

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ БЕРДЮЖСКОГО РАЙОНА
«ДЕТСКО-ЮНОШЕСКАЯ СПОРТИВНАЯ ШКОЛА»**

юридический адрес: 627440, Тюменская область, Бердюжский район, с.Бердюжье,
ул.Чкалова, д.40, тел: 8(34554)22628

Согласовано
На заседании педагогического совета
« 09 » февраля 2024 г.
Протокол « 1 » от « 09 » февраля 2024 г.



Утверждаю
Директор МАУ ДО Бердюжского
района «ДЮСШ»

Виктор Леонидович Швецов
« 09 » февраля 2024 г.

**Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа «Школа мини-футбола»**

Физкультурно-спортивная направленность

Объем: 36 ч.

Сроки реализации: 1 год

Возраст обучающихся: 6-12 лет

Место реализации:

с.Бердюжье, ул.Чкалова, д.40

Авторы программы:

Филиппов Дмитрий Сергеевич,

тренер-преподаватель,

Избасарова Айнагуль Жумабаевна,

заместитель директора по учебно –

воспитательной работе

с.Бердюжье, 2024 год

Структура программы

I. Пояснительная записка

II. Учебный план

III. Содержание учебного плана

IV. Комплекс организационно-педагогических условий программы

4.1. Календарный учебный график

4.2. Формы контроля. Оценочные материалы.

4.3. Методические материалы

4.4. Рабочая программа

4.5. Рабочая программа воспитания

4.6. Календарный план воспитательной работы

4.7. Описание материально-технических условий реализации программы

V. Список литературы

VI. Приложение

I Пояснительная записка

1.1. Комплекс основных характеристик программы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Школа мини-футбола» является основным документом, определяющим направленность программы – **физкультурно-спортивную**, и содержание тренировочного и воспитательного процессов МАУ ДО Бердюжского района «ДЮСШ» и составлена на основе:

Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.12 №273-ФЗ;

Федерального закона «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» от 04.12.2007 № 329ФЗ (ред. от 07.06.2013);

Приказа Министерства Просвещения РФ от 27.07.2022 года №629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

Устава и образовательной программы МАУ ДО Бердюжского района «ДЮСШ».

Для занятий по данной программе каждый занимающийся должен предоставить медицинское заключение об отсутствии противопоказаний к занятию футболом.

Срок реализации программы

Срок реализации данной программы – 1 год. Возраст детей, приступающих к освоению программы 6-12 лет. Обучение проходит в очной форме. Для обеспечения непрерывности реализации программы применяется электронная форма обучения и дистанционные образовательные технологии.

Дистанционные технологии обучения применяются при возникновении ситуаций угрозы жизни и здоровью обучающихся (эпидемии, режим повышенной готовности), при объявлении карантинных мероприятий, (активированных дней) и иных чрезвычайных ситуациях, а также при отсутствии мате-

риально-технической базы по производственным причинам (ремонтные работы, соревновательная деятельность).

Объем учебного времени, предусмотренный учебным планом образовательной организации на реализацию программы

Общая трудоемкость дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Школа мини-футбола» с учётом самостоятельной работы обучающихся составляет 36 часов в год, количество часов в неделю – 2, количество занятий в неделю – 2, программа рассчитана на 1 год.

Форма проведения учебных занятий: групповая – от 20 до 25 обучающихся. Группы формируются по возрастному критерию: группы детей в возрасте 6-8 лет, группы 9-10 лет и 11-12 лет. Рекомендуемая продолжительность учебного занятия для обучающихся 6-8 лет составляет 40 минут, для детей 9-12 лет- 45 минут. При применении дистанционных образовательных технологий продолжительность занятий составляет: для детей 6-8 лет: не более 20 минут, для детей 9-10 лет- не более 25 минут, для детей 11-12 лет – не более 30 минут.

На определенных этапах разучивания технических приёмов возможны различные формы занятий. Группа может быть поделена, что дает возможность более продуктивно прорабатывать навыки, а также уделять внимание индивидуальному развитию каждого ребенка.

Формы дистанционного обучения:

- чат-занятие – учебные мероприятия, которые проводятся синхронно, то есть все участники имеют одновременный доступ к чату и тренера –преподавателя и обучающиеся – платформа Zoom, Viber и др.
- веб-занятие - уроки, тренировки и другие формы дистанционных учебных занятий с помощью возможностей сети Интернет.

Возможно, как синхронное, так и асинхронное взаимодействие обучающихся и тренера–преподавателя. Видеоуроки с использованием социальных сетей в группе ВКонтакте, Viber, WhatsApp, и т.д. и самостоятельное выполнение упражнений (домашнее задание, видеоурок).

Видеоуроки могут отправляться обучающимся по электронной почте. При необходимости тренером-преподавателем проводятся консультации с обучающимися. Возможно использование приложений Skype, You Tube и др. Контроль выполнения заданий фиксируется посредством фотоотчетов, видеоотчетов, размещаемых детьми и (или родителями) по итогам занятия в группе Viber, на электронную почту тренера-преподавателя или др. по согласованию с родителями (законными представителями). Отзывы детей и родителей при любой форме реализации программы дают информацию об уровне освоения материала, о степени удовлетворенности качеством реализации программы.

1.2. Цели и задачи программы

Цель:

Укрепление здоровья, повышение физической подготовленности и формирование двигательного опыта, воспитание активности и самостоятельности в двигательной деятельности.

Задачи:

Обучающие:

- Обучение основам знаний об истории возникновения и развития футбола в мире, стране, регионе, основным правилам игры с мячом, в футбол, основам знаний о гигиене, закаливании, здоровом образе жизни, а также профилактики травматизма, коррекции осанки и телосложения;
- Формирование практических умений в организации самостоятельных форм занятий футболом с различной функциональной и социально- ориентированной направленностью.

Воспитательные:

- Формирование культуры здорового и безопасного образа жизни;
- Формирование у обучающихся толерантного отношения друг к другу, приобщение к духовно-нравственным ценностям, общественным событиям, образовательной, коммуникативной и трудовой деятельности;

- Формирование опыта поведения, готовности следовать общепринятым культурным, религиозным и нравственным ценностям в социуме;
- Формирование опыта коллективной творческой деятельности при подготовке к соревнованиям внутри группы и между группами;
- Воспитание трудолюбия и ответственного отношения к занятиям физической культурой и спортом.

Развивающие:

- Развитие интереса к занятиям физической культурой и спортом;
- Расширение двигательного опыта за счет овладения двигательными действиями футбола с акцентом на быстроту, ловкость, координацию движений и использование их в качестве средств укрепления здоровья и формирования основ индивидуального образа жизни;
- Создание и обеспечение необходимых условий для личностного развития обучающегося;
- Выявление, развитие и поддержка талантливых обучающихся, а также лиц, проявивших выдающиеся способности;
- Развитие активной жизненной позиции, готовности к взаимодействию в коллективе.

1.3. Планируемые результаты

Предметные результаты:

- знать правила игры в футбол и соблюдать их;
- знать историю развития футбола в мире и в России;
- знать основы здорового образа жизни, гигиены, закаливания;
- знать причины травматизма при занятиях футболом и правила его предупреждения;
- владеть основными приёмами игры с мячом.

Метапредметные результаты:

- развить физические качества с акцентом на быстроту, ловкость и координационные способности;

- уметь организовать самостоятельные занятия футболом, а также, с группой товарищей;

- владеть широким кругом двигательных умений и навыков, в частности, освоение техники естественных движений (бег, прыжки, метания и т.д.);

-владеть теоретическими и практическими навыками;

Личностные результаты:

- уметь взаимодействовать друг с другом во время игры;

- уметь подчинять свои интересы интересам команды;

- бережное отношение к своему здоровью.

II Учебный план

№ п/п	Название темы, раздела	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Все го	Теория	Практика	
1	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности во время занятий	1	1	-	Опрос
2	Общие вопросы теории и практики физической культуры и спорта	2	2	-	
2.1.	Зарождение и развитие футбола в мире, стране	1	1	-	Опрос
2.2.	Выдающиеся футболисты, их достижения	1	1	-	Опрос
3	Общая физическая подготовка (ОФП)	6	1	5	
3.1.	Строевые упражнения	1	-	1	Педагогическое наблюдение
3.2.	Упражнения для ног	1	-	1	Педагогическое наблюдение
3.3.	Развитие ловкости	1	-	1	Педагогическое наблюдение
3.4.	Развитие скоростно-силовых качеств	2	1	1	Педагогическое наблюдение
3.5.	Развитие выносливости	1	-	1	Педагогическое наблюдение
4	Специальная физическая подготовка	8	-	8	
4.1.	Двигательные действия и навыки	2	-	2	Педагогическое наблюдение
4.2.	Специально-развивающие упражнения	2	-	2	Педагогическое наблюдение
4.3.	Развитие силовых способ-	2	-	2	Педагогическое

	ностей				наблюдение
4.4.	Развитие выносливости	2	-	2	Педагогическое наблюдение
5	Техническая подготовка	8	-	8	Педагогическое наблюдение
5.1.	Техника передвижения	2	-	2	Педагогическое наблюдение
5.2.	Удары по мячу ногой	2	-	2	Педагогическое наблюдение
5.3.	Ведение мяча	2	-	2	Педагогическое наблюдение
5.4.	Отбирание мяча	1	-	1	Педагогическое наблюдение
5.5.	Вбрасывание мяча	1	-	1	Педагогическое наблюдение
6	Тактическая подготовка	5	-	4	Педагогическое наблюдение
6.1.	Тактика игры вратаря	2	-	2	Педагогическое наблюдение
6.2.	Тактика нападения	2	1	1	Педагогическое наблюдение
6.3.	Тактика защиты	1	-	1	Педагогическое наблюдение
7	Игровая подготовка. Подвижные игры (для детей 6-8 лет)/ спортивные игры (для детей 9-12 лет)	3	2	1	Педагогическое наблюдение
7.1.	Правила игры в мини-футбол	1	1	-	Опрос
7.2.	Игра в мини-футбол по упрощенным правилам	2	1	1	Педагогическое наблюдение
8	Самостоятельная работа	2	-	2	Выполнение контрольных нормативов
9	Итоговое занятие	1	-	1	Педагогическое наблюдение, опрос
	Итого объем работы	36	7	29	

III Содержание учебного плана

1. Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности во время занятий. (1 час)

На первом вводном занятии происходит знакомство с группой. Ознакомление обучающихся с целями и задачами программы. Проводится инструктаж по технике безопасности. Тренировочный режим. Режим дня юно-

го спортсмена. Спортивная форма для занятий футболом. Выбор капитана. Показ презентации и беседа о причинах, вызывающих травматизм, потертости. Профилактика травматизма: требования к местам проведения занятий, инвентарю, одежде, обуви. Безопасность при организации и проведении тренировки. Меры обеспечения безопасности во время соревнований. Ознакомление с местами проведения занятий.

2. Общие вопросы теории и практики физической культуры и спорта. (2 часа)

Теоретическая подготовка имеет немаловажное значение в подготовке. Главная ее задача состоит в том, чтобы научить спортсмена осмысливать и анализировать действия на площадке как свои, так и соперника, не механически выполнять указания тренера, а творчески подходить к ним.

Теоретическая подготовка проводится в форме бесед, лекций и непосредственно в тренировке. Она органически связана с физической, технико-тактической, моральной и волевой подготовкой как элемент практических знаний.

Теоретические знания должны иметь определенную целевую направленность: вырабатывать у занимающихся умение использовать полученные знания на практике в условиях тренировочных занятий.

Примерный план теоретической подготовки

№ п/п	Название темы	Краткое содержание темы.
1	Зарождение и развитие футбола в мире, стране	История футбола
2	Выдающиеся футболисты, их достижения	

3. Общая физическая подготовка (6 часов)

Развитие физических качеств у занимающихся происходит под влиянием двух факторов: возрастных изменений организма и режимов двигательной активности.

3.1. Строевые упражнения: (1 час)

Шеренга, колонна, фланг, интервал, дистанция. Команды предварительные и исполнительные. Построение, расчет. Повороты на месте и в движении. Ходьба в строю. Размыкание строя, перестроение. Обозначение шага на месте, переход на ходьбу, бег и с бега на шаг. Остановка. Изменение скорости движения строя.

3.2. Упражнения для ног: (1 час)

Поднимание на носки, ходьба на носках, пятках, внутренней и внешней сторонах стоп. Вращения в голеностопных суставах; сгибание и разгибание ног в тазобедренном, голеностопном и коленном суставах; приседания, отведения и приведения; махи ногой в различных направлениях. Выпады, пружинистые покачивания в выпаде, подскоки из различных исходных положений ног (на ширине плеч, одна впереди и т.п.).

Сгибание и разгибание ног в висах и упорах. Прыжки, многоскоки, ходьба в полном приседе и полуприседе.

3.3. Развитие ловкости: (1 час)

Движения руками и ногами в различных исходных положениях. Опорные и безопорные прыжки с мостика, с трамплина без поворота и с поворотом.

Прыжки в высоту, прыжки в длину с поворотами, боком, спиной вперед.

Перекаты вперед, назад, в сторону, в группировке, прогнувшись с опорой и без опоры, кувырки вперед, назад и в стороны, одиночные и сериями в различных сочетаниях (с места и с ходу, с прыжками через низкое препятствие, через партнера); стойка на лопатках, то же согнувшись, стойка на руках и голове; стойка на руках. Лазание по канату и шесту, размахивание в висе. Висы простые и смешанные, согнувшись, прогнувшись, переворот в упор,

упражнения на равновесие. Обучение элементам самостраховки при применении элементов борьбы. Упражнения в свободном беге, с внезапными остановками, возобновлением и изменением направления движения.

Преодоление полосы препятствий, бег по сложнопересяченной местности.

Жонглирование теннисными мячами, метание мячей в цель (неподвижную и движущую) с места, в движении, в прыжке, после кувырков, ускорений. Броски и ловля мяча из различных исходных положений: стоя, сидя, лежа, в прыжке. Упражнения со скакалкой. Игры и эстафеты с элементами акробатики.

3.4. Развитие скоростно-силовых качеств (2 часа).

Прыжки в длину с места и с разбега. Многоскоки. Подвижные игры с использованием отягощений малого веса. Эстафеты простые и комбинированные с бегом, прыжками, метанием и переноской грузов. Общеразвивающие упражнения (с малым отягощением), выполняемые в быстром темпе. Подвижные игры с применением силовой борьбы. Толчки сопротивляющегося партнера плечом, грудью.

3.5. Развитие выносливости (1 час).

Равномерный бег. Частота пульса во время работы 130 - 170 уд/мин.

Переменный бег на коротких отрезках с максимальной скоростью в течение 4 - 5 мин (работа 5-10 сек., интервал отдыха –15-30 сек.). Серийное выполнение игровых и технико-тактических упражнений с интенсивностью 75-85% от максимальной (длительность одного повторения не более 30 сек.; интервалы отдыха –1-1,5 мин., число повторений –3-5) Подвижные игры. Бег по песку.

4. Специальная физическая подготовка (8 часов)

4.1. Двигательные действия и навыки (2 часа)

Упражнения без мяча: бег «змейкой» и «восьмеркой» (с максимальной и изменяющейся скоростью); бег с чередованием передвижения лицом и спиной вперед.

Жонглирование мячом: ногой, головой.

Ведение мяча: внутренней частью подъема стопы («змейкой» между стойками, по прямой с изменяющейся скоростью); попеременно внешней и внутренней поверхностью стопы с изменяющейся скоростью передвижения.

Удары: серединой подъема стопы с места и с разбега по неподвижному, катящемуся и летящему мячу; после отскока от земли; с поворотом; пяткой ноги; головой по летящему мячу (стоя на месте и в прыжке).

Передача мяча: на месте (продольные, поперечные, диагональные, низкие, высокие); в движении.

Вбрасывание мяча: из-за боковой линии, стоя на месте, с разбега.

Отбирание мяча у соперника: толчком плеча в плечо; выбиванием; наложением стопы на мяч; подкатом.

Остановка летящего мяча: внутренней стороной стопы, грудью.

Обманные действия: индивидуальные с мячом и без мяча (финты); наступание на мяч; ложное продвижение с мячом соперника; ложный замах.

Групповые обманные действия: ложный пас; ложные действия: получить пас от партнера, производящего вбрасывание мяча из-за лицевой линии; пропуск мяча партнеру; оставление мяча партнеру; ложные действия при подаче углового удара.

Тактические действия: взаимодействия игроков в нападении и защите при подаче углового удара и при пробитии штрафных; взаимодействия игроков при вбрасывании мяча из-за лицевой линии.

Спортивные игры: мини-футбол, футбол по упрощенным и основным правилам.

4.2. Специально-развивающие упражнения (2 часа)

Развитие скоростных способностей: старты из различных положений и с ведением мяча; бег с максимальной скоростью по прямой, с остановками (по свистку, хлопку, заданному сигналу), с ускорениями, рывками, изменениями направления передвижения; бег и ходьба спиной вперед в максимальном темпе, по прямой, с поворотами на 180 и 360 градусов, по кругу и «змейкой»; ко-

роткие прыжки на правой (левой) ноге по разметкам, между стоек, спиной вперед; удары по мячу в стенку с максимальным темпом (расстояние 1м); выполнение разученных технических приемов игры с максимально возможной скоростью; кувырки вперед, назад, боком с последующим рывком; индивидуальные учебные задания с увеличенным объемом рывковых действий, скоростных пробежек, финтов без мяча и с мячом.

4.3. Развитие силовых способностей (2 часа)

Комплексы упражнений с дополнительным отягощением на основные мышечные группы; многоскоки; многоскоки через препятствия; спрыгивание с возвышенной опоры с последующим ускорением, прыжком в длину; прыжки на двух ногах с дополнительным отягощением (вперед, назад, в приседе, с продвижением вперед); прыжки на одной с упором другом, лицом и боком к опоре (с упором на гимнастическую скамейку и стенку, гимнастического «козла» и горку матов); ведение набивного мяча (1 кг); бег с максимальной скоростью с дополнительным отягощением по прямой и в горку, по гимнастическим матам (по прямой, с обводкой стоек, между стойками); бег с дополнительным отягощением с максимальной скоростью (до 20м); акробатические и гимнастические упражнения, выполняемые в режиме повторно-интервального упражнения; индивидуальная подготовка.

4.4. Развитие выносливости (2 часа)

Равномерный бег на длинные дистанции (3км); кроссовый бег (3 км); пробегание дистанций (100-150м) с изменяющимся интервалом отдыха; непрерывный бег с чередованием скорости передвижения; игра в футбол по упрощенным правилам.

5. Техническая подготовка (8 часов)

5.1. Техника передвижения (2 часа)

Бег обычный, бег приставным шагом. Бег по прямой и с изменением направления. Прыжки: вверх, вверх-вперед, толчком одной и двумя ногами с места, вверх-вправо, и вверх-влево, толчком одной ногой с разбега. Бег пиной вперед. Бег скрестным шагом. Бег дугами. Повороты: переступанием и

прыжком. Остановки во время бега выпадом и прыжком.

5.2. Удары по мячу ногой (2 часа)

Удар носком. Удары подъемом: серединой, внутренней, внешней частью подъема. Удар внутренней стороной стопы «щечкой». Удар внешней стороной стопы. Удар пяткой. Удары с подрезкой мяча: резаные удары внутренней и внешней частью подъема по летящему и катящемуся мячу (от игрока, навстречу ему, справа и слева). Удары по летящему мячу, опускающемуся перед игроком, сбоку; с полулета, через голову. Удар по мячу, катящемуся сбоку.

5.3. Ведение мяча (2 часа)

Ведение мяча носком (средней частью подъема), внутренней и внешней частью подъема, меняя направление движения, между движущимися партнерами, изменяя скорость передвижения. Ведение мяча по прямой, по кругу, по «восьмерке», а также между стоек. Обманные движения ногами и туловищем (финты): Остановка мяча ногой (после замедления бега и ложной попытки остановки мяча выполняется рывок с мячом). Имитация удара по мячу ногой и с последующим уходом от соперника вправо и влево.

5.4. Отбирание мяча (1 час)

Отбор мяча выбиванием и выпадом у соперника, движущегося навстречу, слева и справа от игрока. Отбор мяча у соперника толчком плеча в плечо.

5.5. Вбрасывание мяча (1 час)

Вбрасывание мяча с места из положений ноги вместе и ноги врозь. Вбрасывание мяча на точность: в ноги стоящему партнеру или ему на ход.

6. Тактическая подготовка (5 часов)

6.1. Тактика игры вратаря (2 часа)

Действия вратаря в оборон: в воротах, на выходах. Действия вратаря в атаке: организация атаки при ударе от ворот, ответной атаке. Выбор правильной позиции в воротах при ударах по воротам в зависимости от «угла удара». Розыгрыш удара от ворот, введение мяча в игру после ловли открывающемуся партнеру. Выбор правильной позиции при угловом, штрафном и свободном ударах вблизи своих ворот.

6.2. Тактика нападения (2 часа)

Под тактикой нападения понимается организация действий команды, владеющей мячом, для взятия ворот соперника. Разнообразие форм построения нападающих действий, изменение темпа развития атаки, направлений основного прорыва, наконец, разнообразие технических приемов единоборства – все это создает крайне трудные условия для защитников, которые стремятся разрушить атаку.

Действия в нападении подразделяются на индивидуальные, групповые и командные.

Индивидуальная тактика нападения – это целенаправленные действия футболиста, его умение из нескольких возможных решений данной игровой ситуации выбрать наиболее правильное, умение футболиста, если его команда владеет мячом, уйти из-под контроля соперника, найти и создать игровое пространство для себя и партнеров, а если нужно, выиграть борьбу с защитниками. Индивидуальная тактика нападения подразделяется на: действия без мяча и с мячом.

К действиям без мяча относятся: открывание, отвлечение соперника и создание численного преимущества на отдельном участке поля.

Основными вариантами действий футболиста, владеющего мячом, являются ведение, обводка, удары, передачи и остановка мяча.

Групповая тактика.

Большинство тактических задач, возникающих в ходе футбольного матча, решаются комбинациями. Комбинация – это действия двух или нескольких игроков, решающих определенную тактическую задачу. Вся игра состоит из цепи комбинаций и противодействия им. При этом комбинации бывают заранее подготовленными в процессе тренировок и импровизированными, т.е. возникающими в ходе самого матча. Принято различать два основных вида комбинаций: при стандартных положениях и в ходе игрового положения. Комбинации в ходе игрового положения подразделяются на: при вбрасывании мяча из - за боковой линии, при угловых ударах, при штрафных

ударах в непосредственной близости от ворот соперника, при штрафных ударах с подключением игрока на левом краю штрафной площади, при свободных ударах в непосредственной близости от ворот соперника, при ударах от ворот. Комбинации в игровых эпизодах возникают после того, как команда овладела мячом. Очевидно, что игроки команды, овладевшей мячом, должны выполнять перемещения в ходе самой комбинации. Вот поэтому комбинации этого рода всегда имеют и оттенок импровизации. В игровых эпизодах к взаимодействию двух партнеров относятся следующие виды комбинаций: «стенку», «скрещивание», и «передача мяча». В игровых эпизодах к взаимодействию трех партнеров относятся следующие виды комбинаций: «пропускание мяча», «смена мест» и «игра в одно касание».

Командная тактика.

Командная тактика –это организация коллективных действий всей команды при решении задач, возникших в конкретной игровой ситуации. Без четкой организации атакующих и оборонительных действий всей команды игра хаотична, нецеленаправленна, отсутствует возможность для распределения функций игроков. В этом игроки просто бегают по полю, стремясь любой ценой овладеть мячом и забить его в ворота. При любых тактических системах командная тактика осуществляется посредством двух видов действий: быстрого и постепенного нападения.

6.3. Тактика защиты (1 час)

Тактика защиты предполагает организацию действий команды, не владеющей мячом, таким образом, чтобы нейтрализовать атаки соперников. Игра в защите многообразна, многопланова и направлена на оборону ворот, на активную борьбу за овладение мячом и организацию атаки. Как и в нападении, игра в защите состоит из индивидуальных, групповых и командных действий.

Индивидуальная тактика.

К индивидуальным тактическим действиям в обороне относятся противодействия игроку, владеющему мячом и не владеющему мячом. Действуя против игрока, не владеющего мячом, защитник стремится:

- воспрепятствовать сопернику получить мяч, т.е. осуществить «закрывание»;
 - перехватить мяч, адресованный сопернику, т.е. осуществить перехват.
- Действуя против игрока, владеющего мячом, защитник стремится:
- отобрать мяч;
 - помешать передаче мяча;
 - воспрепятствовать ведению мяча;
 - противодействовать нанесению удара.

Групповая тактика.

Групповая тактика в защите предусматривает групповые действия против любого соперника, угрожающего воротам, и направлена на оказание помощи партнерам.

К способам взаимодействия двух игроков в защите относятся: страховка, противодействие комбинациям «в стенку» и «скрещивание».

К способам взаимодействия трех и более игроков относятся специально организованные противодействия, а именно: построение «стенки», создание искусственного положения «вне игры» и действия с участием вратаря.

Командная тактика.

Несмотря на то, что существуют общие тактические принципы ведения игры в защите, можно отметить ряд особенностей в действиях защитников, которые вытекают из основных задач и обязанностей отдельных игроков или группы игроков. Эти особенности мы можем наблюдать в действиях игроков защищающейся команды в начале атаки и в момент ее зарождения. В дальнейшем, при развитии атаки и ее завершении, команды придерживаются одних и тех же принципов. Однако рассматривать принципы и индивидуальные способы ведения игры в защите независимо друг от друга было бы неверным.

Такое деление носит лишь условный характер. Так, например, в команде, которая придерживается в защите зонного способа ведения игры, отдельный игрок или несколько игроков могут выполнять индивидуальные задачи, выходящие за рамки зонного принципа.

7. Игровая подготовка. Подвижные игры для детей 6-10 лет/ Спортивные игры для детей 9-12 лет. (3 часа)

Правила игры в мини-футбол (1 час)

Участники.

Участниками игры являются две команды. В составе каждой – вратарь, 4 полевых игрока и не более 7 запасных.

Для детей в возрасте 10-11 лет в состав каждой команды включается по 5 полевых игроков и вратарь при том же количестве запасных.

Замены.

В ходе игры число замен не ограничивается. Любой игрок, которого заменили, может вновь вернуться на поле вместо одного из игроков своей команды.

Экипировка игроков.

Экипировка игроков состоит из футболки, трусов, гетр, щитков и спортивных тапочек. Вратарь имеет право играть в длинных брюках.

Игровое поле.

Игровое поле (площадка) должно иметь прямоугольную форму. Его покрытие должно быть ровным и гладким. Как правило, для игры используется деревянное или искусственное покрытие. На бетонном или асфальтовом покрытии играть не разрешается. Длина игрового поля – 28-40м, ширина – 16-20м. Оно размечается линиями шириной – 8 см. Эти линии входят в размер площадей, которые они ограничивают. Две длинные линии называются боковыми, а две короткие – линиями ворот. Средняя линия делит поле на две равные половины. В центре площадки обозначается центральный круг диаметром 3м. На обеих половинах игрового поля обозначаются штрафные площади. На расстоянии 6м от средней точки между двумя стойками ворот

обозначается отметка для пробития 6-метрового удара (пенальти). В играх школьных команд дабл-пенальти не назначается. В каждом углу поля проводится четверть окружности радиусом 25 см – угловые сектора. **Замена игроков** осуществляется только через зоны замены, которые обозначены на той стороне игрового поля, где расположены скамейки запасных игроков. При проведении внутришкольных соревнований могут вноситься коррективы в соответствии с имеющимися условиями.

Ворота устанавливаются на середине каждой линии ворот. Расстояние между стойками ворот – 3 м, а от нижней точки перекладины до поверхности поля – 2 м. Обе стойки и перекладина ворот имеют одинаковую ширину и глубину – 8 см. Сетки крепятся к стойкам ворот и перекладине с внешней стороны площадки.

Ворота могут быть передвижными, но во время игры они должны быть надежно закреплены.

Мяч. Длина окружности не менее 60 см и не более 62 см. Его вес – 400-440 гр. Особенность футбольного мяча – небольшой отскок от поверхности площадки, что позволяет ему длительное время не покидать пределы поля. Мяч считается вышедшим из игры, если он полностью пересечет линию ворот или боковую линию поля. Если же мяч катится по линии или хотя бы его проекция какой-либо частью находится на линии, он считается в игре. Аналогично определяется и взятие ворот.

Выбор сторон поля осуществляется с помощью жребия. Команда, выигравшая жребий, выбирает ворота. Соперник получает право на начальный удар. При его выполнении мяч становится на центр, а игроки располагаются на своих половинах поля. При этом игроки команды, не начинающей игру, должны стоять не ближе 3м от мяча. Игрок, выполняющий начальный удар, должен послать мяч ударом ногой вперед после сигнала судьи. Этот игрок не может коснуться мяча повторно, пока его не коснется любой другой игрок. Гол, забитый непосредственно с начального удара, засчитывается. После за-

битого гола начальный удар выполняется командой, пропустившей мяч в свои ворота.

Продолжительность игры.

Продолжительность игры – два равных периода – по 15 минут астрономического («грязного») времени каждый. Для пробития 6-метрового удара продолжительность игры должна быть увеличена. Перерыв между периодами не должен превышать 10 минут. Победительницей в игре считается команда, забившая сопернику большее число мячей. Если у обеих команд равное количество забитых мячей или же таковые отсутствуют, игра считается закончившейся вничью.

Судейская бригада.

Состав судейской бригады включает судью и второго судью. Судьи имеют равные полномочия. Однако в случае разногласия между ними в оценке какого-либо эпизода решение судьи является приоритетным. Судья располагается на противоположной от скамейки запасных игроков стороне поля. Второй судья занимает позицию на площадке перед скамейками запасных.

Штрафной удар.

Штрафной удар назначается за умышленную игру рукой, игру в подкате при отборе мяча у соперника, за задержку соперника или за толчок в плечо или спину. Такой удар выполняется пострадавшей командой с места, где произошло нарушение. Если такие нарушения совершаются игроком в своей штрафной площади, независимо от того, где находился в этот момент мяч, судья назначает в ворота провинившейся команды 6-метровый удар (пенальти). Для пробития пенальти мяч устанавливается на 6-метровой отметке, а игроки располагаются за воображаемой линией, параллельной линии ворот и проходящей в 6 м от нее, но не ближе 5 м от мяча. Вратарь защищающейся команды занимает позицию на линии ворот, лицом к бьющему игроку. Гол, забитый непосредственно с 6-метрового удара, засчитывается.

Свободный удар.

Свободный удар назначается в сторону той команды, игрок которой сыграл против соперника опасно; не владея мячом, препятствовал продвижению соперника без мяча; мешал вратарю вбросить мяч в поле. Свободный удар арбитры должны назначить также, если вратарь допустит такие нарушения, как: введя мяч в игру, вновь получит пас от партнера (при этом мяч за это время не пересек среднюю линию поля или же его не коснулся соперник); взял мяч в руки в штрафной площади после паса ногой от партнера; контролирует мяч в любом месте на своей половине поля более четырех секунд. Такой удар выполняется противоположной командой с места, где произошло нарушение. Однако, если нарушение произошло в штрафной площади команды соперника, то свободный удар выполняется с ближайшей к месту нарушения точки на линии штрафной площади.

При выполнении штрафных и свободных ударов мяч должен неподвижно лежать на поверхности поля, а игрок, выполняющий удар, не может касаться его повторно до того момента, когда мячом сыграет любой другой игрок. При этом все игроки противоположной команды должны располагаться не ближе 5 м от мяча до тех пор, пока тот не войдет в игру. Мяч, забитый в ворота непосредственно со штрафного удара, засчитывается. Со свободного удара гол засчитывается только в случае, если после удара мяча коснется любой другой игрок. Если при выполнении штрафного удара кто-либо из игроков приблизится к мячу ближе 5 м, удар повторяется.

10-метровый удар (дабл-пенальти).

В соревнованиях школьных команд 10-метровый удар (дабл-пенальти) не назначается, количество набранных фолов не фиксируется.

Удар с боковой линии.

Удар с боковой линии выполняется после того, как мяч полностью ее пересечет. Выполняет удар один из соперников игрока, который последним коснулся мяча. Мяч становится на боковую линию, а игроки провинившейся команды располагаются в 5 м от него. Удар должен быть выполнен в течение

4 сек с момента, когда бьющий игрок взял мяч под контроль. Мяч, забитый непосредственно с такого удара, не засчитывается. Однако если после удара мяч коснется какого-либо другого игрока, судья засчитывает гол.

Угловой удар.

Угловой удар назначается, когда мяч полностью пересечет линию ворот и последним его коснется игрок, защищающейся команды. Для выполнения этого удара мяч ставится полностью внутри углового сектора, ближайшего к месту выхода мяча за пределы поля. Гол засчитывается, если мяч забит в ворота непосредственно с углового. При пробитии этого удара соперники располагаются не ближе 5 м от мяча.

Вбрасывание мяча от ворот.

Вбрасывание мяча от ворот выполняется, когда мяч полностью пересечет линию ворот над перекладиной или между одной из стоек и боковой линией. Вратарь, взяв мяч под контроль, должен выполнить вбрасывание в течение 4 сек. Если вратарь забивает мяч в противоположные ворота непосредственно с такого броска, гол не засчитывается.

Спорный мяч.

Спорный мяч – это способ возобновления игры после ее временной остановки. Судья производит вбрасывание мяча в том месте, где он находится в момент остановки игры. Если такая остановка произошла в штрафной площади, то вбрасывание осуществляется с ближайшей точки на линии штрафной площади. Игра возобновляется, когда мяч коснется поверхности игрового поля.

Дисциплинарные санкции.

Дисциплинарные санкции применяются к игрокам, совершившим определенные правила игры нарушения. Игроку выносится предупреждение и предъявляется желтая карточка за следующие нарушения: некорректное поведение, несогласие с действиями арбитра, несоблюдение 5-метрового расстояния при выполнении соперником стандартных положений, нарушение правила замены, уход с поля без разрешения судьи. За каждое из этих нару-

шений противоположная команда выполняет свободный удар с того места, где это нарушение произошло. Если же игрок нарушил данные правила в штрафной площади команды соперника, то свободный удар выполняется с ближайшей точки на линии штрафной площади.

Если же игрок оказался виновным в серьезных нарушениях правил, он удаляется с поля и ему предъявляется красная карточка. К таким нарушениям относятся неспортивное поведение на поле, повторное предупреждение в течение игры, умышленная игра в своей штрафной площади, грубое нападение на соперника. Удаленный игрок не имеет права снова вступать в игру и находится на скамейке запасных. При этом провинившаяся команда в течении последующих двух минут должна играть в меньшинстве. При этом, если пять соперников играют против четырех игроков в другой команде, и первые забивают гол, то команду с четырьмя игроками может дополнить пятый игрок. Если же команда играет в меньшинстве и забивает гол, то игра продолжается без изменения числа игроков.

Если в команде после удаления игроков осталось менее трех участников, включая вратаря, судья прекращает игру и засчитывает этой команде поражение.

Правила игры также требует от арбитров наказания игроков не только за совершенное, но и за попытку совершить его. Например, один из игроков попытался ударить в ходе игры ногой или рукой соперника. Однако последний увернулся – такой удар не достиг цели. Как должен оценить действия этого игрока судья? Необходимо его действия расценивать как совершившийся факт. В связи с этим судья должен наказывать виновного со всей строгостью. Если же в ответ на совершенное против него нарушение игрок лишь замахнет на соперника рукой или ногой, судья должен расценить такое действие по-другому. Если игра остановлена, судья может предупредить или даже удалить этого игрока с поля. Если же игра не остановлена, чтобы не дать преимущества провинившейся команде, судья все равно не должен ос-

тавить данный проступок без внимания. При первом же выходе мяча из игры накладывает на такого игрока взыскание.

Игра в мини-футбол по упрощенным правилам (2 часа)

Эффективными средствами овладение тактическими действиями являются различные упражнения, подвижные игры и эстафеты, которые требуют проявления быстроты реакции, ориентировки и быстроты ответных действий, сообразительности, наблюдательности, переключения с одних действий на другие. Подвижные игры и эстафеты создаются на основе самых разнообразных упражнений и дополнительных заданий, требующих от детей проявления основных физических качеств и тем самым, способствует гармоническому физическому развитию занимающихся. Элемент соперничества, присутствующий в подвижных играх, способствует повышению эмоционального состояния детей, существенно повышая эффективность занятий и физического воспитания в целом. Участие в подвижных играх и эстафетах, включающих упражнения с партнерами, предметами и препятствиями происходит, как правило, в естественной манере, без строгой регламентации двигательной задачи. Этот подход к организации игр способствует проявлению индивидуальности каждого ребенка и благоприятно сказывается на процессе формирования двигательных навыков занимающихся, приспособлению к условиям среды. Поскольку подвижные игры и эстафеты, как правило, организуются в виде соревнования двух или более команд и проходят в обстановке эмоционального подъема, активного переживания всех членов команды за конечный результат команды что способствует воспитанию устойчивости к стрессовым ситуациям психического плана. Во время проведения подвижных игр и эстафет открывается широкая возможность наблюдать за поведением детей, распознавать индивидуальные черты характера, уровень физического развития, координации движений. Такие наблюдения позволяют усовершенствовать процесс физического и нравственного воспитания на основе индивидуально-го подхода к каждому ребенку, позволяют решать вопросы в формировании групп дополнительного образования, ориентировать детей на выбор вида

спорта отвечающего их индивидуальным анатомо-морфологическим, физическим и психическим особенностям.

Примерная группировка подвижных игр по преимущественному проявлению физических качеств.

Преимущественное проявление качеств	Средства развития физических качеств (подвижные игры и эстафеты)
Быстрота	К своим флажкам. Салки с вырубкой. Пустое место. Линейная эстафета. День и ночь. Белые медведи. Вызов номеров. Бегуны и др.
Скоростно - силовые	Веровочка под ногами. Волк во рву. Зайцы в огороде. Лиса и куры. Прыжки в длину и высоту. Прыжок за прыжком. Парашютисты. Не оступись. Метко в цель. Подвижная цель. Попади в мяч. Снайперы. Охотники и утки. Кто дальше бросит. Заставь отступить и др.
Выносливость	Не давай мяч водящему. Салки простые. Салки по кругу. Встречная эстафета. Команда быстроногих. Мяч ловцу. Гонки с выбыванием.
Сила	Тяни в круг. Бой петухов. Выталкивание из круга. Перетягивание в парах. Перетягивание каната. Бег раков. Эстафета с набивными мячами.
Ловкость	Прыгуны и ползуны. Кувырок с мячом. Навстречу удочке. Эстафета с лазанием и перелезанием. Бег пингвинов. Эстафета с преодолением препятствий.

Подвижная игра «Мяч ловцу»

Место и инвентарь. Площадка, зал, желательно размером не менее 6х12 м, волейбольный мяч, контрастные манишки двух цветов.

Подготовка. В двух противоположных углах зала (площадки) очерчиваются два треугольника размером в 1,5 м. Параллельно основанию треугольника на расстоянии 1- 1,5 м проводится линия, образующая коридор с

линией треугольника, — «нейтральная зона». Посередине площадки очерчивается круг для начала игры.

Играющие делятся на две равные команды; в каждой выбирают капитана и ловца. Одна команда от другой отличается разным цветом манишек. Ловцы команд становятся в углах зала в треугольниках. Команды размещаются на площадке лицом к своим ловцам. У центрального круга становятся капитаны.

Описание игры. Руководитель, выйдя на середину площадки, бросает мяч вверх между капитанами. Каждый из них старается отбить мяч своим игрокам. Завладев мячом, игроки каждой команды стремятся путем передач подвести мяч возможно ближе к своему ловцу и бросить ему его так, чтобы он поймал мяч на лету. Противники стараются перехватить мяч и, в свою очередь, подвести его и бросить своему ловцу. Играющие стремятся помешать, ловцу поймать мяч, причем в нейтральную зону не имеют права заходить ни защитники, ни ловец. После того как ловец из какой-нибудь команды поймает мяч на лету, игра начинается снова с центра площадки, а за ловлю мяча ловцом команда получает очко.

Игра проходит в течение установленного времени, например 10 мин., после чего команды меняются сторонами и играют вторую половину игры. В заключение выигрывает команда, получившая больше очков.

Подвижная игра «Салки»

Играющие свободно располагаются в зале (на площадке). Один из участников — водящий. Ему дают платочек, который он поднимает вверх и громко говорит: «Я — салка!» Салка старается догнать и коснуться рукой кого-нибудь из играющих. Осаленному передается платочек, он громко говорит: «Я - салка» — и игра продолжается.

Новому водящему не разрешается тотчас касаться рукой осалившего его игрока. Победителями считаются ребята, которые не были осалены.

При проведении игры с большим числом участников лучше разделить площадку на три-четыре самостоятельных участка. Тогда салка и группа играющих бегают только в пределах своего участка.

8. Самостоятельная работа (2 часа)

Самостоятельная работа проходит в форме сдачи контрольных нормативов. Вид контрольных испытаний и нормативы для оценки их выполнения представлены в Таблицах 1 и 2.

Таблица 1.

Комплекс контрольных испытаний и нормативов, определяющий уровень общей физической подготовленности.

№	Виды испытания	6-8 лет	9-10 лет	11 -12 лет
1	Бег 30 м (сек)	7,4-7,9	5,3	5,1-4,9
2	Бег 300 м (сек)	45-50	60	59-57
3	Прыжок в длину с места (см)	88-106	160	170-180

Таблица 2.

Комплекс контрольных испытаний и нормативов, определяющий уровень специальной физической подготовленности

№	Виды испытания	6-8 лет	9-10 лет	11 лет	12 лет
1	Бег 30 м с ведением мяча (сек)	6,6-7,0	6,4	6,2-6,0	6,0
2	Удар по мячу на дальность – сумма ударов правой и левой ногой	15-20	30-35	40	45
3	Вбрасывание мяча руками на дальность (м)	8	12	13	14
4	Удар по мячу ногой на точность (число попаданий)	4-5	6	7	8

9. Итоговое занятие (1 час)

Итоговое занятие проводится с целью определения степени достижения результатов обучения, закрепления знаний, ориентации обучающихся на дальнейшее самостоятельное обучение, получение сведений для совершенствования педагогом образовательной программы и методики обучения. Кроме того, итоговое занятие необходимо тренеру – преподавателю для проверки теоретических знаний и практических умений обучающихся, закрепления теоретических знаний и практических умений по образовательной программе занимающимися, реализации полученных знаний, умений и навыков в новых ситуациях.

Итоговое занятие в рамках данной образовательной программы будет проводиться в форме соревнования, где прослеживается алгоритм получения и реализации знаний, умений и навыков обучающихся.

По завершению обучения детям будут вручены дипломы, благодарности и поощрительные (сладкие) призы.

IV Комплекс организационно-педагогических условий программы

4.1. Календарный учебный график программы

Уровень сложности	Форма обучения/ контроля	Кол-во занятий в неделю, продолжительность одного занятия	Всего академ. часов в год/ учебных недель в году	Кол-во академ. часов в неделю	Даты начала и окончания учебного года
Стартовый (ознакомительный)	Очная форма обучения	2 занятия/40 минут для детей 6-8 лет; 45 минут для детей 9-12 лет	36 ч./ 1 год	2	11.03.2024г.- 31.08.2024г.

Занятия проводятся в течение всего календарного года, включая каникулы.

4.2. Формы контроля. Оценочные материалы

Система оценки результатов освоения программы состоит из процедур отслеживания уровня сформированных общекультурных компетенций обучающихся.

Результат обучения прослеживается в успешности освоения материала программы, а также в спортивных соревнованиях, проводимых на занятиях.

Виды и формы контроля:

В программе обучения используются следующие виды контроля успеваемости – *текущий и промежуточный*.

Текущий контроль проводится в течение освоения программы в форме: *педагогического наблюдения, опроса* в процессе занятий по футболу.

Промежуточный (рубежный) контроль проводится в конце освоения курса программы в форме *выполнения контрольных нормативов*.

Формы контроля:

- *Педагогическое наблюдение;*
- *Выполнение контрольных нормативов;*
- *Опрос.*

Для оценки результативности освоения программы разработаны комплексы оценочных средств в виде контрольных нормативов по возрастам и теоретического опросника. Оценивание результатов освоения программы осуществляется в балловой системе. Для осуществления контроля освоения тем учебного плана во время реализации программы педагог использует метод «Педагогическое наблюдение» - сбор данных для дальнейшего анализа (данные заносятся в Диагностическую карту).

Оценочные материалы

Для определения результата усвоения программы разработан пакет контрольно-измерительных материалов, который позволяет увидеть результат деятельности каждого ребенка.

Комплекс контрольных испытаний и нормативов,

определяющий уровень общей физической подготовленности.

№	Виды испытания	6-8 лет	9-10 лет	11 -12 лет
1	Бег 30 м (сек)	7,4-7,9	5,3	5,1-4,9
2	Бег 300 м (сек)	45-50	60	59-57
3	Прыжок в длину с места (см)	88-106	160	170-180

Комплекс контрольных испытаний и нормативов,
определяющий уровень специальной физической подготовленности

№	Виды испытания	6-8 лет	9-10 лет	11 лет	12 лет
1	Бег 30 м с ведением мяча (сек)	6,6-7,0	6,4	6,2-6,0	6,0
2	Удар по мячу на дальность – сумма ударов правой и левой ногой	15-20	30-35	40	45
3	Вбрасывание мяча руками на дальность (м)	8	12	13	14
4	Удар по мячу ногой на точность (число попаданий)	4-5	6	7	8

**Диагностическая карта
дополнительной общеобразовательной
общеразвивающей программы
«Школа мини-футбола»
для обучающихся 6-8 лет**

ФИО ребенка _____

Тренер – преподаватель: _____

Возраст ребенка _____ лет

Этап контроля _____ (месяц, год)

№	Физические качества	Возраст ребенка	Уровень освоения	Высокий	Средний	Низкий
Скоростные способности						
1.	Бег на 30 м.					
Координационные способности						
1.	Передача мяча на точность (число попаданий)					

2.	Удары мяча по воротам (число попаданий)					
Скоростно-силовые способности						
1.	Прыжок в длину с места					
Силовые способности						
1.	Вбрасывание мяча руками на дальность (м)					
Умение владеть мячом						
1.	Удары по мячу ногой (на дальность)					
2.	Остановка мяча					
3.	Ведение мяча					
4.	Отбирание мяча					
5.	Вбрасывание мяча					
Тактическая подготовка						
1.	Тактика игры вратаря					
2.	Тактика нападения					
3.	Тактика защиты					
Уровень						

Подпись: _____ / _____

Критерии оценки основных параметров диагностической карты.

Бег 30 метров (сек):

Высокий - 7,4 сек

Средний – 7,7 сек

Низкий - 7,9 и более сек.

Прыжок в длину с места:

Высокий - 106 см

Средний – 95 см

Низкий - 88 см и меньше

Ведение мяча по прямой, змейкой, и с изменением направления:

Высокий - ведёт мяч не теряя его.

Средний – ведёт мяч с минимальными потерями мяча.

Низкий - ведёт мяч с частыми потерями.

Остановка мяча:

Удар по мячу ногой:

Высокий - из 5 ударов 5 попаданий

Средний - из 5 ударов 3 попадания

Низкий - из 5 ударов 2 и менее попаданий

Удары мяча по воротам:

Высокий - из 6 передач 6 правильных по направлению партнёра.

Средний – из 6 передач 4 правильных.

Низкий - из 6 передач 2 и менее правильных.

Передача мяча на точность друг – другу:

Высокий - из 5 передач 5 правильных по направлению партнёра.

Средний – из 5 передач 3 правильных.

Низкий - из 5 передач 2 и менее правильных.

Вбрасывание мяча руками на дальность (см):

Высокий -800 см

Средний -500 см.

Низкий -175 и меньше см

**Диагностическая карта
дополнительной общеобразовательной
общеразвивающей программы
«Школа мини-футбола»
для обучающихся 9-10 лет**

ФИО ребенка _____

Тренер – преподаватель: _____

Возраст ребенка _____ лет

Этап контроля _____ (месяц, год)

№	Физические качества	Возраст ребенка	Уровень освоения	Высокий	Средний	Низкий
Скоростные способности						
1.	Бег на 30 м.					
Координационные способности						
1.	Передача мяча на точность (число попаданий)					
2.	Удары мяча по воротам (число попаданий)					
Скоростно-силовые способности						

1.	Прыжок в длину с места					
Силовые способности						
1.	Вбрасывание мяча руками на дальность (м)					
Умение владеть мячом						
1.	Удары по мячу ногой (на дальность)					
2.	Остановка мяча					
3.	Ведение мяча					
4.	Отбирание мяча					
5.	Вбрасывание мяча					
Тактическая подготовка						
1.	Тактика игры вратаря					
2.	Тактика нападения					
3.	Тактика защиты					
Уровень						

Подпись: _____ / _____

Критерии оценки основных параметров диагностической карты.

Бег 30 метров (сек):

Высокий -5,2 сек

Средний – 5,3 сек

Низкий -5,4 и более сек.

Прыжок в длину с места:

Высокий -160 см

Средний – 150 см

Низкий - 140 и меньше

Ведение мяча по прямой, змейкой, и с изменением направления:

Высокий - ведёт мяч не теряя его.

Средний – ведёт мяч с 1-2 потерями мяча.

Низкий - ведёт мяч с частыми потерями.

Остановка мяча:

Удар по мячу ногой:

Высокий - из 6 ударов 6 попаданий

Средний - из 6 ударов 4 попадания

Низкий - из 6 ударов 3 и менее попаданий

Удары мяча по воротам:

Высокий - из 7 передач 7 правильных по направлению партнёра.

Средний – из 7 передач 5 правильных.

Низкий - из 7 передач 3 и менее правильных.

Передача мяча на точность друг – другу:

Высокий - из 7 передач 7 правильных по направлению партнёра.

Средний – из 7 передач 5 правильных.

Низкий - из 7 передач 3 и менее правильных.

Вбрасывание мяча руками на дальность (м):

Высокий -12 м.

Средний -10 м

Низкий – 8 м и меньше.

**Диагностическая карта
дополнительной общеобразовательной
общеразвивающей программы
«Школа мини-футбола»
для обучающихся 11-12 лет**

ФИО ребенка _____

Тренер – преподаватель: _____

Возраст ребенка _____ лет

Этап контроля _____ (месяц, год)

№	Физические качества	Возраст ребенка	Уровень освоения	Высокий	Средний	Низкий
Скоростные способности						
1.	Бег на 30 м.					
Координационные способности						
1.	Передача мяча на точность (число попаданий)					
2.	Удары мяча по воротам (число попаданий)					
Скоростно-силовые способности						
1.	Прыжок в длину с места					
Силовые способности						
1.	Вбрасывание мяча руками на дальность (м)					

Умение владеть мячом						
1.	Удары по мячу ногой (на дальность)					
2.	Остановка мяча					
3.	Ведение мяча					
4.	Отбирание мяча					
5.	Вбрасывание мяча					
Тактическая подготовка						
1.	Тактика игры вратаря					
2.	Тактика нападения					
3.	Тактика защиты					
Уровень						

Подпись: _____ / _____

Критерии оценки основных параметров диагностической карты.

Бег 30 метров (сек):

Высокий - 4,9 сек

Средний – 5,1 сек

Низкий - 5,3 и более сек.

Прыжок в длину с места:

Высокий - 180 см

Средний – 170 см

Низкий - 150 и меньше

Ведение мяча по прямой, змейкой, и с изменением направления:

Высокий - ведёт мяч не теряя его.

Средний – ведёт мяч с 1 потерей мяча.

Низкий - ведёт мяч с частыми потерями.

Остановка мяча:

Удар по мячу ногой:

Высокий - из 7-8 ударов 7-8 попаданий

Средний - из 7-8 ударов 5-6 попаданий

Низкий - из 7-8 ударов 4 и менее попаданий

Удары мяча по воротам:

Высокий - из 10 передач 10 правильных по направлению партнёра.

Средний – из 10 передач 10 правильных.

Низкий - из 10 передач 5 и менее правильных.

Передача мяча на точность друг – другу:

Высокий - из 10 передач 10 правильных по направлению партнёра.

Средний – из 10 передач 8 правильных.

Низкий - из 10 передач 4 и менее правильных.

Вбрасывание мяча руками на дальность (м):

Высокий -14 м.

Средний -13 м.

Низкий – 10 м. и меньше.

Эффективность контроля зависит от стандартности проведения сдачи контрольных упражнений и измерения в них результатов.

Беговые упражнения выполняются с высокого старта. Время старта фиксируется на секундомере по началу движения испытуемого.

На выполнение даются 2-3 попытки, кроме контрольных упражнений. Учитывается лучший результат. Показанный результат оценивается по критериям: высокий, средний, низкий.

Все результаты заносятся в итоговый протокол результатов промежуточной (итоговой) аттестации обучающихся дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы.

Итоговый протокол результатов

Промежуточной (итоговой) аттестации обучающихся

за _____ учебный год

Тренер-преподаватель: _____

Возраст детей _____ лет

Этап контроля _____ (месяц, год)

Форма проведения _____

Уровень (высокий, средний, низкий)

		<p>соблюдать при проведении занятий?</p> <p>5) Что необходимо сделать при неисправности спортивного оборудования и инвентаря?</p> <p>6) Что необходимо сделать по окончании занятий?</p>
2	Зарождение и развитие футбола в мире, в России	<p>1) В каком веке упоминается о командной игре, схожей с мини-футболом?</p> <p>2) Какая нация является основателем современного футбола?</p> <p>3) Когда футбол стал популярным в мире?</p> <p>4) Назовите известные вам футбольные клубы нашего времени.</p> <p>5) В каком году состоялся первый международный матч между Англией и Шотландией?</p> <p>6) В каком городе была создана Международная федерация футбола (ФИФА)?</p> <p>7) В каком году и каким образом футбол появился в России?</p> <p>8) В каком году состоялся первый футбольный матч в России?</p> <p>9) Когда образовался «Всероссийский футбольный союз»?</p> <p>10) Каких известных российских и зарубежных футболистов вы знаете? Почему они стали популярными?</p> <p>11) Расскажите о вашем кумире-</p>

4.3. Методические материалы

Общие методические рекомендации

Большое значение в футболе имеет рациональное построение тренировок, соблюдение принципа постепенности в овладении технико-тактическими приемами, строгая регламентация физических нагрузок, индивидуальный подход к занимающимся.

Важную роль в системе профилактических мероприятий играет полноценная разминка как средство подготовки занимающихся футболом к предстоящим занятиям или соревнованиям, а также воспитание у футболистов чувства уважения к сопернику и понимания необходимости соблюдения правил корректного стиля игры. Одежда футболистов должна соответствовать особенностям игры и метеорологическим условиям. Обычная спортивная форма для игры в футбол – футболка, трусы, тренировочный костюм, бутсы (кеды). Желательно обувь надевать на шерстяные носки или на две пары тонких. Зашнуровывать спортивную обувь нужно не до конца, чтобы легче было сгибать ногу в голеностопном суставе. Гетры лучше подвязывать широкой резинкой. Техника футбола представляет собой совокупность специальных приемов, используемых в игре в различных сочетаниях для достижения поставленной цели. Технические приемы – это средство ведения игры. Они весьма разнообразны. В процессе игры футболисту приходится выполнять как сложно-координационные (удары по мячу головой в падении, удары через себя в падении, удары с лета и т.д.), так и простейшие приемы с мячом (остановка мяча ногами и туловищем, удары по мячу ногами, ведение мяча, вбрасывание и т.д.). Если такие элементы техники футбола, как удары по мячу ногой и остановка мяча, а также ведение в простейшей форме освоены, то занимающиеся уже могут приступить к игре в футбол. Все приемы техники рекомендуется выполнять на месте, а потом в движении. Вначале учатся выполнять приемы более «удобной» ногой. В процессе занятий при освоении

простейших технических приемов необходимо стремиться выполнять их в сочетании. Параллельно с овладением техническими приемами игры необходимо добиваться тактической их реализации. Желательно, чтобы каждое занятие заканчивалось игрой в двое ворот. Тем самым занимающиеся опробуют изученные технические приемы и действия в единоборстве с соперником. При игре один на один быстро наступает утомление. Чтобы этого не было, целесообразно периодически делать паузы по две – три минуты, во время которых можно передавать мяч друг другу, выполнять удары по мячу. Продолжительность игры зависит от количества играющих. Чем больше игроков в командах, тем дольше продолжается игра. При малом количестве игроков рекомендуется играть в двое ворот примерно 30-40 минут. Когда в команде от шести человек и выше, играют примерно час или больше.

Основные формы обучения:

Фронтальная - наиболее часто используется в водной и заключительной и реже – в основной части при выполнении несложных двигательных действий (общеразвивающие упражнения, передача мяча, при построении занимающихся в шеренги).

Групповая – каждая группа выполняет отдельные задания с мячом; тренер осуществляет контроль за деятельностью всех групп, находясь при этом с группой, получавшей самое сложное задание.

Индивидуальная – применяется в целях устранения имеющихся недостатков в овладении мячом или для совершенствования практических навыков владения с мячом.

Круговая тренировка - один из наиболее эффективных способов организации деятельности юных футболистов на занятии, обеспечивающим высокую общую и моторную плотность.

Виды занятий: тренировочные, теоретические и соревновательные занятия.

Методы и приёмы обучения

1. Наглядный метод включает в себя разнообразные приёмы:

- образный показ педагога;

- эталонный образец-показ упражнений и техники футбольных приёмов – жестикуляции;

- использование наглядных пособий.

2. Словесный метод:

- объяснение;

- инструкция;

- беседа;

- рассказ;

- анализ и обсуждение;

- словесный комментарий педагога по ходу выполнения упражнений и техники футбольных приёмов;

3. Практический метод обогащён комплексом различных приёмов, взаимосвязанных наглядностью и словом:

- игровой приём;

- сотворчество;

- соревновательный прием;

- прием разучивания по частям;

- приём пространственной ориентации;

- прием разучивания в целом;

- музыкальное сопровождение танца как методический приём;

- непосредственная помощь тренера-преподавателя.

Уровень освоения программы.

Программа относится к «стартовому (ознакомительному) уровню» поскольку предполагает минимальную сложность предлагаемого для освоения детьми содержания: освоение элементов игры в футбол, знакомство с правилами и приемами игры посредством общедоступных и универсальных форм организации материала.

Формы подведения итогов реализации программы дополнительного образования.

Данная программа предусматривает проведение теоретических и

практических занятий, участие в соревнованиях и спортивных массовых мероприятиях (праздниках).

Организация тренировочных занятий

Объем и характер тренировочных занятий и упражнений определяется в зависимости от уровня общефизической и специальной подготовки, возраста, физического развития. Кроме занятий в секции футбола занимающиеся должны отрабатывать отдельные технические и физические элементы самостоятельно, или по заданию тренера.

Возраст Заним-ся (лет)	Основная направленность занятий
6-12	Обучение общим основам мини-футбола. Обучение упражнениям без мяча, упражнениям с мячом, тактическим действиям, спортивным играм (мини-футбол, умение играть по упрощённым правилам игры), прикладным действиям. Подвижным играм типа «Точная передача».

4.4 Рабочая программа

Реализация дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Школа мини-футбола» направлена на знакомство с историей зарождения и возникновения вида спорта футбол как в нашей стране, так и за рубежом, а также на обучение общей и специальной физической подготовке, технической, тактической подготовке, а также правилам игры и игровой подготовке обучающихся.

Цель:

Укрепление здоровья, повышение физической подготовленности и формирование двигательного опыта, воспитание активности и самостоятельности в двигательной деятельности.

Задачи:

Обучающие:

- Обучение основам знаний психологии, физиологии и гигиены физкультурной деятельности, профилактики травматизма, коррекции осанки и телосложения;

- Формирование практических умений в организации самостоятельных форм занятий футболом с различной функциональной и социально- ориентированной направленностью.

Воспитательные:

- Формирование культуры здорового и безопасного образа жизни;
- Формирование у обучающихся толерантного отношения друг к другу, приобщение к духовно-нравственным ценностям, общественным событиям, образовательной, коммуникативной и трудовой деятельности;
- Формирование опыта поведения, готовности следовать общепринятым культурным, религиозным и нравственным ценностям в социуме;
- Формирование опыта коллективной творческой деятельности при подготовке к соревнованиям внутри группы и между группами;
- Воспитание трудолюбия и ответственного отношения к занятиям физической культурой и спортом.

Развивающие:

- Развитие интереса к занятиям физической культурой и спортом;
- Расширение двигательного опыта за счет овладения двигательными действиями футбола и использование их в качестве средств укрепления здоровья и формирования основ индивидуального образа жизни;
- Создание и обеспечение необходимых условий для личностного развития обучающегося;
- Выявление, развитие и поддержка талантливых обучающихся, а также лиц, проявивших выдающиеся способности;
- Развитие активной жизненной позиции, готовности к взаимодействию в коллективе.

Планируемые результаты

Предметные результаты:

- знать правила игры в футбол и соблюдать их;
- знать историю развития футбола в мире и в России;
- знать основы здорового образа жизни, гигиены, закаливания;

- знать причины травматизма при занятиях футболом и правила его предупреждения;

- владеть основными приёмами игры с мячом.

Метапредметные результаты:

- развить физические качества с акцентом на быстроту, ловкость и координационные способности;

- уметь организовать самостоятельные занятия футболом, а также, с группой товарищей;

- владеть широким кругом двигательных умений и навыков, в частности, освоение техники естественных движений (бег, прыжки, метания и т.д.);

- владеть теоретическими и практическими технико-тактическими навыками;

Личностные результаты:

- уметь взаимодействовать друг с другом во время игры;

- уметь подчинять свои интересы интересам команды;

- бережное отношение к своему здоровью.

Календарно-тематическое планирование

№ п/п	Наименование раздела учебного плана	Тема занятия	Кол-во часов	Краткое содержание	Плани- руемая дата
1	Вводное занятие. Инст- руктаж по технике безопасности во время занятий	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности во время занятий Требования к спортивной форме. Гигиена. Врачебный контроль.	1	<p>Правила поведения на улице, в спортзале. Необходимые требования правил поведения и норм техники безопасности на занятиях футболом во избежание травм. Соблюдение правил безопасности.</p> <p>Общая характеристика инвентаря, оборудования, спортивной формы, необходимой для занятий по мини-футболу. Гигиенические требования к местам проведения занятий. Временные ограничения и противопоказания к занятиям мини-футболом.</p> <p>Основные (упрощенные) правила игры в мини- футбол.</p>	1 неделя

2	Общие вопросы теории и практики физической культуры и спорта	Зарождение и развитие футбола в мире, в России. Спортсмены международного уровня	2	История футбола. Выдающиеся футболисты, тренеры нашей страны, региона. Достижения сборной команды России на мировой арене.	1 неделя
3	Общая физическая подготовка (ОФП) 6 часов				
3.1.	Строевые упражнения	Строевые упражнения: строй, шеренга, колонна, интервал, дистанция, повороты на месте, перестроения.	1	Команды для управления строем. Понятие о строе, шеренге, колонне, интервале, дистанциях, направляющем, замыкающем, о предварительной и исполнительной командах. Повороты на месте. Перестроение из одной шеренги в две, из колонны по одному в колонну, по два.	2 неделя
3.2.	Упражнения для ног	Поднимание на носки, ходьба на носках, пятках, внутренней и внешней сторонах стоп. Вращения в голеностопных	1	Выполнение упражнений, направленных на развитие мышц ног	3 неделя

		суставах			
3.3.	Развитие ловкости	Движения руками и ногами в различных исходных положениях. Упражнения в свободном беге, с внезапными остановками, возобновлением и изменением направления движения. Броски и ловля мяча из различных исходных положений: стоя, сидя, лежа, в прыжке.	1	Выполнение упражнений, направленных на развитие ловкости.	4 неделя
3.4.	Развитие скоростно-силовых качеств	Прыжки в длину с места и с разбега. Многоскоки. Подвижные игры с использованием отягощений малого веса.	2	Выполнение упражнений, направленных на развитие скоростно-силовых качеств	4-5 неделя
3.5.	Развитие выносливости	Равномерный бег. Переменный бег на коротких	1		6 неделя

		отрезках с максимальной скоростью. Выполнение игровых и технико-тактических упражнений Подвижные игры.			
4	Специальная физическая подготовка 8 часов				
4.1	Двигательные действия и навыки	Упражнения без мяча: бег «змейкой» и «восьмеркой» Жонглирование мячом: ногой, головой. Ведение мяча: внутренней частью подъема стопы . Удары.	1	Взаимодействие в парах, группах. Развитие умений и навыков владения приемом мяча.	6-7 неделя
		Групповые обманные действия: ложный пас; ложные действия при подаче углового удара. Подвижные игры. Спортивные игры: мини-	1		

		футбол.			
4.2.	Специально-развивающие упражнения	Старты из различных положений и с ведением мяча. Бег с максимальной скоростью по прямой, с остановками, с ускорениями, рывками, изменениями направления передвижения. Бег и ходьба спиной вперед.	1	Выполнение упражнений по технике ведения мяча.	7-8 неделя
		Кувырки вперед, назад, боком с последующим рывком; Выполнение финтов без мяча и с мячом. Подвижная игра «Мяч ловцу» Спортивная игра мини-футбол	1		
4.3.	Развитие силовых способностей	Упражнения с дополнительным отягощением на основные мышечные группы. Многоско-	1	Упражнения для развития силовых способностей. Техника приема владения мячом.	8-9 неделя

		ки.		Подвижная игра в салки. Спортивная игра в мини-футбол	
		Ведение набивного мяча Подвижная игра «Салки». Спортивная игра в мини-футбол	1		
4.4.	Развитие выносливости	Упражнения для развития выносливости: повторное выполнение беговых и прыжковых упражнений с ведением мяча и без него. Подвижная игра «Салки» Спортивная игра «Хоккей с мячом» (по упрощенным правилам)	1	Упражнения для развития быстроты движений и ловкости. Игры с мячом. Подвижная игра «Салки». Спортивная игра «Хоккей с мячом»	9-10 недель
		Упражнения для развития быстроты движений и ловкости: игры с мячом на внимание, координацию. Подвижная игра «Салки» Спортивная игра «Хоккей с	1		

		мячом»			
5	Техническая подготовка 8 часов				
5.1.	Техника передвижения	Бег: обычный, приставным шагом, по прямой и с изменением направления. Прыжки: вверх, вверх- вперед, толчком одной и двумя ногами с места,	1	Выполнение прыжков, поворотов, остановок во время бега.	10-11 неделя
		Прыжки: вверх- вправо, и вверх- влево, толчком одной ногой с разбега. Повороты: переступанием и прыжком. Остановки во время бега выпадом и прыжком.	1		
5.2.	Удары по мячу ногой	Удар носком. Удары подъемом: серединой, внутренней, внешней частью подъема. Удар внешней стороной стопы. Удар пяткой.	1	Выполнение упражнений удары по мячу ногой	11-12 неделя
		Удары по летящему мячу, Удар	1		

		по мячу, катящемуся сбоку.			
5.3.	Ведение мяча	Ведение мяча носком (средней частью подъема), внутренней и внешней частью подъема,	1	Развитие навыков ведения мяча	12-13 неделя
		Ведение мяча по прямой, по кругу, по «восьмерке», а также между стоек.	1		
5.4.	Отбирание мяча	Отбор мяча выбиванием и выпадом у соперника. Отбор мяча у соперника толчком плеча в плечо.	1	Тренировка упражнений по отбиранию мяча	13-14 неделя
5.5.	Вбрасывание мяча	Вбрасывание мяча с места из положений: ноги вместе и ноги врозь. Вбрасывание мяча на точность: в ноги стоящему партнеру или ему на ход.	1	Выполнение упражнений по вбрасыванию мяча	14-15 неделя
6	Тактическая подготовка 5 часов				
6.1.	Тактика игры вратаря.	Действия вратаря в оборон, в	2		15-16 не-

	Тактика нападения.	атаке, в воротах, на выходах. Выбор правильной позиции в воротах.		Упражнения на тренировку тактических действий вратаря	деля
		Выбор правильной позиции в воротах, вблизи своих ворот.	2		
6.2.	Тактика защиты	Индивидуальные, групповые и командные тактики нападения.	1	Выполнение упражнений по различным формам построения нападающих действий	16-17 неделя
7	Игровая подготовка. Подвижные игры для детей 6-8 лет. Спортивные игры для детей 9-12 лет 3 часа				
7.1.	Правила игры в мини-футбол	Правила игры в мини-футбол	1	Разъяснение правил игры в мини-футбол. Показ отдельных действий	17-18 неделя
7.2.	Игра в мини-футбол по упрощенным правилам	Игра в мини-футбол по упрощенным правилам	2	Игра в мини-футбол	

8	Самостоятельная работа	Сдача контрольных нормативов.	2	Выполнение контрольных нормативов	19 неделя
9	Итоговое занятие	Соревнования по мини- футболу между группами. Подведение итогов.	1	Подведение итогов. Анализ достижений обучающихся. Опрос теоретических знаний, полученных в процессе занятий по мини - футболу. Соревновательная деятельность.	20 неделя
	Итого часов:		36	Итого недель:	20

4.5. Рабочая программа воспитания

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Школа мини-футбола» нацелена не только на освоение учащимися физических способностей и игре в мини- футбол, но и на воспитание многих морально-волевых качеств, необходимых человеку в повседневной жизни.

В связи с чем основной *целью программы воспитания* является создание оптимальных условий для формирования в МАУ ДО Бердюжского района «ДЮСШ» единого воспитательного пространства, в основе которого лежит личность каждого ребенка, формирование духовно-развитой, творческой, нравственно и физически здоровой личности, способной на сознательный выбор жизненной позиции, на самостоятельную выработку идей на современном уровне, умеющей ориентироваться в современных социокультурных условиях.

Задачи рабочей программы воспитания:

- Пропаганда и профилактика здорового образа жизни среди детей 6-12 лет;
- Приобщение к занятиям физической культурой и спортом, в том числе и к футболу. Формирование творческого потенциала среди детей 6-12 лет, выявление одаренных детей,
- Формирование духовно-нравственной и физически развитой личности
- Профилактика правонарушений, работа с детьми «группы риска».

Ожидаемые результаты:

- Увеличение количества детей, занимающихся физической культурой и спортом, в частности мини-футболом. Достойные выступления и достижения детей на районных, региональных соревнованиях по мини-футболу;
- Становление физически и духовно-развитой личности;
- Уменьшение количества правонарушений среди детей путем вовлечение детей «группы риска» к занятиям по футболу.

Для достижения поставленных нами задач, мы используем такие формы проведения воспитательных мероприятий как: акции, товарищеские турниры, выпуск листовок, беседы.

К методам воспитательного воздействия относим: убеждение, разъяснение, метод примера, поручения, стимулирования и мотивации деятельности.

4.6. Календарный план воспитательной работы

Направления воспитательной работы		Мероприятия	Сроки проведения
Физическое воспитание	Организация плановой физической подготовки	Вводный инструктаж по технике безопасности во время занятий по мини-футболу Тренировочный процесс	Март
	Проведение спортивно-массовых мероприятий	Соревнования по мини-футболу среди мальчиков Соревнования по мини-футболу среди девочек	Апрель
Гражданско-патриотическое воспитание	Формирование гражданина патриота. Воспитание учащихся на героических подвигах	Акция «Ветеран живет рядом» (беседы о ветеранах спорта, проживающих в родном селе)	Апрель-май
	Воспитание занимающихся на спортивных традициях		
Расширение общего кругозора и эстетическое воспитание	Расширение познаний в области спорта	Краткий курс теории: «Зарождение и развитие футбола в мире, в стране».	май
		Соревнования между группами, посвященные Международному женскому дню	март

Связь с семьей	Разъяснение об ответственности родителей за воспитание своих детей	Выпуск листовок и их распространение в родительских чатах мессенджеров Viber, WhatsApp на тему: «Семья-самое теплое место на Земле»	июнь
	Привлечение родителей к проведению и участию в физкультурно-оздоровительных и спортивных мероприятиях	Соревнования между группами: «Вместе веселей!» (по согласованию с руководством школы)	июль

4.7. Описание материально – технических условий реализации программы

Материально-техническое обеспечение

Материально-техническая база образовательного учреждения соответствует санитарным и противопожарным нормам, нормам охраны труда. Для реализации программы созданы следующие материально-технические условия:

Спортивный зал, спортивная площадка на улице, мячи (футбольные), гимнастические скамейки, футбольные ворота, мешочки с песком, набивные мячи, табло спортивное, конусы, обручи, скакалки – имеются в достаточном для проведения занятий по футболу количестве.

Требования к форме: спортивная обувь (кеды), футболка, шорты, наколенники.

Кадровое обеспечение

Реализация программы «Школа мини-футбола» осуществляется тренером – преподавателем – со средне-специальным образованием по направлению подготовки «Физическая культура» Филипповым Дмитрием Сергеевичем.

Информационное обеспечение:

Официальный сайт МАУ ДО Бердюжского района «ДЮСШ»

<https://bdussh.ru/>

Социальные сети МАУ ДО Бердюжского района «ДЮСШ»

<https://vk.com/club167873641>

<https://ok.ru/group/70000002456914>

Учебно-методическое обеспечение:

Методические материалы:

- ❖ методические пособия и учебные пособия по обучению «Мини-футболу»;
- ❖ литература по обучению базовой технике;
- ❖ словари терминов;
- ❖ описание техники безопасности.

У Список литературы

5.1. Список литературы для педагога

1. Адашкявичене Э.Й. «Спортивные игры и упражнения в детском саду» М.: Просвещение, 2002г.
2. Алексеева, Л.М. «Спортивные праздники и физкультурные досуги в ДОУ» / Л.М. Алексеева. - М.: 2005
3. Андреев С.Н., Алиев Э.Г. «Мини-футбол в школе», Издательство: «Советский спорт», 2006, 224 с.;
4. Андреев С.Л. Футбол - твоя игра. - М.: Просвещение, 2009. - 144 с.
5. Боген М.М. Обучение двигательным действиям. - М.: Физкультура и спорт, 1985.
6. Верхошанский Ю.В. Программирование и организация тренировочного процесса.- М.: ФиС, 2003, с. 26-83.;
7. Голомазов С.В. «Футбол: теоритические основы тренировки ловли и отражения мяча вратарями» -М.: ТВТ Дивизион, 2006г.
8. Глазырина Л.Д. Методика физического воспитания детей дошкольного возраста: Пособие для педагогов дошкольных учреждений / Л.Д. Глазырина, В.А. Овсянкин. - М.: Гуманит. изд. центр Владос, 2000.г.
9. Желобкович Е.Ф. «Футбол в детском саду». –М.: Издательство «Скрипторий 2003», 2009г
10. Мутко В.Л., Андреев С.Н., Э.Н. Алиев «Мини-футбол – игра для всех»/ Учебно – методическое пособие. Издательство: «Советский спорт», 2007 год, 264 с.;
11. Николаева Н.И. «Школа мяча» СПб: Детство – пресс, 2012г.
12. Спортивные игры. Техника, тактика обучения: Учеб. для студентов пед. ву-зов / Под ред. Ю.Д. Железняк, Ю.М. Портнова. - М.: АКАДЕМИЯ, 2001.
13. Теория и методика физического воспитания: Учебн. Для ин-тов физ.культ. / Под ред. Л.П. Матвеева и А.Д. Новиков. Т. I - М.: ФиС, 2006 - 304с.;

14. Футбол. Учебник для институтов физической культуры. Под общ.ред. М.С. Полишкиса, В.А.Выжгина. М. Физкультура, образование и наука. 2006г..

15. Физиология человека: Учебн. для ИФК. 5-е изд./ Под ред. Н.В. Зимкина. - М.: ФиС, 2006. - 496с.

16. 500 игр и эстафет. Под редакцией В.В. Кузина, С.А. Полиевского.М. «Физкультура и спорт». 2000г.

5.2. Список литературы для родителей и обучающихся

1. Андреев СИ. Футбол - твоя игра. - М.: Просвещение, 1989.

2. Былеева Л.А., Яковлев В. «Подвижные игры», Москва « Физкультура и спорт». 2005г.

3. Коротков И.М. «Подвижные игры для детей» М., «Советская Россия» , 2006г.

ИНСТРУКЦИЯ

по охране труда при проведении занятий
по спортивным и подвижным играм
(футбол, волейбол, баскетбол, теннис и др.)
ИОТ – 021 – 98

1. Общие требования безопасности.

- 1.1. К занятиям по спортивным и подвижным играм допускаются лица, прошедшие медицинский осмотр и инструктаж по охране труда.
- 1.2. При проведении занятий должно соблюдаться расписание учебных занятий, установленные режимы занятий и отдыха.
- 1.3. При проведении занятий по спортивным и подвижным играм возможно воздействие на обучающихся следующих опасных факторов:
- травм при столкновениях, нарушении правил проведения игры, при падениях на мокром, скользком полу или площадке.
- 1.4. Занятия по спортивным и подвижным играм должны проводиться в спортивной одежде и спортивной обуви с нескользкой подошвой.
- 1.5. При проведении занятий по спортивным и подвижным играм должна быть мед. аптечка, укомплектованная необходимыми медикаментами и перевязочными средствами для оказания первой помощи при травмах.
- 1.6. Руководитель занятий и обучающиеся обязаны соблюдать правила пожарной безопасности, знать места расположения первичных средств пожаротушения.
- 1.7. О каждом несчастном случае с обучающимися руководитель занятий обязан немедленно сообщить администрации учреждения, оказать первую помощь пострадавшему.
- 1.8. В процессе занятий руководитель и обучающиеся должны соблюдать правила проведения спортивной игры, ношения спортивной одежды и спортивной обуви, правила личной гигиены.
- 1.9. Лица, допустившие невыполнение или нарушение инструкции по охране труда, привлекаются к дисциплинарной ответственности в соответствии с правилами внутреннего трудового договора и, при необходимости, подвергаются внеочередной проверке знаний норм и правил охраны труда.

2. Требования безопасности перед началом занятий.

- 2.1. Надеть спортивную форму и спортивную обувь с нескользкой подошвой.
- 2.2. Проверить надёжность установки и крепления стоек и перекладин футбольных ворот, баскетбольных щитов и другого спортивного оборудования.
- 2.3. Проверить состояние и отсутствие посторонних предметов на полу или спортивной площадке.
- 2.4. Провести разминку, тщательно проветрить спортивный зал.

3. Требования безопасности во время занятий.

- 3.1. Начинать игру, делать остановки в игре и заканчивать игру только по команде (сигналу) руководителя занятий.
- 3.2. Строго выполнять правила проведения подвижной игры.
- 3.3. Избегать столкновения с игроками, толчков и ударов по рукам, ногам игроков.
- 3.4. При падениях необходимо сгруппироваться во избежание получения травмы.
- 3.5. Внимательно слушать и выполнять все команды (сигналы) руководителя занятий.

4. Требования безопасности в аварийных ситуациях.

- 4.1. При возникновении неисправности спортивного оборудования и инвентаря, прекратить занятия и сообщить об этом администрации учреждения. Занятия продолжать только после устранения неисправности или замены спортивного оборудования и инвентаря.
- 4.2. При получении обучающимся травмы немедленно оказать первую помощь пострадавшему, сообщить об этом администрации учреждения, при необходимости отправить пострадавшего в ближайшее лечебное учреждение.
- 4.3. При возникновении пожара в спортивном зале немедленно эвакуировать обучающихся из зала через все имеющиеся эвакуационные выходы, сообщить о пожаре администрации учреждения и в ближайшую пожарную часть. Приступить к тушению пожара с помощью имеющихся первичных средств пожаротушения.

5. Требования безопасности по окончании занятий.

- 5.1. Убрать в отведённое место спортивный инвентарь и провести влажную уборку спортивного зала.
- 5.2. Тщательно проветрить спортивный зал.
- 5.3. Снять спортивную одежду и спортивную обувь, принять душ или вымыть лицо и руки с мылом.