

Муниципальное учреждение дополнительного образования  
«Центр дополнительного образования детей «Орбита»  
(МУ ДО «ЦДОД «Орбита»)

Принята:  
Решением Педагогического совета  
МУ ДО «ЦДОД «Орбита»  
Протокол № 4  
от «16» апреля 2025 г.



Утверждаю:  
Директор МУ ДО «ЦДОД «Орбита»  
О.Н. Смирнова  
«16» апреля 2025 г.

Дополнительная общеобразовательная программа –  
дополнительная общеразвивающая программа

### «Мини-футбол»

Мини-футбол  
Объединение «Мини – футбольный клуб «Орбита»

Направленность:  
физкультурно-спортивная

Базовый уровень

Для учащихся: 7-12 лет

4 года обучения

Составитель:  
Выучейский А.П.,  
педагог дополнительного  
образования

Сыктывкар,  
2025 г.

## Структура программы:

1. Комплекс основных характеристик программы.....	3
1.1. Пояснительная записка.....	3
1.2. Цель и задачи программы.....	7
1.3. Содержание программы.....	8
1.4. Планируемые результаты.....	41
2. Комплекс организационно - педагогических условий, включая формы аттестации.....	42
2.1. Условия реализации программы.....	42
2.2. Формы аттестации.....	42
2.3. Оценочные материалы.....	43
2.4. Методические материалы.....	43
2.5. Список литературы.....	49
3. Приложения.....	50

# 1. Комплекс основных характеристик программы

## 1.1. Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная программа – дополнительная общеразвивающая программа «Мини-футбол» (далее - Программа) разработана на основании нормативных правовых актов:

- Федеральный Закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://zakon-ob-obrazovanii.ru>

- Приказ Министерства просвещения России от 27 июля 2022 г. № 629 г. Москва «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/405245425>

- «Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года». Утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678-р. Москва.

- Постановление главного 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 молодёжи» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://docs.cntd.ru/document/566085656>

- Постановление Правительства Республики Коми от 11 апреля 2019 г. № 185 «О стратегии социально-экономического развития Республики Коми на период до 2035 года» [Электронный ресурс]. – Режим доступа <https://clck.ru/TjJbM>

- Решение Совета МО ГО "Сыктывкар" от 10.12.2019 № 44/2019-619 "О внесении изменений в решение Совета МО ГО "Сыктывкар" от 08.07.2011 № 03/2011-61 "О Стратегии социально-экономического развития МО ГО "Сыктывкар" до 2030 года" [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://clck.ru/TjJea>

Достижение высокого уровня физической культуры населения, увеличение доли граждан, ведущих здоровый образ жизни, являются приоритетными направлениями социально-экономического развития РК и г. Сыктывкар. Программа «Мини-футбол» способствует реализации данной стратегической цели, т.к. игры на основе футбола развивают не только физические качества, но и являются эффективным средством укрепления здоровья, обучения здоровьесберегающим навыкам, воспитывают потребность в самостоятельных занятиях физическими упражнениями, сознательном применении их во время тренировки и отдыха.

**Направленность.** Программа физкультурно-спортивной направленности.

**Уровень освоения программы:** базовый. Программа является логическим продолжением программы «Юный футболист» для детей 5-7 лет; Программа расширяет понятийный аппарат, увеличивает практико-ориентированную

деятельность, подводит к осознанию значения приобретённых знаний, умений, тактической и технической подготовки по мини-футболу как первых шагов в направлении выбора будущей профессиональной деятельности.

**Актуальность.** Актуальность Программы определяется высоким запросом со стороны детей и их родителей. По результатам мониторинга реализации муниципальных моделей развития дополнительного образования на территории МО ГО «Сыктывкар» за 2021 и 2022г. возрастает количество программ физкультурно-спортивной направленности: 2021г – 126; в 2022 г. – 211. Среди них 14 программ по мини-футболу.

Программа востребована, так как удовлетворяет потребности детей в двигательной активности, обеспечивает правильное физическое развитие, поддерживает и укрепляет здоровье, способствует социализации детей в обществе.

Этот вид спорта формирует такие положительные навыки и черты характера, как взаимопомощь, активность, чувство ответственности, а также умение подчинять свои личные интересы интересам коллектива, команды. Учащиеся научатся базовым основам мини-футбола, что позволит участвовать в соревновательной деятельности.

#### **Отличительные особенности программы.**

При разработке Программы была учтена комплексная программа физического воспитания учащихся I - XI классов, утвержденная Министерством образования Российской Федерации.

Программа составлена на основе примерной программы спортивной подготовки для Детско-юношеских спортивных школ, специализированных Детско-юношеских школ олимпийского резерва «Мини-футбол (Футзал)» коллектив авторов-составителей: Андреев С.Н., Алиев Э.Г., Левин В.С., Еременко К.В.; 2010 год.

Отличие Программы от перечисленных источников заключается в следующем:

- Программа адаптирована под местные условия: район Крайнего севера, длительность зимнего периода;
- внесены изменения в содержание учебного материала: содержание программы направлено на социализацию личности учащегося, здоровый образ жизни;
- добавлены разделы: психологическая подготовка и восстановительные мероприятия, сведения по истории мини-футбола, его атрибутике; развитию мини-футбола в Республике Коми и её столице;
- увеличена двигательная активность за счёт дидактических игр;
- уделяется внимание подготовке школьников к жизненному и профессиональному самоопределению;

- обучение строится с использованием современных технологий.

**Адресат (учащиеся, категории учащихся).** Программа предназначена для детей, желающих в совершенстве овладеть техникой и тактикой игры в мини-футбол.

Набор детей в группы 1 года обучения осуществляется с 7 летнего возраста, при наличии медицинского заключения о состоянии физического здоровья и на основе письменного заявления родителей (законных представителей) через сайт ПФДО Коми (<https://komi.pfdo.ru/>) или самого учащегося, достигшего возраста 12-ти лет.

Состав учащихся в группах постоянный, однополый, разновозрастной. Возможен прием детей в группы других годов обучения при условии уже имеющихся умений и навыков технической подготовки и физических данных ребенка (выявляется при проведении входящей диагностики) или наличия справки об обучении в другой организации. По Программе могут заниматься дети с ограниченными возможностями здоровья, находящиеся в ТЖС, состоящие на разных профилактических учётах. Количество учащихся в группе не менее 15 человек.

**Срок освоения программы.**

Объем программы – 720 часов.

Программа рассчитана на 4 года обучения.

1 год обучения: 144 часа в год

2 год обучения: 144 часов в год

3 год обучения: 216 часов в год

4 год обучения: 216 часов в год

**Формы обучения.** Очная

**Формы организации образовательного процесса:** групповая с использованием индивидуального подхода (учёт индивидуальных физиологических и психологических особенностей и возможностей). Возможна работа фронтально, в парах и подгруппах.

**Виды занятий.** Программа предусматривает теоретические и практические занятия. Преобладают практические занятия. Изучение теоретического материала Программы осуществляется в диалоговом и групповом формате.

**Режим занятий – периодичность и продолжительность занятий**

Год обучения	Количество часов	Количество занятий в неделю	Продолжительность занятия
1 год обучения	144	2-3	40 минут
2 год обучения	144	2-3	40 минут
3 год обучения	216	3	40 минут
4 год обучения	216	3	40 минут

Режим занятий составлен в соответствии с требованиями "Санитарно-эпидемиологических требований к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей" Сан ПиН 2.4.4.3172 – 14.

## **1.2. Цель и задачи программы**

**Целью Программы является:** развитие и совершенствование физических качеств, двигательных способностей учащихся посредством занятий мини-футболом; содействие профессиональному самоопределению учащихся.

### **Задачи Программы:**

*обучающие:*

- \* способствовать получению новых знаний по истории мини-футбола, его атрибутах, развитию игры в РК, городе;
- \* дать представление о ключевых компонентах здорового образа жизни, научить следовать им в повседневной жизни;
- \* обучить техническим и тактическим основам игры в мини-футбол;
- \* научить восстанавливать организм после проведения тренировок и соревнований;
- \* способствовать приобретению учащимися инструкторского и судейского опыта по мини-футболу;
- \* подготовить учащихся к выполнению нормативных требований по мини-футболу;

*развивающие:*

- развивать у учащихся умения планировать и регулировать свою деятельность;
- формировать и развивать компетентность в области работы с информацией;
- содействовать формированию самонаблюдения и самооценки в процессе познавательной и спортивной деятельности;
- \* развивать навыки коммуникативных действий со взрослыми и детьми разного возраста. умение работать в коллективе;

*воспитательные:*

- \* способствовать воспитанию смелости, воли, настойчивости, инициативы, трудолюбия и дисциплинированности, бойцовских качеств юных спортсменов;
- \* формировать культуру здорового и безопасного образа жизни;
- \* воспитывать российскую гражданскую идентичность;
- \* развивать рефлексивную деятельность учащихся.

### 1.3. Содержание программы

#### Учебный план (сводный)

№ п\п	Название раздела, темы	Кол-во часов 1 г.о.			Кол-во часов 2 г.о			Кол-во часов 3 г.о			Кол-во часов 4 г.о			Всего
		всего	Т	П	всего	Т	П	всего	Т	П	Всего	Т	П	
1	Введение	4	3	1	4	3	1	4	3	1	4	3	1	16
2	Общая физическая и специальная физическая подготовка	78	15	63	69	6	63	86	25	61	51	10	41	284
3	Техническая подготовка	43	3	40	52	2	50	74	5	69	92	13	79	261
4	Психологическая подготовка	4	3	1	2	-	2	4	-	4	5	-	5	15
5	Восстановительные мероприятия	7	2	5	5	-	5	7	-	7	10	1	9	29
6	Тактическая подготовка	-	-	-	-	-	-	20	5	15	22	-	22	42
7	Соревнования	6	1	5	10	1	9	19	-	19	30	-	30	65
8	Промежуточная аттестация	2	1	1	2	1	1	2	1	1	2	1	1	8
	Итого	144	28	116	144	14	130	216	39	177	216	28	188	720

#### 1 год обучения

##### Задачи

##### *обучающие:*

- получить первоначальные знания по истории мини-футбола, его атрибутов; освоить элементарные технические и практические приёмы игры;
- овладеть основами личной гигиены;
- знать основные понятия, упрощённые правила игры в мини-футбол;
- осознавать роль физической культуры в жизни человека;

##### *развивающие:*

- развивать у учащихся умения планировать и регулировать свою деятельность;
- формировать и развивать компетентность в области работы с информацией;
- содействовать формированию самонаблюдения и самооценки в процессе познавательной и спортивной деятельности;

\* развивать навыки коммуникативных действий со взрослыми и детьми разного возраста. умение работать в коллективе;

##### *воспитательные:*

- \* способствовать воспитанию смелости, воли, настойчивости, инициативы, трудолюбия и дисциплинированности, бойцовских качеств юных спортсменов;
- \* формировать культуру здорового и безопасного образа жизни;
- \* воспитывать российскую гражданскую идентичность.

### ***Планируемый результат:***

*Знать:*

1. Роль физической культуры в жизни человека.
2. Общие и индивидуальные основы личной гигиены.
3. Основные понятия, правила игры в мини-футбол.
4. Терминологию мини-футбола, историю мини-футбола, атрибутов.

*Уметь* выполнять передачу и остановку мяча.

*Сдать:* контрольные нормативы.

*Воспитана* потребность к регулярным занятиям мини-футболом.

### Учебно-тематический план

№ п/п	Название раздела, темы	Кол-во часов			Виды контроля/аттестации
		всего	Т	П	
1	Введение	4	3	1	Входящая диагностика
2	Общая физическая и специальная физическая подготовка	78	15	63	
3	Техническая подготовка	43	3	40	
4	Психологическая подготовка	4	3	1	
5	Восстановительные мероприятия	7	2	5	Текущий контроль
6	Соревнования	6	1	5	
7	Промежуточная аттестация	2	1	1	Промежуточная аттестация
	Итого	144	28	116	

Специфика физкультурно-спортивной направленности предполагает чередование разделов в течение учебного года.

### Содержание учебного плана

**Раздел 1. Введение – 4 ч.**

1. Вводное занятие «Введение в образовательную программу»

*Теория:*

1. Знакомство учащихся с образовательной программой, правила работы в учебной группе, перспективами роста учащихся.
2. Получение информации о каждом ученике группы, рассказ о себе, традициях детского объединения футболистов. Беседа по профилактике травматизма на дорогах.
3. Техника безопасности на учебно-тренировочных занятиях.

*Практика:*

1. Общеразвивающие упражнения (для мышц туловища, рук, ног, шеи)

2. Специализированные эстафеты, игры.
3. *Входящая диагностика (Приложения №1,4)*

## **Раздел 2. Общая физическая и специальная физическая подготовка – 78 ч.**

### *Теория:*

История развития мини-футбола в городе Сыктывкаре.

Определение понятия «игровые виды спорта» (футбол, мини-футбол, волейбол, баскетбол)

Достижения футболистов города на республиканских и российских соревнованиях.

Роль физической культуры и спорта в жизни человека.

Понятие об общей и специальной подготовке.

Знакомство со спортивной терминологией.

История игры мини-футбол, его атрибутика.

### *Практика:*

*Общеразвивающие упражнения с предметами и без предметов*

1. Комплексы общеразвивающих упражнений для рук, ног, шеи и туловища.
2. Комплексы упражнений в парах.

*Подвижные игры и эстафеты*

1. «Борьба за мяч», «Бой петухов», «Не давай мяч водящему», «Защита крепости».
2. Эстафеты с бегом, с переноской набивных мячей, преодоление препятствий.

*Упражнения для развития быстроты*

1. По сигналу, рывки на 5-10 метров из различных исходных положений; стоя спиной, лицом, из приседа, из седа, левым и правым боком к направлению движения.

*Упражнения для развития дистанционной скорости*

1. Ускорение на 15-20 м.
2. Бег между стойками.
3. Бег с резким изменением направления и скорости движения.

*Упражнения на развитие ловкости и координации движения*

1. Прыжки с поворотом на 180 градусов (вправо, влево).
2. Жонглирование мячом.
3. Подвижные игры «Живая цель», «Салки».
4. Спортивный праздник, посвящённый Дню защитника Отечества. Веселые старты

## **Раздел 3 Техническая подготовка – 43 ч.**

### *Теория:*

1. Терминология в спорте (гимнастическая, футбола, история мяча).
2. Основы техники футбола.

### *Практика:*

*Техника передвижения (перемещения)*

1. Бег по прямой, с изменением скорости и направления.

2. Стартовые ускорения скрестным шагом и остановки. Стартовые ускорения приставным шагом и остановки.

3. Прыжки на одной, на двух ногах (вправо, влево, с продвижением вперед и назад), прыжки вверх толчком двух ног с места, толчком одной и двух ног с разбега.

#### *Ведение мяча*

1. Ведение мяча внешней частью, внутренней частью подъема и внутренней стороной стопы: правой, левой ногой и поочередно; по прямой, меняя направление, между стоек.

#### *Остановка мяча*

1. Остановка катящегося мяча подошвой на месте.

2. Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы на месте.

#### *Передачи мяча*

1. Передача мяча внутренней стороной стопы на месте.

2. Передача мяча серединой подъема на месте.

#### *Удары по мячу ногой*

1. Удары правой и левой ногой, внутренней стороной стопы.

2. Удары по неподвижному мячу.

3. Выполнение удара после ведения.

### **Раздел 4. Психологическая подготовка - 4 ч.**

#### *Введение в занятия психологических умений и навыков (1 фаза - ознакомляющая)*

1. Тренировка (обучение) способности расслабляться, концентрации внимания, повышения внимания.

2. Психотехнические упражнения и игры для развития психических процессов. Упражнения на концентрацию внимания, развития памяти, навыков тактического мышления, принятия решения, коррекция самооценки и т.д.

3. Тренинги на выявление и формирование тех или иных личностных качеств обучающихся.

4. Развивающие игры и состязания.

5. Тренинг на ознакомление и сплочение команды.

6. Релаксационные занятия.

### **Раздел 5. Восстановительные мероприятия – 7 ч.**

#### *Теория:*

- Понятия «природные задатки и способности», «возможности человеческого организма».

- Понятие о здоровом образе жизни. Презентация «Правильное питание в подростковом возрасте». ([https://harmony-ang.ucoz.ru/data/Info/roditeli/prezentacija\\_zozh.pdf](https://harmony-ang.ucoz.ru/data/Info/roditeli/prezentacija_zozh.pdf))

- Основы гигиены:

- Гигиенические требования к занятиям.

- Понятие о травмах (краткая характеристика травм). Беседа с элементами игры «Как оказать первую медицинскую помощь».

- Личная гигиена, гигиена одежды и обуви.

- Понятие о режиме и его значении в жизнедеятельности человека.

- *Практика:*

Используются психолого-педагогические, гигиенические и медико-биологические, физиотерапевтические средства восстановления.

*Текущий контроль по теме «Личная гигиена» (Приложение №1)*

**Раздел 6.** Соревнования – 6 ч.

*Теория:*

Значение спортивных соревнований.

1. Структура проведения соревнований, упрощенные правила игры в мини-футбол.

2. Лучшие команды и игроки города.

*Практика:*

Учебные и контрольные игры в мини-футбол.

Игры, посвященные Дню Победы

**Раздел 7.** Промежуточная аттестация -2 ч.

*Теория:* Проверка усвоения теоретического материала. (Приложение №1)

*Практика:*

1. Установление уровня физической подготовленности на конец года.

Игры, посвященные Дню Победы

## 2 год обучения

### Задачи

#### *обучающие:*

- изучить основы тактического построения игры;
- изучить основные положения и правила мини-футбола, базовые приемы игры в мини-футбол (ведение, передача, остановка мяча);
- развивать специальные физические качества (быстроту, ловкость, координацию, выносливость);

#### *развивающие:*

- развивать у учащихся умения планировать и регулировать свою деятельность;
- формировать и развивать компетентность в области работы с информацией;
- содействовать формированию самонаблюдения и самооценки в процессе познавательной и спортивной деятельности;
- \* развивать навыки коммуникативных действий со взрослыми и детьми разного возраста. умение работать в коллективе.

#### *Воспитательные:*

- \* способствовать воспитанию смелости, воли, настойчивости, инициативы, трудолюбия и дисциплинированности, бойцовских качеств юных спортсменов;
- \* формировать культуру здорового и безопасного образа жизни;
- \* воспитывать российскую гражданскую идентичность.

### Планируемый результат

#### *Знать:*

1. Причины травматизма и правила их предупреждения.
2. Минимум знаний о правилах мини-футбола.
3. Основы тактического построения игры.

#### *Уметь:*

1. Владеть техническими приемами: ведение, передача, остановка мяча.

*Сдать 2 раза контрольные нормативы.*

*Принять участие в городских соревнованиях.*

*Налажена атмосфера трудолюбия, взаимопомощи, коммуникабельности в детском коллективе.*

### Учебно-тематический план

№ п/п	Название раздела, темы	Кол-во часов			Виды контроля/аттестации
		всего	Т	П	
1	Введение	4	3	1	Входящая диагностика
2	Общая физическая и специальная физическая подготовка	69	6	63	
3	Техническая подготовка	52	2	50	Текущий контроль
4	Психологическая подготовка	4	3	1	
5	Восстановительные мероприятия	2	-	2	
6	Соревнования	5	-	5	
7	Промежуточная аттестация	2	1	1	Промежуточная аттестация
	Итого	144	28	116	

## Содержание учебного плана

### Раздел 1. Введение – 4 ч.

#### 1. Вводное занятие «Введение в образовательную программу»

##### *Теория:*

2. Знакомство учащихся с образовательной программой, правила работы в учебной группе, перспективами роста учащихся,
3. Получение информации о каждом ученике группы, рассказ о себе, традициях детского объединения футболистов.
4. Техника безопасности на учебно-тренировочных занятиях. Беседа по профилактике травматизма на дорогах.

##### *Практика:*

1. Общеразвивающие упражнения (для мышц туловища, рук, ног, шеи)
2. Специализированные эстафеты, игры.
3. *Входящая диагностика (Приложение №1, 4)*

### Раздел 2 Общая физическая и специальная физическая подготовка – 69 ч.

##### *Теория:*

Понятие об общей и специальной физической подготовке.

1. Знакомство с понятиями физических упражнений направленного воздействия (быстрота, гибкость, ловкость, выносливость).
2. Техника безопасности на учебно-тренировочных занятиях

##### *Практика:*

##### *Общеразвивающие упражнения с предметами и без предметов*

1. Комплексы общеразвивающих упражнений с локальным воздействием на отдельные группы мышц (рук, ног, шеи и туловища).

##### *Упражнения для развития быстроты*

1. Бег 10-15 метров из различных исходных положений - сидя лицом, правым (левым) боком, лежа на спине (животе). Ускорение на 15-30 метров (без мяча, с мячом). Бег спиной вперед, скрестным или приставным шагом. Рывок на 5-7 метров после прыжка вверх, прыжка вверх с поворотом на 180 градусов

##### *Упражнения на развитие ловкости*

1. Передвижение с ведением мяча, обводкой и ударами по мячу.
2. Эстафеты с элементами акробатики (кувырки вперед с переходом на быстрый бег, ведение мяча, обводки и т.д.).
3. Прыжки вверх с места, с разбега, выполняя удары головой по мячу, подвешенному на различной высоте.

##### *Подвижные игры и эстафеты*

1. Эстафеты с элементами спортивных игр.
2. Эстафеты с элементами игры в мини-футбол.
3. Подвижные игры (с предметами и без предметов).

##### *Спортивные игры*

1. Баскетбол, ручной мяч, регби (по упрощенным правилам)

Спортивный праздник, посвященный Дню защитника Отечества. Веселые старты

### **Раздел 3. Техническая подготовка – 52 ч.**

#### *Теория:*

#### 1. Развитие футбола в Республике Коми:

- лучшие команды и игроки Республики Коми.
- достижения футболистов Республики в российских соревнованиях.

#### 2. Предупреждение травматизма:

- причины травм и их профилактика;
- оказание первой медицинской помощи.

#### 3. Классификация техники футбола (техника передвижения, прыжки, остановка).

#### *Практика:*

#### Техника передвижений (перемещений)

Бег с изменением скорости и направления.

Стартовое ускорение скрестным шагом и остановки.

Стартовое ускорение приставным шагом и остановки.

Прыжки на одной ноге вправо, влево, с продвижением вперед и назад.

Прыжки вверх толчком двух ног с места.

#### Ведение мяча

1. Ведение мяча серединой подъема и носком.

2. Ведение мяча ранее изученными способами, изменяя скорость передвижения с обводкой препятствий - стоек, барьеров.

#### Остановка мяча

1. Остановка подошвой и внутренней стороной стопы катящегося и опускающегося мяча.

2. Остановка летящего мяча бедром.

3. Обучение погашению скорости полета мяча.

#### Передача мяча

1. Внутренней стороной стопы на месте.

2. Передача носком на месте.

3. Передача мяча серединой подъема на месте.

#### Удары по мячу ногами

1. Удары по мячу внутренней стороной стопы на месте.

2. Удары серединой подъема по неподвижному мячу.

3. Удары по мячу носком, пяткой назад.

*Текущий контроль по теме «Упрощённые правила игры в футбол» (Приложение №1)*

### **Раздел 4. Психологическая подготовка – 2 ч.**

Введение в занятия психологических умений и навыков (1 фаза - ознакомляющая) – продолжение. Тренировка (обучение) способности расслабляться, концентрации внимания, повышения внимания, умение устранять стресс, развитие уверенности, повышение мотивации.

1. Психотехнические упражнения и игры для развития психических процессов. Упражнения на концентрацию внимания, развития памяти,

навыков тактического мышления, принятия решения, коррекция самооценки и т.д.

2. Тренинги на выявление и формирование тех или иных личностных качеств обучающихся.
3. Развивающие игры и состязания.
4. Тренинг на ознакомление и сплочение команды.
5. Релаксационные занятия.
6. Диагностика уровня психомоторного развития для реализации индивидуального подхода в учебно-тренировочном процессе и формирование индивидуального стиля деятельности (определение «ведущей» руки и ноги) – см. Приложение № 5

## **Раздел 5. Восстановительные мероприятия – 5 ч.**

*Теория:*

1. Влияние физических упражнений на развитие и состояние различных органов и систем организма.
2. Основы гигиены:
  - питание, его значение в сохранении и укреплении здоровья, понятие о гигиене отдыха и занятий спортом; презентация «Правильное питание в подростковом возрасте».
  - личная гигиена, гигиена одежды и обуви.
3. Закаливание - как одно из мер профилактики заболеваний.
4. Беседа с элементами игры «Как оказать первую медицинскую помощь».

*Практика:*

Используются психолого-педагогические, гигиенические, биологические, средства восстановления (Приложение №5)

## **Раздел 6. Соревнования – 10 ч.**

*Теория:*

Правила мини-футбола:

Размеры площадки, ворот.

Размеры и вес мяча.

Составы команд.

Правила игры - нарушения.

*Практика:* Товарищеские игры

1. Спартакиада школьников.
2. Первенство города по мини-футболу.
3. Игры, посвященные Дню Победы.

## **Раздел 7. Промежуточная аттестация (Приложение №1,4)**

*Теория:* Проверка усвоения теоретического материала

*Практика:*

1. Установление уровня физической подготовленности в конце года





### 3 год обучения (6 часов в неделю)

#### Задачи:

##### обучающие:

- закрепить ранее изученные технико-тактические действия;
- овладеть основными тактическими и техническими приемами игры в атаке, обороне;
- совершенствовать тактические действия в звеньях и линиях;

##### развивающие:

- развивать у учащихся умения планировать и регулировать свою деятельность;
- формировать и развивать компетентность в области работы с информацией;
- содействовать формированию самонаблюдения и самооценки в процессе познавательной и спортивной деятельности;
- \*развивать навыки коммуникативных действий со взрослыми и детьми разного возраста. умение работать в коллективе;

##### воспитательные:

- \*способствовать воспитанию смелости, воли, настойчивости, инициативы, трудолюбия и дисциплинированности, бойцовских качеств юных спортсменов;
- \*формировать культуру здорового и безопасного образа жизни;
- \*воспитывать российскую гражданскую идентичность.

#### Планируемый результат

К концу года обучения учащийся должен:

Знать:

1. Врачебный контроль и самоконтроль.
2. Технику игры в мини-футбол.
3. Владеть приемами тактических действий в игре.

Уметь выполнять технические действия с мячом на более высокой скорости и с сопротивлением соперника.

Сдать 2 раза контрольные нормативы.

Принять участие в клубных, городских, республиканских соревнованиях.

#### Учебно-тематический план

№ п\п	Название раздела, темы	Кол-во часов			Вид контроля/аттестации
		всего	Т	П	
1	Введение	4	3	1	Входящий контроль
2	Общая физическая и специальная физическая подготовка	86	25	61	
3	Техническая подготовка	74	5	69	Текущий контроль
4	Психологическая подготовка	4	-	4	
5	Восстановительные мероприятия	7	-	7	
6	Тактическая подготовка	20	5	15	
7	Соревнования	19	-	19	
8	Промежуточная аттестация	2	1	1	Промежуточная аттестация
	Итого	216	39	177	



## Содержание учебного плана

### Раздел 1. Введение 4 ч.

#### 1. Вводное занятие «Введение в образовательную программу»

##### Теория:

1. Знакомство учащихся с образовательной программой, правила работы в учебной группе, перспективами роста учащихся,
2. Получение информации о каждом ученике группы, рассказ о себе, традициях детского объединения футболистов.
3. Техника безопасности на учебно-тренировочных занятиях. Беседа по профилактике травматизма на дорогах.

##### Практика:

1. Общеразвивающие упражнения (для мышц туловища, рук, ног, шеи)
2. Специализированные эстафеты, игры.
3. *Входящая диагностика (Приложение №1,4)*

### Раздел 2. Общая физическая и специальная физическая подготовка - 86 ч.

##### Теория:

Техника безопасности на учебно-тренировочных занятиях.

1. Общая физическая подготовка как основа воспитания физических качеств спортсмена
2. Специальная физическая подготовка и ее роль в тренировке футболистов.

##### Практика:

##### *Общие развивающие упражнения с предметами и без предметов*

1. Комплексы общеразвивающих упражнений корригирующей направленности на отдельные группы мышц (руки, ноги, шея, туловище).
2. Упражнение на развитие гибкости и подвижности и подвижности суставов.

##### *Подвижные игры*

1. Специализированные эстафеты и игры

##### *Спортивные игры*

1. Баскетбол, гандбол, волейбол, регби по упрощенным правилам.

##### *Упражнения на развитие силы и быстроты*

1. Упражнения направленного воздействия на отдельные группы мышц (с предметами и без предметов, с отягощением, с сопротивлением, в парах).
2. Старты с места из различных положений: стоя, приседа, седа, упора лежа на животе и на спине.
3. Бег с максимальной скоростью с отгибанием стоек.

##### *Скоростно-силовая подготовка*

1. Прыжки на одной (на двух) ногах в движении.
2. Разнообразные прыжки, включая прыжки с отягощением.
3. Ходьба "гусиным" шагом.
4. Прыжки со скакалкой.
5. Бег, чередующийся с многоскоками.

##### *Упражнения на развитие ловкости*

1. Прыжки вверх, с поворотом на 180, 360 градусов с последующим ударом по мячу (ногой, головой).

2. Бег с препятствиями.
3. Эстафеты с использованием ранее изученных технических приемов (удар по мячу, обводка, ведение мяча и т.д.).

*Упражнения для развития специальной выносливости*

1. Бег в чередовании с ходьбой 10-15 минут.

2. Игра в «квадрат» (4 x 2)

*Упражнения на развитие гибкости*

1. Комплекс общеразвивающих упражнений на подвижность суставов, на растяжение и расслабление мышц (наклоны туловища, махи ногами, руками, «мост» и т.д.).

**Раздел 3. Техническая подготовка – 74 ч.**

*Теория:*

Биомеханика основных технических приемов игры в футбол.

1. Характеристика основных технико-тактических действий в футболе (функции игроков).

*Практика:*

*Ведение мяча*

1. Ведение осуществляется внешней и внутренней частями подъема, внутренней стороной стопы и носком.
2. Ведение с резкими остановками и изменениями направлений.

*Остановка мяча*

1. Остановка подошвой.
2. Остановка внутренней и внешней стороной стопы.
3. Остановка серединой подъема.
4. Остановка бедром.
5. Остановка грудью.

*Передача мяча*

1. Передача мяча внутренней стороной стопы.
2. Передача мяча серединой подъема.

*Удар по мячу ногой, головой*

1. Удар носком.
2. Удар внутренней и внешней стороной стопы.
3. Удар внутренней и внешней частью подъема.
4. Удар прямым подъемом.
5. Удар пяткой.
6. Удар с места.
7. Удар по катящемуся мячу.
8. Удар в движении.
9. Удар головой с места, в прыжке, в падении.

*Обманные движения (финты)*

1. Обманные движения выполняются как туловищем, так и ногами:
2. Обманные движения без мяча.
3. Обманные движения с мячом.

#### *Игра вратаря*

1. Основная стойка.
2. Введения мяча в игру.
3. Ловля мяча катящегося, летящего.
4. Ловля мяча в прыжке, броске, падении.
5. Отбивание катящегося и летящего мяча.

Спортивный праздник, посвящённый Дню защитника Отечества. Веселые старты

#### *Текущий контроль (Приложение №1)*

### **Раздел 4. Психологическая подготовка – 4 ч.**

*Практика психологических умений и навыков (2 фаза - изучение методов и способов овладения) - продолжение*

Тренировка способности расслабляться, концентрации внимания, повышения внимания, умение устранять стресс, развитие уверенности, повышения мотивации.

Психотехнические упражнения и игры для развития психических процессов

- Упражнения на концентрацию внимания, развития памяти, навыков тактического мышления, принятия решения, коррекция самооценки и т.д.
  - Упражнения на повышение вестибулярной устойчивости (представленных в ощущениях равновесия и вертикального положения физического тела по отношению к опоре).
  - Упражнения на координацию движений, как способность к их психомоторному согласованию.
  - Упражнения на распределение внимания, способности к произвольному переключения внимания.
  - Тренинги на выявление и формирование тех или иных личностных качеств обучающихся.
  - Развивающие игры и состязания. Тренинг на сплочение команды.
- Релаксационные занятия.
- Общая психологическая подготовка к соревнованиям и специальная психологическая подготовка к конкретным соревнованиям
  - Предстартовое состояние, психологическая характеристика предстартового состояния, причина его возникновения и значение для спортивного успеха, самоконтроль своего поведения во время соревнования.

### **Раздел 5. Восстановительные мероприятия – 7 ч.**

*Теория:*

Значение и содержание врачебного контроля и самоконтроля при занятиях футболом.

1. Показания и противопоказания к занятиям мини-футболом.
2. Оказание первой доврачебной помощи. Презентация «Правильное питание в подростковом возрасте».

*Практика:*

Используются психолого-педагогические, гигиенические и медико-биологические, средства восстановления. Беседа с элементами игры «Как оказать первую медицинскую помощь».

**Раздел 6. Тактическая подготовка - 20 ч.**

*Теория:*

1. Характеристика основных тактических действий в футболе:
  - Взаимодействие игроков в обороне, атаке.

Взаимозаменяемость.

*Практика:*

*Индивидуальная тактика*

1. Открывание.
2. Отвлечение соперника.
3. Закрывание.
4. Противодействие ведению, приему, удару.
5. Передача мяча.
6. Игра вратаря (выбор места в воротах, взаимодействия с партнерами).

*Командные тактические действия*

1. Быстрая атака.
2. Постепенное нападение.
3. Позиционное нападение.
4. Комбинации при вводе мяча из-за боковой линии.
5. Комбинации при вводе мяча от ворот.
6. Страховка.
7. Персональная оборона.
8. Зонная оборона.

**Раздел 7. Соревнования – 19 ч.**

*Теория:* Значение спортивных соревнований.

1. Вспомогательные виды соревнований (показательные, контрольные, товарищеские, сокращенные).

*Практика:* Учебные, контрольные, товарищеские игры. Спартакиада школьников.

Игры, посвященные Дню Победы

## **Раздел 8. Промежуточная аттестация**

*Теория:* Проверка усвоения теоретического материала (*Приложение №1,4*)

*Практика:*

1. Установление уровня физической подготовленности в конце года.

## 4 год обучения (6 часов в неделю)

### Задачи

#### *обучающие:*

- обучить футболистов отбору мяча, обыгрыванию соперника;
- совершенствовать тактические взаимодействия игроков при игре в атаке, обороне, специальные физические качества и двигательные навыки;
- изучить основы инструкторско-судейской практики;

#### *развивающие:*

- развивать у учащихся умения планировать и регулировать свою деятельность;
- формировать и развивать компетентность в области работы с информацией;
- содействовать формированию самонаблюдения и самооценки в процессе познавательной и спортивной деятельности;

\*развивать навыки коммуникативных действий со взрослыми и детьми разного возраста. умение работать в коллективе;

#### *воспитательные:*

\*способствовать воспитанию смелости, воли, настойчивости, инициативы, трудолюбия и дисциплинированности, бойцовских качеств юных спортсменов;

\*формировать культуру здорового и безопасного образа жизни;

\*воспитывать российскую гражданскую идентичность.

### Планируемый результат

К концу года обучения учащийся должен:

#### *Знать:*

1. Терминологию в судействе.
2. Иметь представление о движениях, способствующих эффективному выполнению технических приемов.
3. Расположение и порядок передвижения игроков по схемам при игре в атаке, обороне.
4. Врачебный контроль и самоконтроль.

#### *Уметь*

1. Выполнять сложные технические приемы (удар головой в прыжке, остановка мяча грудью) с сопротивлением соперника.
2. Проводить судейство на учебных играх в своей группе (по упрощенным правилам).

*Сдать* 2 раза контрольные нормативы.

*Принять* участие в городских и республиканских соревнованиях.

## Учебно-тематический план

№ п/п	Название раздела, темы	Кол-во часов			Виды контроля/аттестации
		Всего	Т	П	
1	Введение	4	3	1	
2	Общая физическая и специальная физическая подготовка	51	10	41	
3	Техническая подготовка	92	13	79	Текущий контроль
4	Психологическая подготовка	5	-	5	
5	Восстановительные мероприятия	10	1	9	
6	Тактическая подготовка	22	-	22	
7	Соревнования	30	-	30	
8	Промежуточная аттестация	2	1	1	Промежуточная аттестация
Итого		216	28	188	

## Содержание учебного плана

### Раздел 1. Введение – 4 ч.

#### 1. Вводное занятие «Введение в образовательную программу»

##### Теория:

1. Знакомство учащихся с образовательной программой, правила работы в учебной группе, перспективами роста учащихся,
2. Получение информации о каждом ученике группы, рассказ о себе, традициях детского объединения футболистов.
3. Техника безопасности на учебно-тренировочных занятиях.

##### Практика:

1. Общеразвивающие упражнения (для мышц туловища, рук, ног, шеи)
2. Специализированные эстафеты, игры.
3. Входящая диагностика (Приложение №1,4)

### Раздел 2. Общая физическая и специальная физическая подготовка – 51 ч.

##### Теория:

1. Техника безопасности на учебно-тренировочных занятиях. Беседа по профилактике травматизма на дорогах.
2. Характеристика средств, обеспечивающих повышение уровня развития качеств на разных этапах их подготовки.
3. Физическая подготовка как основа развития координационных способностей в мини-футболе.

##### Практика:

##### *Обще развивающие упражнения:*

1. Комплекс общеразвивающих упражнений направленного воздействия на разные группы мышц (с предметами и без предметов, с отягощением, с сопротивлением, в парах, у гимнастической лестницы), из различных исходных положений (наклоны, повороты, вращения, приседания и т.д.)

### *Спортивные игры*

1. Баскетбол, гандбол (по упрощенным правилам).

#### *Упражнения для развития быстроты*

1. Упражнения для развития стартовой скорости (с партнером, в тройках).

2. Рывок на 5,10 метров из различных исходных положений.

3. Подвижные игры типа «Рывок за мячом».

4. Стартовые рывки к мячу с последующим ударом по воротам, в соревновании с партнером.

#### *Упражнения для развития дистанционной скорости*

1. Ведение мяча «змейкой» с обводкой стоек, между медленно передвигающимися партнерами.

2. Бег с чередованием прыжков, через препятствия, по, разметкам.

3. Эстафетный бег.

4. Обводка препятствий (на скорость).

5. Подвижные игры типа «Салки по кругу», «Сумей догнать».

#### *Упражнения для развития скорости переключения от одного действия другому*

1. Бег с быстрым изменением способов передвижения.

2. Бег с изменением направления.

3. Бег с изменением скорости.

4. Челночный бег.

5. Выполнение элементов техники в быстром темпе (например, остановка мяча с последующим рывком в сторону и ударом по воротам).

#### *Упражнения для развития скоростно-силовых качеств*

1. Подскоки и прыжки после приседаний без отягощений и с отягощением.

2. Прыжки на одной и на двух ногах с продвижением, с преодолением препятствий.

3. Прыжки по ступенькам с максимальной скоростью.

4. Эстафеты с применением прыжков.

5. Толчки плечом партнера, борьба за мяч.

#### *Упражнения на развитие специальной выносливости*

1. Повторное выполнение беговых и прыжковых упражнений, мячом и без него.

2. Многократное повторение специальных технико-тактических упражнений (повторные рывки с мячом с последующей обводкой и ударом по воротам, с увеличением длины рывка).

3. Игровые упражнения с мячом большой интенсивности, тренировочные игры с увеличенной продолжительностью игры, с уменьшением численности состава.

#### *Упражнения на развитие ловкости*

1. Прыжки с места, с разбега толчком одной (двух) ног, доставая высоко подвешенный мяч над головой с поворотом на 90, 180 градусов.

2. Прыжки с места и разбега с ударом головой по мячу, подвешенному на разной высоте.

3. Парные и групповые упражнения с ведением мяча, обводкой стоек обманными движениями.
4. Выполнение технических приемов с элементами акробатики.
5. Бег «с тенью» (повторение движений партнера как с мячом, так и без мяча).
6. Спортивный праздник, посвященный Дню защитника Отечества. Веселые старты

### **Раздел 3. Техническая подготовка – 92 ч.**

#### *Теория:*

1. Взаимосвязь технической, физической и тактической подготовки в мини-футболе.
2. Судейская терминология, жесты.

#### *Практика:*

##### *Техника передвижений (перемещений)*

1. Упражнения, направленные на освоение стартовых ускорений, поворотов, остановок.
2. Упражнения с использованием различных видов прыжков.

##### *Ведение мяча*

1. Ведение мяча внешней и средней частью подъема.
2. Ведение мяча носком и внутренней частью подъема.

##### *Остановка мяча*

1. Остановка подошвой и внутренней стороной стопы.
2. Остановка грудью.
3. Остановка опускающегося мяча бедром.

##### *Удары ногой по мячу*

1. Удары внешней, внутренней, средней частями подъема (удары носком, пяткой).
2. Удары внутренней частью подъема по неподвижному, по медленно катящемуся, прыгающему и катящемуся навстречу мячу.
3. «Резаные» удары по неподвижному и катящемуся мячу.

##### *Удары головой по мячу*

1. Удары средней и боковой частью головы по мячу без прыжка.
2. Удары по мячу в прыжке.
3. Удары на точность.
4. Удары по встречному мячу лбом без прыжка.

##### *Отбор мяча*

1. Отбор мяча при единоборстве с соперником ударом и остановкой мяча ногой, в широком выпаде (полу шпагат и шпагат).

##### *Обманные движения (финты)*

1. Уход выпадам и переносом ноги через мяч.
2. Финты ударом ногой с «убором» мяча под себя и с пропуском мяча партнеру.
3. После передачи мяча партнером с пропуском мяча.

##### *Техника игры вратаря*

1. Ловля двумя руками снизу, сверху, сбоку, катящихся и летящих с различной скоростью и траекторией полета мячей.
2. Ловля на месте, в движении, в прыжке, без падения и с падением.
3. Ловля мяча на выходе.
4. Отбивание ладонями и пальцами мячей, катящихся и летящих в стороне от вратаря без падения и в падении.
5. Отбивание мяча кулаком.

#### *Судейская и инструкторская практика*

1. Составление комплекса упражнений по физической, технической и тактической подготовке и их проведение
2. Выполнение тренировочных занятий
3. Самостоятельное проведение, соревнований, подвижных игр, эстафет.
6. *Текущий контроль (Приложение №1)*

#### **Раздел 4. Психологическая подготовка - 5 ч.**

##### *Практика психологических умений и навыков (3 фаза - овладение)*

1. Регуляция возбуждения, тренинг идеомоторных актов (психологическая подготовка к выполнению действия), развитие уверенности, повышение мотивации, умение концентрировать внимание (внутренняя речь, психологические планы), учитывая индивидуальные особенности.
2. Психотехнические упражнения и игры для развития психических процессов.
  - Упражнения на концентрацию внимания, развития памяти, навыков тактического мышления, принятия решения, коррекция самооценки и т.д.
  - Упражнения на повышение вестибулярной устойчивости (представленных в ощущениях равновесия и вертикального положения физического тела по отношению к опоре).
  - Упражнения на координацию движений, как способность к их психомоторному согласованию.
  - Упражнения на распределение внимания, способности к произвольному переключения внимания.
3. Тренинги на выявление и формирование тех или иных личностных качеств обучающихся.
4. Развивающие игры и состязания.
5. Тренинг на сплочение команды.
6. Релаксационные занятия.
7. Общая психологическая подготовка к соревнованиям и специальная психологическая подготовка к конкретным соревнованиям.
  - Регуляция психических состояний (идеомоторная тренировка, психомышечная, психорегулирующая (вариант аутогенной тренировки, адаптированной к занятиям футболом) тренировки).

#### **Раздел 5. Восстановительные мероприятия – 10 ч.**

##### *Теория:*

1. Понятия об обмене веществ, калорийности и усвоении пищи, энергозатраты при физических нагрузках. Презентация «Правильное питание в подростковом возрасте».

2. Понятие о «спортивной форме», утомлении, переутомлении.

*Практика:*

Используются психолого-педагогические, гигиенические, и медико-биологические, средства восстановления. Беседа с элементами игры «Как оказать первую медицинскую помощь».

## **Раздел 6. Тактическая подготовка – 22 ч.**

*Теория:*

1. Значение основных тактических действий (нападение, защита). Судейские правила.

*Практика:*

*Тактика нападения*

1. Оценка позиций на поле.

2. Своевременное занятие наиболее выгодной позиции.

3. Эффективное использование технических приемов для решения тактических задач в зависимости от игровой ситуации.

4. Взаимодействие с партнерами при равном соотношении и численном превосходстве соперника, отработка комбинаций (стенка, скрещивание, комбинация «пропуск мяча»).

5. Умение использовать стандартные положения.

*Тактика защиты*

1. Противодействие маневрированию (персональная опека игрока).

2. Применение отбора мяча изученными способами.

3. Противодействие передаче, ведению и удару соперника по воротам.

4. Взаимодействие игроков обороны в численном меньшинстве и большинстве.

5. Организация и построение «стенки».

6. Организация обороны по принципу персональной и зонной защиты.

## **Раздел 7. Соревнования – 30 ч.**

*Теория:*

1. Оборудование места проведения соревнований.

2. Медицинское обслуживание участников.

3. Правила применения специальных терминов и жестов.

*Практика:*

1. Учебные, контрольные, товарищеские игры.

2. Первенства г. Сыктывкар согласно календарному плану.

3. Игры, посвященные Дню Победы.

## **Раздел 8. Промежуточная аттестация – 2 ч. (Приложение № 1,4)**

*Теория:* Проверка усвоения теоретического материала

*Практика:*

1. Установление уровня физической подготовленности в конце года.



### 1.3 Планируемые результаты.

Задачи	Планируемые результаты	Контроль
<p><i>Обучающие</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>* способствовать получению новых знаний по истории мини-футбола, его атрибутах, развитию игры в РК, городе;</li> <li>* ознакомить с ключевыми компонентами здорового образа жизни;</li> <li>* обучить техническим и тактическим основам игры в мини-футбол;</li> <li>* научить восстанавливать организм после проведения тренировок и соревнований;</li> <li>* способствовать приобретению учащимися инструкторского и судейского опыта по мини-футболу;</li> <li>* подготовить учащихся к выполнению нормативных требований по мини-футболу.</li> </ul>	<p><i>Предметные:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- учащиеся владеют знаниями по истории мини-футбола, его атрибутах, развитию игры в РК, городе;</li> <li>- знают основные компоненты здорового образа жизни, следуют рекомендациям;</li> <li>- освоили технические и тактические основы игры в мини-футбол;</li> <li>- осознают значение восстановления организма после проведения тренировок и соревнований;</li> <li>- приобрётён инструкторский и судейский опыт по мини-футболу;</li> <li>-выполняют нормативы.</li> </ul>	<p>Тестирование, контрольные нормативы, диагностика, самостоятельное проведение судейства.</p>
<p><i>Развивающие:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• развивать у учащихся умения планировать и регулировать свою деятельность;</li> <li>• формировать и развивать компетентность в области работы с информацией;</li> <li>• содействовать формированию самонаблюдения и самооценки в процессе познавательной и спортивной деятельности;</li> <li>• развивать навыки коммуникативных действий со взрослыми и детьми разного возраста. умение работать в коллективе.</li> </ul>	<p><i>Метапредметные:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- развиты умения планировать и регулировать свою деятельность;</li> <li>- владеют методами поиска, переработки, хранения и передачи информации;</li> <li>- осуществляют самонаблюдение и самооценку в процессе познавательной и спортивной деятельности;</li> <li>- умеют выстраивать коммуникацию.</li> </ul>	<p>Участие в соревнованиях различного уровня, наблюдение.</p>

<p><i>Воспитательные:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• способствовать воспитанию смелости, воли, настойчивости, инициативы, трудолюбия и дисциплинированности, бойцовских качеств юных спортсменов;</li> </ul> <p>Готовность</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• формировать культуру здорового и безопасного образа жизни;</li> <li>• воспитывать российскую гражданскую идентичность;</li> </ul> <p>* развивать рефлексивную деятельность учащихся.</p>	<p><i>Личностные:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- проявляют спортивные качества;</li> <li>- владеют культурой здорового образа жизни;</li> <li>- осознают свою принадлежность к России, республике, проявляют чувство сопричастности к спортивной истории Республики, города;</li> <li>- наличие рефлексивных способностей.</li> </ul>	<p>Диагностика уровня воспитанности, наблюдение.</p>
--	---	--

## 2. Комплекс организационно - педагогических условий

### 2.1. Условия реализации программы

#### Перечень оборудования, необходимого для реализации Программы:

№ п/п	Наименование	Количество
Материально-техническая база		
1	Спортзал (30x14 м)	1 шт.
2	Ворота	2 шт.
Инструменты		
1	Мячи	15 шт.
2	Скакалки	15 шт.
3	Стойки	10 шт.
4	Секундомер	1 шт.
5	Футбольная форма	10 шт.
6	Гимнастические скамейки	2 шт.

#### *Учебные пособия*

- Типовая программа по футболу для внешкольных учреждений и общеобразовательных школ.
- Комплексная программа физического воспитания учащихся I - XI классов, утвержденная Министерством образования Российской Федерации.
- Настольная книга тренера «Наука побеждать», Н.Г. Озолин, Москва, 2004г.
- «101 упражнение для юных футболистов», 2001г.
- «Психология в спорте»> В.П. Фомин, ФиС, 1993г.

### 2.2. Информационно - методическое обеспечение

- дидактические материалы: карточки с техническими элементами, разметка площадки; картотека упражнений; правила игры; правила судейства;

- разработка инструктажа по технике безопасности; разработки общеразвивающих упражнений и подвижных игр;
- электронные ресурсы;
  - сценарии, сборники подвижных игр, сборник упражнений;
  - учебная и дополнительная литература для педагога;
  - проведение обучающих занятий, мастер-классов, консультаций;
  - использование информационно-коммуникационных технологий (программа «Тактическая панель»).

### 2.3. Методы и технологии обучения и воспитания

*Традиционные методы обучения:* словесный, наглядный (метод показа), поощрения и похвалы.

*Узкопредметные методы:* метод *тренировки* - в основе, которой лежит метод многократного повторения, а также переменный, интервальный, игровой и соревновательный методы. Большое место в процессе обучения занимают *показ и объяснение* педагога.

Групповые практические занятия проводятся на всех этапах обучения.

В учебно-воспитательном процессе используются педагогические *технологии*, воплощающие гуманистическую направленность:

Технология	Обоснование выбора технологии	Методическая и практическая результативность применения технологии
Обучение в сотрудничестве Автор идеи: С. Л. Соловейчик	<p>Основная идея этой технологии - создать условия:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• для активной совместной учебной деятельности учащихся в разных учебных ситуациях;</li> <li>• для развития у учащихся способности усвоения нового когнитивного опыта;</li> <li>• вовлечения их в поисковую, групповую или коллективную деятельность.</li> </ul>	Использование технологии позволяет учащимся самостоятельно пополнять свои знания, развивает у них познавательную активность, ориентирует на активное, творческое освоение материала и логическое мышление, способствует мотивации и саморазвитию, а также культуре общения.
Проблемно-диалогическое обучение Автор: Мельникова Е.Л.	<p>Применение технологии обеспечивает:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- творческое усвоение знаний учащимися посредством постановки и решения проблемы учениками в организованном педагогом диалоге;</li> <li>- формирование и развитие компетенций</li> </ul>	Использование побуждающего и подводящего диалога позволяет выйти на проблему и найти пути её решения. Технология обеспечивает высокое качество усвоения знаний, эффективное развитие интеллекта и творческих способностей школьников, воспитание

		активной личности, развитие универсальных учебных действий; - позволяет снижать нервно-психические нагрузки учащихся за счет стимуляции познавательной мотивации и «открытия» знаний.
Игровая технология (дидактическая игра)	Ключевые особенности занятий с использованием дидактических игр: - вовлечение каждого в двигательные действия; - развитие физических качеств: быстрота, сила, ловкость, выносливость, гибкость; - соревновательность, мобильность, целенаправленность игры, наличие реального итога в конце игры, рефлексивная составляющая	Её использование способствует развитию ориентировки в пространстве, координации, выработке и закреплению движений; развитию интеллектуальных качеств: память, наблюдательность, сообразительности, а также таких компетенций как коммуникативная, креативное мышление, эмоциональный интеллект, командообразование, рефлексия.
Здоровьесберегающие технологии	Система здоровьесберегающих мероприятий носит комплексный характер и включает в себя средства психолого-педагогического воздействия и восстановления.	Мероприятия обеспечивают рациональное планирование учебно-тренировочных занятий, распределение и чередование нагрузок, упражнения для активного отдыха, на расслабление и восстановление дыхания; корректирующие упражнения; индивидуализация тренировочного процесса.
Информационно-коммуникационная технология	Применяется программно-технологические средства (программа «Тактическая доска»). Она позволит быстро создать любую тактическую комбинацию.	Снижение сложности процесса усвоения теоретических вопросов; формирование и развитие информационной компетенции учащихся, навыков анализа ситуации..

В работе с юными спортсменами применяется широкий круг *средств и методов воспитания*. В качестве средств используются тренировочные занятия, спортивные соревнования, беседы, собрания, общественно полезный труд, общественная деятельность.

В качестве методов формирования нравственного сознания и общественного поведения, использование положительного примера, стимулирование положительных действий (поощрение, похвала), предупреждение и обсуждение отрицательных действий. (Приложение №7. План воспитательной работы).

Педагог дополнительного образования имеет большие возможности для организации образовательного процесса, помощи ребенку в его обучении, воспитании и развитии. Но деятельность будет гораздо эффективнее, если социальными партнерами педагога станут родители ребенка. Задача педагога заключается в поиске путей взаимодействия деятельности с родителями воспитанников с целью обеспечения единой образовательной среды. Основными направлениями работы педагога являются;

- информационное педагогическое обеспечение родителей в вопросах воспитания, оздоровления, ознакомление с текущими и прогнозируемыми результатами обучения, воспитания;
- вовлечение родителей в образовательный процесс через участие родителей в занятиях учебных групп, демонстрацию родителям учебных достижений детей;
- создание системы совместного досуга детей и родителей через организацию праздников, соревнований;
- формирование родительского комитета.

(Приложение №8. План работы с родителями)

### **3.4. Формы контроля, промежуточной аттестации**

Порядок аттестации учащихся включает в себя:

- текущий контроль (в том числе и входящую диагностику) освоения дополнительной общеобразовательной программы - дополнительной общеразвивающей программы;
- промежуточную аттестацию после освоения всего объема Программы.

*Текущий контроль*

Определение «стартового» уровня физической подготовленности детей в начале цикла обучения (сдача контрольных нормативов).

Первичная диагностика уровня воспитанности учащихся (заполнение диагностической карты).

*Промежуточная аттестация*

Определение динамики уровня физической подготовленности учащихся (сдача контрольных нормативов). Определение уровня усвоения теоретического материала. Тестирование.

Диагностика уровня воспитанности учащихся (заполнение диагностической карты).

Промежуточная аттестация регламентирована этапами педагогического контроля.

Формы проведения промежуточной аттестации, критерии оценок и диагностические материалы являются приложением к данной программе. Результаты промежуточной и итоговой аттестации фиксируются в протоколах (в соответствии с «Положением о внутренней системе оценки качества образования МУ ДО «ЦДОД «Орбита»»).

Система педагогического контроля и оценки результатов дает возможность проследить развитие каждого ребенка, выявить наиболее способных, создать условия для их развития, определить степень освоения Программы и внести своевременно коррективы.

### Этапы педагогического контроля 1 год обучения

Вид контроля, сроки проведения	Цель	Форма контроля	Содержание	КИМы Критерии
Входящая диагностика. Сентябрь	Определение уровня подготовки учащихся в начале цикла обучения.	Практические навыки и умения	Сдача контрольных нормативов	Приложение № 1.
	Определить исходный уровень воспитанности учащихся	Входящая диагностика	Диагностика уровня воспитанности	Приложение № 4
Текущий контроль успеваемости	Определение уровня усвоения теоретического материала	Тест	Задания на выбор по теме «Личная гигиена»	Приложение №1
Промежуточная аттестация. Апрель.	Оценка успешности продвижения учащихся для определения уровня знаний, умений и навыков	Практические навыки и умения.  Беседа	Сдача контрольных нормативов.  Теоретические знания по программному материалу	Приложение № 1  Приложение № 1
	Проанализировать динамику уровня воспитанности учащегося	Диагностика	Личностное развитие	Приложение № 4

### 2 год обучения

Вид контроля, сроки проведения	Цель	Форма контроля	Содержание	КИМы Критерии
Входящая диагностика. Сентябрь	Определение уровня подготовки учащихся в начале цикла обучения.	Сдача контрольных нормативов	Практические навыки и умения	Приложение № 1
	Определить исходный уровень воспитанности	Диагностика уровня воспитанности	Входящая диагностика	Приложение № 4

	учащихся			
Текущий контроль успеваемости.	Определение уровня усвоения теоретического материала	Тест	Задания на выбор по теме «Правила игры в мини-футбол»	Приложение №1
Промежуточная аттестация. Апрель.	Оценка успешности продвижения учащихся для определения уровня знаний, умений и навыков	Сдача контрольных нормативов.  Беседа	Практические навыки и умения.  Теоретические знания по программе	Приложение № 1  Приложение № 1
	Проанализировать динамику уровня воспитанности учащегося.	Диагностика.	Личностное развитие	Приложение № 4

3 год обучения

Вид контроля, сроки проведения	Цель	Форма контроля	Содержание	КИМы Критерии
Входящая диагностика. Сентябрь	Определение уровня подготовки учащихся в начале цикла обучения.	Сдача контрольных нормативов	Практические навыки и умения	Приложение № 1.
	Определить исходный уровень воспитанности учащихся	Диагностика уровня воспитанности	Входящая диагностика	Приложение № 4
Текущий контроль успеваемости.	Определение уровня усвоения теоретического материала	Тест	Задания на выбор по теме «Правила игры в мини-футбол»	Приложение №1
Промежуточная аттестация. Апрель.	Оценка успешности продвижения учащихся для определения уровня знаний, умений и навыков	Сдача контрольных нормативов.  Беседа	Практические навыки и умения.  Теоретические знания (лучшие команды, игроки Р К; достижения команд Р К на российских соревнованиях; «лучшие детские команды РК, достижения.	Приложение № 1.  Приложение № 1

			Оказания первой помощи при травмах».	
	Проанализировать динамику уровня воспитанности учащегося.	Диагностика.	Личностное развитие	Приложение № 4

4 год обучения

Вид контроля, сроки проведения	Цель	Форма контроля	Содержание	КИМы Критерии
Входящая диагностика. Сентябрь	Определение уровня подготовки учащихся в начале цикла обучения.	Сдача контрольных нормативов	Практические навыки и умения	Приложение № 1
	Определить исходный уровень воспитанности учащихся	Диагностика уровня воспитанности	Входящая диагностика	Приложение № 4
Текущий контроль успеваемости.	Определение уровня усвоения теоретического материала	Тест	Задания на выбор по теме «Жесты судей»	Приложение №1
Промежуточная аттестация. Апрель.	Оценка успешности продвижения учащихся в течение года	Сдача контрольных нормативов. Беседа	Практические навыки и умения.  Теоретические знания по программе	Приложение № 1  Приложение № 1
	Проанализировать динамику уровня воспитанности учащегося.	Диагностика.	Личностное развитие	Приложение № 4

### 3.5. Список литературы

Нормативно – правовые документы:

- Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 №273-ФЗ [Электронный ресурс]. –Режим доступа: <https://clck.ru/C7fwL>
- Концепция духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России. // Данилюк А.Я., Кондаков А.М., Тишков В.А. – М.: Просвещение, 2009г. [Электронный ресурс]. –Режим доступа: <https://clck.ru/TqJRH>
- Распоряжение Правительства РФ от 29 мая 2015 г. № 996-р «Об утверждении стратегии развития воспитания на период до 2025 года» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://government.ru/docs/18312/>
- Стратегия развития воспитания в РФ на период до 2025 года (утв. распоряжением Правительства РФ от 29 мая 2015 года №996-р) [Электронный ресурс]. –Режим доступа: <http://government.ru/media/files/f5Z8H9tgUK5Y9qtJ0tEFnyHlBitwN4gB.pdf>
- Приказ Министерства просвещения России от 27 июля 2022 г. № 629 г. Москва «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/405245425>
  
- ПРИКАЗ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 05.05.2018 № 298 «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых» [Электронный ресурс]. –Режим доступа: <https://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/71932204/>
  
- ПРИКАЗ Министерства науки и высшего образования РФ и Министерства просвещения РФ от 5 августа 2020 г. № 882/391 «Об организации и осуществлении образовательной деятельности при сетевой форме реализации образовательных программ» (вместе с «Порядком организации и осуществления образовательной деятельности при сетевой форме реализации образовательных программ [Электронный ресурс]. –Режим доступа: <https://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/74526602/>
  
- ПРИКАЗ Министерства Просвещения РФ о 03 сентября 2019 года №467 «Целевая модель развития региональных систем дополнительного образования детей» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://docs.cntd.ru/document/561232576>
  
- Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года [Электронный ресурс]. –Режим доступа: <https://clck.ru/RE9tR>
  
- Стратегия социально-экономического развития Республики Коми до 2035 года [Электронный ресурс]. –Режим доступа: <https://clck.ru/TjJbM>
  
- ПРИКАЗ Министерства образования, науки и молодежной политики Республики Коми «Об утверждении правил персонифицированного финансирования дополнительного образования детей в Республике Коми» от 01.06.2018 года №214-п [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://docs.cntd.ru/document/550163236>
  
- Приложение к письму Министерства образования, науки и молодежной политики Республики Коми от 27 января 2016 г. № 07-27/45 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеобразовательных - дополнительных общеразвивающих программ в Республике Коми» [Электронный ресурс]. –Режим доступа: <https://clck.ru/TqMbA>
  
- Стратегия социально-экономического развития города Сыктывкара до 2030 года [Электронный ресурс]. –Режим доступа: <https://clck.ru/TjJea>
  
- Устав МУ ДО «ЦДОД «Орбита»

*Для педагога:*

1. Андреев, С.Н. Футбол - твоя игра: Кн.для учащихся сред. и ст. клас-сов. / С.Н. Андреев. - Москва: Академия, 2009. - 144 с.
- 2.Ахмеров, Э.К. Футбол для начинающих: учебное пособие / Э.К.Ахмеров. - Минск: Полымя, 2010. - 78 с.

3. Ашибоков, М.Д. Футбол: учебное пособие /М.Д Ашибоков. - Май-коп: изд-во АГУ, 2012. - 28с
4. Беляев, А.В. Футбол: Учеб.для ин-тов и академий физической культуры. / А.В. Беляев., М.В. Савин. - Москва: ФОН, 2009. - 320 с.
5. Беляев, А.В., Булыкина Л.В. Волейбол: теория и методика тре-нировки. - М.: Физкультура и спорт, 2007. - 184 с.
6. Буйлов, Ю. Ф., Портных, Ю. И. Мини-баскетбол в школе. - М., 2006. - 130с.
7. Гандельсман, А. Б., Смирнов, К. М. Физиологические основы методики спортивной тренировки. - М., 2010. - 210с.
8. Германов, Г.Н. Проектирование тренировочных заданий в учебных программах для ДЮСШ, СДЮШОР, ШВСМ, УОР. / Г. Н. Германов // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. - 2010. - № 2. - С. 8-13
9. Голомазов, С.В. Теория и методика футбола. Техника игры / С.В. Голомазов, Б.Г. Чирва. - Москва: СпортАкадемПресс, 2007. - 472 с
10. Губа, В.П. Теория и методика футбола: учебник для студентов высш. учеб. заведений / А.В. Лексаков, В.П. Губа . – М.: Советский спорт. - 2013 . - 536 с.
11. Железняк, Ю. Д. Информационное обеспечение управления в си-стеме подготовки спортивных резервов в игровых видах спорта на основе комплекса объективных показателей. - М., 2008. - 88с.
12. Зиновьев, В.А. Особенности педагогической деятельности детско-го тренера-педагога по футболу. / В. А. Зиновьев. // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. - 2010. - № 2. - С. 37-41
13. Кузьменко, Г. Психолого-педагогические основы спортивной подготовки детей 9-12 лет /Г. Кузьменко. – М.: Советский спорт» 2008. – 255 с.
14. Кунянский, В.А. Футбол: Практикум для судей/В.А.Кунянский.- Москва: «ТВТ Дивизион», 2011. - 178 с.
15. Ланда, Б.Х. Методика комплексной оценки физического развития и физической подготовленности: Учебное пособие.-- Москва: Советский спорт, 2012. -- С. 208.
16. Лапшин, О.Б. Теория и методика подготовки юных футболистов /О.Б. Лапшин. - 2014. С. 13-14.
17. Моджахед, Б. Анализ физиологических данных футболистов во время игры / Б. Моджахед, В. А. Китманов. - Тамбов : ТГУ им. Г.Р. Державина. – 2014. - 185 с.
18. Мутко, В.Я. Мини-футбол игра для всех / В.Я. Мутко С.М. Андреев, Э.Г. Алиев – М.: Советский спорт, 2007. – 87 с.
19. Орджоникидзе, З.Г. Физиология футбола / З.Г. Орджоникидзе, 2013. – С. 35 – 57.

*Для обучающихся:*

1. Годик, М.А. Физическая подготовка футболистов / М.А. Годик. — М.: Олимпия. Пресс, 2010. – 195 с
2. Губа, В. П. Подготовка футболистов в ведущих клубах Европы / В. П. Губа, А. Стула, К. Кромке. – М.: Спорт, 2017. - 272 с.
3. Заваров А.Б. Футбол для начинающих / А.Б. Заваров. - СПб.: Питер, 2012. – 245с.
4. Николаевич А.С. Играй в футбол – М: Поматур, 2009.

## Приложения

Приложение № 1  
к дополнительной  
общеобразовательной  
программе по мини-футболу

### Оценочные и контрольно-измерительные материалы определения уровня сформированности предметных компетенций

1 год обучения  
Определение «стартового» уровня  
физической подготовленности детей в начале цикла обучения

№ п/п	Физические способности	Контрольное упражнение (тест)	Возраст, лет	Уровень		
				Низкий	Средний	Высокий
1	Скоростные	Бег 30 м, сек.	8	7, 1 и выше	7,0- 6,0	5,4 и ниже
			9	6,8 и выше	6,7-5,7	5,1 и ниже
			10	6,6 и выше	6,5-5,6	5,0 и ниже
2	Координационные	Челночный бег 3 x 10 м, сек.	8	1 0,4 и выше	10,0-9,5	9,1 и ниже
			9	10,2 и выше	9,9-9,3	8,8 и ниже
			10	9,9 и выше	9,5-9,0	8,6 и ниже
3	Скоростно-силовые	Прыжок в длину с места, см	8	110 и выше	125-145	165 и выше
			9	120 и выше	130-150	175 и выше
			10	130 и выше	140-160	185 и выше
4	Выносливость	6 -минутный бег, м	8	750 и менее	800-950	1150 и выше
			9	800 и менее	850-1000	1200 и выше
			10	850 и менее	900-1050	1250 и выше
5	Гибкость	Наклон вперед из положения сидя, см	8	1 и ниже	3-5	7,5 и выше
			9	1 и ниже	3-5	7,5 и выше
			10	2 и ниже	4-6	8,5 и выше
6	Силовые	Отжимание от пола на руках, кол-во раз	8	4	5	6
			9	6	7	8
			10	9	10	11

#### Текущий контроль по теме «Личная гигиена»

Выбери 1 вариант ответа:

1. Как называется совокупность гигиенических правил, выполнение которых способствует сохранению и укреплению здоровья человека:

А. **личная гигиена**    Б. специальная гигиена    В. общественная гигиена

2. Как называется основная гигиеническая процедура для поддержания чистоты тела?

А. плавание    Б. **мытьё**    В. Закаливание

4. Как часто надо мыться полностью с горячей водой и мылом?

А. **Не менее одного раза в неделю**

Б. Обязательно каждый день

В. Два раза в день

4. Когда нужно мыть руки?

А. Утром и вечером

Б. Перед каждым приемом пищи

В. После прогулки

Г. После посещения туалета

Д. **Все ответы верны**

5. Принимать душ рекомендуется ...

- А. **после физических упражнений**
- Б. до физических упражнений
- В. после и до физических упражнений

6. Как часто нужно мыть ноги?

- А. **ежедневно перед сном**
- Б. еженедельно после всех прогулок
- В. один раз в неделю перед сном

7. Что необходимо сделать после занятий физическими упражнениями?

- А. **принять душ**
- Б. продезинфицировать руки
- В. выпить воды

8. Продолжите фразу: «Наши лучшие друзья - ...»

- А. Витамины и еда;
- Б. Щётка, паста и вода;
- В. **Солнце, воздух и вода.**

Ответы: 1- А ; 2- Б; 3.- А; 4 - Д ; 5 - А ; 6 -А ; 7 - А; 8 - В .

Мак.: 8 баллов

Критерии:

Высокий уровень - 8-7; баллов; средний – 6-5 баллов; низкий – 4 балла.

### Промежуточная аттестация

#### Примерные вопросы викторины для определения уровня знаний учащихся по теоретической подготовке

1. Назовите игровые виды спорта с мячом.
2. Укажите состав команды; баскетбол, волейбол, мини-футбол.
3. Назовите три лучшие команды города по мини-футболу.
4. Назовите три лучшие детские команды города.
5. Назовите травмы, характерные для мини-футбола.
6. Назовите, что входит в экипировку футболиста.

За каждый правильный полный ответ - 2 балла. Мак. – 12 баллов

Критерии:

Высокий уровень - 12-10; баллов; средний – 9-7 баллов; низкий – 6-5 баллов.

### Контрольные упражнения для групп 1 года обучения

Возраст	Общефизическая и специальная подготовка												Техническая подготовка								
	Прыжок в длину (см)			Бег 30 м (сек.)			Челночный бег 6x5 (сек)			Подъем туловища из положения лежа (30 сек.)			Жонглирование мяча ногами (кол-во раз)			Обводка 8 стоек 12 метров (сек.)			6 ударов по воротам на точность (10м)		
	5	4	3	5	4	3	5	4	3	5	4	3	5	4	3	5	4	3	5	4	3
8-9 лет	160	155	150	5,2	5,5	5,7	10,6	12,0	12,4	14	11	9	5	4	3	14,0	15,0	16,0	3	2	2

#### Диагностика по определению уровня воспитанности учащихся (автор - Н.П. Капустина) для учащихся 7-12 лет (1-4 класс) (Приложение № 5)

Проверка достижений метапредметных результатов проводится методом наблюдения, во время соревнований.

**2 год обучения**  
**Определение «стартового» уровня**  
**физической подготовленности детей в начале цикла обучения**

№ п/п	Физические способности	Контрольное упражнение (тест)	Возраст, лет	Уровень		
				Низкий	Средний	Высокий
1	Скоростные	Бег 30 м, сек.	8	7, 1 и выше	7,0- 6,0	5,4 и ниже
			9	6,8 и выше	6,7-5,7	5,1 и ниже
			10	6,6 и выше	6,5-5,6	5,0 и ниже
2	Координационные	Челночный бег 3 x 10 м, сек.	8	1 0,4 и выше	10,0-9,5	9,1 и ниже
			9	10,2 и выше	9,9-9,3	8,8 и ниже
			10	9,9 и выше	9,5-9,0	8,6 и ниже
3	Скоростно-силовые	Прыжок в длину с места, см	8	110 и выше	125-145	165 и выше
			9	120 и выше	130-150	175 и выше
			10	130 и выше	140-160	185 и выше
4	Выносливость	6 -минутный бег, м	8	750 и менее	800-950	1150 и выше
			9	800 и менее	850-1000	1200 и выше
			10	850 и менее	900-1050	1250 и выше
5	Гибкость	Наклон вперед из положения сидя, см	8	1 и ниже	3-5	7,5 и выше
			9	1 и ниже	3-5	7,5 и выше
			10	2 и ниже	4-6	8,5 и выше
6	Силовые	Отжимание от пола на руках, кол-во раз	8	4	5	6
			9	6	7	8
			10	9	10	11

**Текущий контроль по теме «Элементарные правила игры в мини-футбол»**

**Выбери один вариант ответа:**

1. *Что входит в экипировку спортсмена мини-футболиста:*  
а) футболка + б) майка в) шлем
2. *Что входит в экипировку спортсмена мини-футболиста:*  
а) брюки б) гетры + в) кроссовки
3. *Размер ворот в мини-футболе (в метрах):*  
а) 2X2 б) 3X3 в) 3X2 +
4. *Одно из основных отличий мини-футбола от футбола:*  
а) площадка для мини-футбола больше  
б) мяч другой формы  
в) площадка для мини-футбола меньше +
5. *Одно из основных отличий мини-футбола от футбола:*  
а) в футболе тайм длится дольше +  
б) в мини-футболе больше игроков на площадке  
в) мяч другой формы
6. *Одно из основных отличий мини-футбола от футбола:*  
а) в мини-футболе ворота меньше + б) в мини-футболе ворота больше  
в) в мини-футболе больше игроков на площадке
7. *Разрешается ли в спортивном зале играть в мини-футбол в бутсах с шипами:*  
а) да б) нет + в) по усмотрению судьи
8. *Размер мяча:*  
а) 4 + б) 5 в) 6
9. *Каков вес мини-футбольного мяча:*  
а) 150-200 г б) 400-440 г. + в) 300-350 г.
10. *Форма игровой площадки:*  
а) квадрат б) трапеция в) прямоугольник +

Ответы: 1- а; 2- б; 3.- в; 4 - в ; 5 - а ; 6 -а ; 7 - б; 8 – а; 9- б ; 10-в .

Мак.: 10 баллов

Критерии:

Высокий уровень - 10-9; баллов; средний – 8-6 баллов; низкий – 5- 4 балла.

**Промежуточная аттестация**  
**Примерные вопросы для определения уровня знаний**  
**учащихся по теоретической подготовке**

4. Футбольный инвентарь.
5. Назовите амплуа игроков.
6. Укажите размеры мини-футбольной площадки.
5. Расскажите о своем режим дня.
6. Какими предметами личной гигиены вы пользуетесь.
7. Что значит "здоровый образ жизни"

За каждый правильный полный ответ - 2 балла. Мак. – 12 баллов

Критерии:

Высокий уровень - 14-12 баллов; средний – 11-7 баллов; низкий – 6-5 баллов.

**Контрольные упражнения для групп 2 года обучения**

Возраст	Общесфизическая и специальная подготовка												Техническая подготовка								
	Прыжок в длину (см)			Бег 30 м (сек.)			Челночный бег 6x5 (сек)			Подъем туловища из положения лежа (30 сек.)			Жонглирование мяча ногами (кол-во раз)			Обводка 8 стоек 12 метров (сек.)			6 ударов по воротам на точность (10м)		
	5	4	3	5	4	3	5	4	3	5	4	3	5	4	3	5	4	3	5	4	3
9-10 лет	165	160	155	5,1	5,3	5,5	10,3	11,8	12,2	17	14	11	10	7	5	13,0	14,0	15,0	4	3	2

**Диагностика по определению уровня воспитанности учащихся (автор - Н.П. Капустина)**  
**для учащихся 7-12 лет (1-4 класс) (Приложение № 4)**

**3 год обучения**  
**Определение «стартового» уровня**  
**физической подготовленности детей в начале цикла обучения**

№ п/п	Физические способности	Контрольное упражнение (тест)	Возраст, лет	Уровень		
				Низкий	Средний	Высокий
1	Скоростные	Бег 30 м, сек.	8	7, 1 и выше	7,0- 6,0	5,4 и ниже
			9	6,8 и выше	6,7-5,7	5,1 и ниже
			10	6,6 и выше	6,5-5,6	5,0 и ниже
2	Координационные	Челночный бег 3 x 10 м, сек.	8	1 0,4 и выше	10,0-9,5	9,1 и ниже
			9	10,2 и выше	9,9-9,3	8,8 и ниже
			10	9,9 и выше	9,5-9,0	8,6 и ниже
3	Скоростно-силовые	Прыжок в длину с места, см	8	110 и выше	125-145	165 и выше
			9	120 и выше	130-150	175 и выше
			10	130 и выше	140-160	185 и выше
4	Выносливость	6 -минутный бег, м	8	750 и менее	800-950	1150 и выше
			9	800 и менее	850-1000	1200 и выше
			10	850 и менее	900-1050	1250 и выше
5	Гибкость	Наклон вперед из положения сидя, см	8	1 и ниже	3-5	7,5 и выше
			9	1 и ниже	3-5	7,5 и выше
			10	2 и ниже	4-6	8,5 и выше
6	Силовые	Отжимание от пола на	8	4	5	6

		руках, кол-во раз	9	6	7	8
			10	9	10	11

### Текущий контроль по теме: «Правила игры в мини-футбол»

#### Выбери один вариант ответа:

- Количество замен в мини-футболе:*  
а) 5 б) 6 в) не ограничено +
- Когда в мини-футболе фиксируется оффсайд:*  
а) нападающий пересек центральную линию раньше мяча  
б) нападающий ближе к воротам, чем последний защитник  
в) оффсайдов в мини-футболе нет +
- Если при угловом ударе мяч попадает в стойку ворот и вновь отскакивает к бьющему игроку, имеет ли он право второй раз подряд касаться мяча:*  
а) да б) нет +  
в) может, если он будет отдавать передачу а не бить по воротам соперника
- Разрешается ли в мини-футболе с помощью подката осуществлять отбор мяча у соперника:*  
а) да б) можно, если мяч на стороне соперника в) нет +
- Засчитывается ли гол, забитый непосредственно с углового удара:*  
а) да + б) нет в) на усмотрение судьи
- Имеет ли право вратарь поменяться местами с каким-либо полевым игроком своей команды:*  
а) нет б) да + в) только если вратарь команды травмировался
- На каком минимальном расстоянии должна находиться стенка от игрока, выполняющего штрафной удар (метров):*  
а) 9 б) 7 в) 5 +
- Как наказывается игрок за подножку сопернику в своей штрафной площади:*  
а) назначается свободный удар  
б) назначается 6-метровый пенальти +  
в) удаление игрока нарушившего правила
- С какого расстояния производят дабл-пенальти (в метрах):*  
а) 6 б) 11 в) 10 или с места нарушения +
- Где обозначается отметка для пробития мини-футбольного пенальти:*  
а) в 10 м. от ворот б) в 7 м. от ворот в) в 6 м. от ворот +

Ответы: 1- в; 2- в; 3.- б; 4 - в ; 5 - а ; 6 -б ; 7 - в; 8 – б; 9- в; 10-в ; 11-а ; 12 - б.

Мак.: 10 баллов

Критерии:

Высокий уровень - 10-9; баллов; средний – 8-7 баллов; низкий – 6 - 5 балла.

#### Промежуточная аттестация

#### Примерные вопросы для определения уровня знаний учащихся по теоретической подготовке

- Назовите лучшие команды Республики Коми.
- Назовите лучших игроков Республики Коми.
- Назовите достижения команд Республики Коми на российских соревнованиях.
- Назовите лучшие детские команды Республики Коми.
- Назовите достижения детских команд Республики Коми.
- Укажите способы оказания первой помощи при получении травмы.

За каждый правильный полный ответ - 2 балла. Мак. – 12 баллов

Критерии:

Высокий уровень - 12-10; баллов; средний – 9-7 баллов; низкий – 6-5 баллов.

### Контрольные упражнения для групп 3 года обучения

Возраст	Общефизическая и специальная подготовка												Техническая подготовка								
	Прыжок в длину (см)			Бег 30м (сек.)			Челночный бег 6x5 (сек)			Подъем туловища из положения лежа (30 сек.)			Жонглирование мяча ногами (кол-во раз)			Обводка 8 стоек 12 метров (сек.)			6 ударов по воротам на точность (10м)		
	5	4	3	5	4	3	5	4	3	5	4	3	5	4	3	5	4	3	5	4	3
10-12 лет	180	175	170	4,7	4,9	5,0	11,0	11,4	11,6	21	19	18	20	15	10	11,0	12,0	13,0	4	3	2

Диагностика по определению уровня воспитанности учащихся (автор - Н.П. Капустина) для учащихся 7-12 лет (1-4 класс) (Приложение № 4)


### 4 год обучения



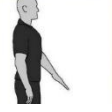





Определение «стартового» уровня физической подготовленности детей в начале цикла обучения

№ п/п	Физические способности	Контрольное упражнение (тест)	Возраст, лет	Уровень		
				Низкий	Средний	Высокий
1	Скоростные	Бег 30 м, сек.	8	7, 1 и выше	7,0- 6,0	5,4 и ниже
			9	6,8 и выше	6,7-5,7	5,1 и ниже
			10	6,6 и выше	6,5-5,6	5,0 и ниже
2	Координационные	Челночный бег 3 x 10 м, сек.	8	10,4 и выше	10,0-9,5	9,1 и ниже
			9	10,2 и выше	9,9-9,3	8,8 и ниже
			10	9,9 и выше	9,5-9,0	8,6 и ниже
3	Скоростно-силовые	Прыжок в длину с места, см	8	110 и выше	125-145	165 и выше
			9	120 и выше	130-150	175 и выше
			10	130 и выше	140-160	185 и выше
4	Выносливость	6 -минутный бег, м	8	750 и менее	800-950	1150 и выше
			9	800 и менее	850-1000	1200 и выше
			10	850 и менее	900-1050	1250 и выше
5	Гибкость	Наклон вперед из положения сидя, см	8	1 и ниже	3-5	7,5 и выше
			9	1 и ниже	3-5	7,5 и выше
			10	2 и ниже	4-6	8,5 и выше
6	Силовые	Отжимание от пола на руках, кол-во раз	8	4	5	6
			9	6	7	8
			10	9	10	11

### Текущий контроль по теме: «Жесты судей»

Выбери правильный ответ:

Жесты судей		Ответы
	Одной рукой держит у рта свисток, а вторую, выпрямив, вытягивает в сторону...	<input type="checkbox"/> Нарушение правил <input checked="" type="checkbox"/> Старт к началу игры.
	После свистка судья выпрямляет руку в направлении...	<input checked="" type="checkbox"/> Штрафной удар <input type="checkbox"/> Угловой удар

	Рука, поднятая под углом в 45 градусов по отношению к плечу...	Удар с боковой линии Бросок от ворот
	Подает сигнал, стоя лицом к футболисту опустив прямую руку к земле...	Бросок от ворот Угловой удар
	Рука опускается вниз. При этом судья ее держит перед собой, а не сбоку...	Бросок от ворот Свободный удар
	На одной руке выпрямляются вверх пальцы, и на них кладется открытая ладонь второй руки.	Тайм-аут Нарушение
	Поднимает руку вверх и начинает по одному раскрывать пальцы, отсчитывая...	Штрафной удар Отсчет секунд
	Сигнал подается согнутыми в локтях руками, сложенными друг над другом	Спорный мяч Бранное нарушение
	Судья поднимает руку/руки вверх с отставленными пальцами.	Гол Номера игроков
	Пять пальцев раздельно направлены вверх	Остановка игры на 5 минут Нарушение

Ответы: правильные ответы обозначены зелёным цветом.

Мак.: 10 баллов

Критерии:

Высокий уровень - 10-9; баллов; средний – 8-7 баллов; низкий – 6 - 5 балла.

### Промежуточная аттестация Примерные вопросы для определения уровня знаний учащихся по теоретической подготовке

1. Укажите нарушения правил игры в мини-футбол.
2. Укажите нарушения, за которые игрок получает предупреждение (желтая карточка).
3. Укажите нарушения, за которые игрок удаляется с площадки (красная карточка).
4. Назовите состав судейской бригады, обслуживающей игру.
5. Укажите известные вам восстановительные мероприятия.
6. Укажите упражнения, развивающие силу.

За каждый правильный полный ответ - 2 балла. Мак. – 12 баллов

Критерии:

Высокий уровень - 12-10; баллов; средний – 9-7 баллов; низкий – 6-5 баллов.

## Контрольные упражнения для групп 4 года обучения

Возраст	Общефизическая и специальная подготовка												Техническая подготовка								
	Прыжок в длину (см)			Бег 30 м (сек.)			Челночный бег 6x5 (сек)			Подъем туловища из положения лежа (30 сек.)			Жонглирование мяча ногами (кол-во раз)			Обводка 8 стоек 12 метров (сек.)			6 ударов по воротам на точность (10 м)		
	5	4	3	5	4	3	5	4	3	5	4	3	5	4	3	5	4	3	5	4	3
12-13 лет	190	185	180	4,5	4,6	4,8	10,5	10,8	11,0	23	22	21	30	20	10	10,0	11,0	12,0	4	3	2

**Диагностика по определению уровня воспитанности учащихся (автор - Н.П. Капустина)  
для учащихся 6-11 лет (1-4 класс) (Приложение № 4)**

*Приложение №2  
к дополнительной  
общеобразовательной  
программе по мини-футболу*

### Форма протокола

Муниципальное учреждение дополнительного образования «Центр дополнительного образования детей «Орбита»

### ПРОТОКОЛ (для объединений по физкультурно-спортивной направленности)

результатов текущего контроля/промежуточной аттестации учащихся  
Объединение \_\_\_\_\_ Группа \_\_\_\_ Год обучения \_\_\_\_\_ Дата проведения \_\_\_\_\_

№ п/п	Учащиеся	Год занятий / возраст	Уровень усвоения теоретического	Уровень воспитанности	Практические навыки				Спортивная подготовка		Участие в соревнованиях		Итого	Переведён, выпущен, отчислен
					Уровень ОФП	Уровень СФП	Уровень ТП	Уровень ХП	Разряд	Уровень	Ранг	Уровень		
1														
2														
3														
4														
5														
6														
7														
8														

Итого учащихся «высокого» уровня – ; «среднего» уровня – ; «низкого» уровня - \_\_\_\_\_.

ПДО \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ Решение Педагогического совета протокол № \_\_\_\_\_  
от « \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20 \_\_\_\_ г.

**Календарно-тематический план  
1 год обучения**

№ пп	Дата проведения (число, месяц, год)	Раздел программы	Тема занятия	Всего кол-во часов	Кол-во часов	
					Теория	Практика
1	сентябрь	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности. Техническая подготовка. Общая физическая и специальная физическая подготовка. Входящая диагностика	Контроль мяча. Общеразвивающие упражнения для гибкости	2	2	-
2	сентябрь	Техническая подготовка. Общая физическая и специальная физическая подготовка.	Контроль мяча. Упражнения для развития быстроты.	2	-	2
3	сентябрь	Техническая подготовка. Общая физическая и специальная физическая подготовка.	Контроль мяча. Упражнения на развитие специальной ловкости	2	-	2
4	сентябрь	Техническая подготовка. Общая физическая и специальная физическая подготовка.	Контроль мяча. Общеразвивающие упражнения для гибкости	2	-	2
5	сентябрь	Техническая подготовка. Общая физическая и специальная физическая подготовка.	Контроль мяча. Упражнения на развитие специальной ловкости	2	-	2
6	сентябрь	Тактическая подготовка. Общая физическая и специальная физическая подготовка.	Индивидуальная тактика в атаке. Подвижные игры и эстафеты	2	-	2
7	сентябрь	Тактическая подготовка.	Индивидуальная тактика в атаке. Упражнения для развития быстроты.	2	-	2
8	сентябрь	Техническая подготовка. Общая физическая и специальная физическая подготовка.	Передача мяча. Общая физическая и специальная физическая подготовка: Общеразвивающие упражнения для гибкости.	2	-	2
9	октябрь	Техническая подготовка. Общая физическая и специальная физическая подготовка.	Передача мяча. Общеразвивающие упражнения для гибкости.	2	-	2
10	октябрь	Техническая подготовка. Общая физическая и специальная физическая подготовка.	Передача мяча. Упражнения на развитие специальной ловкости.	2	-	2
11	октябрь	Техническая подготовка. Общая физическая и специальная физическая подготовка.	Прием мяча. Упражнения на развитие специальной ловкости.	2	2	-
12	октябрь	Техническая подготовка. Общая физическая и специальная физическая подготовка.	Прием мяча. Упражнения на развитие специальной ловкости.	2	-	2
13	октябрь	Техническая подготовка. Общая физическая и специальная физическая подготовка.	Прием мяча. Общеразвивающие упражнения для гибкости.	2	-	2
14	октябрь	Тактическая подготовка. Общая физическая и	Индивидуальная тактика в обороне. Упражнения для развития быстроты.	2	-	2

		специальная физическая подготовка.				
15	октябрь	Тактическая подготовка. Общая физическая и специальная физическая подготовка.	Индивидуальная тактика в обороне. Подвижные игры и эстафеты.	2	-	2
16	октябрь	Тактическая подготовка.	Индивидуальная тактика в обороне. Упражнения для развития быстроты.	2	-	2
17	ноябрь	Общая физическая и специальная физическая подготовка.	Техническая подготовка: Дриблинг. Общеразвивающие упражнения для гибкости.	2	-	2
18	ноябрь	Общая физическая и специальная физическая подготовка.	Техническая подготовка: Дриблинг. Общая физическая и специальная физическая подготовка: Упражнения на развитие специальной ловкости.	2	-	2
19	ноябрь	Техническая подготовка. Общая физическая и специальная физическая подготовка.	Дриблинг. Упражнения на развитие специальной ловкости.	2	-	2
20	ноябрь	Техническая подготовка. Общая физическая и специальная физическая подготовка.	Отбор мяча. общеразвивающие упражнения для гибкости.	2	-	2
21	ноябрь	Техническая подготовка. Общая физическая и специальная физическая подготовка.	Отбор мяча. Упражнения на развитие специальной ловкости.	2	-	2
22	ноябрь	Техническая подготовка. Общая физическая и специальная физическая подготовка.	Отбор мяча. Подвижные игры и эстафеты.	2	-	2
23	ноябрь	Техническая подготовка. Общая физическая и специальная физическая подготовка.	Отбор мяча. общеразвивающие упражнения для гибкости.	2	2	-
24	ноябрь	Тактическая подготовка. Общая физическая и специальная физическая подготовка.	Индивидуальная тактика в атаке. Упражнения для развития быстроты.	2	-	2
25	декабрь	Техническая подготовка. Общая физическая и специальная физическая подготовка.	Удары по мячу ногой. общеразвивающие упражнения для гибкости.	2	-	2
26	декабрь	Техническая подготовка. Общая физическая и специальная физическая подготовка.	Удары по мячу ногой. Подвижные игры и эстафеты.	2	-	2
27	декабрь	Техническая подготовка. Общая физическая и специальная физическая подготовка.	Удары по мячу ногой. общеразвивающие упражнения для гибкости.	2	-	2
28	декабрь	Техническая подготовка. Общая физическая и специальная физическая подготовка.	Введение единоборств. Упражнения на развитие специальной ловкости.	2	-	2
29	декабрь	Тактическая подготовка. Общая физическая и специальная физическая подготовка.	Индивидуальная тактика в обороне. Упражнения для развития быстроты.	2	-	2
30	декабрь	Техническая подготовка. Общая физическая и специальная физическая подготовка.	Введение единоборств. Упражнения на развитие специальной ловкости.	2	-	2
31	декабрь	Текущий контроль.	Текущий контроль.	2	-	2
32	декабрь	Текущий контроль.	Текущий контроль.	2	-	2
33	январь	Техническая подготовка.	Контроль мяча. Подвижные игры и	2	2	-

		Общая физическая и специальная физическая подготовка.	эстафеты.			
34	январь	Техническая подготовка. Общая физическая и специальная физическая подготовка.	Контроль мяча. Общеразвивающие упражнения для гибкости.	2	-	2
35	январь	Техническая подготовка. Общая физическая и специальная физическая подготовка.	Контроль мяча. Общеразвивающие упражнения для гибкости.	2	-	2
36	январь	Техническая подготовка. Общая физическая и специальная физическая подготовка.	Контроль мяча. Упражнения на развитие специальной ловкости.	2	-	2
37	январь	Техническая подготовка. Общая физическая и специальная физическая подготовка.	Контроль мяча. Упражнения на развитие специальной ловкости.	2	-	2
38	январь	Инструктаж по технике безопасности. Тактическая подготовка. Общая физическая и специальная физическая подготовка.	Инструктаж по технике безопасности. Индивидуальная тактика в атаке. Упражнения для развития быстроты.	2	2	-
39	январь	Техническая подготовка. Общая физическая и специальная физическая подготовка.	Передачи мяча. Общеразвивающие упражнения для гибкости.	2	-	2
40	январь	Техническая подготовка. Общая физическая и специальная физическая подготовка.	Передачи мяча. Общеразвивающие упражнения для гибкости.	2	-	2
41	февраль	Техническая подготовка. Общая физическая и специальная физическая подготовка.	Передачи мяча. Упражнения на развитие специальной ловкости.	2	-	2
42	февраль	Техническая подготовка. Общая физическая и специальная физическая подготовка.	Прием мяча. Подвижные игры и эстафеты.	2	-	2
43	февраль	Техническая подготовка. Общая физическая и специальная физическая подготовка.	Прием мяча. Упражнения на развитие специальной ловкости.	2	-	2
44	февраль	Техническая подготовка. Общая физическая и специальная физическая подготовка.	Прием мяча. Общеразвивающие упражнения для гибкости.	2	-	2
45	февраль	Тактическая подготовка. Общая физическая и специальная физическая подготовка.	Индивидуальная тактика в обороне. Упражнения для развития быстроты.	2	-	2
46	февраль	Тактическая подготовка. Общая физическая и специальная физическая подготовка.	Индивидуальная тактика в обороне. Упражнения для развития быстроты.	2	-	2
47	февраль	Техническая подготовка. Общая физическая и специальная физическая подготовка.	Передачи мяча. Общеразвивающие упражнения для гибкости.	2	-	2
48	февраль	Техническая подготовка. Общая физическая и специальная физическая подготовка.	Передачи мяча. Подвижные игры и эстафеты.	2	-	2
49	март	Техническая подготовка. Общая физическая и специальная физическая подготовка.	Передачи мяча. Упражнения на развитие специальной ловкости.	2	-	2
50	март	Техническая подготовка. Общая физическая и специальная физическая подготовка.	Прием мяча. Упражнения на развитие специальной ловкости.	2	-	2

		подготовка.				
51	март	Техническая подготовка. Общая физическая и специальная физическая подготовка.	Прием мяча. Упражнения на развитие специальной ловкости.	2	-	2
52	март	Техническая подготовка. Общая физическая и специальная физическая подготовка.	Прием мяча. Общеразвивающие упражнения для гибкости.	2	-	2
53	март	Тактическая подготовка. Общая физическая и специальная физическая подготовка.	Индивидуальная тактика в атаке. Упражнения для развития быстроты.	2	-	2
54	март	Тактическая подготовка. Общая физическая и специальная физическая подготовка.	Индивидуальная тактика в атаке. Упражнения для развития быстроты.	2	-	2
55	март	Тактическая подготовка. Общая физическая и специальная физическая подготовка.	Индивидуальная тактика в атаке. Упражнения для развития быстроты.	2	-	2
56	март	Тактическая подготовка. Общая физическая и специальная физическая подготовка.	Индивидуальная тактика в обороне. Упражнения для развития быстроты.	2	-	2
57	апрель	Техническая подготовка. Общая физическая и специальная физическая подготовка.	Дриблинг. Подвижные игры и эстафеты.	2	-	2
58	апрель	Техническая подготовка. Общая физическая и специальная физическая подготовка.	Дриблинг. Общеразвивающие упражнения для гибкости.	2	-	2
59	апрель	Техническая подготовка. Общая физическая и специальная физическая подготовка.	Дриблинг. Общеразвивающие упражнения для гибкости.	2	-	2
60	апрель	Техническая подготовка. Общая физическая и специальная физическая подготовка.	Удары по мячу ногой. Упражнения на развитие специальной ловкости.	2	-	2
61	апрель	Техническая подготовка.	Удары по мячу ногой. Упражнения на развитие специальной ловкости.	2	-	2
62	апрель	Техническая подготовка. Общая физическая и специальная физическая подготовка.	Удары по мячу ногой. Упражнения на развитие специальной ловкости.	2	-	2
63	апрель	Тактическая подготовка. Общая физическая и специальная физическая подготовка.	Индивидуальная тактика в обороне. Упражнения для развития быстроты.	2	-	2
64	апрель	Тактическая подготовка. Общая физическая и специальная физическая подготовка.	Индивидуальная тактика в обороне. Упражнения для развития быстроты.	2	-	2
65	май	Техническая подготовка. Общая физическая и специальная физическая подготовка.	Удары по мячу ногой. Общеразвивающие упражнения для гибкости.	2	-	2
66	май	Техническая подготовка. Общая физическая и специальная физическая подготовка.	Удары по мячу ногой. Общеразвивающие упражнения для гибкости	2	-	2
67	май	Промежуточная аттестация.	Промежуточная аттестация.	2	-	2
68	май	Промежуточная аттестация.	Промежуточная аттестация.	2	-	2
69	май	Техническая подготовка. Общая физическая и специальная физическая	Техническая подготовка: Ведение единоборств. Подвижные игры и эстафеты.	2	-	2

		подготовка.				
70	май	Техническая подготовка. Общая физическая и специальная физическая подготовка.	Ведение единоборств. Общеразвивающие упражнения для гибкости.	2	-	2
71	май	Техническая подготовка. Общая физическая и специальная физическая подготовка.	Ведение единоборств. Упражнения для развития быстроты.	2	-	2
72	май	Тактическая подготовка. Общая физическая и специальная физическая подготовка.	Индивидуальная тактика в атаке. Упражнения для развития быстроты.	2	-	2

**Календарно-тематический план.  
2 год обучения.**

№ пп	Дата проведения (число, месяц, год)	Раздел программы	Тема занятия	Всего кол-во часов	Кол-во часов	
					Теория	Практика
1	сентябрь	Вводное занятие. Техническая подготовка. Общая физическая и специальная физическая подготовка.	Инструктаж по технике безопасности. Контроль мяча. Общая выносливость.	2	2	-
2	сентябрь	Техническая подготовка. Общая физическая и специальная физическая подготовка.	Контроль мяча. Упражнения на развитие специальной ловкости.	2	-	2
3	сентябрь	Техническая подготовка. Общая физическая и специальная физическая подготовка.	Контроль мяча. Общая выносливость.	2	-	2
4	сентябрь	Техническая подготовка. Общая физическая и специальная физическая подготовка.	Контроль мяча. Упражнения на развитие специальной ловкости.	2	-	2
5	сентябрь	Тактическая подготовка. Общая физическая и специальная физическая подготовка.	Групповая тактика в атаке. Упражнения для развития быстроты.	2	-	2
6	сентябрь	Тактическая подготовка. Общая физическая и специальная физическая подготовка.	Групповая тактика в атаке. Упражнения для развития быстроты.	2	-	2
7	сентябрь	Тактическая подготовка. Общая физическая и специальная физическая подготовка.	Групповая тактика в атаке. Подвижные игры и эстафеты.	2	-	2

		подготовка.				
8	сентябрь	Техническая подготовка. Общая физическая и специальная физическая подготовка.	Контроль мяча. Упражнения на развитие специальной ловкости.	2	-	2
9	октябрь	Техническая подготовка. Общая физическая и специальная физическая подготовка.	Контроль мяча. Упражнения на развитие специальной ловкости.	2	-	2
10	октябрь	Тактическая подготовка. Общая физическая и специальная физическая подготовка.	Групповая тактика в атаке. Упражнения для развития быстроты.	2	-	2
11	октябрь	Техническая подготовка. Общая физическая и специальная физическая подготовка.	Передача мяча. Упражнения на развитие специальной ловкости.	2	2	-
12	октябрь	Техническая подготовка. Общая физическая и специальная физическая подготовка.	Передача мяча. Общая выносливость.	2	-	2
13	октябрь	Техническая подготовка. Общая физическая и специальная физическая подготовка.	Передача мяча. Упражнения на развитие специальной ловкости.	2	-	2
14	октябрь	Техническая подготовка. Общая физическая и специальная физическая подготовка.	Передача мяча. Упражнения на развитие специальной ловкости.	2	-	2
15	октябрь	Техническая подготовка. Общая физическая и специальная физическая подготовка.	Передача мяча. Общая выносливость	2	-	2
16	октябрь	Техническая подготовка. Общая физическая и специальная физическая подготовка.	Прием мяча. Упражнения на развитие специальной ловкости.	2	-	2
17	ноябрь	Техническая подготовка. Общая физическая и специальная физическая подготовка.	Прием мяча. Общая выносливость.	2	-	2
18	ноябрь	Техническая подготовка. Общая физическая и специальная физическая подготовка.	Прием мяча. Общая выносливость.	2	-	2
19	ноябрь	Техническая подготовка. Общая физическая и специальная физическая подготовка.	Прием мяча. Упражнения на развитие специальной ловкости.	2	-	2
20	ноябрь	Техническая подготовка. Общая физическая и специальная физическая подготовка.	Прием мяча. Общая выносливость.	2	-	2
21	ноябрь	Тактическая подготовка. Общая физическая и специальная физическая подготовка.	Групповая тактика в обороне. Подвижные игры и эстафеты.	2	-	2
22	ноябрь	Тактическая подготовка. Общая физическая и специальная физическая подготовка.	Групповая тактика в обороне. Упражнения для развития быстроты.	2	-	2
23	ноябрь	Техническая подготовка. Общая физическая и специальная физическая подготовка.	Дриблинг. Общая выносливость.	2	2	-
24	ноябрь	Техническая подготовка. Общая физическая и специальная физическая подготовка.	Дриблинг. Общая выносливость.	2	-	2
25	декабрь	Техническая подготовка. Общая физическая и	Дриблинг. Общая выносливость.	2	-	2





			выносливость.			
68	май	Тактическая подготовка.	Групповая тактика в атаке. Общая физическая и специальная физическая подготовка: Упражнения для развития быстроты.	2	-	2
69	май	Техническая подготовка.	Игра головой. Общая физическая и специальная физическая подготовка: Подвижные игры и эстафеты.	2	-	2
70	май	Промежуточная аттестация.	Промежуточная аттестация.	2	-	2
71	май	Промежуточная аттестация.	Промежуточная аттестация.	2	-	2
72	май	Тактическая подготовка.	Групповая тактика в атаке. Общая физическая и специальная физическая подготовка: Упражнения для развития быстроты.	2	-	2

**Календарно-тематический план.  
3 год обучения.**

№ пп	Дата проведения (число, месяц, год)	Раздел программы	Тема занятия	Всего кол-во часов	Кол-во часов	
					Теория	Практика
1	сентябрь	Вводное занятие. Техническая подготовка. Общая физическая и специальная физическая подготовка.	Инструктаж по технике безопасности. Контроль мяча. Общие развивающие упражнения на гибкость.	2	2	-
2	сентябрь	Техническая подготовка. Общая физическая и специальная физическая подготовка.	Контроль мяча. Общие развивающие упражнения на гибкость.	2	-	2
3	сентябрь	Тактическая подготовка. Общая физическая и специальная физическая подготовка.	Командная тактика в атаке и обороне. Упражнения на развитие «взрывной силы».	2	-	2
4	сентябрь	Тактическая подготовка. Общая физическая и специальная физическая подготовка.	Командная тактика в атаке и обороне. Упражнения на развитие «взрывной силы».	2	-	2
5	сентябрь	Техническая подготовка. Общая физическая и специальная физическая подготовка.	Контроль мяча. Подвижные игры.	2	-	2
6	сентябрь	Тактическая подготовка.	Командная тактика в атаке и обороне. Общая физическая и специальная физическая подготовка: Упражнения для развития специальной выносливости.	2	-	2











		аттестация.				
107	май	Промежуточная аттестация.	Промежуточная аттестация.	2	-	2
108	май	Тактическая подготовка.	Командная тактика в атаке и обороне. Общая физическая и специальная физическая подготовка: Упражнения на развитие «взрывной силы».	2	-	2

## Календарно-тематический план.

### 4 год обучения.

№ пп	Дата проведения (число, месяц, год)	Раздел программы	Тема занятия	Всего кол-во часов	Кол-во часов	
					Теория	Практика
1	сентябрь	Вводное занятие.	Инструктаж по технике безопасности.	2	2	-
2	сентябрь	Общая физическая подготовка.	Общеразвивающие упражнения	2	-	2
3	сентябрь	Специальная физическая подготовка.	Упражнения на развитие быстроты	2	-	2
4	сентябрь	Общая физическая подготовка.	Влияние физических упражнений на укрепление здоровья, повышения работоспособности и совершенствование двигательной функции человека.	2	2	-
5	сентябрь	Специальная физическая подготовка.	Специальная выносливость	2	-	2
6	сентябрь	Техническая подготовка	Совершенствование ударов мяча по воротам правой и левой ногой, внешней и внутренней стороной стопы	2	-	2
7	сентябрь	Техническая подготовка.	Значение умения сочетать технические приемы в различных игровых ситуациях	2	2	-
8	сентябрь	Техническая подготовка.	Совершенствование техники ведения мяча внешней и внутренней с стороной стопы	2	-	2
9	сентябрь	Общая физическая подготовка.	Упражнения на развитие гибкости и подвижности в суставах	2	-	2
10	сентябрь	Специальная физическая подготовка.	Упражнения на развитие быстроты	2	-	2

11	октябрь	Специальная физическая подготовка.	Скоростно-силовая подготовка	2	-	2
12	октябрь	Техническая подготовка.	Остановка мяча и обработка грудью, бедром, стопой на месте и в движении.	2	-	2
13	октябрь	Техническая подготовка.	Остановка мяча и обработка грудью, бедром, стопой на месте и в движении.	2	-	2
14	октябрь	Тактическая подготовка.	Роль тактического мышления, ориентировки на поле, творческой инициативы при решении различных игровых ситуациях.	2	2	-
15	октябрь	Тактическая подготовка.	Совершенствование индивидуальных действий в защите, отбор мяча, игра на опережение, выбор позиции.	2	-	2
16	октябрь	Специальная физическая подготовка.	Упражнения на развитие быстроты	2	-	2
17	октябрь	Специальная физическая подготовка.	Подвижные игры - баскетбол с партнером на спине	2	-	2
18	октябрь	Специальная физическая подготовка.	Ходьба и бег с отягощениями. Разновидность прыжков с дополнительным отягощением	2	-	2
19	октябрь	Техническая подготовка.	Совершенствование ударов мяча по воротам правой и левой ногой, внешней и внутренней стороной стопы	2	-	2
20	октябрь	Техническая подготовка.	Совершенствование ударов мяча по воротам правой и левой ногой, внешней и внутренней стороной стопы	2	-	2
21	октябрь	Тактическая подготовка.	Совершенствование тактических схем при розыгрыше стандартных положений при аутах, при угловых ударах, введение мяча в игру вратарем.	2	-	2
22	октябрь	Тактическая подготовка.	Совершенствование тактических схем при розыгрыше стандартных положений при аутах, при угловых ударах, введение мяча в игру вратарем.	2	-	2
23	ноябрь	Тактическая подготовка.	Совершенствование тактических схем при розыгрыше стандартных положений при аутах, при угловых ударах, введение мяча в игру вратарем.	2	-	2
24	ноябрь	Техническая подготовка.	Совершенствование техники ведения мяча внешней и внутренней с стороной стопы.	2	-	2
25	ноябрь	Техническая подготовка.	Методы совершенствования в технике владения мячом	2	2	-
26	ноябрь	Общая физическая подготовка.	Общеразвивающие упражнения	2	-	2
27	ноябрь	Общая физическая подготовка.	Общеразвивающие упражнения	2	-	2
28	ноябрь	Специальная физическая подготовка.	Специальная выносливость	2	-	2
29	ноябрь	Специальная физическая подготовка.	Упражнения для развития гибкости	2	-	2

30	ноябрь	Техническая подготовка.	Совершенствование техники игры вратаря. Отработка техники владения мячом; ловля, отбивание и переводы мяча, броски в левую и правую сторону.	2	-	2
31	ноябрь	Техническая подготовка.	Совершенствование техники игры вратаря. Отработка техники владения мячом; ловля, отбивание и переводы мяча, броски в левую и правую сторону.	2	-	2
32	ноябрь	Тактическая подготовка.	Действия игрока на площадке с мячом и без мяча во время атаки команды своей и соперника.	2	-	2
33	ноябрь	Тактическая подготовка.	Действия игрока на площадке с мячом и без мяча во время атаки команды своей и соперника.	2	-	2
34	ноябрь	Общая физическая подготовка.	Комплекс упражнений с локальным воздействием на отдельные мышечные группы.	2	-	2
35	ноябрь	Общая физическая подготовка.	Комплекс упражнений с локальным воздействием на отдельные мышечные группы.	2	-	2
36	ноябрь	Общая физическая подготовка.	Упражнения на развитие гибкости и подвижности в суставах.	2	-	2
37	декабрь	Специальная физическая подготовка.	Скоростно-силовые упражнения.	2	-	2
38	декабрь	Специальная физическая подготовка.	Беговые упражнения.	2	-	2
39	декабрь	Специальная физическая подготовка.	Прыжковые упражнения.	2	-	2
40	декабрь	Техническая подготовка.	Совершенствование жонглирования мячом стопой, бедром, головой (на месте и в движении)	2	-	2
41	декабрь	Техническая подготовка.	Совершенствование жонглирования мячом стопой, бедром, головой (на месте и в движении)	2	-	2
42	декабрь	Общая физическая подготовка	Влияние физических упражнений на укрепление здоровья, повышения работоспособности и совершенствование двигательной функции человека	2	2	-
43	декабрь	Тактическая подготовка.	Взаимодействие игроков защиты и нападения в своих линиях	2	-	2
44	декабрь	Тактическая подготовка.	Взаимодействие игроков защиты и нападения в своих линиях	2	-	2
45	декабрь	Специальная физическая подготовка.	Бег в медленном темпе чередующийся с ускорением на месте	2	-	2
46	декабрь	Специальная физическая подготовка.	Старты из разных исходных положений	2	-	2
47	декабрь	Техническая подготовка.	Розыгрыши стандартных положений; игра в стенку. Розыгрыш мяча при штрафных и свободных ударах.	2	-	2
48	декабрь	Техническая подготовка.	Розыгрыши стандартных положений; игра в стенку. Розыгрыш мяча при штрафных и	2	-	2

			свободных ударах.			
48	декабрь	Текущий контроль	Текущий контроль	2	-	2
50	декабрь	Текущий контроль	Текущий контроль	2	-	2
51	декабрь	Тактическая подготовка.	Совершенствование тактических схем, при розыгрыше стандартных положений при игре на площадке в уменьшенном составе и численном преимуществе	2	-	2
52	январь	Специальная физическая подготовка.	Бег в медленном темпе с ускорением (10-15 метров) по сигналу	2	-	2
53	январь	Общая физическая подготовка.	Общеразвивающие упражнения	2	-	2
54	январь	Общая физическая подготовка.	Комплекс упражнений с локальным воздействием на отдельные мышечные группы. Упражнения на развитие гибкости и подвижности в суставах.	2	-	2
55	январь	Техническая подготовка.	Совершенствование ударов мяча по воротам правой и левой ногой, внешней и внутренней стороной стопы.	2	-	2
56	январь	Тактическая подготовка.	Совершенствование индивидуальных действий в защите, отбор мяча, игра на опережение, выбор позиции.	2	-	2
57	январь	Тактическая подготовка.	Совершенствование индивидуальных действий в защите, отбор мяча, игра на опережение, выбор позиции.	2	-	2
58	январь	Специальная физическая подготовка.	Упражнения на развитие быстроты	2	-	2
59	январь	Техническая подготовка.	Совершенствование техники ведения мяча внешней и внутренней с стороной стопы.	2	-	2
60	январь	Специальная физическая подготовка.	Скоростно-силовая подготовка	2	-	2
61	январь	Специальная физическая подготовка.	Подвижные игры - баскетбол с партнером на спине.	2	-	2
62	январь	Специальная физическая подготовка.	Подвижные игры - баскетбол с партнером на спине.	2	-	2
63	январь	Инструктаж по технике безопасности.	Инструктаж по технике безопасности.	2	-	2
64	январь	Техническая подготовка.	Совершенствование жонглирования мячом стопой, бедром, головой (на месте и в движении).	2	-	2
65	февраль	Техническая подготовка.	Совершенствование жонглирования мячом стопой, бедром, головой (на месте и в движении).	2	-	2
66	февраль	Техническая подготовка.	Остановка мяча и обработка грудью, бедром, стопой на месте и в движении.	2	-	2
67	февраль	Техническая подготовка.	Совершенствование техники игры вратаря. Отработка техники владения мячом; ловля, отбивание и переводы мяча, броски в левую и правую	2	-	2

			сторону.			
68	февраль	Специальная физическая подготовка.	Упражнения для развития гибкости	2	-	2
69	февраль	Специальная физическая подготовка.	Упражнения для развития гибкости	2	-	2
70	февраль	Техническая подготовка.	Розыгрыши стандартных положений; игра в стенку. Розыгрыш мяча при штрафных и свободных ударах.	2	-	2
71	февраль	Техническая подготовка.	Розыгрыши стандартных положений; игра в стенку. Розыгрыш мяча при штрафных и свободных ударах.	2	-	2
72	февраль	Тактическая подготовка.	Совершенствование тактических схем при розыгрыше стандартных положений при аутах, при угловых ударах, введение мяча в игру вратарем.	2	-	2
73	февраль	Тактическая подготовка.	Действия игрока на площадке с мячом и без мяча во время атаки команды своей и соперника.	2	-	2
74	февраль	Специальная физическая подготовка.	Специальная выносливость	2	-	2
75	февраль	Тактическая подготовка.	Взаимодействие игроков защиты и нападения в своих линиях	2	-	2
76	февраль	Тактическая подготовка.	Взаимодействие игроков защиты и нападения в своих линиях	2	-	2
77	февраль	Тактическая подготовка.	Совершенствование тактических схем, при розыгрыше стандартных положений при игре на площадке в уменьшенном составе и численном преимуществе.	2	-	2
78	февраль	Специальная физическая подготовка.	Бег в медленном темпе чередующийся с ускорением на месте. Старты из разных исходных положений	2	-	2
79	март	Специальная физическая подготовка.	Бег в медленном темпе чередующийся с ускорением на месте. Старты из разных исходных положений	2	-	2
80	март	Общая физическая подготовка.	Влияние физических упражнений на укрепление здоровья, повышения работоспособности и совершенствование двигательной функции человека.	2	2	-
81	март	Общая физическая подготовка.	Общеразвивающие упражнения	2	-	2
82	март	Техническая подготовка.	Методы совершенствования в технике владения мячом.	2	2	-
83	март	Тактическая подготовка.	Совершенствование индивидуальных действий в защите, отбор мяча, игра на опережение, выбор позиции.	2	-	2
84	март	Специальная физическая подготовка.	Упражнения на развитие быстроты	2	-	2
85	март	Специальная физическая подготовка.	Скоростно-силовая подготовка	2	-	2
86	март	Техническая подготовка.	Совершенствование ударов мяча по воротам правой и левой	2	-	2

			ногой, внешней и внутренней стороной стопы.			
87	март	Общая физическая подготовка.	Комплекс упражнений с локальным воздействием на отдельные мышечные группы	2	-	2
88	апрель	Специальная физическая подготовка.	Специальная выносливость	2	-	2
89	апрель	Общая физическая подготовка.	Упражнения на развитие гибкости и подвижности в суставах.	2	-	2
90	апрель	Тактическая подготовка.	Совершенствование тактических схем при розыгрыше стандартных положений при аутах, при угловых ударах, введение мяча в игру вратарем.	2	-	2
91	апрель	Тактическая подготовка.	Действия игрока на площадке с мячом и без мяча во время атаки команды своей и соперника.	2	-	2
92	апрель	Техническая подготовка.	Совершенствование техники ведения мяча внешней и внутренней с стороны стопы.	2	-	2
93	апрель	Техническая подготовка.	Совершенствование жонглирования мячом стопой, бедром, головой (на месте и в движении).	2	-	2
94	апрель	Техническая подготовка.	Совершенствование техники игры вратаря. Отработка техники владения мячом; ловля, отбивание и переводы мяча, броски в левую и правую сторону.	2	-	2
95	апрель	Специальная физическая подготовка.	Специальная выносливость	2	-	2
96	апрель	Тактическая подготовка.	Взаимодействие игроков защиты и нападения в своих линиях	2	-	2
97	апрель	Тактическая подготовка.	Взаимодействие игроков защиты и нападения в своих линиях	2	-	2
98	апрель	Общая физическая подготовка.	Общеразвивающие упражнения	2	-	2
99	апрель	Общая физическая подготовка.	Общеразвивающие упражнения	2	-	2
100	май	Промежуточная аттестация	Промежуточная аттестация	2	--	2
101	май	Промежуточная аттестация	Промежуточная аттестация	2	-	2
102	май	Специальная физическая подготовка.	Скоростно-силовые упражнения.	2	-	2
103	май	Специальная физическая подготовка.	Беговые упражнения.	2	-	2
104	май	Специальная физическая подготовка.	Прыжковые упражнения.	2	-	2
105	май	Тактическая подготовка.	Взаимодействие игроков защиты и нападения в своих линиях	2	-	2
106	май	Тактическая подготовка.	Взаимодействие игроков защиты и нападения в своих линиях		-	2
107	май	Тактическая подготовка.	Совершенствование тактических схем, при розыгрыше стандартных положений при игре на площадке в уменьшенном составе и численном преимуществе.	2	-	2

108	май	Специальная физическая подготовка.	Бег в медленном темпе чередующийся с ускорением на месте. Старты из разных исходных положений	2	-	2
-----	-----	------------------------------------	---	---	---	---





Приложение № 4  
к дополнительной  
общеобразовательной  
программе по мини-футболу

**Диагностика по определению уровня воспитанности учащихся  
(автор - Н.П. Капустина) для учащихся 6-11 лет (1-4 класс).**

**Инструкция:** необходимо заполнить таблицу №1 по представленным показателям в соответствии со шкалой от 1 до 5. Первый столбец заполняет ребенок вместе с родителем, второй столбец – педагог (оценка педагога проводится при обработке данных в соответствии с представленной ниже шкалой).

**Шкала:**

5 – всегда

4 – часто

3 – редко

2 – никогда

1 – у меня другая позиция

Показатель	Я оцениваю себя (вместе с родителями)	Меня оценивает учитель	Итоговые оценки
<b>1. Любознательность:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• мне интересно заниматься</li> <li>• я люблю читать</li> <li>• мне интересно находить ответы на непонятные вопросы</li> <li>• я всегда выполняю дополнительное задание</li> <li>• я стремлюсь получать похвалу</li> </ul>			
<b>2. Прилежание (трудолюбие):</b> я старателен в своей деятельности я внимателен я самостоятелен я помогаю другим в делах и сам обращаюсь за помощью			

мне нравится дежурство в объединении и дома			
<b>3. Бережное отношение к природе:</b> я берегу то место, где я живу, свой дом, свой город, свою республику я берегу растения я берегу животных я берегу природу			
<b>4. Я и Центр:</b> я соблюдаю правила поведения я выполняю правила внутрицентровской жизни я добр в отношениях с людьми я участвую в делах объединения и Центра я справедлив в отношениях с людьми			
<b>5. Прекрасное в моей жизни:</b> я аккуратен и опрятен я соблюдаю культуру поведения я забочусь о здоровье я умею правильно распределять время учебы и отдыха у меня нет вредных привычек (не капризничаю, слушаюсь и т.д.)			

#### Обработка данных

По каждому качеству выводится одна среднеарифметическая оценка. В результате каждый ученик имеет 5 оценок. Затем 5 оценок складываются и делятся на 5. Средний балл и является условным определением уровня воспитанности.

#### Средний балл

5 — 4,5 – высокий уровень (в)

4,4 – 4 – хороший уровень (х)

3,9 – 2,9 – средний уровень (с)

2,8 – 2 – низкий уровень (н)

#### Сводный лист данных изучения уровня воспитанности учащихся объединения

№ п/п	ФИО	Любознательность		Прилежание (трудолюбие)		Бережное отношение к природе		Я и Центр		Прекрасное в моей жизни		Средний балл		Уровень воспитанности	
		сам	педагог	сам	педагог	сам	педагог	сам	педагог	сам	педагог	сам	педагог	сам	педагог
1.															
2.															
3.															
4.															
5.															
6.															
7.															
8.															
9.															

10.																			
11.																			
12.																			
13.																			
14.																			
15.																			
	ИТОГО																		

- \_\_\_\_\_ человек имеют высокий уровень воспитанности  
 \_\_\_\_\_ человек имеют средний уровень воспитанности  
 \_\_\_\_\_ человек имеют низкий уровень воспитанности

### Схема экспертной оценки уровня воспитанности (оценивает педагог)

Схема включает для оценки 6 качеств личности, которые педагог оценивает в соответствии с представленной ниже шкалой:

1. Любознательность
2. Прилежание
3. Бережное отношение к природе
4. Отношение к себе и к Центру
5. Красивое в жизни школьника

По каждому качеству ребенку ставится оценка. В результате каждый ученик имеет 5 оценок, которые затем складываются и делятся на 5. Средний бал и является условным определением уровня воспитанности.

Нормы оценок:

- 5-4.5** – высокий уровень
- 4.4-4** – хороший уровень
- 3.9-2.9** – средний уровень
- 2.8-2** – низкий уровень

#### 1 шкала. Любознательность

5б. Занимается с интересом. Мечтательный. С интересом находит ответы на непонятные вопросы. Всегда выполняет дополнительное задание. Большое стремление получать похвалу.

4б. На занятии работает, положительные и отрицательные ответы чередуются. Дополнительное задание не всегда выполняется в полном объеме.

3б. Интерес к занятиям проявляет редко. Редко старается находить ответы на непонятные вопросы. Часто приходит с невыполненным дополнительным заданием.

2б. Интерес к занятиям не проявляет. Не пытается найти ответы на непонятные вопросы. Редко выполняет дополнительное задание. К оцениванию проявляет безразличие.

1б. Заниматься не хочет. Оцениванием не интересуется.

#### 2 шкала. Прилежание (трудолюбие)

5б. Старателен в деятельности, внимателен. Помогает другим в делах и сам обращается за помощью. Ответственно относится к дежурству в объединении.

4б. Старается быть внимателен, часто помогает другим в делах. Иногда обращается за помощью. Чаще ответственно относится к дежурству в объединении.

3б. Редко проявляет старание к деятельности. На занятиях бывает не внимателен. На призыв о помощи откликается с трудом, сам за помощью обращается лишь в экстренных случаях. Часто проявляет безответственное отношение к дежурству в объединении.

2б. Заниматься не старается, внимание на занятиях рассеянное. От общих дел отстраняется. Дежурства в объединении избегает.

1б. Заниматься не хочет. В общих делах не участвует. Дежурит в объединении только под присмотром педагога.

### **3 шкала. Бережное отношение к природе**

5б. С удовольствием ухаживает за комнатными растениями, интересуется природой, любит животных. Активен в походах на природу.

4б. Любит ухаживать за комнатными растениями и животными. Участвует в походах на природу.

3б. К растениям и животным подходит только по необходимости. В походы ходит редко. Природу не любит.

2б. За растениями и животными не ухаживает. В походы не ходит. Проявляет варварское отношение к природе.

1б. Проявляет негативное отношение ко всему живому.

### **4 шкала. Отношение к себе и Центру**

5б. Полностью выполняет правила для учащихся. В отношении с людьми добр. Активно участвует в делах объединения и Центра

4б. Правила для учащихся выполняет не всегда. В общении с людьми избирателен. Активность в делах объединения и Центра выражена в малой степени.

3б. Требования педагога выполняет частично. В отношениях с детьми не постоянен, переходит от одной группы детей к другой. В делах объединения и Центра участвует по настоянию педагога.

2б. Пассивен, часто нарушает правила для учащихся. С трудом устанавливает контакт с людьми, чаще избегает других. В делах объединения и Центра не участвует.

1б. Часто нарушает нормы поведения: мешает другим детям играть, не меняет своего поведения, когда делают замечания. В общественных делах отказывается принимать участие.

### **5 шкала. Прекрасное в моей жизни**

5б. Аккуратен в делах и опрятен в одежде. Ценит красивое вокруг себя. В отношениях с людьми вежлив. Хорошо управляет собой. Соблюдает санитарно-гигиенические правила ухода за собой. Нет вредных привычек.

4б. Чаще аккуратен в делах и опрятен в одежде. Может допустить небрежность вокруг себя. В отношениях с людьми бывает замкнут. Умеет управлять собой. Редко забывает о соблюдении правил ухода за собой (умыт, причесан). Нет вредных привычек.

3б. Чаще небрежен в делах, небрежен в одежде. Красивое вокруг себя не замечает. В отношениях с людьми старается быть не заметным, но держится рядом. Часто не следит за собой, не контролирует свои действия. Бывает не умыт, не причесан. Возможно отсутствие привычки мыть руки.

2б. Нет стремления к аккуратности и опрятности. Нарушает чистоту и порядок вокруг себя, не поддерживает уют. Замкнут, не стремится к установлению контактов. Редко управляет собой, несдержан. Часто приходит в школу не умытый и не причесанный. Необходим постоянный контроль за мытьем рук.

1б. Неряшлив в одежде, порядка на рабочем месте нет, работы грязные, небрежные, вокруг себя создает обстановку хауса. Проявляет негативизм по отношению к детям и взрослым. Не управляет собой. Не реагирует на требования соблюдения санитарно-гигиенических правил ухода за собой. Возможна привычка грызть ногти

**ИТОГИ экспертной оценки вносятся в сводный лист.**

**Диагностика определения уровня воспитанности учащихся 11-18 лет (5-11 класс).  
(из методики диагностических программ, разработанных Н.П. Капустиным, М.И. Шиловой)**

Данная диагностика проводится с целью определения уровня воспитанности и оценки личностных достижений учащихся для анализа и оказания адресной помощи учащимся в развитии личностных компетенций.

Диагностика включает оценивание по 10 критериям:

1. Долг и ответственность;
2. Бережливость;
3. Дисциплинированность;
4. Ответственное отношение к деятельности;
5. Отношение к общественному труду;
6. Коллективизм, чувство товарищества;
7. Доброта и отзывчивость;
8. Честность и справедливость;
9. Простота и скромность;
10. Культурный уровень.

**Инструкция:** Прочитайте вопросы анкеты и постарайтесь долго не задумываться. Ответьте на них, оценивая себя по 5-балльной шкале.

- “0” - всегда нет или никогда.
- “1” - очень редко, чаще случайно.
- “2” - чаще нет, чем да, иногда вспоминаю.
- “3” - чаще да, чем нет, иногда забываю.
- “4” - всегда да, постоянно.

**Таблица №1**

<b>Долг и ответственность</b>						
1	Считаю для себя важным добиваться, чтобы коллектив моего объединения работал лучше.	4	3	2	1	0
2	Вношу предложения по совершенствованию работы объединения.	4	3	2	1	0
3	Самостоятельно организую отдельные мероприятия в объединении.	4	3	2	1	0
4	Участвую в подведении итогов работы объединения, в определении ближайших задач.	4	3	2	1	0
<b>Бережливость</b>						
1	Аккуратно пользуюсь книгами (учебниками, художественной литературой и т.д.).	4	3	2	1	0
2	Бережно отношусь к мебели в учебном кабинете (не рисую, не черчу на столах, партах, стульях, скамейках).	4	3	2	1	0
3	Бережно отношусь к своей одежде (слежу за чистотой и опрятностью).	4	3	2	1	0
4	Экономлю природные ресурсы (электроэнергию, воду, бумагу и др.).	4	3	2	1	0
<b>Дисциплинированность</b>						

1	Знаю и соблюдаю правила, записанные в Уставе Центра.	4	3	2	1	0
2	Всегда внимателен на занятиях, не мешаю слушать другим объяснения педагога.	4	3	2	1	0
3	Участвую в досуговых мероприятиях, проводимых в объединении, Центре.	4	3	2	1	0
4	Осознаю свою ответственность за результаты работы в коллективе объединения.	4	3	2	1	0
<b>Ответственное отношение к деятельности</b>						
1	Прихожу в Центр с выполненным дополнительным заданием (или подготовленным к занятию).	4	3	2	1	0
2	При подготовке дополнительного задания стараюсь не прибегать к помощи взрослых.	4	3	2	1	0
3	Использую дополнительную литературу (пользуюсь средствами Интернета).	4	3	2	1	0
4	Аккуратен, исполнительен, точен.	4	3	2	1	0
<b>Отношение к общественному труду</b>						
1	Своевременно и точно выполняю порученные мне задания.	4	3	2	1	0
2	Принимаю участие в трудовых рейдах (уборке в объединении, Центра, приусадебного участка, сборе макулатуры).	4	3	2	1	0
3	Выполняю трудовые поручения родителей.	4	3	2	1	0
4	Добросовестно выполняю все поручения.	4	3	2	1	0
<b>Коллективизм, чувство товарищества</b>						
1	Удовлетворен отношением моих товарищей к другим объединениям.	4	3	2	1	0
2	Готов отстаивать интересы всего коллектива Центра, объединения в других коллективах и общественных организациях.	4	3	2	1	0
3	Готов помочь своим одноклассникам выполнять дополнительное задание или поручения взрослых.	4	3	2	1	0
4	Готов ответить за результаты своей работы и за результаты работы своих товарищей.	4	3	2	1	0
<b>Доброта и отзывчивость</b>						
1	Стремлюсь помочь другим ученикам, а также младшим в разрешении трудностей, возникающих перед ними.	4	3	2	1	0
2	Вежлив со взрослыми, уступаю места старшим.	4	3	2	1	0

3	Не реагирую на случайные столкновения в фойе (вестибюлях, коридорах) Центра, помогаю младшим.	4	3	2	1	0
4	Ко мне всегда можно обратиться за помощью.	4	3	2	1	0
<b>Честность и справедливость</b>						
1	Считаю, что необходимо отвечать за свои поступки.	4	3	2	1	0
2	Честно признаюсь, если что-то натворил.	4	3	2	1	0
3	Осуждаю своего товарища, если он рассказал взрослому о проступке товарища без его присутствия при разговоре.	4	3	2	1	0
4	Открыто и смело высказываю свое мнение перед любым коллективом.	4	3	2	1	0
<b>Простота и скромность</b>						
1	Говоря о своих успехах, не забываю об успехах товарищей.	4	3	2	1	0
2	Понимаю, что человека уважают не за деньги.	4	3	2	1	0
3	Я не хвастаюсь.	4	3	2	1	0
4	Могу дружить с девочками и мальчиками другой национальности	4	3	2	1	0
<b>Культурный уровень</b>						
1	Посещаю музеи, выставки, театры не реже одного раза в месяц.	4	3	2	1	0
2	Среди телевизионных передач смотрю учебные, познавательные фильмы (из жизни растительного и животного миров, передачи, посвященные жизни и деятельности писателей, артистов кино...) Слушаю не только современную музыку, эстрадную, но и классическую.	4	3	2	1	0
3	Слежу за своей речью, не допускаю, чтобы при моем присутствии говорили грубо, некорректно, нецензурно.	4	3	2	1	0
4	Соблюдаю правила поведения в общественных местах (в том числе транспорте)	4	3	2	1	0

### Обработка данных

#### Результат №1

Расчет делать по каждому пункту.

- “0” - всегда нет или никогда.
- “1” - очень редко, чаще случайно.
- “2” - чаще нет, чем да, иногда вспоминаю.
- “3” - чаще да, чем нет, иногда забываю.
- “4” - всегда да, постоянно.

Результаты одного пункта складываются и делятся на 16 (максимальное кол-во баллов)  
(3+4+3+4)/16

Затем складываются показатели по всем пунктам и делятся на 10  
(1+0,9+0,7+0,6+0,5+1+1+1+0,2)/10

- 0-0,5 – низкий уровень воспитанности
- 0,51-0,6- уровень воспитанности ниже среднего
- 0,61 -0,8 средний уровень воспитанности
- 0,81-0,9 уровень воспитанности выше среднего
- 0,91-1- высокий уровень воспитанности

Затем складываются показатели каждого ученика и делятся на количество учащихся, получаем уровень воспитанности объединения. Впоследствии можно отследить (осуществить мониторинг) уровня воспитанности за определенный промежуток времени.

- Низкий уровень: слабое, неустойчивое положительное поведение, которое регулируется в основном требованиями взрослых и другими внешними стимулами и побудителями, самоорганизации и саморегуляции ситуативны.
- Средний уровень: свойственна самостоятельность, проявление самоорганизации и саморегуляции, отсутствует общественная позиция.
- Хороший уровень: положительная самостоятельность в деятельности и поведении, общественная позиция ситуативна.
- Высокий уровень: устойчивая и положительная самостоятельность в деятельности и поведении, проявляется активная общественная и гражданская позиция.

### Сводный лист данных изучения уровня воспитанности учащихся объединения

№ п/п	ФИО	Долг и ответственность	Бережливость	Дисциплированность	Ответственное отношение к деятельности	Отношение к общественно полезному труду, трудолюбие	Коллективизм и товарищество	Доброта и отзывчивость	Честность и правдивость	Простота и скромность	Уровень культуры	Средний балл
1.												
2.												
3.												
4.												
5.												
6.												
7.												
8.												
9.												
10.												
11.												
12.												
	ИТОГО											

*Приложение №5  
к дополнительной  
общеобразовательной  
программе по мини-футболу*

## ***Психологическая подготовка***

*Психологическая подготовка* проводится в течение учебного года в процессе каждого учебно-тренировочного занятия.

В основе *психологической подготовки* лежат, с одной стороны, психологические особенности футбола, как вида спорта, с другой - психические особенности спортсмена. Чем больше соответствия между тем и другим, тем скорее можно ожидать от спортсмена высоких результатов.

Для обучения психологическим умениям и навыкам характерны три фазы:

**I фаза** - ознакомление с психологическими умениями и навыками. Во время этой фазы занимающиеся осознают важность тренировки психологических умений и навыков и получают представления о том, как психологические умения и навыки влияют на спортивную деятельность. Продолжительность фазы - 1-2 год обучения.

**II фаза** - фаза усвоения., направлена на изучение методов и способов овладения различными психологическими навыками и умениями. Овладение этими умениями и навыками осуществляется во время учебно-тренировочных занятий, соревнованиях. Продолжительность фазы - 3 год обучения.

**III фаза** - фаза практического овладения, которая включает в себя доведение до автоматического выполнения; обучение регулярному интегрированию психологических умений и навыков в ситуации практической деятельности; имитация умений и навыков в условиях соревнований. Продолжительность фазы - 4 год обучения.

Процесс овладения психологическими навыками и умениями начинается с их отработки на учебно-тренировочных занятиях и заканчивается их применением в реальных условиях соревнований. Для получения объективной и субъективной информации об уровне развития психологических умений и навыков используется анкетирование, включающее общие вопросы, а затем на основании ответов обучающихся проводится повторное анкетирование, включающее более специальные и узкие вопросы.

В психологической подготовке можно выделить:

- \* Базовую психологическую подготовку;
- \* Психологическую подготовку к тренировкам (тренировочную);
- Психологическую подготовку к соревнованиям.

В свою очередь они делятся на: диагностическую, коррекционную, просветительскую, развивающую, профилактическую, консультативную работу

Успех соревновательной деятельности во многом зависит от качества предшествующего тренировочного процесса, который порой выражается в монотонной и продолжительной работе.

*Базовая психологическая подготовка* включает

- Развитие важных психических функций и качеств внимания,
- представлений, ощущений, мышления, памяти, воображения,
- Развитие профессиональных важных способностей, а также способности к самоанализу, самокритичности, требовательности к себе;
- Формирование значимых морально-нравственных и волевых качеств (любви к виду спорта, целеустремленности, инициативности),
- Психологическое образование (формирование системы специальных знаний о психике человека, психических состояниях, методах формирования нужного состояния и способах преодоления неблагоприятных состояний),
- Формирование умения регулировать психологическое состояние, сосредоточиваться перед выступлением, мобилизовать силы во время выступления, противостоять неблагоприятным воздействиям

*Общая психологическая подготовка* осуществляется в единстве с физической, технической и тактической подготовками на протяжении всего многолетнего периода обучения и в ее задачи входит:

1. Воспитание личности спортсмена и формирование спортивного коллектива

2. Развитие процессов восприятия, в частности формирование специфических восприятий ("чувство мяча", "чувство времени", "чувство пространства")
3. Развитие внимания (объем, интенсивность, распределение, переключение)
4. Развитие тактического мышления - способности быстро и правильно оценивать игровой момент, принимать эффективное решение и контролировать свои действия.
5. Развитие памяти, представления и воображения, которые проявляются в способности запоминать особенности игровых действий и в умении детально представить возможные ситуации предстоящего состязания
6. Развитие способностей управлять эмоциями в процессе игровой деятельности и в жизненных ситуациях.
7. Воспитание волевых качеств (стойкость, настойчивость, активность, инициативность, дисциплинированность, упорство в достижении цели целеустремленность).
8. Воспитание наблюдательности, умения быстро и - правильно ориентироваться в сложной игровой ситуации.

*Психологическая подготовка к соревнованиям* начинается задолго соревнований, опирается на базовую подготовку и решаем следующие задачи.

- Формирование значимых мотивов соревновательной деятельности,
- Овладение методикой формирования состояния ситуационной, актуальной готовности к соревнованиям, уверенности в себе, в своих силах;
- Разработку индивидуального комплекса настраивающих мобилизирующих мероприятий;
- Совершенствование методики саморегуляции психических состояний;
- Формирование эмоциональной устойчивости к соревновательному стрессу;
- Отработку индивидуальной системы психорегулирующих мероприятий;
- Сохранение нервно-психической устойчивости, профилактику перенапряжений

*Психологическая подготовка к конкретным соревнованиям* (играм) состоит в следующем:

1. Осознание спортсменами задач на предстоящие соревнования;
2. Изучение конкретных условий предстоящих соревнований (время и место, освещенность и т.п.);
3. Изучение сильных и слабых сторон соперника и подготовка к действиям с учетом этих особенностей,
4. Осознание и оценка своих собственных возможностей в настоящий момент,
5. Преодоление отрицательных эмоций, вызванных предстоящими соревнованиями;
6. Формирование твердой уверенности в своих силах и возможностях в выполнении поставленных задач в предстоящих соревнованиях.

Вся психологическая подготовка проводится с учетом индивидуальных особенностей спортсменов.

Успешное решение задач, стоящих в процессе подготовки юных футболистов, невозможно без системы специальных средств и условий восстановления, которые решаются в ходе отдельных тренировочных занятий, соревнований, в интервалах между занятиями и соревнованиями, на отдельных этапах годичного цикла подготовки.

Учебно-воспитательный процесс построен таким образом, чтобы сохранить здоровье учащихся, сформировать здоровый образ жизни и трудовые навыки, развить творческие способности.

*Система здоровьесберегающих мероприятий* носит комплексный характер и включает в себя средства психолого-педагогического и медико-биологического воздействия.  
*Педагогические средства восстановления:*

1. Рациональное распределение нагрузок в макро-, мезо- и микро-циклах.
2. Создание четкого ритма и режима учебно-тренировочного процесса.
3. Рациональное планирование процесса учебно-тренировочных занятий.
4. Использование разнообразных средств и методов тренировки, в том числе и нетрадиционных.

5. Соблюдение рациональной последовательности упражнений, чередование нагрузок по направленности.
6. Индивидуализация тренировочного процесса.
7. Адекватные интервалы отдыха.
8. Упражнения для активного отдыха, на расслабление и восстановление дыхания.
9. Корректирующие упражнения для позвоночника и стопы.
10. Дни профилактического отдыха.

*Психологические средства восстановления:*

1. Организация внешних условий и факторов тренировки.
2. Формирование значимых мотивов и благоприятных отношений к тренировкам.
3. Переключение внимания, мыслей и самоуспокоение, самоодобрение и самоприказы.
4. Идеомоторная тренировка.
5. Психорегулирующая тренировка.
6. Отвлекающие мероприятия: чтение книг, слушание музыки, экскурсии, посещение музеев, выставок, театров.

*Психолого-педагогические средства* включают специальные восстановительные упражнения на расслабление, дыхательные, на растяжение, чередование средств НП и психорегуляции.

*Гигиенические средства восстановления:*

1. Рациональный режим дня.
2. Ночной сон не менее 8-9 часов в сутки, желателен дневной сон (1 час) в период интенсивной подготовки к соревнованиям.
3. Тренировки преимущественно в благоприятное время суток: после 8 и до 20 часов. Тренировки в неблагоприятное время суток с целью волевой подготовки допустимы и целесообразны в подготовительном периоде.
4. Сбалансированное 3-4 разовое питание по схеме: завтрак - 20-25%, обед - 40-45%, ужин - 20-30 % суточного рациона до 19.00.
5. Использование специализированного питания: витамины, питательные смеси, соки, спортивные напитки во время приема пищи, до и во время тренировки.
6. Гигиенические процедуры.
7. Удобная обувь и одежда.

При выборе восстановительных средств особое внимание необходимо уделять индивидуальной переносимости тренировочных и соревновательных нагрузок.

*Медико-биологический контроль* за состоянием здоровья юных футболистов осуществляется при помощи различных средств: опрос, осмотр, наблюдение. Углубленное медицинское обследование проводится два раза в год врачами физкультурного диспансера.

**Методические рекомендации**

Дидактические игры на занятиях  
по мини-футболу

Дидактические игры, используемые в учебном процессе по дополнительной общеобразовательной программе - дополнительной общеразвивающей программе «Мини-футбол»

Наименование игры	Содержание	Развитие общефизических качеств	Возраст
Пятнашки («салки»)	По жребию выбирают одного водящего — «салку», или «пятнашку». Условно устанавливают границы площадки. Играющие разбегаются, а водящий догоняет их, стараясь коснуться кого-либо рукой, «осалить», «запятнать». Тот, кого догонит и «осалит», становится «салкой», «пятнашкой». Он начинает ловить играющих, а бывший «салка» убегает со всеми.	Быстрота	8-9 лет
«Невод»	Перед началом игры нужно выбрать двух водящих, которые берутся за руки. Они - «невод». Остальные ребята – рыбки. «Невод» должен ловить «рыбок». Но дотронуться до «рыбки» недостаточно. Пара детей-водящих должна поймать «рыбку», соединив руки, чтобы пойманный оказался как бы в кольце. Тот, кого поймали, присоединяется к «неводу». Постепенно «невод» разрастается, вернуться от него сложнее – такой он большой. Но большой «невод» становится еще и неповоротливым! Играют до тех пор, пока в «море» не останется всего две «рыбки». Затем игру можно повторить, а «неводом» те две «рыбки», которых не поймали в прошлом коне.	Быстрота, ловкость	8-9 лет
«Бой петухов»	Играющие делятся на две равные команды. По сигналу педагога 2 игрока из разных команд, прыгая на одной ноге и заложив руки за спину, сближаются и, толкая друг друга плечом, стараются вывести противника из равновесия таким образом, чтобы тот коснулся земли второй ногой. Такой игрок считается проигравшим и покидает площадку. Игра продолжается до тех пор, пока в какой-нибудь команде не останется ни одного игрока. В каждом последующем бое участники меняют толчковую ногу. Но нельзя во время боя убирать руки из-за спины и менять опорные ноги.	Выносливость, ловкость, координация, сила	10-11 лет
«Подвижная цель»	Все дети делятся на несколько групп, каждая группа становится в круг, водящий - в центре. Дети передают друг другу мяч ногой, стараясь попасть в водящего. Попавший становится водящим, а ребенок, бывший водящим, встает в круг. Мячом можно ударять только в ноги водящего.	Ловкость	8-10 лет
«Задержи мяч»	Дети становятся в круг - это нападающие, внутри	Ловкость	11-12 лет

	<p>круга - защитник. Нападающие быстро передают ногой друг другу мяч так, чтобы он катился по земле, а защитник старается задержать его. Если ему это удастся сделать, то он меняется местами с тем нападающим, который отбивал мяч последним. Если в игре участвует много детей, то могут быть 2-3 защитника.</p>		
«Гонка мячей»	<p>Все дети свободно располагаются на площадке, у каждого - по мячу. После сигнала, педагога все ведут мяч ногой, стараясь, не сталкиваться друг с другом.</p> <p>Вариант. То же, но по первому сигналу педагога игроки ведут мяч в быстром темпе; по следующему сигналу – в медленном.</p>	Выносливость	8-9 лет
«Забей в ворота»	<p>Несколько играющих детей (4 - 6) становятся на линию, отмеченную в 5 м от ворот, - это нападающие. Двое детей (3) - защитники, они располагаются между линией и воротами. Нападающие по очереди забивают в ворота три мяча. Защитники стараются поймать мячи и возвращают обратно нападающим. Затем дети меняются ролями. Выигрывает тот ребенок, который больше забивает мячей в ворота.</p>	Ловкость	12-13 лет
«Футболист»	<p>Дети становятся в линию или круг. В центре круга (или перед играющим) кладется мяч. По сигналу педагог ребенок закрывает глаза, делает поворот, идет к мячу и старается ударить по нему ногой.</p>	Координация, ловкость	7-8 лет
«Футбольный слалом»	<p>На площадке обозначается линия старта, за которой команды по 6-8 игроков строятся в колонны. Первые номера каждой команды имеют по мячу. Перед каждой командой на расстоянии 2,5 м - 3 м один от другого устанавливают 6 флажков. По сигналу первые номера устремляются вперед, обводя "змейкой" флажки, и таким же образом возвращаются назад. На линии старт - финиш игрок останавливает мяч и передает его следующему участнику и т.д. Побеждает команда, быстрее закончившая игру.</p>	Выносливость	6-8 лет
«Попади в мишень»	<p>Дети поочередно с расстояния 7 – 10 м стремятся попасть в круг диаметром 1 м, обозначенный на деревянном щите или стенке. Каждый выполняет по 3 удара правой и левой ногой по неподвижному мячу. Побеждает ребенок, сумевший желать больше точных попаданий. Игру можно провести и как командную. В этом случае победительницей считается команда, игроки которой в сумме забili больше голов.</p>	Ловкость	10-14 лет

### План воспитательной работы

**Цель:** создание условий для воспитания и социализации учащихся.

**Задачи:**

1. Создание условий для воспитания у учащихся любви к спорту, родному краю, к формированию гражданского самосознания.
2. Развитие индивидуальных способностей, предоставление возможности реализоваться в соответствии со своими склонностями и интересами, выявление и поддержка нестандартности, индивидуальности.
3. Формирование у учащихся чувства ответственности, самостоятельности, инициативы.

#### План работы

№ п/п	Наименование мероприятия	Сроки проведения	Место проведения	Участники	Ответственный за проведение
1	Беседа по профилактике травматизма на дорогах.	сентябрь	спорт. зал	Учащиеся «ЦДОД «Орбита»	Педагог дополнительного образования
2	<i>День Здоровья. Веселые старты</i>		спорт. зал	Учащиеся «ЦДОД «Орбита»	Педагог дополнительного образования
3	Товарищеские встречи по мини - футболу	октябрь	спорт. зал	Учащиеся «ЦДОД «Орбита»	Педагог дополнительного образования
4	Беседа о правилах пожарной безопасности.		спорт. зал	Учащиеся «ЦДОД «Орбита»	Педагог дополнительного образования
5	Беседа «Правильное питание в подростковом возрасте».	ноябрь	спорт. зал	Учащиеся «ЦДОД «Орбита»	Педагог дополнительного образования
6	Как оказать первую медицинскую помощь» (беседа с элементами игры).		спорт. зал	Учащиеся «ЦДОД «Орбита»	Педагог дополнительного образования
7	Турнир по мини - футболу	декабрь	По назначению	Учащиеся «ЦДОД «Орбита»	Педагог дополнительного образования
8	Беседа о противопожарной безопасности в новогодние каникулы.		спорт. зал	Учащиеся «ЦДОД «Орбита»	Педагог дополнительного образования
9	Новогодний квест		спорт. зал	Учащиеся «ЦДОД «Орбита»	Педагог дополнительного образования
10	Эстафеты «Зимние забавы»	январь	спорт. зал,	Учащиеся «ЦДОД «Орбита»	Педагог дополнительного образования

11	Беседа о правилах пожарной безопасности.		спорт. зал	Учащиеся «ЦДОД «Орбита»	Педагог дополнительного образования
12	Спортивный праздник, посвящённый Дню защитника Отечества. Веселые старты	февраль	спорт. зал	Учащиеся «ЦДОД «Орбита»	Педагог дополнительного образования
13	День Здоровья. Спортивный праздник.		спорт. зал	Учащиеся «ЦДОД «Орбита»	Педагог дополнительного образования
14	Беседа «Курение, наркотики, алкоголизм и развивающийся организм».		спорт. зал	Учащиеся «ЦДОД «Орбита»	Педагог дополнительного образования
15	Беседа «Любовь к Родине начинается с любви к матери».	март	спорт. зал	Учащиеся «ЦДОД «Орбита»	Педагог дополнительного образования
16	Соревнования по мини-футболу		По назначению	Учащиеся «ЦДОД «Орбита»	Педагог дополнительного образования
17	Беседа «Я и мои поступки».	апрель	спор. зал	Учащиеся «ЦДОД «Орбита»	Педагог дополнительного образования
18	Игры, посвященные Дню Победы	май	спорт. зал,	Учащиеся «ЦДОД «Орбита»	Педагог дополнительного образования
19	Беседа «Мы живы, пока жива память»).		спорт. зал	Учащиеся «ЦДОД «Орбита»	Педагог дополнительного образования

*Приложение 8  
к дополнительной общеобразовательной  
программе по мини-футболу*

### **План работы с родителями**

**Цель:** Активное вовлечение родителей в процесс жизнедеятельности объединения для более успешного взаимодействия семьи и дополнительного образования в воспитании и развитии ребенка как личности.

**Задачи:**

1. Установление контакта, общей благоприятной атмосферы общения с родителями учащихся.
2. Изучение воспитательных возможностей семей.
3. Формирование активной педагогической позиции родителей, повышение воспитательного потенциала семьи.
4. Вооружение родителей необходимыми для воспитания детей психолого – педагогическими знаниями и умениями, основами педагогической культуры.

**Формы работы:** беседы, анкетирование родителей; родительские собрания (знакомство с целями, задачами и программой моей деятельности, обсудить возможные пути реализации); приглашение на занятия и внеурочные мероприятия; создание базы телефонов родителей, создание беседы в WhatsApp;

информирование родителей о ходе и результатах воспитания, обучения детей при личных встречах; с помощью записок-извещений; посредством телефона и интернета.

## **План работы**

### **Сентябрь**

- знакомство с родителями учащихся, реклама своей программы;
- посещение родительских собраний по классам;
- индивидуальные консультации для родителей.

### **Октябрь**

- информирование родителей о результатах учебной деятельности ребенка, его психическом состоянии;
- обсуждение с родителями и подготовка к городским мероприятиям по спортивным играм;

### **Ноябрь**

- проведение открытых мастер-классов и открытых занятий;
- индивидуальные консультации для родителей;

### **Декабрь**

- посещение родительских собраний по классам;
- индивидуальные, групповые консультации для родителей;
- подведение итогов I полугодия.

### **Январь**

- анонимное анкетирование «удовлетворённость родителей образовательным процессом»;
- индивидуальные консультации;
- советы родителям.

### **Февраль**

- индивидуальные консультации для родителей;
- обсуждение с родителями и подготовка к соревнованиям.

### **Март**

- проведение праздничных мероприятий (эстафеты, викторины);
- индивидуальные консультации для родителей.

### **Апрель**

- проведение открытых мастер-классов и открытых занятий;
- индивидуальные консультации для родителей

### **Май**

- открытое занятие: подведение итогов работы объединения, достижений учащихся;
- обсуждение перспектив учеников продолжения обучения на следующий учебный год.