, применять финты в игре и технически правильно осуществлять двигательные действия.

Формы контроля и подведения итогов реализации программы

Подведение итогов реализации программы проводится в форме выполнения контрольных нормативов 2 раза в год (сентябрь и май)

контрольные и товарищеские игры;

контрольные нормативы.

Выполнение программы по каждому году обучения служит основным критерием оценки качества работы отдельного тренера и центра в целом. Оценка качества учебно-тренировочной работы только по результатам участия в соревнованиях неприемлема в работе с юными футболистами.

«Комплекс организационно-педагогических условий, включающий формы аттестации».

### **1 Календарный учебный график**

№	дата	Тема занятий	Кол-ч	Время проведения занятий	Форма занятий	Количество занятий	Форма контроля
1		Вводное занятие. Инструктаж по ТБ.	6		Тренинг	Спорт-площадка	Опрос, тест
2		История возникновения и развития футбола. Изучение правил игры	6		Тренинг	Спорт-площадка	Опрос, тест
3		Обучение и совершенствование техники передвижения футболиста	6		Тренинг	Спорт-площадка	Учебная игра, наблюдение, анализ
4		Обучение и совершенствование техники передвижения футболиста	6		Тренинг	Спорт-площадка	Учебная игра, наблюдение, анализ
5		Обучение и совершенствование	6		Тренинг	Спорт-	Учебная игра,

		техники удара по мячу на месте.				площадка	аблюдение, анализ
6		Обучение и совершенствование техники удара по мячу на месте.	6		Тренинг	Спорт-площадка	Учебная игра, аблюдение, анализ
7		Обучение и совершенствование техники удара по мячу в движении.	6		Тренинг	Спорт-площадка	Учебная игра, аблюдение, анализ
8		Обучение и совершенствование ики удара по мячу с лета и полулета.	6		Тренинг	Спорт-площадка	Учебная игра, аблюдение, анализ
9		Обучение и совершенствование ики удара по мячу с лета и полулета.	6		Тренинг	Спорт-зал	Учебная игра, аблюдение, анализ
10		Обучение и совершенствование ки ударов по мячу головой на месте и в движении.	6		Тренинг	Спорт -зал	Учебная игра, аблюдение, анализ
11		Обучение и совершенствование ки ударов по мячу головой на месте и в движении.	6		Тренинг	Спорт -зал	Учебная игра, аблюдение, анализ
12		Обучение и совершенствование техники ударов по мячу головой в нападении.	6		Тренинг	Спорт -зал	Учебная игра, аблюдение, анализ
13		Обучение и совершенствование техники ударов по мячу головой в нападении.	6		Тренинг	Спорт -зал	Учебная игра, аблюдение, анализ
14		ОФП.	6		Тренинг	Спорт -зал	Учебная игра, аблюдение, анализ
15		СФП	6		Тренинг	Спорзал	Учебная игра, аблюдение, анализ
16		Обучение и совершенствование техники остановки мяча.	6		Тренинг		Учебная игра, аблюдение, анализ
17		Обучение и совершенствование техники ведения мяча.	6		Тренинг	Спорт -зал	Учебная игра, аблюдение, анализ
18		Обучение и совершенствование техники ведения мяча.	6		Тренинг	Спорт- зал	Учебная игра, аблюдение, анализ
19		Обучение и совершенствование техники обманных движений.	6		Тренинг	Спорт -зал	Учебная игра, аблюдение, анализ
20		Обучение и совершенствование техники обманных движений.	6		Тренинг	Спорт- зал	Учебная игра, аблюдение, анализ
21		СФП	6		Тренинг	Спорт -зал	Учебная игра, аблюдение, анализ

22	Совершенствование комбинаций из изученных элементов.	6		Тренинг	Спорт -зал	Учебная игра, наблюдение, анализ
23	Совершенствование комбинаций из изученных элементов.	6		Тренинг	Спорт- зал	Учебная игра, наблюдение, анализ
24	Учебная игра.	6		Тренинг	Спорт- площадка	Учебная игра, наблюдение, анализ
25	Обучение и совершенствование техники ведения мяча ведущей и неведущей ногой.	6		Тренинг	Спорт- площадка	Учебная игра, наблюдение, анализ
26	Обучение и совершенствование техники ведения мяча ведущей и неведущей ногой.	6		Тренинг	Спорт- площадка	Учебная игра, наблюдение, анализ
27	Судейская практика	6		Тренинг	Спорт- площадка	Учебная игра, наблюдение, анализ
28	Подвижные игры с элементами футбола.	6		Тренинг	Спорт- площадка	Учебная игра, наблюдение, анализ
29	Подвижные игры с элементами футбола.	6		Тренинг	Спорт- площадка	Учебная игра, наблюдение, анализ
30	Обучение и совершенствование техники отбора мяча.	6		Тренинг	Спорт- площадка	Учебная игра, наблюдение, анализ
31	Обучение и совершенствование техники вбрасывания мяча.	6		Тренинг	Спорт- площадка	Учебная игра, наблюдение, анализ
32	ОФП.	6		Тренинг	Спорт- площадка	Учебная игра, наблюдение, анализ
33	Обучение и совершенствование техники игры вратаря.	6		Тренинг	Спорт- площадка	Учебная игра, наблюдение, анализ
34	Обучение техники нападения хода игрока на свободную позицию.	6		Тренинг	Спорт- площадка	Учебная игра, наблюдение, анализ
35	Обучение техники нападения хода игрока на свободную позицию.	6		Тренинг	Спорт- площадка	Учебная игра, наблюдение, анализ
36	Обучение и совершенствование техники игры без мяча.	6		Тренинг	Спорт- площадка	Учебная игра, наблюдение, анализ
	Итого	216				

## СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКОГО ПЛАНА

I раздел. Основы знаний по мини- футболу.

- Развитие мини-футбола в России и за рубежом:

Развитие футбола в России. Значение и место футбола в системе физического воспитания. Российские соревнования по футболу: чемпионат и Кубок России. Участие российских футболистов в международных соревнованиях (первенство Европы, мира, Олимпийские игры). Российские и международные юношеские соревнования (чемпионат и Кубок России, «Юность», чемпионаты Европы и мира). Современный футбол и пути его дальнейшего развития. Российский футбольный союз ФИФА, УЕФА, лучшие российские команды, тренеры, игроки.

- Терминология элементов мини-футбола:

Понятие о спортивной технике, стратегии, системе, тактике и стиле игры, понятие «зона», «персональная опека», «финты» и т.д.

- Строение и функции организма человека:

Краткие сведения о строении и функциях организма человека. Ведущая роль центральной и нервной системы в деятельности организма. Влияние занятий физическими упражнениями на организм занимающихся, совершенствование функций мышечной системы. Органов дыхания, кровообращения под воздействием регулярных занятий физическими упражнениями для закрепления здоровья, развития физических и достижения высоких спортивных результатов.

- Профилактика травматизма при занятиях мини-футболом:

Врачебный контроль при занятиях футболом. Значение и содержание самоконтроля. Объективные данные самоконтроля: вес, спирометрия, кровяное давление. Субъективные данные: самочувствие, сон, работоспособность, настроение. Дневник самоконтроля. Понятие о «спортивной форме», утомлении, переутомлении. Меры предупреждения переутомления. Значение активного отдыха для спортсмена.

Понятие о травмах. Особенности спортивного травматизма. Причины травмы и их профилактика применительно к занятиям футболом. Оказание первой помощи (до врача). Рапы и их разновидности.

Спортивный массаж. Общее понятие. Основные приемы массажа (поглаживание, растирание, разминание, поколачивание, потряхивание). Массаж до, во время и после тренировки и соревнований. Противопоказания к массажу.

II раздел. Техника передвижений, остановок, поворотов и стоек.

- Стойка игрока.

- Перемещения в стойке приставными шагами боком.

- Перемещения в стойке приставными шагами спиной вперед.

- Ускорения, старты из различных положений.

- Комбинации из освоенных элементов техники передвижений (перемещения, остановки, повороты, ускорения).

- Бег «змейкой», «восьмеркой»

- Бег с чередованием передвижения лицом и спиной вперед.

III раздел. Техника ударов по мячу и остановок мяча.

- Удары по неподвижному и катящему мячу внутренней стороной и средней частью подъема.

- Удары по катящему мячу носком, серединой лба (по летящему мячу).

- Удары по летящему мячу внутренней стороной стопы и средней частью подъема.

- Остановка катящего мяча внутренней стороной стопы и подошвой.

- Остановка мяча грудью.

- Удары по воротам указанными способами на точность (меткость) попадания мячом в цель.

- Передача мяча партнеру.

- Ловля низколетающего мяча вратарем.

IV раздел. Техника ведения мяча.

- Ведение мяча по прямой с изменением направления движения без сопротивления защитника ведущей и неведущей ногой.

- Ведение мяча по прямой с изменением скорости ведения без сопротивления защитника ведущей и неведущей ногой.

- Ведение мяча по прямой с изменением направления движения и скорости ведения с пассивным сопротивлением защитника.

- Ведение мяча по прямой с изменением направлений движений и скорости ведения с активным сопротивлением защитника.

- Комбинации из основных элементов: ведение, удар (пас), прием мяча, остановка, удар по воротам.

V раздел. Техника защитных действий.

- Зонная защита.

- Персональная защита.

- Смешанная защита.

- Тактические действия: взаимодействие игроков в нападении и защите – индивидуальные, групповые и командные действия.

- Вырывание, отбивание, вбрасывание и выбивание мяча.

- Игра вратаря – при ловле низких, полуввысоких, высоких мячей.

- Перехват мяча.

VI раздел. Тактика и техника игры.

- Расстановка игроков на поле.

- Тактика свободного нападения.

- Тактические действия линий обороны и атаки:

а) индивидуальная тактика игрока;

б) коллективные тактические действия;

в) выбор места игрока;

г) создание численного перевеса при атаке;

д) отвлекающие действия игроков.

- Позиционное нападение без изменения позиций игроков.

- Позиционное нападение с изменением позиций игроков.

- Нападение в игровых заданиях 3:1, 3:2, 3:3, 2:1 с атакой и без атаки ворот.

- Игра по упрощенным правилам на площадках разных размеров.

- Игры и игровые задания 2:1, 3:1, 3:2, 3:3.

- Отличительные особенности в тактике от других спортивных игр (волейбол, баскетбол).

VII раздел. Соревнования, правила соревнований.

- Основные правила соревнований по мини- футболу.

- Судейство игр.

- Эстафеты с элементами футбола.

Техническая и тактическая подготовка.

Техническая подготовка.

Техника передвижения. Бег обычный, спиной вперед скрестным и приставным шагом. Бег по прямой, дугами, изменением направления и скорости. Прыжки: вверх, вверх-вперед, вверх-назад, вверх-вправо, вверх-влево, толчком двумя ногами с места и толчком одной и двумя ногами с разбега. Для вратарей – прыжки в сторону с падением «перекатом». Повороты переступанием, прыжком, на опорной ноге, в стороны и назад, на месте и в движении. Остановки во время бега выпадом и прыжком.

Удары по мячу ногами. Удары внутренней стороной стопы, внутренней и средней частью подъема, по неподвижному и катящемуся (навстречу, от игрока, справа или слева) мячу. Удары по прыгающему и летящему мячу внутренней стороной стопы и средней частью подъема. Удары внешней частью подъема. Выполнение ударов после остановки, рывков; ведения, обманных движений, посылая мяч низом и верхом на короткое и среднее расстояние. Удары на точность: в определенную цель на поле, в ворота в ногу партнеру, на ход двигающемуся партнеру.

Удары по мячу головой. Удары серединой лба без прыжка, в прыжке, с места и с разбега, по летящему навстречу мячу. Удары на точность: в определенную цель на поле, в ворота партнеру.

Остановка мяча. Остановка подошвой и внутренней стороной стопы катящего и опускающего мяча – на месте, в движении вперед и назад. Остановка внутренней стороной стопы, бедром и грудью летящего навстречу мяча. Остановки с переводом в стороны, подготавливая мяч для следующих действий и закрывая его туловищем от соперника.

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

Обманные движения (финты). Обманные движения «уход» (при атаке противника спереди умение показать туловищем движение в одну сторону и уйти с мячом в другую). Обманное движение «ударом» по мячу ногой (имитируя удар, уход от соперника вправо и влево). Обманные движения, уход выпадом и перенос ноги через мяч. Финты ударом ногой с убираем мяча под себя и с пропуском мяча партнеру «ударом головой». Обманные движения «остановкой во время ведения с наступанием и без наступания на мяч подошвой», «после передачи мяча партнером с пропуском мяча». Выполнение обманных движений в единоборстве с пассивным и активным сопротивлением.

Тактика игры вратаря: Основная стойка вратаря. Перемещение в воротах без мяча в сторону скрестным, приставным шагом, скачками. Ловля летящего навстречу и несколько в сторону вратаря на высоте груди и живота без прыжка и в прыжке, катящего и низко летящего навстречу и несколько в ворота мяча без падения и с падением. Ловля высоко летящего мяча и в сторону мяча без прыжка и в прыжке с места, на месте. Ловля летящего в сторону на уровне живота. Грудь мяча с падением перекатом. Быстрый подъем с мячом на ноги после падения. Отбивание мяча одной и двумя руками без прыжка и в прыжке; с места и разбега. Бросок мяча ногой: с

земли 9 по неподвижному мячу) и с рук (с воздуха по выпущенному из рук и подброшенному перед собой мячу) на точность.

Отбор мяча. Отбор мяча при единоборстве с соперником ударом и остановкой мяча ногой в широком выпаде (полушпагат и шпагат) и в подкате.

Вбрасывание мяча. Вбрасывание мяча из различных исходных положений с места и после разбега. Вбрасывание мяча на точность и дальность.

Тактическая подготовка.

Тактика нападения.

Индивидуальные действия без мяча. Правильное расположение на футбольном поле. Умение ориентироваться, реагировать соответствующим образом на действие партнеров и соперника. Выбор момента и способа передвижения для «открывания» на свободное место с целью получения мяча.

Индивидуальные действия с мячом. Целесообразное использование изученных способов ударов по мячу. Применение необходимого способа остановок в зависимости от направления, траектории и скорости мяча. Определение игровой ситуации, целесообразной для использования ведения мяча, выбор способа и направления ведения. Применение различных видов обводки (с изменением скорости и направления движения с мячом, изученные финты) в зависимости от игровой ситуации.

Групповые действия: Взаимодействие двух и более игроков. Уметь точно и своевременно выполнить передачу в ноги партнеру, на свободное место, на удар; короткую и среднюю передачи, низом или верхом. Комбинация «игра в стенку». Выполнять простейшие комбинации при стандартных положениях: начале игры, угловом, штрафном и свободном ударах, вбрасывании мяча (не менее одной по каждой группе).

Тактика защиты.

Индивидуальные действия. Правильно выбирать позицию по отношению опекаемого игрока и противодействовать получению им мяча, т.е. осуществлять «закрывание». Выбор момента и способа действия (удар по мячу или остановка) для перехвата мяча. Умение оценить игровую ситуацию и осуществить отбор мяча изученным способом.

Групповые действия. Противодействие комбинаций «стенка». Взаимодействие игроков при розыгрыше противником «стандартных» комбинаций.

Тактика вратаря. Уметь выбрать позицию в воротах при различных ударах в зависимости от «угла удара», разыгрывать удар от своих ворот, ввести мяч в игру (после ловли) открывшемуся партнеру, занимать правильную позицию при угловом, штрафном и свободном ударах вблизи своих ворот

#### УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ.

Для занятий в кружке необходимо иметь:

1. Футбольное поле.
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. Секундомер
10. Звуковая и видеоаппаратура
11. Видеоматериалы о технических приёмах в футболе.
12. Квалифицированные кадры педагогических и медицинских работников.

#### Информационное обеспечение

1. Бесков Константин на футбольных полях – Физкультура и спорт, 1987
2. Закон РФ « Об образовании»
3. Исаев А. Футбол. – Физкультура и спорт, 1987
4. Конвенция ООН о правах ребенка.
5. Конституция Российской Федерации.
6. Крылов В.П. – Физкультура и спорт, 1971
7. Требования к содержанию и оформлению образовательных программ дополнительного образования детей. Письмо Минобразования России от 18.06.2003 № 28-02-484/16
8. Бриль М.С. Отбор в спортивных играх. – М.: ФиС, 1980
9. Гагаева Г.М. Подвижные игры в занятиях спортом. – М.: ФиС, 1980
10. Чанади А. Футбол. Техника. – М.: ФиС, 1981
11. 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
12. Андреев С.Н. Футбол в школе. –М., 1986
13. Романенко А.Н., Догатин М.Е. Тренировка футболистов. 2-е изд., перераб. и доп. – К.: Здоровья, 1984
14. Буйлин Ю.Ф., Курамшин Ю.Ф. Теоретическая подготовка юных спортсменов. М.: ФиС, 1985
15. Филин В.П., Фомин Н.А. Основы юношеского спорта. – М.: ФиС, 1980
16. Правила игры в футбол. – М.: ФиС, 1981

#### ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ И ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

##### Формы аттестации:

Формами аттестации программы являются:

- сдача контрольных нормативов по общей и специальной физической подготовке;
- участие в соревнованиях различного уровня (школьных, районных);
- участие в спортивных праздниках.



**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 98160421728937443086516107854325912870385464115

Владелец Лисиенко Галина Валерьевна

Действителен с 24.10.2023 по 23.10.2024