



АДМИНИСТРАЦИЯ ГОРОДА НИЖНЕГО НОВГОРОДА
ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ «ШКОЛА № 43»**

Программа принята на заседании
педагогического совета
протокол № 1 от 28.08.2025 года



директор МБОУ «Школа № 43»
Т.И. Емелина
приказ от 29.08.2025 №295-ОД

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
«Мини-футбол»
(физкультурно-спортивной направленности)**

Срок реализации программы: 2 года, 144 часа
Возраст обучающихся: 10-13 лет

Автор-составитель:
Юртаев Антон Александрович
педагог дополнительного образования

г. Нижний Новгород
2025

Содержание

1.	Пояснительная записка	3
2.	Учебный план	7
3.	Календарный учебный график	7
4.	Рабочая программа	8
5.	Содержание рабочей программы	10
6.	Оценочные материалы	12
7.	Методические материалы	17
8.	Условия реализации программы	19
9.	Список литературы и электронные ресурсы	20

Пояснительная записка

Программа реализуется в рамках федерального проекта «Успех каждого ребенка» национального проекта «Образование» в части реализации мероприятий по созданию новых мест дополнительного образования. Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Мини-футбол» (далее – программа) имеет **физкультурно-спортивную направленность**.

Уровень освоения данной программы: **базовый**.

Программа разработана в соответствии с основными направлениями государственной образовательной политики и **нормативными документами**, регулирующими деятельность в сфере образования:

- Федеральный закон от 29.12.2012 N 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»
- Указ Президента Российской Федерации от 21 июля 2020 г. № 474 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года».
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 N 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам». (Приказ от 9 ноября 2018 года N 196 утратил силу с 1 марта 2023)
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09. 2019 г. № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей».
- Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22 сентября 2021 г. N 652 н «Об утверждении профессионального стандарта "Педагог дополнительного образования детей и взрослых».
- Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)
- Письмо Минобрнауки России от 29.03.2016 № ВК-641/09 «О направлении методических рекомендаций» (вместе с Методическими рекомендациями по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ, способствующих социально-психологической реабилитации, профессиональному самоопределению детей с ограниченными возможностями здоровья, включая детей-инвалидов, с учетом их особых образовательных потребностей).
- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года, утвержденная Распоряжением Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. № 996-р.

- Письмо Министерства просвещения РФ от 7 мая 2020 г. № ВБ-976/04 «О реализации курсов внеурочной деятельности, программ воспитания и социализации, дополнительных общеразвивающих программ с использованием дистанционных образовательных технологий»
- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденная Распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678-р.
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017 г. № 816 "Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ"
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. № 28 "Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи".
- СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»
- Распоряжение Правительства Нижегородской области от 30.10.2018 № 1135-р «О реализации мероприятий по внедрению целевой модели развития региональной системы дополнительного образования детей».
- Методические рекомендации по разработке (составлению) дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы ГБОУ ДПО НИРО.
- Устав МБОУ «Школа № 43».
- Положение МБОУ «Школа № 43» о формах, периодичности и порядке проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся по реализуемым основным образовательным программам (в том числе адаптированным основным образовательным программам) и дополнительным общеобразовательным (общеразвивающим) программам.
- Положение о реализации образовательных программ или их частей с применением электронного обучения, дистанционных образовательных технологий в МБОУ «Школа № 43».
- Порядок зачета результатов освоения обучающимися МБОУ «Школа № 43» учебных предметов, курсов, дисциплин (модулей), практики, дополнительных образовательных программ в других организациях, осуществляющих образовательную деятельность.

Актуальность программы – определяется запросом со стороны детей и их родителей на привлечение детей к занятиям физической культурой и спортом. В современный век компьютерных технологий подростки и молодежь все чаще сидит у экранов телевизоров или мониторов компьютеров. Больше стало больных детей. Школьникам необходимо хорошее здоровье и физическое развитие, чтобы плодотворно учиться, хорошо и интересно отдыхать. Нет никакого сомнения в том, что физкультура и спорт имеет большое значение,

обеспечивая развитие физических, интеллектуальных способностей и нравственных качеств, формирование спортивного стиля жизни, совершенствование культуры двигательной и спортивной активности, повышение физической работоспособности, психофизической подготовки к будущей профессиональной деятельности. Мини-футбол – получил широкую популярность и развитие во всем мире. В России популярность мини-футбола также значительно выросла. Об этом свидетельствуют деятельность многочисленных организаций и клубов, в которых занимаются сотни тысяч людей различного возраста, что способствует оздоровлению нации.

Отличительной особенностью программы является то, что в рамках реализации содержания программы «Мини-футбол» дети проходят спортивную подготовку по другим видам спорта: легкой атлетике, баскетболу и др. видам спорта. Для обучения детей футболу по данной программе, в отличие от спортивных школ, принимаются все желающие дети, без специального отбора (кроме медицинских показаний). Дети не отчисляются из групп, не зависимо от способностей ребенка и результатов обучения. Команды на занятиях футболом комплектуются не по уровню спортивной подготовки, а по желанию детей. Реализация программы позволяет охватить большое количество детей и приобщить их к данному виду спорта.

Адресат программы (возраст учащихся): 10-13 лет. Занятия проходят в смешанных разновозрастных группах по 10-15 человек. Состав группы постоянный. Условия набора обучающихся в коллектив: принимаются все желающие, независимо от уровня первоначальных способностей. Требуется медицинская справка – допуск от врача, разрешающий заниматься избранным видом спорта. Ограничение в приеме детей в группу по здоровью: нарушения опорно-двигательного аппарата, психические заболевания. Занятия выстроены с учетом здоровьесберегающих технологий.

Сроки реализации программы: 2 года обучения.

Режим занятий: для всех возрастных групп занятия проводятся 2 раза в неделю по 1 часу, 72 часа в год.

Установленная продолжительность учебного часа составляет 45 минут.

Форма обучения: групповая, очная. Занятия включают в себя теоретические и практические занятия. Формами занятий являются: учебные занятия (тренировки), соревнования.

Цель программы: содействие гармоничному физическому развитию и укреплению здоровья детей через обучение игре в мини-футбол.

Задачи:

Образовательные:

- обучить выполнению нормативных требований по видам подготовки и подготовить к участию в соревнованиях по мини-футболу;

- сформировать общие представления о технике и тактике игры в мини-футбол;
- обучить правилам игры в мини-футбол, сформировать начальные навыки судейства;
- научить занимающихся применять полученные знания в игровой деятельности и в самостоятельных занятиях;

Воспитательные:

- воспитывать полезные привычки, обогащать опыт совместной деятельности в организации и проведении занятий физической культурой, форм активного отдыха и досуга;
- воспитать трудолюбие, дисциплинированность, сознательность, активность;
- воспитать стремление к здоровому образу жизни;
- формировать и развивать морально – волевые качества;
- формировать потребность в самостоятельных занятиях мини-футболом.

Развивающие:

- развивать выносливость, ловкость, быстроту, скоростно-силовые качества;
- развивать умения у детей выполнять комплексы общеразвивающих, оздоровительных и корригирующих упражнений, учитывающих индивидуальные способности и особенности, состояние здоровья и режим учебной деятельности;
- совершенствовать двигательные навыки;
- прививать навыки гигиены и закаливания организма;

Ожидаемые результаты

К концу первого года обучения обучающиеся должны знать:

- ✓ Историю возникновения игры в футбол;
- ✓ Основы правил игры;
- ✓ Основы судейства.

К концу второго года обучения обучающиеся должны уметь:

Обучающиеся должны освоить следующие элементы начальной технической подготовки:

- ✓ Остановка мяча ногой;
- ✓ Передача мяча ногой (внутренней частью стопы);
- ✓ Ведение мяча левой и правой ногой;
- ✓ Удар по мячу средней частью подъема.

У обучающихся будут сформированы следующие качества:

- ✓ Желание и мотивация в дальнейшем заниматься футболом;
- ✓ Дисциплинированность;

Кроме этого ожидается, что систематические занятия футболом приведут к общему укреплению здоровья детей.

Учебный план

1-2 год обучения

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		теория	практика	всего	
1	Вводное занятие	1		1	опрос
2	Общая физическая подготовка	5	14	19	Педагогическое наблюдение, опрос
3	Специальная физическая подготовка	3	13	16	Педагогическое наблюдение, опрос
4	Техническая и тактическая подготовка	8	20	28	Педагогическое наблюдение, опрос
5	Правила игры и судейства в футболе	2		2	Педагогическое наблюдение, опрос
6	Контрольные игры и соревнования.		6	6	Зачет. Проведение соревнований, контрольные испытания
	Итого:	19	53	72	

В случае наступления обстоятельств непреодолимой силы (пожара, наводнения, террористической угрозы, пандемии и т.д.) данная программа может быть реализована с применением электронного обучения и/или дистанционных образовательных технологий, при наличии необходимой техники у обучающихся. При условии изменения в случае наступления обстоятельств непреодолимой силы до 50% от общего объема учебных часов форма реализации программы не изменяется.

Календарный учебный график

К программе «Мини-футбол» на 2024-2025 учебный год

1-й год обучения

Дата начала обучения по программе	Дата окончания обучения по программе	Всего учебных недель	Количество учебных часов	Режим занятий
01.09 2024	30.05.2025	36	72	2 раза в неделю по 1 часу

Календарный учебный график
К программе «Мини-футбол» на 2025-2026 учебный год
2-й год обучения

Дата начала обучения по программе	Дата окончания обучения по программе	Всего учебных недель	Количество учебных часов	Режим занятий
01.09 2025	30.05.2026	36	72	2 раза в неделю по 1 часу

Рабочая программа
72 часа в год, 2 часа в неделю
1-2 -й года обучения

№	месяц	неделя	Тема занятий	Количество часов		
				Теории	практика	всего
1	сентябрь	1	Техника безопасности при проведении занятий. История становления футбола в СССР и России. Современный футбол. ОФП Гимнастические упражнения. Для верхнего и нижнего плечевого пояса	1	1	2
2		2	Упражнения для развития быстроты Удары по мячу левой и правой ногой	1	1	2
3		3	ОФП Акробатические упражнения Обработка мяча	1	1	2
4		4	Упражнения для развития ловкости Обработка мяча	1	1	2
5	октябрь	1	ОФП Спортивные игры Упражнения для развития выносливости	1	1	2
6		2	ОФП Гимнастические упражнения. Обработка мяча	1	1	2
7		4	Упражнения для развития ловкости Обработка мяча	1	1	2
8		5	ОФП Подвижные игры и эстафеты Обработка мяча	1	1	2
9	ноябрь	1	ОФП Легкоатлетические упражнения Обработка мяча		2	2
10		2	Удары по мячу левой и правой ногой Обработка мяча	1	1	2
11		3	ОФП Спортивные игры Удары по мячу левой и правой ногой	1	1	2
12		4	ОФП Легкоатлетические упражнения Ведение мяча различными частями стопы	1	1	2

13	декабрь	1	Упражнения для развития быстроты Ведение мяча различными частями стопы	1	1	2
14		2	ОФП Спортивные игры Ведение мяча различными частями стопы		2	2
15		3	ОФП Гимнастические упражнения. Удары по мячу левой и правой ногой		2	2
16		4	Упражнения для развития выносливости Ведение мяча различными частями стопы		2	2
17	январь	3	ОФП Подвижные игры и эстафеты Обработка мяча		2	2
18		4	Упражнения для развития быстроты Обработка мяча	1	1	2
19		5	ОФП Акробатические упражнения Удары по мячу левой и правой ногой		2	2
20	февраль	1	Упражнения для развития выносливости Ведение мяча различными частями стопы		2	2
21		2	Упражнения для развития ловкости. Удары по мячу головой	1	1	2
22		3	ОФП Легкоатлетические упражнения Ведение мяча различными частями стопы	1	1	2
23		4	Упражнения для развития быстроты Ведение мяча различными частями стопы		2	2
24	март	1	ОФП Подвижные игры и эстафеты Ведение мяча различными частями стопы	1	1	2
25		2	Упражнения для развития ловкости. Удары по мячу левой и правой ногой	1	1	2
26		3	ОФП Спортивные игры. Упражнения для развития выносливости		2	2
27		4	ОФП Акробатические упражнения Ведение мяча различными частями стопы		2	2
28	апрель	1	Упражнения для развития быстроты Обманные движения (финты)	2		2
29		2	ОФП Подвижные игры и эстафеты Обманные движения (финты)		2	2
30		3	Упражнения для развития ловкости Обманные движения (финты)		2	2
31		4	ОФП Легкоатлетические упражнения Упражнения для развития быстроты		2	2
32		5	Контрольные игры и соревнования		2	2
33	май	1	Упражнения для развития ловкости Обманные движения (финты)		2	2
34		2	ОФП Спортивные игры Удары по мячу головой		2	2
35		3	Контрольные игры и соревнования		2	2
36		4	Контрольные игры и соревнования. Промежуточная аттестация		2	2
			Всего часов:	19	53	72

Содержание рабочей программы 1- 2 года обучения

Раздел 1. Вводное занятие. Теория. Техника безопасности при проведении занятий. История становления футбола в СССР и России. Современный футбол.

Раздел 2. Общая физическая подготовка.

Теория. Меры предупреждения несчастных случаев и травм при проведении упражнений, направленных на общую физическую подготовку. Ознакомление с правилами различных игр.

Практика:

Гимнастические упражнения. Для верхнего и нижнего плечевого пояса, для мышц шеи и ног, на расслабления и восстановления дыхания, координацию.

Акробатические упражнения. Кувырки, стойки, перекаты, повороты.

Легкоатлетические упражнения. Бег на короткие дистанции, бег по пересеченной местности, повторный бег, челночный бег, прыжки в длину, высоту, боком, многоскоки.

Подвижные игры и эстафеты. Бой петухов, не дай мяч водящему, салки, снайпер, беговые эстафеты, преодоление препятствий, метание мяча в цель и на дальность.

Спортивные игры. Ручной мяч, баскетбол.

Раздел 3. Специальная физическая подготовка.

Теория. Меры предупреждения несчастных случаев и травм при проведении упражнений, направленных на специальную физическую подготовку. Правила и особенности выполнения упражнений.

Практика:

Упражнения для развития быстроты. Стартовая скорость, рывки по сигналу (5-10 метров), рывки из различных положений, дистанционная скорость, бег с изменением темпа, бег собводка стоек на скорости, бег боком и спиной вперед.

Упражнение на развитие ловкости. Прыжки с разбега одной и двух ног, стараясь достать высоко подвешенного мяча, прыжки с места и разбега, выполняя удары по мячам, подвешенными на различной высоте, жонглирование мяча различными частями тела.

Упражнение на развитие выносливости. Кросс, кросс в «равном» темпе с мячами, «подвижный квадрат» 10-20 мин.

Раздел 4. Техническая и тактическая подготовка.

Теория. Особенности полета мяча при ударе различными частями стопы. Способы выполнения удара по мячу различными частями тела. Способы остановки мяча. Особенности ведения мяча в различных направлениях. Специфика выполнения финтов. Отбор мяча и его значение. Вбрасывание мяча из-за боковой линии. Правильное расположение на футбольном поле. Реакция

на действие партнеров и соперника. Особенности игры при различных тактических схемах. Техника и специфика игры вратаря.

Практика:

Удары по мячу левой и правой ногой: различными частями стопы, по статичному и катящему мячу, слета, предавая мячу различные вращения.

Удары по мячу головой: в прыжке, движении, статичном положении, серединой лба, боковой частью лба (все упражнения выполняются на точность).

Обработка мяча: внутренней и внешней стороной стопы, катящего и опускающегося мяча, грудью – на месте, в движении вперед и назад, подготавливая мяч для последующих действий.

Ведение мяча различными частями стопы: левой и правой ногой (поочередно), по прямой, меняя направления передвижения и скорость выполнения.

Обманные движения (финты). Показать ложный замах ногой для сильного удара – вместо удара захватить мяч ногой и уйти с ним рывком. При ведении неожиданно остановить мяч и оставить его партнеру, который движется за спиной, а самому без мяча уйти в перед, увлекая соперника («скрещивание»).

Отбор мяча: в единоборстве с соперником, отбор на опережение, выбор момента для отбора мяча, выпады и подкаты.

Вбрасывание мяча из-за боковой линии: из положения ноги вместе и с шага, на точность под левую и правую ногу, на дальность.

Техника игры вратаря: основная стойка, передвижение в воротах, ловля катящего и летящего мяча, игра на выходах, отбивание руками, кулаками, пальцами рук.

Упражнение на ведение поля: выполнение упражнений по зрительному сигналу, ведение мяча на ограниченном пространстве и одновременное наблюдение за партнерами, 6-8 игроков становятся в круг и передают между собой мяч в одно касание.

Групповые действия: выполнение своевременной передачи в ноги, на свободное место, под удар. Комбинация «игра в стенку». Комбинация в парах: «стенки», «скрещивания». Начало и развитие атаки из стандартных положений.

Раздел 5. Правила игры в футбол.

Теория. Разбор и изучение правил игры в футбол. Роль капитана команды, его права и обязанности. Современная интерпретация правил.

Раздел 6. Контрольные матчи и соревнования.

Практика. Контрольные матчи с другими детскими командами. Соревнования согласно календарному плану. Экскурсии, просмотр матчей.

Теория. Посещение матчей ведущих Российских команд (Спартак, Динамо, Локомотив, ЦСКА), просмотр DVD с играми Реала, Челси, Барселоны.

Организационные мероприятия. Контрольные матчи с другими детскими командами. Соревнования согласно календарному плану. Промежуточная аттестация.

Оценочные материалы

Основными показателями усвоения программы являются овладение теоретическими знаниями и практическими навыками, которые определяются системой контрольных нормативов и участием в спортивных мероприятиях.

Объем практических навыков определяется количеством изученных технических действий, которые способен выполнить спортсмен. При оценке технической подготовки обучающихся, наряду с количественными показателями необходимо учитывать и степень владения техникой.

Промежуточная аттестация

Формы аттестации. Контрольные матчи с другими детскими командами. Соревнования согласно календарному плану, зачет.

Контрольные упражнения начальной физической и технической подготовки

№	Контрольные упражнения	Возраст занимающихся (лет)	
		10	13
1	Бег 30 м (сек)	5.7(10)	4.9(13)
2	Бег 300 м (сек)	70(10)	60(13)
3	Бег 30 м с ведением мяча (сек)	7.1(10)	6.4(13)
4	Удар по мячу ногой на дальность (м)		37(13)
5	Жонглирование мячом (кол-во раз)	8(10)	10(13)
6	Удар по мячу ногой на точность (попадание)	4(10)	5(13)
7	Бросок мяча на дальность (м)	8(10)	11(13)

Примечание.

1. Бег на 30,300,400 м выполняется с высокого старта.
2. Бег на 30 м с ведением мяча выполняется с высокого старта, мяч можно вести любыми способами, делая на отрезке не менее 3 касаний. Время фиксируется с места старта до линии финиша.
3. Удар по мячу на дальность выполняется с разбега по статичному мячу, левой и правой ногой. Замер происходит с места удара до места приземления. У каждого 3 попытки каждой ногой, в зачет идет сумма лучших попыток каждой из ног.
4. Жонглирование происходит любой части тела, но не повторяя одной частью тела 2 раза подряд. На выполнение дается 3 попытки.
5. Удар на точность выполняется по статичному мячу любыми способами левой и правой ногой с расстояния 11м (10-13 лет). Мячом надо попасть в заданную часть ворот, разделенных по вертикали. Выполняется по 5 ударов каждой ногой. В зачет идет сумма попаданий обеими ногами.
6. Ведение мяча, обводка стоек и удар по воротам осуществляется с линии старта (30 м от линии штрафной площадки). Вести мяч, далее обвести «змейкой» 4 стойки (первая становится на линии штрафной площади, далее через каждые 2 м остальные 3 стойки), не доходя 11 метровой отметки, забить мяч в ворота. Время фиксируется с момента старта до момента пересечения мячом линии ворот. В случае если мяч не будет забит в ворота, попытка не фиксируется. Из 3 попыток фиксируется лучший результат.
7. Бросок мяча рукой на дальность (разбег не более 4-х шагов) выполняется по коридору 3 м. мяч, упавший за пределы коридора, не засчитывается. Учитывается лучший результат из 3-х попыток.

Уровень усвоения материала по начальной физической технической подготовки.

10 лет:

78-85 – высокий
69-77 – средний
55-68 – достаточный

11-13 лет:

83-95 – высокий
70-82 – средний
60-69 – достаточный

Контрольный тест по уровню усвоения теоретических знаний.

1. Сколько человек выходит на поле в составе одной футбольной команды?

А. 10 Б. 9 В. 11 Г. 12

2. За сколько желтых карточек футболист удаляется с поля?

А. 1 Б. 2 В. 3 Г. 4

3. За сколько красных карточек футболист удаляется с поля?

А. 1 Б. 2 В. 3 Г. 4

4. за что назначается 11 метровый удар?

А. за грубое нарушение в штрафной. В. за нарушение в штрафной

Б. за грубое нарушение на поле Г. За неспортивное поведение

5. сколько длиться один тайм?

А. 30 мин. Б. 40 мин. В. 45 мин. Г. 90 мин.

6. какая длинна футбольных ворот?

А. 5м 25см Б. 7м 32см В. 7м Г. 6м 50см

7. на какое расстояние от мяча должны отойти игроки, нарушившие правила, во время пробития штрафного удара?

А. 5м Б. 3м В. 6м Г. 9м

8. откуда возвращается мяч в игру с ухода за боковую линию?

А. с места ухода из-за боковой линии. В. С центра поля

Б. из-за лицевой линии Г. С углового удара или от ворот

9. откуда возвращается мяч в игру при уходе за лицевую линию?

А. с места ухода из-за боковой линии. В. С центра поля

Б. из-за лицевой линии Г. С углового удара или от ворот

10. сколько судей на поле принимает участие в футбольном матче?

А. 0 Б. 1 В. 2 Г. 3

11. сколько очков дается команде за победу?

А. 0 Б. 1 В. 2 Г. 3

12. сколько очков дается команде за поражение?

А. 0 Б. 1 В. 2 Г. 3

13. сколько очков дается команде за ничью?

А. 0 Б. 1 В. 2 Г. 3

14. где вратарь имеет право брать мяч в руки?

А. во вратарской площади ворот. В. В штрафной площади ворот

Б. на своей половине поля Г. По всему полю

15. сколько команд учувствует в чемпионате России по футболу?

А. 10 Б. 12 В. 14 Г. 14

16. как часто проводятся чемпионаты мира по футболу?

А. раз в 2 года Б. раз в 3 года В. Раз в 4 года Г. Раз в 1 год

17. Какая сборная выиграла ЧМ по футболу?

А. Бразилия Б. Англия В. Франция Г. Россия

18. сколько раз Россия выигрывала ЧМ по футболу?

А. 1 Б. 0 В. 3 Г. 5

19. кто считается лучшим футболистом всех времен и народов?

А. Пеле Б. Кака В. марадонна Г. Роналду

20. где будет проходить финал ЛЧ 2008 по футболу?

А. Париж Б. Мадрид В. Пекин Г. Москва

21. в какой стране будет проходить ЧЕ 2008?

А. Россия Б. Австрия и Швейцария В. Польша и Украина Г.

Турция

22. кто является главным тренером сборной команды России?

А. Адвокат Б. Газаев В. Семин Г. Хидинг

23. какая команда выиграла ЧР 2007 года?

А. ЦСКА Б. Локомотив В. Зинит Г. Спартак

24. будет ли участвовать сборная России на ЧЕ 2008?

А. Да Б. нет

25. в какой стране придумали футбол?

А. Бразилия Б. Англия В. Франция Г. Россия

Дети отвечают на 25 контрольных вопросов. За каждый правильный ответ аттестующийся получает 1 бал, за неправильный ответ 0 баллов.

Критерии оценки.

20-25 – высокий;

19-15 – средний;

14-10 – достаточный.

Примечание

1. Бег на 30,300,400 м выполняется с высокого старта.
2. Бег на 30 м с ведением мяча выполняется с высокого старта, мяч можно вести любыми способами, делая на отрезке не менее 3 касаний. Время фиксируется с места старта до линии финиша.
3. Удар по мячу на дальность выполняется с разбега по статичному мячу, левой и правой ногой. Замер происходит с места удара до места приземления. У каждого 3 попытки каждой ногой, в зачет идет сумма лучших попыток каждой из ног.
4. Жонглирование происходит любой части тела, но не повторяя одной частью тела 2 раза подряд. На выполнение дается 3 попытки.
5. Удар на точность выполняется по статичному мячу любыми способами левой и правой ногой с расстояния 11м (10-13 лет). Мячом надо попасть в заданную часть ворот, разделенных по вертикали. Выполняется по 5 ударов каждой ногой. В зачет идет сумма попаданий обеими ногами.
6. Ведение мяча, обводка стоек и удар по воротам осуществляется с линии старта (30 м от линии штрафной площадки). Вести мяч, далее обвести «змейкой» 4 стойки (первая становится на линии штрафной площади, далее через каждые 2 м остальные 3 стойки), не доходя 11 метровой отметки, забить мяч в ворота. Время фиксируется с момента старта до момента пересечения мячом линии ворот. В случае если мяч не будет забит в ворота, попытка не фиксируется. Из 3 попыток фиксируется лучший результат.

7. Бросок мяча рукой на дальность (разбег не более 4-х шагов) выполняется по коридору 3 м. мяч, упавший за пределы коридора, не засчитывается. Учитывается лучший результат из 3-х попыток.

Критерии оценивания уровня усвоения программы по теории и практики.

10- 13 лет:

78-85 – высокий

69-77 – средний

55-68 – достаточный

Методические материалы.

При проведении занятий используется следующие метода обучения:

- Репродуктивный (повторение, воспроизведение);
- Словесный;
- Отработка техники;
- Соревновательный;
- Коллективная творческая работа.

Репродуктивный метод используется педагогом в целях наглядности изучаемого материала. Этим методом педагог пользуется как на теоретических, так и на практических занятиях с детьми разных возрастов.

Словесный метод педагог принимает на всех занятиях для объяснения правильности исполнения элементов, при разборе ошибок в технике исполнения, в воспитательной работе с детьми и т.д. словесный метод важен для детей младшего возраста.

Соревновательный метод является основополагающим в физкультурно-спортивной деятельности. Этот метод используется на занятиях, соревнованиях и способствует лучшему физическому и психологическому развитию детей.

Перечень вопросов по теоретическим знаниям в конце обучения по данной программе.

1. История развития футбола
2. История развития футбола в СССР и России.
3. Правила пробития штрафных свободных ударов.
4. Правила ввода мяча из-за лицевой и боковой линии.
5. Что такое «пенальти»?
6. Что такое положение «вне игры»?
7. Функции и обязанности капитана команды.
8. Функции и обязанности боковых судей.
9. Функции и обязанности главного судьи.
10. Функции и обязанности резервного судьи.
11. Система розыгрыша ЧМ и ЧЕ по футболу.
12. Система розыгрыша Лиги чемпионов.
13. Система розыгрыша Кубка УЕФА.
14. Функции и последствия желтой карточки.

15. Функции и последствия красной карточки.
16. Функции разметки на футбольном поле.
17. Технические характеристики футбольного поля.

Методические материалы.

Программный материал для групп секции состоит из теоретического и практического разделов. Занятия по теоретическому разделу проводятся в течение всего учебно-тренировочного года в виде бесед в процессе практических занятий. Теоретический раздел включает сведения по основам гигиены и закаливания организма. В этом же разделе обучающиеся получают необходимые сведения об основах техники и тактики игры, правилам игры и основам судейства. Практический раздел программы включает общую, специальную физическую, техническую подготовку, тактическую подготовку, участие в соревнованиях и сдачу контрольных нормативов по отдельным видам подготовки.

Общая физическая подготовка юного футболиста обеспечивается упражнениями общеразвивающего характера и упражнениями из других видов спорта: легкой атлетики, гимнастики, лыжного спорта, плавания и др. С помощью этих упражнений достигается всестороннее развитие двигательных и скоростно-силовых качеств, укрепляется мышечный аппарат, повышается выносливость и общая тренированность детей и подростков.

Специальная физическая подготовка строится с учетом особенностей игровой деятельности футболиста и включает упражнения, способствующие развитию специальных качеств юного футболиста.

Интенсивность и продолжительность упражнений, соотношение общей и специальной физической подготовки определяется возрастными особенностями воспитанников и уровнем их подготовки.

Одной из задач всесторонней подготовки подростков, занимающихся в секции, является овладение основами техники футбола. Техническая подготовка представляет собой процесс обучения юных спортсменов техники движений и действий, служащих средством ведения спортивной борьбы в футболе. Игра в футбол требует умения владеть комплексом специальных приемов: ударов по мячу, остановок, ведения мяча, обманных движений, вбрасывание и отбора мяча, а также техникой игры вратаря. По мере освоения технической подготовки, усложняются условия выполнения упражнений: остановка мяча в движении, передача мяча с различной степенью силы и т.д. Увеличивается быстрота исполнения приема, вводится пассивное и активное сопротивление со стороны партнера. В ходе технической подготовки основное внимание уделяется правильности выполнения движений и приемов. Совершенствование владения основными техническими приемами проводится в игровых упражнениях и в процессе самой игры. Конкретный подбор упражнений определяется возрастом занимающихся, уровнем подготовленности и качеством материально-технической базы.

Важной составляющей учебно-тренировочного процесса является тактическая подготовка. В содержание тактической подготовки входит обучение воспитанников совокупности индивидуальных и коллективных действий направленных на преодоление сопротивления противника в ходе игры. Обучение тактики футбола рассчитано на несколько лет обучения и основывается на технической подготовленности игроков. Тактическая подготовка проводится различными методами. Отрабатывается

взаимодействие в парах и тройках. Индивидуальные и групповые тактические действия совершенствуются в игровых упражнениях на ограниченном участке поля, в игре в одни ворота, в игре в мини-футбол, непосредственно в игре. Программа подготовки юных футболистов включает обучение основным навыкам судейства и инструктажа. Обучение этим навыкам проводится в ходе двусторонних игр.

Количество часов, отводимых на каждый вид подготовки, определяется учебным планом- графиком работы группы и зависит от возраста занимающихся и уровня их подготовленности.

Составной частью учебно-тренировочного процесса являются соревнования юных футболистов. Соревнование позволяет тренеру выявить эффективность методов обучения, и содействуют формированию морально-волевых качеств юных футболистов. В зависимости от уровня подготовленности команды могут принимать участие в соревнованиях различного уровня от внутришкольного до городского и областного и выше.

Диагностика результативности учебно-тренировочного процесса. В секции футбола в течение всего периода занятий ведется регулярный педагогический и врачебный контроль. Педагогический контроль осуществляется с целью выявления динамики развития каждого воспитанника и группы в целом. Кроме того, контроль позволяет оценивать эффективность организации всего учебно-тренировочного процесса и своевременно вносить необходимые коррективы. Диагностика проводится в форме сдачи контрольных нормативов по физической и технической подготовке. Врачебный контроль проводится для наблюдений за физическим состоянием воспитанников. Желательно проводить медосмотр не реже двух раз в год: начале года и в апреле месяце. В случае отклонения от нормы в состоянии здоровья, возможно отстранение обучающегося от занятий до официального разрешения врача.

В процессе занятий педагог получает информацию о приспособляемости организма юных футболистов к нагрузкам по частоте пульса до начала тренировки, в ходе ее и по окончании. С этой целью воспитанников секции обучают элементарным приемам самоконтроля.

Эффективным и наилучшим средством диагностики результативности учебно-тренировочного процесса является участие команд секции в соревнованиях различного уровня. В течение года проводятся регулярные контрольные игры. Так как одной из целей работы секции является достижение высоких спортивных результатов, то итоги соревнований предметно демонстрируют степень осуществления поставленной цели и, следовательно, показывает качество работы секции.

Условия реализации программы.

Для реализации программы необходима ровная площадка на открытом воздухе, которая должна содержаться в чистоте, без посторонних предметов. При проведении занятий в зале должен быть ровный пол, без шершавостей, батареи расположены в нишах под окнами защиты решеткой, площадь для каждого занимающегося не должна быть менее 4м.

Оборудование, необходимое для изучения программы

Оборудование, полученное в рамках федерального проекта «Успех каждого ребенка» национального проекта «Образование»

Мяч футзальный	8 шт.
Ворота гандбольные	2 шт.
Сетка футзальная	2 шт.
Оборудование школы	
Мяч мини-футбольный тренировочный	18 шт. (для учащихся)
Мяч мини-футбольный соревновательный	3 шт. (для учащихся)
Перчатки вратарские	1 пара. (для учащихся)
Манишки тренировочные	20 шт (для учащихся).
Фишки тренировочные	20 шт (для учащихся).
Набивной мяч	2 шт(для учащихся).

Дидактический материал:

- Газеты Спорт-экспресс, советский спорт, еженедельник «Футбол»
- DVD с играми Реала, Челси, Барселоны;
- Материалы сайтов

Список литературы.

1. Андреев С.Н. Играй в футбол – М.:Издательство «Поматур», 1999.
2. Акимов А.М. Игра футбольного вратаря. – М.: ФиС, 1978
3. Аркадьев Б.А. Тактика футбольной игры . – М.: ФиС, 1962
4. Апухтин Б.Т. Обманные приемы в футболе. . – М.: ФиС, 1969
5. Гагаева Г.М. Психология футбола . – М.: ФиС, 1969
6. Гандельсман А.Б., Смирнов К.М. Физические основы методики спортивной тренировки . – М.: ФиС, 1970
7. Гриндер К. и др. Техническая и тактическая подготовка футболистов. – М.: ФиС, 1976
8. Гриндер К. и др. Физическая подготовка футболистов. – М.: ФиС, 1976
9. Жаров К.П. Волевая подготовка спортсмена. . – М.: ФиС, 1967
10. Иваницкий М.Ф. Анатомия человека(краткий курс). 3-е изд. . – М.: ФиС, 1969
11. Калинин А.П. Игра защитников. . – М.: ФиС, 1967
12. Конов И.И. Игра нападающих. . – М.: ФиС, 1967
13. Куколевский Г.М. Гигиенический режим спортсмена. . – М.: ФиС, 1967
14. Общая психология. Под редакцией Ю.В. Коломенского – М., 2003
15. Озолин Н.Г. Современная система спортивной тренировки. . – М.: ФиС, 1970
16. Подготовка молодого футболиста. Под редакцией Яноша Палфана. . – М.: ФиС, 1973
17. Подготовка футболистов. Под редакцией В.И. Козловского. . – М.: ФиС, 1977
18. Пособие для начинающих тренеров. Под редакцией С.Д. Вознесенского – М., 2003
19. Рогальский Н.Н., Дегель Э. Футбол для юношей. . – М.: ФиС, 1971
20. Симаков В.И. Футбол: простые комбинации. . – М.: ФиС, 1987
21. Симаков В.И. Футбол: комбинации в парах . – М.: ФиС, 1980
22. Спортивные игры. Под редакцией А.С. Бушманова – Смоленск, 2001
23. Сучилин А.А. Футбол во дворе. . – М.: ФиС, 1979
24. Тамбиев Н.Б. Сомоконтроль спортсмена. . – М.: ФиС, 1967
25. Фокин Е.В. Игра вратаря. . – М.: ФиС, 1967
26. Футбол. Учебное пособие для тренеров. . – М.: ФиС, 1969
27. Футбол XX века. Под редакцией И.В. Коломенского – М., 2000
28. Штуденер Х., Вольф В. Тренировка футболистов. Сборник упражнений. . – М.: ФиС, 1970
29. Чанади А. Футбол. Тактика. . – М.: ФиС, 1978
30. Чанади А. Футбол. Стратегия . – М.: ФиС, 1981

Литература для детей

1. Пособие для начинающих футболистов. Под редакцией В.С. Плескова – М., 2004
2. Лаптев А.П. Режим футболистов. . – М.: ФиС, 1981
3. Коротков И.М. подвижные игры в занятиях спортом. . – М.: ФиС, 1971