МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 57»

Утверждаю
и.о. директора МАОУ «СОШ №57»
_____ Г.Н. Милинцева
Приказ № 161
От «27» августа 2026 г.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности «МИНИ - ФУТБОЛ»

Екатеринбург 2026 г.

Содержание программы:

	Наименование	Стр.
1	Комплекс основных характеристик программы	
1.1	Пояснительная записка	3
1.2	Цели и задачи	4
1.3	Содержание программы	5
	Учебный план на 1 год обучения	5
	Содержание учебного плана на 1 год обучения	6
1.4	Планируемые результаты реализации программ	13
2	Комплекс организационно-педагогических условий	14
2.1	Календарный учебный график 1 года обучения	23
2.2	Условия реализации программы	23
2.3	Формы аттестации	23
2.4	Оценочные материалы	24
2.5	Методическое обеспечение	25
2.6	Список литературы	26

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа по мини-футболу составлена в соответствии **с нормативными документами**:

Нормативной базой разработки дополнительная общеобразовательной общеразвивающей программы по мини-футболу физкультурно-спортивной направленности являются:

1.Федеральный Закон № 273-ФЗ от 29.12.2012 «Об образовании в Российской Федерации».

2.Концепция развития дополнительного образования детей (Распоряжение Правительства Российской Федерации от 04.09. 2014 № 1726-р).

3.«Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей», Пост № 41 об утв. СанПиН 2.4.4.3172-14 от 04.07.2014

4.Приказ Министерства Просвещения Российской Федерации (Минпросвещения России) от 09.11.2018 № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

5. Методические рекомендации по программам (включая разноуровневые программы). Письмо Министерства образования и науки РФ от 18 ноября 2015 г. №09-3242.

Направленность программы – физкультурно-спортивная

Актуальность программы состоит в том, что футбол – популярный вид спорта. А через заинтересованность учащихся в футболе есть возможность реализовать цель данной программы, а именно развить психические и физические качества ребенка, мотивировать его к здоровому образу жизни.

Педагогическая целесообразность программы объясняется тем, что физическое воспитание в спортивных секциях является содействие всестороннему развитию личности посредством формирования физической

культуры личности воспитанника. Слагаемыми физической культуры являются: крепкое здоровье, хорошее физическое развитие, оптимальный уровень двигательных способностей, знания и навыки в области физической культуры, мотивы и освоенные способы (умения) осуществлять физкультурно-оздоровительную и спортивную деятельность.

Программа «Мини-футбол» создает максимально благоприятные условия для раскрытия и развития не только физических, но и духовных способностей ребенка, его самоопределения.

Мини-футбол – спортивная командная игра, которая является наиболее комплексным и универсальным средством развития ребенка.

Специально подобранные игровые упражнения, выполняемые индивидуально, в группах, командах, задания с мячом создают неограниченные возможности для развития, прежде всего координационных (ориентирование в пространстве, быстрота реакций, перестроения двигательных действий, точность дифференцирования и оценивания пространственных, временных и силовых параметров движений, способность к согласованию отдельных движений в целостные комбинации) и кондиционных (силовых, выносливости, скоростных) способностей, а также всевозможных сочетаний этих групп способностей. Одновременно материал по спортивным играм оказывает многостороннее влияние на развитие психических процессов воспитанников (восприятие, внимание, память, мышление, воображение и др.), воспитание нравственных и волевых качеств, что обусловлено необходимостью соблюдения правил и условий игровых упражнений и самой игры, согласования индивидуальных, групповых и командных взаимодействий партнеров и соперников.

Материал игр является прекрасным средством и методом формирования потребностей, интересов и эмоций воспитанников.

Игра всегда привлекает детей, повышает их интерес к занятию. Игры формируют у детей важные навыки совместной работы, общения. В игровой деятельности воспитывается ответственность воспитанников, развиваются их

способности заботиться о товарищах, сочувствовать и сопереживать, понимать радости и горести, поражения и победы.

Систематическая тренировка и участие в соревнованиях благотворно сказываются на физическом развитии футболиста, повышают его работоспособность, улучшают работу зрительного аппарата, повышают подвижность нервной системы и развивают волевые качества.

Футбол обладает рядом особенностей, делающих эту игру интересной и заманчивой. Во-первых, здесь каждый игрок значительно чаще работает с мячом и участвует в общих игровых действиях; во-вторых, в этой игре забивается довольно много голов, в-третьих, каждый участник должен действовать с полной отдачей сил, успевая обороняться и атаковать. Мяч практически все время находится в игре, что не вызывает вынужденных и утомительных остановок.

Уровень освоения программы: базовый.

Адресат программы: обучающиеся 10-15 лет. Набор детей в группы проводится без предварительного отбора. Программа построена с учётом возрастных психофизических особенностей.

Количество обучающихся в группах 12-15 человек.

Объем освоения программы:

1 год обучения (10-15 лет) – 4,5 часа в неделю, 180 часов в год.

Срок реализации программы: 1 год.

Периодичность и продолжительность занятий: 3 раза в неделю по 1,5 часа.

Форма обучения: очная.

Особенности организации образовательной деятельности:

группы формируются из обучающихся разного возраста, состав группы постоянный.

Учебный год начинается: с 1 сентября.

Программу реализует педагог дополнительного образования.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «мини-футбол» реализуется в течение всего учебного года, включая каникулярное время.

1.2 Цели и задачи

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

Задачи программы:

Обучающие:

- формирование культуры движений, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей и корригирующей направленностью, техническими действиями и приемами в футболе;

- освоение знаний о футболе, его истории и о современном развитии, роли в формировании здорового образа жизни;

- обучение навыкам и умениям в данной деятельности, самостоятельной организации занятий физическими упражнениями;

- овладение техникой передвижений, остановок, поворотов и стоек;

- освоение ударов по мячу и остановок мяча;

-овладение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей;

- освоение техники ведения мяча;

- освоение техники ударов по воротам;

- закрепление техники владения мячом и развитие координационных способностей;

- освоение тактики игры.

Развивающие:

- укрепление здоровья, развитие основных физических качеств и повышение функциональных способностей;

- развитие выносливости;

- развитие скоростных и скоростно-силовых способностей.

Воспитательные:

- воспитание положительных качеств личности, соблюдение норм коллективного взаимодействия и сотрудничества в соревновательной деятельности;

- воспитание чувства товарищества, чувства личной ответственности;

- воспитание нравственных качеств по отношению к окружающим;

- приобщить воспитанников к здоровому образу жизни и гармонии тела.

1.3 Содержание программы

Учебный план на 1 год обучения

№	Наименование разделов и тем	Всего часов	из них		форма контроля/ аттестации
			теория	практика	
I	**Теоретические занятия. Всего часов.**	**6**	**6**		
1	Вводное занятие. Краткий обзор возникновения и развития мини-футбола. Год рождения мини-футбола. Основатель игры в футбол. Родина мини-футбола. Первые шаги мини-футбола в мире и у нас в стране	1,5	1,5		беседа, объяснение
2	Гигиена, врачебный	1,5	1,5		

	контроль, предупреждение травм. Режим дня и питание. Основы спортивной тренировки. Оснащение спортсмена. Техника безопасности				
3	Правила соревнований по футболу	3	3		
II	**Практические занятия. Всего часов.**	**141**		**141**	
4	Общая физическая подготовка	64		64	наблюдение
5	Специальная физическая подготовка	42		42	наблюдение
6	Техническая и тактическая подготовка	42		42	соревнования
III	**Соревнования и судейство. Всего часов.**	**25,5**			
1	Выполнение контрольных нормативов	15		15	сдача нормативов
2	Контрольные игры и соревнования	4,5		4,5	соревнования
3	Инструкторская и судейская практика	6		6	наблюдение
4	Резервные занятия	7,5		7,5	Наблюдение, соревнования
	Итого	**180**	**6**	**172**	

Содержание учебного плана на 1 год обучения.

Содержание раздела «Общефизическая подготовка»

Строевые упражнения. Команды для управления группой. Понятие о строе и командах. Шеренга, колонна, фланг, дистанция и интервал. Виды строя: в одну, в две шеренги, в колонну по одному, по два. Сомкнутый и разомкнутый строй. Виды размыкания, перестроения. Предварительная и исполнительная части команд. Основная стойка. Действия в строю на месте и в движении: построение, выравнивание строя, расчет в строю, повороты и полуобороты, размыкание и смыкание строя, перестроение шеренги и колонны в строю. Походный и строевой шаг. Переход с шага на бег и с бега на шаг. Изменение скорости движения. Остановка во время движения шагом и бегом.

Гимнастические упражнения. Упражнения без предметов: для мышц рук и плечевого пояса. Для мышц ног, брюшного пресса, тазобедренного сустава, туловища и шеи.

Упражнения с предметами - со скакалками, резиновыми мячами, набивными мячами (1-2 кг), гантелями. Упражнения в парах, держась за мяч, упражнения в сопротивлении. Чередование упражнений руками, ногами - различные броски, выпрыгивание вверх с мячом, зажатым голеностопными суставами; в положении сидя, лежа -поднимание ног с мячом. Упражнения с гимнастическими поясами, гантелями, резиновыми амортизаторами. Упражнения на гимнастических снарядах. Лазанье по гимнастической стенке, канату. Ходьба по бревну. Смешанные висы.

Упражнения для мышц туловища и шеи. Упражнения без предметов, индивидуальные, в парах (наклоны вперед, назад, вправо, влево, наклоны и повороты головы).

Упражнения для мышц ног, таза, брюшного пресса. Упражнения без предметов индивидуальные и в парах (приседания в различных исходных положениях, подскоки, ходьба, бег). Упражнения с набивными мячами:

приседания, выпады, прыжки, подскоки. Упражнения с гантелями - бег, прыжки, приседания. Упражнения со скакалкой. Прыжки в высоту с прямого разбега (с мостика) согнув ноги через планку (веревочку). Высокие дальние прыжки с разбега через препятствия без мостика и с мостика. Прыжки с трамплина (подкидного мостика) в различных положениях, с поворотом. Опорные прыжки.

Акробатические упражнения. Кувырки вперед, назад, стойка на лопатках. Соскоки в глубину со снарядов (высота снаряда 50-60 см). Группировки в приседе, сидя, лежа на спине. Перекаты в строну из положения лежа и упора стоя на коленях. Перекаты вперед, назад прогнувшись, лежа на бедрах, с опорой и без опоры рук. Перекат в стороны согнувшись с поворотом на 180 градусов из седа ноги врозь с захватом ноги. Из положения, стоя на коленях перекат вперед прогнувшись. Перекаты назад в группировке и согнувшись в стойку на лопатках. Стойка на лопатках с согнутыми прямыми ногами о стену (для мальчиков с 13 лет и старше).

Кувырок вперед из упора присев и из основной стойки, кувырок вперед с трех шагов и небольшого разбега. Кувырок вперед из стойки ноги врозь и сед с прямыми ногами. Длинный кувырок вперед. Кувырок назад из упора присев и из основной стойки. Соединение нескольких кувырков вперед и назад. Кувырок назад прогнувшись через плечо. Подготовительные упражнения для моста у гимнастической стенки, коня, козла. «Мост» с помощью партнера и самостоятельно.

Переворот в сторону (вправо и влево) с места и с разбега (с 14 лет).

Соединение указанных выше акробатических упражнений в несложные комбинации. Упражнения на батуте.

Легкоатлетические упражнения. Бег: бег с ускорением 30-40 м. Низкий старт и стартовый разбег до 60 м. Повторный бег 3х20-30 м, 3х30-40 м, 4х50-60 м. Эстафетный бег с этапами до 40м и до 50-60 м. Бег с препятствиями от 60 до 100 м (количество препятствий от 4 до 10), в качестве препятствий используются набивные мячи, учебные барьеры, условные окопы. Бег в

чередовании с ходьбой до 400 м. Бег медленный до 3 минут (мальчики) и до 2 минут (девочки). Бег или кросс до 2000 м. Прыжки в высоту с разбега способом «перешагивание». Прыжки в длину с места, тройной прыжок с места и с разбега. Прыжки в длину с разбега способом «согнув ноги».

Метания малого мяча с места в стену или щит на дальность отскока и на дальность. Метание гранаты с места, с разбега.

Упражнения в висах и упорах. Из виса хватом сверху подтягивание. Из упора лежа сгибание и разгибание рук.

Подвижные игры. Игры без предметов: «День и ночь» (сигнал зрительный, исходные положения самые различные), «Вызов», «Салки», «Караси и щука», «Волк во рву», «Третий лишний», круговые и комбинированные эстафеты.

Игры с предметами: «Удочка», «Гонка мячей», «Метко - в цель», «Подвижная цель», «Эстафета с бегом», «Мяч среднему», «Встречная эстафета» и т.д.

Специальные эстафеты с выполнением перечисленных выше заданий в разнообразных сочетаниях и с преодолением препятствий.

Программа общей физической подготовки должна быть направлена на индивидуальные особенности. Тем не менее, есть определенные области тела, которым должно быть уделено особенное внимание. Это – ноги, пресс, спина. Важно иметь сильные руки и торс, но не перекаченные. Чем меньший вес придется носить ногам, тем быстрее они смогут двигаться.

Содержание раздела «Специальная физическая подготовка»

Упражнения для привития навыков быстроты ответных действий. По сигналу (преимущественно зрительному) бег на 5, 10, 15 м из различных исходных положений. Бег с остановками и изменением направления. Челночный бег 15 и 10 м (общий пробег за одну попытку 20-30 м). Челночный бег, но отрезок в начале пробегается лицом вперед, а обратно -

спиной и т.д. По принципу челночного бега передвижение приставными шагами. То же, с набивными мячами в руках (массой 1-3 кг, в зависимости от возраста и пола), с поясом-отягощением или в куртке с весом.

Упражнения для развития силы.

1.Приседания с отягощением (гантели, набивные мячи весом 2—4 кг, мешочки с песком 3—5 кг, диск от штанги, штанга для средней и старшей групп, вес штанги от 40 до 70% к весу спортсмена) с последующим быстрым выпрямлением.

2. Подскоки и прыжки после приседа без отягощения и с отягощением.

3.Приседание на одной ноге («пистолет») с последующим подскоком вверх.

4.Лежа на животе - сгибание ног в коленях с сопротивлением партнера или резинового амортизатора (для укрепления мышц задней поверхности бедра).

5. Броски набивного мяча ногой на дальность за счет энергичного маха ногой вперед.

6. Удары по футбольному мячу ногами и головой на дальность.

7. Вбрасывание футбольного и наживного мяча на дальность.

8.*Для вратаря*: из упора стоя у стены одновременное и попеременное сгибание рук в лучезапястных суставах. То же, но передвижение на руках вправо (влево) по кругу (носки ног на месте).

9. В упоре лежа хлопки ладонями.

10.Упражнения для кистей рук с гантелями и кистевым амортизатором.

11. Сжимание теннисного (резинового) мяча.

12.Многократное повторение упражнений в ловле и бросках набивного мяча от груди двумя руками (особое внимание обращать на движения кистей и пальцев).

13.Броски футбольного и набивного мячей одной рукой на дальность.

14. Ловля набивных мячей, направляемых 2—3 партнерами с разных сторон, с последующими бросками.

Упражнения для развития силы мышц и скоростно-силовых качеств.

1. Выпрыгивание вверх с двух ног в заданном темпе.

2. Закрепляя конец амортизатора в различных точках на полу или стене, выполнять упражнения, которые по своей структуре сходные с техническими приемами.

3. Вращательные движения туловищем с отягощением (гриф штанги, диски, гантели, мешок с песком).

4. Приседания и вставания со штангой на плечах (6-8 раз за подход).

5. Выпрыгивание из полуприседа и приседа со штангой на плечах. Вес - 50% максимального (6-8 выпрыгиваний за подход).

6. Сидя на гимнастической скамейке - наклоны назад с помощью партнера, который держит за голеностопные суставы. Упражнение можно выполнять с отягощением в руках.

7. Прыжки через скакалку.

8. Напрыгивание на предметы различной высоты.

9. Серия прыжков с преодолением препятствий.

Упражнения для развития быстроты.

1. Упражнения для развития стартовой скорости: рывки на 5-10 м и 10-15 м из положений стоя лицом, боком и спиной к стартовой линии из приседа, широкого выпада, седа, лежа. по зрительному сигналу.

2. Упражнения для развития дистанционной скорости: ускорение на 15,30 и 60 м без мяча и с мячом.

3. Бег «змейкой» между расставленными в различном положении стойками для обводки. Обводка стоек на скорость.

4. Бег с быстрым изменением скорости. Бег с изменением направления до 180 градусов. Бег боком и спиной вперед на перегонки.

5.Рывок с мячом с последующим ударом по воротам.

6. Быстрые перемещения с последующей имитацией технического приема или выполнением его.

7. Быстрые переключения от одних действий к другим, различным по характеру.

8. Эстафеты с заданием на быстроту выполнения.

В тренировочном занятии целесообразно чередовать упражнения, направленные на совершенствование техники, с сериями упражнений, требующих больших физических напряжений, или имитационными упражнениями большой интенсивности. Такие переключения способствуют развитию специальной выносливости и повышению эмоционального состояния занимающихся.

Упражнения для развития специальной выносливости.

1. Переменный и повторный бег с мячом.

2. Двусторонние игры (для старшей группы). Двусторонние игры (команды играют в уменьшенном по численности составе). Игровые упражнения с мячом (трое против трех, трое против двух и т. п.) большой интенсивности.

3. Комплексные задания: ведение и обводка стоек, передачи и удары по воротам, выполняемые в течение 3-10 мин. Например, повторные рывки с мячом с последующей обводкой нескольких стоек и ударами по воротам с увеличением длины рывка, количества повторений и сокращением интервалов отдыха между рывками.

Тренировочные занятия должны строиться так, чтобы создавался запас прочности в выполнении отдельных технических приемов, их стабильности на протяжении игры.

В ходе игры возникают различные двигательные задачи, требующие быстроты ориентировки и моментального решения. Некоторые технические приемы приходится выполнять в безопорном положении, для чего необходимо развитие специальной ловкости и точности движений. Для развития этих качеств используют следующие упражнения:

Упражнения для развития ловкости.

1. Прыжки с разбега толчком одной и двух ног, стараясь достать высоко подвешенный мяч головой, ногой, рукой (для вратарей); то же, выполняя в прыжке поворот на 90—180°.

2. Прыжки вперед с поворотом и имитацией ударов головой и ногами.

3. Прыжки с места и с разбега с ударом головой по мячам, подвешенным на разной высоте.

4.Кувырки вперед и назад, в сторону через правое и левое плечо.

5.Жонглирование мячом в воздухе, чередуя удары различными частями стопы, бедром, головой.

6.Ведение мяча головой.

Развития гибкости (подвижности в суставах).

Гибкость развивают с помощью упражнений, которые делят на активные — выполняемые с отягощениями и без них, и пассивные — выполняемые с помощью партнера. Используют их сериями по 4-5 движений, постепенно увеличивая амплитуду.

Для развития специальной гибкости (на гибкость для запястья, для плечевых суставов, для голеностопных суставов, для коленных суставов, для тазобедренных суставов)особенно важны упражнения, способствующие увеличению подвижности в суставах, укреплению мышечно-связочного аппарата и развитию эластичности мышц и связок. Для этого используют упражнения на растягивание, по структуре сходные с движениями или отдельными их частями, характерными для технических приемов игры. Амплитуда движений в таких упражнениях должна быть большой. Основные средства для развития этих качеств — гимнастические упражнения, упражнения с помощью партнера. Целесообразно использовать небольшие отягощения.

Умение произвольно расслаблять мышцы значительно повышает работоспособность. Начинать обучение расслаблению мышц нужно со

специальных упражнений — встряхивание, свободное размахивание руками и ногами, расслабление мышц лежа, семенящий бег и т.п.

Растягивающие упражнения прекрасны для увеличения диапазона движений определенных групп мышц. Если их выполнять регулярно, мышцы станут более гибкими. Это сочетание увеличенного диапазона и гибкости сильно поможет в улучшении движений и также даст возможность ученику вложить дополнительную силу в удар.

Для развития физических качеств следует подбирать доступные и в то же время интересные для занимающихся упражнения.

Упражнения для формирования у юных футболистов умения двигаться без мяча.

1. Бег: обычный, спиной вперед; скрестным и приставным шагом (вправо и влево), изменяя ритм за счет различной длины шагов и скорости движения. Ацикличный бег (с повторным скачком на одной ноге).
2. Прыжки: вверх, вверх-вперед, вверх-назад, вверх-вправо, вверх-влево, толчком двух ног с места и толчком на одной и двух ногах с разбега.
3. Для вратарей: прыжки в сторону с падением перекатом. Повороты во время бега (вперед и назад) направо, налево и кругом (переступая и на одной ноге). Остановки во время бега — выпадом, прыжком и переступанием.

Основы техники и тактики.

Техника передвижений. Бег: по прямой, изменяя направление и скорость, приставным и скрестным шагом (вправо, влево). Прыжки: вверх толчком двух ног с места и толком двух ног с места и с разбега. Повороты во время бега налево и направо. Остановки во время бега: выпадом и прыжками (на обе ноги).

Удары по мячу ногой. Удары правой и левой ногой: внутренней стороной стопы, внутренней и внешней частью подъема по неподвижному и катящемуся мячу; направляя мяч в обратном направлении и в стороны. Выполнение ударов после остановки, ведения и рывка, посылая мяч низом и верхом, на короткое и среднее расстояние. Удар по летящему мячу

внутренней стороной стопы. Удары носком, пяткой (назад). Удары на точность: в ноги партнеру, по воротам, в цель, на ходу двигающемуся партнеру. Удары на дальность. Выполнение всех ударов по мячу, придавая ему различную по крутизне траекторию полета и различное направление полета. Удары в единоборстве.

Удары по мячу головой. Удары серединой лба без прыжка и в прыжке, с места и с разбега, по летящему навстречу мячу, направляя мяч в обратном направлении и в стороны, посылая мяч верхом и вниз, на средние и короткие расстояния. Удары на точность: в определенную цель на поле, в ворота, партнеру. Удары боковой частью лба без прыжка и в прыжке, с места и с разбега. Удары серединой и боковой частью лба в прыжке с пассивным и активным сопротивлением. Удары на точность.

Остановка мяча. Остановка подошвой, внешней и внутренней стороной стопы катящегося и опускающегося мяча на месте, в движении вперед и назад, подготавливая мяч к последующим действиям. Остановка внутренней и внешней стороной стопы и грудью летящего мяча на месте, в движении вперед и назад, поворотом в сторону, опуская мяч в ноги для последующих действий. Остановка мяча изученными способами, находясь в движении, с последующим ведением или передачей.

Ведение мяча. Ведение внутренней и внешней стороной стопы: правой, левой ногой и поочередно; по прямой, меняя направление, между стоек и движущихся партнеров; изменяя скорость (выполняя ускорения и рывки), не теряя контроль над мячом. Ведение серединой подъема и носком. Ведение мяча всеми изученными способами, увеличивая скорость движения, с обводкой движущихся и противоборствующих соперников, затрудняя для них подступы к мячу, закрывая мяч телом.

Обманные движения (финты). Обучение финтам после замедления бега или остановки – неожиданный рывок с мячом (прямо или в сторону), во время ведения мяча внезапная отдача мяча назад, откидывая его подошвой партнеру, находящемуся сзади: показать ложный запах для сильного удара

по мячу, а вместо удара захватить мяч ногой и уйти с ним рывком, имитируя передачу партнеру, находящемуся слева, перенести правую ногу через мяч и, наклонив туловище влево, захватить мяч внешней частью подъема правой ноги и резко уйти вправо, этот же финт в другую сторону. При ведении показать остановку мяча подошвой (без касания или с касанием мяча подошвой) или удар пяткой назад – неожиданным рывком уйти с мячом; быстро отвести мяч подошвой под себя – рывком с мячом уйти вперед; при ведении неожиданно остановить мяч и оставить его партнеру, который движется за спиной, а самому без мяча уйти вперед, увлекая соперника («скрещивание») и др. Выполнение обманных движений в единоборстве.

Отбор мяча. Перехват мяча – быстрый выход на мяч с целью опередить соперника, которому адресована передача мяча. Отбор мяча в единоборстве с соперником, владеющим мячом, выбивая и останавливая мяч в выпаде. Обучение умению выбрать момент для отбора мяча, выполняя ложные движения и вызывая соперника, владеющего мячом, на определенные действия с мячом. Отбор в подкате – выбивая и останавливая мяч ногой.

Вбрасывание мяча из-за боковой линии. Вбрасывание с места из положения ноги вместе, с шагом вперед до боковой линии. Вбрасывание мяча на точность: под правую, левую ногу партера, на ходу партнеру. Вбрасывание на точность и на дальность.

Техника игры вратаря. Основная стойка вратаря. Передвижение в воротах без мяча в сторону приставными и скрестными шагами и скачками на двух ногах. Ловля летящего навстречу и несколько в сторону от вратаря мяча на высоте груди и живота без прыжка и в прыжке. Ловля катящегося и низко летящего и несколько в сторону мяча без падения. Ловля высоко летящего навстречу и в сторону мяча без прыжка и в прыжке с места и с разбега. Ловля катящегося и летящего в сторону низкого, на уровне живота, груди мяча с падением перекатом. Быстрый подъем с мячом на ноги после падения. Отбивания мяча одним кулаком без прыжка и в прыжке с места и с разбега. Отбивание в сторону, за линию ворот ладонями, пальцами рук в броске

мячей, летящих и катящихся в сторону от вратаря. Бросок мяча одной рукой из-за плеча на точность. Бросок мяча одной рукой с боковым замахом снизу. Выбивание мяча ногой: с земли по неподвижному мячу, с рук с воздуха по выпущенному из рук мячу и подброшенному перед собой мячу на точность.

Тактика игры в футбол.

Упражнения для развития умения «видеть поле». Выполнение заданий по зрительному сигналу (поднятая вверх или в сторону рука, шаг влево или вправо): во время передвижения шагом или бегом – подпрыгнуть, имитировать удар ногой; во время ведения мяча – повернуться кругом и продолжить ведение или сделать рывок 5м. Несколько игроков на ограниченной площади (центральный круг, штрафная площадь) водят в произвольном направлении свои мячи и одновременно наблюдают за партнерами, чтобы не столкнуться друг с другом. 8-6 игроков образуют круг и передают друг другу в одно касание два мяча (надо следить одновременно за двумя мячами, чтобы не передать их одному партнеру).

Тактика нападения.

Индивидуальные действия без мяча. Правильное расположение на футбольном поле. Умение ориентироваться и реагировать правильным образом на действие партнеров и соперника. Выбор момента и способа для «открывания» на свободное место с целью получения мяча. Уметь оценивать целесообразность той или иной позиции, своевременно занимать наиболее выгодную позицию для получения мяча. Эффективно использовать изученные приемы, способы и разновидности для решения тактических задач в зависимости от игровой ситуации.

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

обводки: с изменением скорости и направления движения с мячом, изученные финты в зависимости от игровой ситуации.

Групповые действия. Взаимодействие двух и более игроков. Умение точно и своевременно выполнять передачу в ноги партнеру, на свободное место, под удар: короткую или среднюю передачу, верхом или низом. Комбинация «игра в стенку». Выполнять простейшие комбинации при стандартных положениях: в начале игры, при угловом, при штрафном и при свободном ударах, вбрасывание мяча(не менее одной в каждой группе). Уметь взаимодействовать с партнером при равном соотношении и численном превосходстве соперника, используя короткие и средние передачи. Комбинации в парах: «стенка», «скрещивание», «пропуск мяча». Начинать и развивать атаку из стандартных положений.

Командные действия. Уметь выполнять основные обязанности в атаке на своем игровом месте, играя по избранной тактической системе в составе команды. Расположение и взаимодействие игроков при атаке флангом и через центр.

Тактика защиты.

Индивидуальные действия. Правильно выбирать позицию по отношению к опекаемому игроку и противодействовать получению им мяча, т.е. осуществлять «закрывание». Выбор момента и способа действия (удар или остановка) для перехвата мяча. Умение оценивать игровую ситуацию и осуществлять отбор мяча изученными способами. Противодействие маневрированию, т.е. осуществлять «закрывание». И препятствовать сопернику в получении мяча. Совершенствование в «перехвате» мяча. В зависимости от игровой обстановки применять отбор мяча изученными способами. Уметь противодействовать передаче, ведению и удару по воротам.

Групповые действия. Противодействие комбинации «стенка». Взаимодействие игроков при розыгрыше противником стандартных комбинаций. Уметь противодействовать в обороне при равном соотношении

сил и при численном преимуществе соперника, осуществляя правильный выбор позиции и страховку партнеров. Организация противодействия комбинациям «стенка», «скрещивание», «пропуск мяча». Уметь противодействовать в обороне при выполнении противником стандартных комбинаций. Организация и построение «стенки». Комбинации с участием вратаря.

Командные действия. Уметь выполнять основные обязательные действия в обороне на своем игровом месте согласно тактической системе в составе команды. Организация обороны по принципу персональной и комбинированной защиты. Выбор позиции и взаимодействия игроков при атаке противника флангом и через центр.

Тактика вратаря. Уметь выбрать правильную позицию в воротах при различных ударах в зависимости от угла удара, разыгрывать удар от своих ворот, ввести мяч в игру после ловли открывающемуся партнеру. Занимать правильную позицию при угловом, штрафном, свободном ударах вблизи своих ворот. Уметь организовать построение «стенки» при пробитии штрафного и свободного ударов вблизи своих ворот, играть на выходах из ворот при ловле катящихся и летящих на различной высоте мячей; подсказывать партнерам при обороне, как занять правильную позицию. Выполнять с защитниками комбинации при введении мяча в игру от ворот, введение мяча в игру, адресуя его свободному от опеки партнеру.

Учебные и тренировочные игры: применяя в них изученный программных материал.

1.4 Планируемые результаты:

В конце 1 года обучения обучающиеся должны

Знать:

- правила игры в мини-футбол;
- правила личной гигиены, профилактики травматизма и оказания до врачебной помощи при занятиях физическими упражнениями;

- способы организации самостоятельных занятий физическими упражнениями с разной функциональной направленностью, правила использования спортивного инвентаря и оборудования, принципы создания простейших спортивных сооружений и площадок;

- физиологические основы деятельности систем дыхания, кровообращения и энергообеспечения при мышечных нагрузках, возможности их развития и совершенствования средствами физической культуры;

- историческое развитие физической культуры в России, особенности развития выбранного вида спорта.

Уметь:

- технически правильно осуществлять двигательные действия избранного вида спортивной специализации, использовать их в соревновательной деятельности и организации собственного досуга;

- проводить самостоятельные занятия по развитию основных физических качеств, коррекции осанки и телосложения;

- управлять своими эмоциями, эффективно взаимодействовать со взрослыми и сверстниками, владеть культурой общения;

- контролировать и регулировать функциональное состояние организма при выполнении физических упражнений, добиваться оздоровительного эффекта и совершенствования физической кондиции;

- применять в игре тактические командные взаимодействия в нападении и защите;

- соблюдать правила безопасности и профилактики травматизма на занятиях, оказывать первую помощь при травмах и несчастных случаях;

- судить школьные соревнования.

2. Комплекс организационно-педагогических условий

2.1 Календарный учебный график на 1 год

№	Дата	Форма занятия	Количество учебных часов		Тема занятия	Форма контроля
			практика	теория		
1	сентябрь	Лекция, беседа		1,5	Краткий обзор возникновения и развития мини-футбола. Год рождения мини-футбола. Основатель игры в футбол. Родина мини-футбола. Первые шаги мини-футбола в мире и у нас в стране.	Обсуждение, опрос
2	сентябрь	Лекция, беседа		1,5	Гигиена, врачебный контроль, предупреждение травм. Режим дня и питание. Основы спортивной тренировки. Оснащение спортсмена. Техника безопасности	Обсуждение, опрос
3	сентябрь	Лекция, беседа		1,5	Правила соревнований по футболу. Техника передвижений футболиста (бег, прыжки, повороты, остановки).	Обсуждение, опрос

4	сентябрь	Лекция, беседа	1,5	Правила соревнований по футболу. Техника передвижений футболиста (бег, прыжки, повороты, остановки).	Обсуждение, опрос
5	сентябрь	Лекция, беседа	1,5	Инструкторская и судейская практика. Техника передвижений футболиста (бег, прыжки, повороты, остановки).	Обсуждение, опрос
6	сентябрь	Практическое занятие	1,5	Контрольные нормативы: ОФП.	зачет
7	сентябрь	Практическое занятие	1,5	Контрольные нормативы: ОФП.	зачет
8	сентябрь	Практическое занятие	1,5	Контрольные нормативы: СФП.	зачет
9	сентябрь	Практическое занятие	1,5	Контрольные нормативы: СФП.	зачет
10	сентябрь	Практическое занятие	1,5	Упражнения для мышц плечевого пояса и рук. Остановки мяча.	наблюдение
11	сентябрь	Практическое занятие	1,5	Упражнения для развития выносливости. Остановки мяча.	наблюдение
1	сентябрь	Практи	1,5	Упражнения для развития мышц	наблюдение

2		ческое занятие		ног и таза. Ведение мяча.	
13	октябрь	Практическое занятие	1,5	Упражнения для развития скоростно-силовых качеств. Ведение мяча.	наблюдение
14	октябрь	Практическое занятие	1,5	Упражнения для развития мышц брюшного пресса. Ведение мяча.	наблюдение
15	октябрь	Практическое занятие	1,5	Упражнения для развития быстроты. Ведение мяча с обводкой.	наблюдение
16	октябрь	Практическое занятие	1,5	Упражнения для развития ловкости. Удары по мячу ногой после выполнения технических действий.	наблюдение
17	октябрь	Практическое занятие	1,5	Легкоатлетические упражнения: низкий старт, бег на короткие дистанции. Удары по мячу ногой после выполнения технических действий.	наблюдение
18	октябрь	Практическое занятие	1,5	Упражнения для развития быстроты. Удары по мячу ногой после выполнения технических действий.	наблюдение
19	октябрь	Практическое занятие	1,5	Бег с препятствиями. Кросс. Удары по мячу ногой на точность и на дальность.	наблюдение

20	октябрь	Практическое занятие	1,5	Упражнения для развития выносливости. Удары по мячу ногой на точность и на дальность	наблюдение
21	октябрь	Практическое занятие	1,5	Упражнения в висах и упорах. Удары по мячу ногой на точность и на дальность.	наблюдение
22	октябрь	Практическое занятие	1,5	Упражнения для развития силовых качеств. Удары по мячу ногой на точность и на дальность.	наблюдение
23	октябрь	Практическое занятие	1,5	Прыжок в длину с места, с разбега способом «согнув ноги». Передачи в парах.	наблюдение
24	октябрь	Практическое занятие	1,5	Упражнения для развития прыгучести. Передачи в парах.	наблюдение
25	ноябрь	Практическое занятие	1,5	Упражнения для развития прыгучести. Передачи в парах.	наблюдение
26	ноябрь	Практическое занятие	1,5	Эстафетный бег, эстафеты с предметами. Передачи в парах, тройках.	наблюдение
27	ноябрь	Практическое занятие	1,5	Упражнения для развития скоростно-силовых качеств. Передачи в парах, тройках.	наблюдение
2	ноябрь	Практи	1,5	Упражнения для развития	наблюдение

8		ческое занятие		скоростно-силовых качеств. Передачи в парах, тройках.	
29	ноябрь	Практическое занятие	1,5	Акробатические упражнения. Передачи мяча в движении.	наблюдение
30	ноябрь	Практическое занятие	1,5	Упражнения для развития ловкости. Передачи мяча в движении.	наблюдение
31	ноябрь	Практическое занятие	1,5	Инструкторская и судейская практика. Передачи мяча в движении.	Наблюдение, обсуждение
32	ноябрь	Практическое занятие	1,5	Инструкторская и судейская практика. Передачи мяча в движении.	Наблюдение, обсуждение
33	ноябрь	Практическое занятие	1,5	Упражнения для развития гибкости. Учебно-тренировочная игра с заданиями.	наблюдение
34	ноябрь	Практическое занятие	1,5	Контрольная игра.	соревновани
35	ноябрь	Практическое занятие	1,5	Упражнения для мышц плечевого пояса и рук. Удары по мячу головой.	наблюдение
36	ноябрь	Практическое занятие	1,5	Упражнения для развития выносливости. Удары по мячу головой.	наблюдение

37	декабрь	Практическое занятие	1,5	Упражнения для развития мышц ног и таза. Удары по мячу головой с пассивным и активным сопротивлением.	наблюдение
38	декабрь	Практическое занятие	1,5	Упражнения для развития скоростно-силовых качеств. Удары по мячу головой с пассивным и активным сопротивлением.	наблюдение
39	декабрь	Практическое занятие	1,5	Упражнения для развития скоростно-силовых качеств. Удары по мячу головой с пассивным и активным сопротивлением.	наблюдение
40	декабрь	Практическое занятие	1,5	Упражнения для развития мышц брюшного пресса. Удары по мячу головой с пассивным и активным сопротивлением.	наблюдение
41	декабрь	Практическое занятие	1,5	Упражнения для развития быстроты. Отбор мяча.	наблюдение
42	декабрь	Практическое занятие	1,5	Упражнения для мышц шеи и туловища. Отбор мяча.	наблюдение
43	декабрь	Практическое занятие	1,5	Упражнения для развития гибкости. Отбор мяча.	наблюдение
4	декабрь	Практи	1,5	Упражнения с набивными	наблюдение

4		ческое занятие		мячами. Отбор мяча.	
45	декабрь	Практическое занятие	1,5	Упражнения для развития силовых качеств. Финты (обманные действия).	наблюдение
46	декабрь	Практическое занятие	1,5	Упражнения для развития силовых качеств. Финты (обманные действия).	наблюдение
47	декабрь	Практическое занятие	1,5	Упражнения для развития силовых качеств. Финты (обманные действия).	наблюдение
48	декабрь	Практическое занятие	1,5	Упражнения со скакалкой, на гимнастических снарядах. Финты (обманные действия).	наблюдение
49	январь	Практическое занятие	1,5	Упражнения для развития ловкости. Финты (обманные действия).	наблюдение
50	январь	Практическое занятие	1,5	Упражнения для развития ловкости. Финты (обманные действия).	наблюдение
51	январь	Практическое занятие	1,5	Легкоатлетические упражнения: низкий старт, бег на короткие дистанции. Вбрасывание из-за боковой линии.	наблюдение
52	январь	Практическое	1,5	Легкоатлетические упражнения: низкий старт, бег на короткие	наблюдение

		занятие		дистанции. Вбрасывание из-за боковой линии.	
53	январь	Практическое занятие	1,5	Упражнения для развития быстроты. Вбрасывание из-за боковой линии.	наблюдение
54	январь	Практическое занятие	1,5	Бег с препятствиями. Кросс. Упражнения для развития умения «видеть поле».	наблюдение
55	январь	Практическое занятие	1,5	Бег с препятствиями. Кросс. Упражнения для развития умения «видеть поле».	наблюдение
56	январь	Практическое занятие	1,5	Упражнения для развития выносливости. Упражнения для развития умения «видеть поле».	наблюдение
57	январь	Практическое занятие	1,5	Упражнения для развития выносливости. Упражнения для развития умения «видеть поле».	наблюдение
58	февраль	Практическое занятие	1,5	Упражнения в висах и упорах. Техника игра вратаря.	наблюдение
59	февраль	Практическое занятие	1,5	Упражнения для развития силовых качеств. Техника игра вратаря.	наблюдение
60	февраль	Практическое занятие	1,5	Прыжок в высоту способом «перешагивание». Тактика нападения: индивидуальные	наблюдение

				действия без мяча. Тактика вратаря.	
61	февраль	Практическое занятие	1,5	Упражнения для развития прыгучести. Тактика нападения: индивидуальные действия без мяча. Тактика вратаря.	наблюдение
62	февраль	Практическое занятие	1,5	Эстафетный бег, эстафеты с предметами. Тактика нападения: индивидуальные действия с мячом. Тактика вратаря.	наблюдение
63	февраль	Практическое занятие	1,5	Эстафетный бег, эстафеты с предметами. Тактика нападения: индивидуальные действия с мячом. Тактика вратаря.	наблюдение
64	февраль	Практическое занятие	1,5	Упражнения для развития скоростно-силовых качеств. Тактика нападения: индивидуальные действия с мячом. Тактика вратаря.	наблюдение
65	февраль	Практическое занятие	1,5	Упражнения для развития скоростно-силовых качеств. Тактика нападения: индивидуальные действия с мячом. Тактика вратаря.	наблюдение
66	февраль	Практическое занятие	1,5	Акробатические упражнения. Тактика нападения: групповые действия. Тактика вратаря.	наблюдение
67	февраль	Практическое	1,5	Упражнения для развития ловкости. Тактика нападения:	наблюдение

		занятие		групповые действия. Тактика вратаря.	
68	март	Практическое занятие	1,5	Контрольная игра.	соревнования
69	март	Практическое занятие	1,5	Упражнения для развития гибкости. Тактика нападения: командные действия. Тактика вратаря.	наблюдение
70	март	Практическое занятие	1,5	Упражнения для развития мышц ног и таза. Тактика нападения: командные действия. Тактика вратаря.	наблюдение
71	март	Практическое занятие	1,5	Упражнения для развития силовых качеств. Тактика защиты: индивидуальные действия. Тактика вратаря.	наблюдение
72	март	Практическое занятие	1,5	Упражнения для развития мышц брюшного пресса. Тактика защиты: индивидуальные действия. Тактика вратаря.	наблюдение
73	март	Практическое занятие	1,5	Упражнения для развития быстроты. Тактика защиты: групповые действия. Тактика вратаря.	наблюдение
74	март	Практическое занятие	1,5	Упражнения для развития мышц плечевого пояса и рук. Тактика защиты: групповые действия. Тактика вратаря.	наблюдение

75	март	Практическое занятие	1,5	Контрольные нормативы: СФП	зачет
76	март	Практическое занятие	1,5	Контрольные нормативы: СФП	зачет
77	март	Практическое занятие	1,5	Контрольные нормативы: ОФП.	зачет
78	март	Практическое занятие	1,5	Контрольные нормативы: ОФП.	зачет
79	март	Практическое занятие	1,5	Правила игры в волейбол. Тактика защиты: командные действия.	наблюдение, беседа
80	апрель	Практическое занятие	1,5	Инструкторская и судейская практика. Тактика защиты: командные действия. Тактика вратаря.	наблюдение, беседа
81	апрель	Практическое занятие	1,5	Упражнения для развития выносливости. Учебно-тренировочная игра с заданиями. Тактика вратаря.	наблюдение
82	апрель	Практическое занятие	1,5	Упражнения для развития ловкости. Учебно-тренировочная игра с заданиями.	наблюдение

83	апрель	Практическое занятие	1,5	Упражнения для развития гибкости. Учебно-тренировочная игра с заданиями.	наблюдение
84	апрель	Практическое занятие	1,5	Упражнения для развития ловкости. Передачи мяча в движении.	наблюдение
85	апрель	Практическое занятие	1,5	Упражнения для развития ловкости. Передачи мяча в движении.	наблюдение
86	апрель	Практическое занятие	1,5	Упражнения для развития гибкости. Учебно-тренировочная игра с заданиями.	наблюдение
87	апрель	Практическое занятие	1,5	Упражнения для развития гибкости. Учебно-тренировочная игра с заданиями.	наблюдение
88	апрель	Практическое занятие	1,5	Упражнения для развития выносливости. Удары по мячу головой.	наблюдение
89	апрель	Практическое занятие	1,5	Упражнения для развития скоростно-силовых качеств. Удары по мячу головой с пассивным и активным сопротивлением.	наблюдение
90	апрель	Практическое занятие	1,5	Упражнения для развития скоростно-силовых качеств. Удары по мячу головой с пассивным и активным	наблюдение

				сопротивлением.	
91	апрель	Практическое занятие	1,5	Упражнения для развития быстроты. Отбор мяча.	наблюдение
92	май	Практическое занятие	1,5	Упражнения для мышц шеи и туловища. Отбор мяча.	наблюдение
93	май	Практическое занятие	1,5	Упражнения для развития гибкости. Отбор мяча.	наблюдение
94	май	Практическое занятие	1,5	Упражнения в висах и упорах. Упражнения для развития силовых качеств. Упражнения для развития умения «видеть поле». Техника игры вратаря.	наблюдение
95	май	Практическое занятие	1,5	Упражнения в висах и упорах. Упражнения для развития силовых качеств. Упражнения для развития умения «видеть поле». Техника игры вратаря.	наблюдение
96	май	Практическое занятие	1,5	Прыжок в высоту способом «перешагивание». Тактика нападения: индивидуальные действия без мяча. Тактика вратаря.	наблюдение

97	май	Практическое занятие	1,5	Упражнения для развития прыгучести. Тактика нападения: индивидуальные действия без мяча. Тактика вратаря.	наблюдение
98	май	Практическое занятие	1,5	Эстафетный бег, эстафеты с предметами. Тактика нападения: индивидуальные действия с мячом. Тактика вратаря.	наблюдение
99	май	Практическое занятие	1,5	Упражнения для развития скоростно-силовых качеств. Тактика нападения: индивидуальные действия с мячом. Тактика вратаря.	наблюдение
100	май	Практическое занятие	1,5	Акробатические упражнения. Тактика нападения: групповые действия. Тактика вратаря.	наблюдение
101	май	Практическое занятие	1,5	Упражнения для развития скоростно-силовых качеств. Тактика нападения: индивидуальные действия с мячом. Тактика вратаря.	наблюдение
102	май	Практическое занятие	1,5	Контрольная игра.	соревнования
103	май	Практическое занятие	1,5	Упражнения для развития гибкости. Тактика нападения: командные действия. Тактика вратаря	наблюдение

104	май	Практическое занятие	1,5	Упражнения для развития мышц ног и таза. Тактика нападения: командные действия. Тактика вратаря.	наблюдение
105	июнь	Практическое занятие	1,5	Упражнения для развития силовых качеств. Тактика защиты: индивидуальные действия. Тактика вратаря.	наблюдение
106	июнь	Практическое занятие	1,5	Упражнения для развития мышц брюшного пресса. Тактика защиты: индивидуальные действия. Тактика вратаря.	наблюдение
107	июнь	Практическое занятие	1,5	Упражнения для развития мышц плечевого пояса и рук. Тактика защиты: групповые действия. Тактика вратаря.	наблюдение
108	июнь	Практическое занятие	1,5	Упражнения для развития мышц плечевого пояса и рук. Тактика защиты: групповые действия. Тактика вратаря.	наблюдение
109	июнь	Практическое занятие	1,5	Контрольные нормативы: СФП.	зачет
110	июнь	Практическое занятие	1,5	Контрольные нормативы: СФП.	зачет
111	июнь	Практическое	1,5	Контрольные нормативы: ОФП.	зачет

1		занятие		
112	июнь	Практическое занятие	1,5 Контрольные нормативы: ОФП.	зачет
113	июнь	Практическое занятие	1,5 Правила игры в футбол. Тактика защиты: командные действия.	Наблюдение, обсуждение
114	июнь	Практическое занятие	1,5 Инструкторская и судейская практика. Тактика защиты: командные действия. Тактика вратаря.	Наблюдение, обсуждение
115	июнь	Практическое занятие	1,5 Контрольная игра.	соревнования
116-121	июнь	Практическое занятие	7,5 Резервные занятия	наблюдение

Всего: 180 часов

2.2 Условия реализации программы

- Футбольное поле 35х70 с естественным покрытием;
- Комплект индивидуальной экипировки футболиста (спортивная форма соревновательная);
- Комплект футбольных накидок (для товарищеских игр);
- Комплект футбольных мячей (на команду);

- Футбольные ворота;
- Воротные сетки;
- Компрессор для накачки мячей;
- Стойки и «пирамиды» для обводки;
- Видеоматериалы о технических приёмах в футболе;
- DVD-диски о технических приёмах в футболе;
- Раздаточный материал для родителей: А) Экипировка футболиста. Б) Правила поведения и безопасности при проведении учебно-тренировочных занятий по футболу. В) спортивный инвентарь и оборудование в футболе.
- Правила соревнований по футболу.

2.3 Формы аттестации

Аттестация обучающихся проходит 1 раз в год в форме школьных, районных соревнований. Аттестация подтверждается грамотами и дипломами за участие в спортивных мероприятиях.

Формы контроля освоения образовательной программы

- Текущий: наблюдение, тестирование, учебная игра.
- Итоговый: учебная игра, соревнования.

2.4 Оценочные материалы

Контрольные упражнения по общей физической подготовке.

Физические способности	Контрольные упражнения	Возраст	
		8-11 лет	12-15 лет
Скоростные	Бег 30 м, сек	4,9 - 5,2	4,4 - 4,7
	Бег 60 м, сек	9,1 – 9,4	-
	Бег 100м, сек	-	14,3 – 14,8

Координационные	Челночный бег 3х10 м, сек	8,7 - 9,1	7,9 - 8,4
Скоростно-силовые	Прыжок в длину с места, см	150 - 170	180 - 200
Выносливость	Бег 1500 м, мин/сек	8,40 – 9,00	-
	Бег 2000 м, мин/сек	-	9,10 – 9,30
Гибкость	Наклон вперед из положения сидя, см	6	9
Силовые	Подтягивание на высокой перекладине из виса, раз	3	7

Контрольные упражнения по специальной физической подготовке.

№ п/п	Контрольные упражнения	Возраст (лет)		
		10-12	**13-17**	
1.	Бег 300м(с)	57-60	-	
2.	Бег 400м(с)	-	70-73	
3.	Бег 30м с ведением мяча(с)	6,2 -6,4	5,7-6,0	
4.	Удар по мячу ногой на дальность (м)	45-50	50-55	
5.	Жонглирование мячом	**11-12**	**13-15**	**16-18**
6.	Удар по мячу ногой на точность	5-6	7-8	9-10
7.	Бросок мяча рукой на дальность	8-10	13-16	18-21

Формы подведения итогов:

- соревнования;

- дружеские встречи;

- участие в спортивных соревнованиях

- контрольные упражнения по специальной физической подготовке

2.5 Методическое обеспечение

- Словесные: беседа, рассказ, объяснение, указание, сравнение.

- Наглядные: показ, исполнение педагогом, наблюдение.

- Практические: тренировочные упражнения, выполнение упражнений с помощью партнера, педагога, команды.

2.6 Список литературы:

Список рекомендуемой литературы для учащихся.

1. А.Власов «Мини-футбол в школу!», «Спорт в школе», № 23,2006
2. С.Андреев, Э.Алиев «История развития мини-футбола», «Спорт в школе», № 5,2007
3. А.Полозов «Обучение футболу в разных странах», «Спорт в школе», № 6,2006
4. Ю.И.Портных «Спортивные и подвижные игры» - М, 1987
5. С.Ю.Тюленьков, А.А.Федоров «Футбол в зале: система подготовки» -М, 2000
6. О.А.Степанова «Игра и оздоровительная работа в начальной школе» -М, 2004
7. Г.П.Болонов «Физкультура в начальной школе» -М, 2005
8. В.А.Муравьев «Воспитание физических качеств детей дошкольного и школьного возраста» -М, 2004
9. Б.Х.Ланда «Мониторинг физического развития и физической подготовленности учащихся» - ПУ «Первое сентября», 2006.