



**ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ И МЭРИИ Г. ГРОЗНОГО**  
**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ**  
**«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 3» г. ГРОЗНОГО**

**ПРИНЯТА**

Педагогическим советом

Протокол № 1

от «28» августа 2024г

**СОГЛАСОВАНО:**

Зам Директора по ОБВВР

\_\_\_\_\_ П. А.Хасбулатова

**УТВЕРЖДЕНО:**

Директор МБОУ «СОШ № 3»

г. Грозного

\_\_\_\_\_ С.А. Ахмадова

Приказ № 298-03-03

**Дополнительная общеобразовательная**  
**общеразвивающая программа**  
**МИНИ-ФУТБОЛ**

Направленность: физкультурно-спортивная

Уровень - стартовый

Возраст обучающихся: 10 – 13 лет

Срок реализации программы: 1 год

Составитель: Дибаяев Руслан Ризванович

педагог дополнительного образования

г. Грозный, 2024г

Программа прошла внутреннюю экспертизу и рекомендована к реализации в МБОУ «СОШ № 3» г. Грозного

Экспертное заключение (рецензия) № 1 от « 4 » сентября 2024 г.

Эксперт \_\_\_\_\_  
(ФИО, должность, подпись)

# Раздел № 1 КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЫ

## **1.1. Нормативной базой разработки программы являются:**

- Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» № 273-ФЗ от 29.12.2012г.;
- Распоряжение правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678-р об утверждении Концепции развития дополнительного образования до 2030 года;
- Приказ Министерства просвещения от 27 июля 2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Приказ Министерства просвещения от 3 сентября 2019 г. № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;
- Письмо Минобрнауки РФ от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении рекомендаций» (вместе с Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы));
- Постановление Главного санитарного врача РФ от 28.09.2020г. «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей, и молодежи»;
- Положение о дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе МБОУ «СОШ № 3» г. Грозного.

## **1.2. Направленность.**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Мини-футбол» - физкультурно-спортивной направленности.

## **1.3. Уровень программы.**

Уровень освоения программы **стартовый** в соответствии с Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) Министерства образования и науки РФ (письмо от 18 ноября 2015 г. № 09-3242).

## **1.4. Актуальность программы.**

Актуальность программы состоит в том, что она направлена на удовлетворение потребностей детей в активных формах двигательной деятельности, обеспечивает физическое, психическое и нравственное оздоровление обучающихся. Программа так же актуальна в связи с возросшей популярностью мини-футбола в нашей стране.

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

Особенность программы в её социальной направленности. Программа предоставляет возможности детям, достигшим 10-13 летнего возраста, но не получившим ранее практики занятий футболом или каким-либо другим видом

спорта, имеющим различный уровень физической подготовки приобщиться к активным занятиям футболом, укрепить здоровье, получить социальную практику общения в детском коллективе.

### **1.6. Цель программы.**

Обеспечение разностороннего физического развития и укрепление здоровья обучающихся по средствам игры в мини-футбол.

#### **Задачи программы.**

##### *Обучающие:*

- ознакомление с методикой самостоятельных занятий спортом;
- получение знаний по теории и практике мини-футбола;
- получение знаний по правилам игры.

##### *Развивающие:*

- укрепление физического здоровья учащихся, закаливание организма, воспитание выносливости;
- развитие логического мышления, умения ориентироваться в проблемных ситуациях;
- развивать умение работать и контролировать самостоятельно свои занятия.

##### *Воспитательные:*

- привитие интереса к систематическим занятиям футболом;
- воспитание трудолюбия, дисциплины, взаимопомощи, чувства коллективизма;
- воспитание патриотизма посредством участия в соревнованиях по мини-футболу за честь школы, района, города.

### **1.7. Категория учащихся.**

Программа рассчитана на занятия с детьми в возрасте от 10 до 15 лет, в их свободное (внеучебное) время. Набор детей производится каждый год. Прием обучающихся в объединения дополнительного образования осуществляется на основе свободного выбора детьми дополнительных общеразвивающих программ. Зачисление производится по заявлениям от родителей (законных представителей) с учетом условий реализации дополнительной общеобразовательной программы, согласием на обработку персональных данных при приеме. Группы формируются по возрастному признаку. Допускается формирование разновозрастных групп с учетом уровня подготовки.

### **1.8. Сроки реализации и объём программы.**

Срок реализации программы – 1 год. Объём программы – 72 часа.

### **1.9. Формы организации образовательной деятельности и режим занятий.**

Занятия проводятся в разновозрастных группах, численный состав группы – 25 человек. Формы организации образовательной деятельности – групповые учебные занятия. Виды занятий: теоретические и практические занятия. Режим занятий: занятия проводятся 2 раза в неделю по 1 часу. Продолжительность одного академического часа - 45 мин.

### **1.10. Планируемые результаты освоения программы.**

**Будут знать:**

- разбор и изучение правил игры в мини-футбол;
- роль капитана команды, его права и обязанности;
- правила использования спортивного инвентаря;
- задачи врачебного контроля над занимающимися физической культурой и спортом;
- причины травм на занятиях мини-футбола и их предупреждение;

**будут уметь:**

- контролировать и регулировать функциональное состояние организма при выполнении физических упражнений, добиваться оздоровительного эффекта и совершенствования физических кондиций;
- управлять своими эмоциями;
- владеть игровыми ситуациями на поле;
- уметь владеть техникой передвижений, остановок, поворотов, а также техникой ударов по воротам;
- технически правильно осуществлять двигательные действия избранного вида спортивной специализации, использовать их в условиях соревновательной деятельности и организации собственного досуга;
- разрабатывать индивидуальный двигательный режим, подбирать и планировать физические упражнения, поддерживать оптимальный уровень индивидуальный уровень работоспособности;
- уметь владеть техникой и тактикой игры в нападении и защите во время игровых ситуаций на поле.

**Личностные результаты реализации программы:**

- понимание необходимости личного участия в формировании собственного здоровья;
- навыки формирования собственной культуры здорового образа жизни;
- знания о функциональных возможностях организма, способах профилактики заболеваний и перенапряжения;
- овладение навыками сотрудничества с взрослыми людьми и сверстниками;
- положительные качества личности и умение управлять своими эмоциями; дисциплинированность, внимательность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;

**Метапредметные результаты реализации программы:**

- определение наиболее эффективные способы достижения результата;
- умение находить ошибки при выполнении заданий и уметь их исправлять;
- умение объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения.

**Предметные результаты реализации программы:**

- формирование знаний о футболе и мини-футболе и его роли в укреплении здоровья;

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

## Раздел № 2. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

### 2.1. Учебный план

| №  | Разделы, названия темы   | Количество часов |        |          | Формы аттестации/ контроля   |
|----|--|------------------|--------|----------|--|
|    |  | Всего            | Теория | Практика |  |
| 1. | Введение. Знакомство с игрой. Правила безопасности при занятиях.   | 4                | 4      |          | Тестирование   |
| 2. | Общая физическая подготовка (ОФП) - упражнения на все группы мышц и на развитие всех физических качеств.   | 14               |        | 14       | Тесты и упражнения, мониторинг, сдача контрольных нормативов                             |
| 3. | Специальная физическая подготовка (СФП) - упражнения на развитие специальной выносливости, быстроты, координации движений и скоростно-силовых качеств                              | 40               |        | 40       | Тесты, игры с заданиями, результаты участия в соревнованиях                              |
| 4. | Техническая подготовка - виды передвижений игрока команды  | 20               | 2      | 18       | Тесты и упражнения, мониторинг, сдача контрольных нормативов                             |
| 5. | Тактическая подготовка - тактика игры в защите и нападении (индивидуальные, групповые и командные действия); функции вратаря, защитника, полузащитника, нападающего; ведение мяча. | 60               | 6      | 54       | Тесты и упражнения, мониторинг, соревнования товарищеские встречи, зачеты                |
| 6. | Контрольно-оценочные испытания. Турниры.   | 4                |        | 4        | Обсуждение результатов соревнований. Обработка тестов. Обработка контрольных результатов |

|    |                   |            |           |            |                    |
|----|-------------------|------------|-----------|------------|--------------------|
| 7. | Итоговое занятие. | 2          |           | 2          | Подведение итогов. |
| 8. | <b>Итого:</b>     | <b>144</b> | <b>12</b> | <b>132</b> |                    |

## 2.2. Содержание учебно-тематического плана программы.

### 1. Вводное занятие (4 часа)

Знакомство с игрой. Демонстрация видеороликов. Знакомство с группой. История становления футбола. Современный футбол. Разбор и изучение правил игры в футбол. Роль капитана команды, его права и обязанности. Современная интерпретация правил. Инструктаж по технике безопасности на занятиях мини-футболом (2 раза в учебном году).

### 2. Физическая подготовка. Общая физическая подготовка (ОФП) (14 часов)

Выполнение различных комплексов ОРУ (общеразвивающих упражнений) на все группы мышц; упражнения из других видов спорта на развитие всех физических качеств с целью гармонического развития занимающихся (гимнастика, легкая атлетика, баскетбол, мини-футбол, лыжный спорт и др.).

#### *Практическая работа:*

Выполнение упражнений, направленных на развитие всех групп мышц: упражнения с предметами и без предметов, подвижные игры, оказывающие общее воздействие на организм занимающихся. Постепенное повышение нагрузки на детей, с учетом возрастных особенностей и подготовленности воспитанников. В группе младших школьников нагрузка носит умеренный характер.

#### *Строевые упражнения.*

Команды для управления группой. Построение, расчет. Шеренга, колонна, фланг, интервал, дистанция. Повороты на месте и в движении. Перестроение из одной шеренги в две, из колонны по одному в колонну по два. Переход с шага на бег и с бега на шаг. Изменение скорости движения.

#### *Общеразвивающие упражнения без предметов.*

- Упражнения для рук и плечевого пояса: сгибание и разгибание, вращение, махи, отведение и приведение, рывки. Выполнение упражнений на месте и в движении.
- Упражнения для мышц шеи: наклоны, вращение, повороты головы в различных направлениях.
- Упражнения для мышц туловища: упражнения на формирование правильной осанки; наклоны, повороты, вращения туловища в различных исходных положениях; поднимание и опускание прямых и согнутых ног в положении лежа на спине, на животе, сидя, в висе; переход из положения лежа в сед и обратно; смешанные упоры и висы лицом и спиной вниз.
- Упражнения для ног: поднимание на носки; ходьба на носках, пятках, внутренней и внешней сторонах стопы; вращение в голеностопных суставах; сгибание и разгибание ног в тазобедренном, коленном и голеностопном суставах; приседания на одной и на двух ногах; отведение и приведение; махи в разных

направлениях: выпады; пружинистые покачивания в выпаде; подскоки из различных исходных положений ног (на ширине плеч, одна впереди другой и т.п.); сгибание и разгибание ног в смешанных висах и упорах; ходьба по полу в приседе и в полном приседе.

- Упражнения в парах: повороты и наклоны туловища, попеременное сгибание и разгибание рук, приседания с партнером, игры с элементами сопротивления.
- Общеразвивающие упражнения с предметами
- Упражнения с набивными мячами: поднимание, опускание, наклоны, повороты, перебрасывание с одной руки на другую перед собой, над головой, за спиной, броски и ловля мяча. Выполнение упражнений на месте (стоя, сидя, лежа) и в движении. Упражнения в парах с передачами, бросками и ловлей мяча.
- Упражнения с гантелями: сгибание и разгибание рук, повороты и наклоны туловища, поднимание на носки, приседания.
- Упражнения со скакалкой: прыжки на одной и двух ногах с вращением скакалки вперед, назад; прыжки с поворотами; прыжки в приседе и полуприседе: через короткую и длинную скакалку.
- Упражнения с малыми мячами: броски; ловля мячей после подбрасывания вверх, удара об пол, удара в стену: ловля мячей на месте, в прыжке, после кувырка в движении.

#### *Акробатические упражнения.*

Группировка в приседе, сидя, лежа на спине. Перекаты в группировке лежа на спине (вперед, назад), из исходного положения сидя, из упора присев и из основной стойки. Перекаты в сторону из положения лежа и упора стоя на коленях. Кувырки вперед в группировке из упора присев, основной стойки, после разбега. Кувырок назад из упора присев и из основной стойки. Подготовительные упражнения для моста. Мост с помощью партнера.

#### *Легкоатлетические упражнения.*

Бег: бег с ускорением до 30-40 м; низкий старт и стартовый разбег; повторный бег 2–3 раза по 20 - 30 м бег 30 - 60 м с низкого старта; эстафетный бег до 60 м этапами; бег до 60 м с препятствиями; бег в чередовании с ходьбой до 400 м, кросс 300-500 м. Прыжки: в длину с места и с разбега; тройной прыжок с места и с разбега; прыжки в высоту с места и с разбега. Метание: метание теннисного мяча с места и с разбега на дальность; метание мяча в цель с 5 м, с 10 м; метание мяча в стену на дальность отскока.

#### *Спортивные игры.*

Гандбол, футбол, бадминтон, баскетбол, пионербол (игры проводятся по упрощенным правилам). Начальные навыки в технике спортивных игр.

#### *Подвижные игры.*

Игры с мячом, с беговыми упражнениями, с прыжками, с метанием, с сопротивлением, на внимание, на координацию: «Гонки мячей», «Салки», «Пятнашки», «Невод», «Метко в цель», «Подвижная цель», «Эстафета с бегом», «Мяч среднему», «Мяч капитану», «Охотники и утки», «Перестрелка», «Перетягивание через черту», «Вызывай смену», «Борьба за мяч».

#### *Эстафеты.*



Эстафеты встречные и комбинированные с преодолением полосы препятствий из гимнастических снарядов, переноской, с расставлением и собиранием предметов, переноской груза, метанием в цель, бросками и ловлей мяча, прыжками и бегом в различных сочетаниях перечисленных элементов. «Эстафета футболистов», Эстафета баскетболистов».

### **3. Физическая подготовка. Специальная физическая подготовка (СФП) (40 часов)**

Упражнения на развитие мышечных групп пояса нижних конечностей (колени, бедра), а также мышц плечевого пояса и шеи; упражнения на развитие специальных физических качеств необходимых для футболиста: специальная (скоростная) выносливость, быстрота, координация движений (ловкость) и скоростно-силовая подготовка; специальные и подготовительные упражнения: разновидности «челночного» бега, бег с ускорениями до 100 м, многоскоки, прыжки с места и с разбега, интервальный и переменный бег, и др.

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

Практическая работа.

Выполнение упражнений на развитие силы, быстроты, выносливости, ловкости и гибкости. Упражнения на развитие общей выносливости, специальной выносливости, прыжковой выносливости; развитие общей и специальной ловкости; развитие активной, пассивной и специальной гибкости; стретчинг; упражнения на расслабление.

- Упражнения для развития быстроты. Стартовая скорость, рывки по сигналу (5-10 метров), рывки из различных положений, дистанционная скорость, бег с изменением темпа, бег с обводкой стоек на скорости, бег боком и спиной вперед.
- Упражнения для развития ловкости. Прыжки с разбега толчком одной и двух ног, стараясь достать высоко подвешенного мяча, прыжки с места и с разбега, выполняя удары по мячам, подвешенными на различной высоте, жонглирование мяча различными частями тела.
- Упражнения на развития выносливости. Кросс, кросс в «рваном» темпе с мячами, «подвижный квадрат» 10-20 мин.

### **4-5. Техничко-тактическая подготовка (80 часов)**

*Техническая подготовка.* Изучение основных технических элементов игры в мини-футбол: разновидности передвижений, стойки (защитника, нападающего), разновидности остановок и изменения направления движения, ведение мяча передачи (нижняя, средняя и верхняя;), прием мяча (грудью, головой), разновидности ударов мячом, финты (обманные действия с мячом и без), техника стандартов (вбрасывание, ввод мяча в игру, и т.п.).

*Тактическая подготовка.* Тактика игры в защите и нападении (индивидуальные, групповые и командные тактические действия: стенка, отрыв, искусственный офсайд, страховка, перехват, стандарты, прессинг и др.), изучение функций

защитника, полузащитника, нападающего и вратаря. Особенности полета мяча при ударе различными частями стопы. Способы выполнения удара по мячу различными частями тела. Способы остановки мяча. Особенности ведения мяча в различных направлениях. Специфика выполнения финтов. Отбор мяча и его значение. Вбрасывание мяча из-за боковой линии. Правильное расположение на футбольном поле. Реакция на действие партнеров и соперника. Особенности игры при различных тактических схемах. Техника и специфика игры вратаря.

Практическая работа:

- Техника игры без мяча - выполнение технических приемов, подвижные игры, игровые упражнения. Техника игры с мячом - разновидности остановок и изменения направления движения. Передачи - нижняя, средняя и верхняя.
- Тактика игры в защите и нападении (индивидуальные, групповые и командные тактические действия, нападение, блокирование, страховка, перехват, стандарты, прессинг и др.), изучение функций либеро, нападающего.
- Практическая работа:
- Действия команды, поиск и создание игрового пространства как для себя так и для команды различными тактическими приемами: «стенка», «открытие», «отвлечение соперников», создание численного преимущества в отдельных зонах игрового поля, страховка, перехват, стандарты, прессинг.
- Удары по мячу левой и правой ногой: различными частями стопы, по статичному и катящемуся мячу, слета, предавая мячу различные вращения.
- Удары по мячу головой: в прыжке, движении, статичном положении, серединой лба, боковой частью лба (все упражнения выполняются на точность).
- Обработка мяча: внутренней и внешней стороной стопы, катящегося и опускающегося мяча, грудью - на месте, в движении вперед и назад, подготавливая мяч для последующих действий.
- Ведение мяча различными частями стопы: левой и правой ногой (поочередно), по прямой, меняя направления передвижения и скорость выполнения.
- Обманные движения (финты). Показать ложный замах ногой для сильного удара - вместо удара захватить мяч ногой и уйти с ним рывком. При ведении неожиданно остановить мяч и оставить его партнеру, который движется за спиной, а самому без мяча уйти вперед, увлекая соперника («скрещивание»).
- Отбор мяча: в единоборстве с противником, отбор на опережении, выбор момента для отбора мяча, выпады и подкаты.
- Вбрасывание мяча из-за боковой линии: из положения ноги вместе и с шага, на точность под левую и правую ногу, на дальность.
- Техника игры вратаря: основная стойка, передвижение в воротах, ловля катящегося и летящего мяча, игра на выходах, отбивание руками, кулаками, пальцами рук.
- Упражнения на видения поля: выполнение упражнений по зрительному сигналу, ведение мяча на ограниченном пространстве и одновременное наблюдение за партнерами, 6-8 игроков становятся в круг и передают между собой мяч в одно касание.

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

#### **6. Контрольно-оценочные испытания. Турниры. (4 часа)**

Регулярный прием нормативов по физической и технико-тактической подготовке с целью изучения динамики развития физических качеств и освоения технических и тактических приемов в течение учебного года; участие в районных, городских турнирах товарищеского и официального характера.

Практическая работа:

Сдача нормативов по физической и технико-тактической подготовке: сдача контрольных нормативов по физической подготовке (отжимания, «челночный» бег, «пресс», бег на 60 м, бег на 500 м, прыжки с места и др.) и по технической подготовке (жонглирование мячом, обводка стоек на время, удары мячом по воротам на точность и др.). Участие в районных, городских турнирах товарищеского и официального характера.

#### **8. Итоговое занятие (2 часа)**

Подведение итогов, вручение грамот и благодарностей воспитанникам. Проведение открытого занятия для всех желающих детей и родителей.

### **Раздел № 3. ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ И ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ**

**Вводный контроль** (собеседование, тренировочные занятия) проводится в начале учебного года. Он предназначен для изучения состава занимающихся (состояние здоровья, физическая подготовленность, спортивная квалификация) и определения готовности учащихся к предстоящим занятиям (к усвоению нового учебного материала или выполнению нормативных требований учебной программы). Данные такого контроля позволяют уточнить учебные задачи, средства и методы их решения.

**Текущий контроль** (собеседование, тренировочные занятия) проводится в течение года для определения реакции организма занимающихся на нагрузку после занятия. С его помощью определяют время восстановления работоспособности занимающихся после разных (по величине, направленности) физических нагрузок. Данные текущего состояния занимающихся служат основой для планирования содержания ближайших занятий и величины физических нагрузок в них.

**Итоговый контроль** (контрольно-оценочные испытания, соревнования) проводится в конце учебного года для определения успешности выполнения годового плана-графика учебного процесса, степени решения поставленных задач, выявления положительных и отрицательных сторон процесса физического воспитания и его составляющих.

**Формы фиксации результатов:**

- Журнал учета работы педагога
- Грамоты
- Дипломы
- Видеозаписи
- Отзывы родителей и детей
- Протоколы соревнований

## Раздел № 4. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

### 4.1. Материально-технические условия реализации программы.

1. Спортивный зал.
2. Школьный стадион (уличная мини-футбольная площадка).
3. Футбольные ворота (футбольные, хоккейные и стандартные).
4. Сетки, стойки для футбольных сеток.
5. Футбольные мячи, фишки.
6. Набивные мячи 12 штук.
7. Шведские стенки, гимнастическое оборудование и т.п.
8. Х/б форма (шорты, майка, носки, гетры), легкая спортивная обувь (кеды), манишки.
9. Компьютеры с выходом в Интернет, программное обеспечение, экраны, проекторы, компакт-диски с учебным материалом.

### 4.2. Кадровое обеспечение программы

Программа реализуется педагогом дополнительного образования с уровнем образования и квалификацией, соответствующими Профессиональному стандарту «Педагог дополнительного образования детей и взрослых».

### 4.3. Учебно-методическое обеспечение

| Название учебной темы                     | Форма занятий | Название и форма методического материала                  | Методы и приемы организации учебно-воспитательного процесса                                |
|---|---------------|---|--|
| Введение. Знакомство с игрой. Правила ТБ. | Теоретическое | Показ видео материала                                     | Словесный метод, метод показа.   |
| Общая физическая подготовка (ОФП).        | Практическое  | Демонстрация технического действия, показ видео материала | Словесный метод, метод показа. Фронтальный, повторный, игровой методы.                     |
| Специальная физическая подготовка (СФП).  | Практическое  | Демонстрация технического действия, тренировка, показ     | Словесный метод, метод показа. Фронтальный, круговой методы.                               |
| Техническая подготовка.                   | Практическое  | Демонстрация технического действия, тренировка, показ.    | Метод расчлененного разучивания. Метод целостного упражнения. Метод подводящих упражнений. |
| Тактическая подготовка.                   | Практическое  | Демонстрация технического действия, тренировка, показ.    | Словесный метод, метод показа. Фронтальный, круговой, повторный, игровой методы.           |
| Контрольно-оценочные испытания. Турниры.  | Практическое  | Сдача контрольных нормативов.                             | Повторный, дифференцированный, соревновательный методы.                                    |
| Итоговое занятие.                         | Практическое  | Просмотр  | Подведение итогов.   |

|  |  |                 |  |
|--|--|-----------------|--|
|  |  | видеоматериала. |  |
|--|--|-----------------|--|

#### 4.4. Список литературы

##### Литература, рекомендуемая учащимся и родителям:

1. Андреев С. Н. Играй в футбол. - М.: Издательство «Поматур», 2015.
2. Андреев С. Н. Футбол - твоя игра. - М.: Просвещение, 2015.
3. Спортивные игры. Под редакцией А.С. Бушманова. - Смоленск, 2017.
4. Тюленьков С.Ю. Футбол XX века. Под редакцией И. В. Коломенского. - М., 2016.

##### Литература для педагога:

1. Качалин Г.Д. Тактика футбола / Г.Д. Качалин - М.: ФиС, 2015.
2. Ласин Г.С. Футбол. Издание автора / Г.С. Ласин - СПб.:2017.
3. Люкшинов Н.М. Искусство подготовки высококлассных- футболистов / Н.М. Люкшинов - М.: «Советский спорт», 2015.
4. Мутко В.Л., Андреев С.Н. , Алиев Э.Г. Мини-футбол-игра для всех - М. Советский спорт, 2018.
5. Полиошкис М.С. Футбол / М.С. Полиошкис, В.А. Выжгин - М.: ФОН, 2015.
6. Пособие для начинающих тренеров. Под редакцией С.Д. Вознесенского. - М., 2017.
7. Федоров А.А. Футбол в зале: система подготовки. - М.: Терра-Спорт,2016 (Библиотечка тренера).

#### 4.5. Интернет-ресурсы:

- Тест «Футбол» <https://infourok.ru/test-po-fizicheskoy-kulture-futbol-klass-426202.html>.
- Викторина по мини-футболу 5-6 класс <https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2012/01/10/viktorina-po-mini-futbolu-5-6-klass>.
- Тесты по физкультуре «Мини-футбол» <https://videouroki.net/razrabotki/testy-po-fizkulture-mi-ni-futbol.html>.
- Тест «Мини-футбол» <http://xn--d1ababeji4aplhbqk6k.xn-p1ai/load/testy-dlja-proverki-znanij/fizkultura/test-quot-mini-futbol-quot/119-1-014840>.
- Видеозаписи с соревнований по футболу.
- Материалы сайтов <https://fc-zenit.ru/>, <https://www.eurosport.ru/>, <https://news.sportbox.ru/>, <http://www.uefa.com/>, <http://www.fifa.com/>.
- Правила мини-футбола <http://mfc-arsenal.ru/pravila.php>.

## Календарный учебный график

| № п/п | Форма занятия | Кол-во часов | Тема занятия   | Место проведения | Формы контроля   | Плановая дата и время проведения занятия | Фактическая дата и время проведения занятия |
|-------|---------------|--------------|--|------------------|------------------|--|---|
| 1.    | Теория        | 2            | Знакомство с игрой. Демонстрация видеороликов. Инструктаж по технике безопасности на занятиях по мини-футболу. | с/з              | Вводный контроль | 13.09.2023<br>15.00 -15.45               |   |
| 2.    | Комб          | 2            | Введение. История возникновения и развития мини-футбола.   | с/з              | Беседа           | 15.09.2023<br>15.00 -15.45               |   |
| 3.    | Комб          | 2            | Общая физическая подготовка (ОФП). Техника владения мячом. Прием передача.                                     | с/з              | наблюдение.      | 20.09.2023<br>15.00 -15.45               |   |
| 4.    | Комб          | 2            | Техника владения мячом. ОФП. Диагностика основных физических качеств.  | с/з              | Беседа           | 22.09.2023<br>15.00 -15.45               |   |
| 5.    | Комб          | 2            | Техника владения мячом в движении.   | с/з              | наблюдение.      | 27.09.2021<br>15.00 -15.45               |   |
| 6.    | Комб          | 2            | Техника владения мячом, передача на точность.  | с/з              | Беседа           | 29.09.2023<br>15.00 -15.45               |   |
| 7.    | Комб          | 2            | Техника владения мячом. ОФП  | с/з              | наблюдение.      | 04.10.2023<br>15.00 -15.45               |   |
| 8.    | Комб          | 2            | Техника владения мячом. Работа в парах.  | с/з              | Беседа           | 06.10.2023<br>15.00 -15.45               |   |
| 9.    | Комб          | 2            | Общая физическая подготовка.   | с/з              | наблюдение.      | 11.10.2023<br>15.00 -15.45               |   |
| 10.   | Комб          | 2            | Техника владения мячом.  | с/з              | наблюдение.      | 13.10.2023<br>15.00 -15.45               |   |
| 11.   | Комб          | 2            | Работа в парах.  | с/з              | наблюдение.      | 18.10.2023<br>15.00 -15.45               |   |
| 12.   | Комб          | 2            | Двухсторонняя игра.  | с/з              | наблюдение.      | 20.10.2023<br>15.00 -15.45               |   |
| 13.   | Комб          | 2            | Скоростная работа.   | с/з              | Беседа           | 25.10.2023<br>15.00 -15.45               |   |
| 14.   | Комб          | 2            | Техника работы в паре.   | с/з              | наблюдение.      | 27.10.2023<br>15.00 -15.45               |   |



|     |      |   |  |     |                 |  |  |
|-----|------|---|--|-----|-----------------|--|--|
|     |      |   |  |     |                 |  |  |
| 15. | Комб | 2 | Техническая работа в паре.                             | с/з | наблюден<br>ие. | 01.11.2023<br>15.00 -15.45                 |  |
| 16. | Комб | 2 | Лабиринт ведения                                       | с/з | наблюден<br>ие. | 03.11.2023<br>15.00 -15.45                 |  |
| 17. | Комб | 2 | Техническая работа.<br>Двухсторонняя игра.             | с/з | наблюден<br>ие. | 08.11.2023<br>15.00 -15.45                 |  |
| 18. | Комб | 2 | Эстафета с ведением мяча.                              | с/з | Беседа          | 10.11.2023<br>15.00 -15.45<br>15.55 -16.40 |  |
| 19. | Комб | 2 | Общая физическая<br>подготовка. Двухсторонняя<br>игра. | с/з | наблюден<br>ие. | 15.11.2023<br>15.00 -15.45                 |  |
| 20. | Комб | 2 | Работа подачи низом.                                   | с/з | наблюден<br>ие. | 17.11.2023<br>15.00 -15.45                 |  |
| 21. | Комб | 2 | Работа подачи верхом.                                  | с/з | наблюден<br>ие. | 22.11.2023<br>15.00 -15.45                 |  |
| 22. | Комб | 2 | Технический аут, угловой                               | с/з | наблюден<br>ие. | 24.11.2023<br>15.00 -15.45                 |  |
| 23. | Комб | 2 | Общая физическая<br>подготовка. Двухсторонняя<br>игра  | с/з | Беседа          | 29.11.2023<br>15.00 -15.45                 |  |
| 24. | Комб | 2 | Техника жонглирования мяча<br>на месте.                | с/з | наблюден<br>ие. | 01.12.2023<br>15.00 -15.45                 |  |
| 25. | Комб | 2 | Техника жонглирования мяча<br>на месте.                | с/з | наблюден<br>ие. | 06.12.2023<br>15.00 -15.45                 |  |
| 26. | Комб | 2 | Скорость эстафета без мяча,<br>с мячом.                | с/з | наблюден<br>ие. | 08.12.2023<br>15.00 -15.45                 |  |
| 27. | Комб | 2 | Удары внутренней и внешней<br>стороной стопы.          | с/з | наблюден<br>ие. | 13.12.2023<br>15.00 -15.45                 |  |
| 28. | Комб | 2 | Распасовка в парах, в<br>движении, в тройках.          | с/з | Беседа          | 15.12.2023<br>15.00 -15.45                 |  |
| 29. | Комб | 2 | Общая физическая<br>подготовка. Двухсторонняя<br>игра  | с/з | наблюден<br>ие. | 20.12.2023<br>15.00 -15.45                 |  |
| 30. | Комб | 2 | Общая физическая<br>подготовка. Двухсторонняя<br>игра  | с/з | Беседа          | 22.12.2023<br>15.00 -15.45                 |  |
| 31. | Комб | 2 | Скоростные качества.                                   | с/з | наблюден        | 27.12.2023                                 |  |

|     |      |   |  |     |              |  |  |
|-----|------|---|--|-----|--------------|--|--|
|     |      |   | Владение мячом на месте.   |     | ие.          | 15.00 -15.45                               |  |
| 32. | Комб | 2 | Ведение мяча разными способами. Двухсторонняя игра                   | с/з | Беседа       | 29.12.2023<br>15.00 -15.45                 |  |
| 33. | Комб | 2 | Передача в движении. Распасовка на 3-х. Двухсторонняя игра           | с/з | наблюден ие. | 10.01.2023<br>15.00 -15.45                 |  |
| 34. | Комб | 2 | Инструктаж по технике безопасности. Подачи.                          | с/з | наблюден ие. | 12.01.2024<br>15.00 -15.45                 |  |
| 35. | Комб | 2 | Аут, угловой. ОФП.   | с/з | Беседа       | 17.01.2024<br>15.00 -15.45                 |  |
| 36. | Комб | 2 | Общая физическая подготовка. Двухсторонняя игра                      | с/з | Беседа       | 19.01.2024<br>15.00 -15.45                 |  |
| 37. | Комб | 2 | Ведение мяча «Слалом», распасовка.                                   | с/з | наблюден ие. | 24.01.2024<br>15.00 -15.45                 |  |
| 38. | Комб | 2 | Техника приема паса на месте и в движении.                           | с/з | Беседа       | 26.01.2024<br>15.00 -15.45                 |  |
| 39. | Комб | 2 | Техника владения мячом. Прием передача.                              | с/з | наблюден ие. | 19.01.2024<br>15.00 -15.45<br>15.55 -16.40 |  |
| 40. | Комб | 2 | Техника владения мячом. ОФП Диагностика основных физических качеств. | с/з | Беседа       | 24.01.2024<br>15.00 -15.45<br>15.55 -16.40 |  |
| 41. | Комб | 2 | Техника владения мячом в движении.                                   | с/з | наблюден ие. | 31.01.2024<br>15.00 -15.45                 |  |
| 42. | Комб | 2 | Техника владения мячом, передача на точность.                        | с/з | наблюден ие. | 02.02.2024<br>15.00 -15.45                 |  |
| 43. | Комб | 2 | Техника владения мячом. ОФП  | с/з | Беседа       | 07.02.2024<br>15.00 -15.45                 |  |
| 44. | Комб | 2 | Техника владения мячом. Работа в парах.                              | с/з | наблюден ие. | 09.02.2024<br>15.00 -15.45                 |  |
| 45. | Комб | 2 | Общая физическая подготовка.   | с/з | Беседа       | 14.02.2024<br>15.00 -15.45                 |  |
| 46. | Комб | 2 | Техника владения мячом.  | с/з | наблюден ие. | 16.02.2024<br>15.00 -15.45                 |  |
| 47. | Комб | 2 | Работа в парах.  | с/з | наблюден ие. | 21.02.2024<br>15.00 -15.45                 |  |

|     |      |   |  |     |                 |                            |  |
|-----|------|---|--|-----|-----------------|----------------------------|--|
| 48. | Комб | 2 | Двухсторонняя игра.                                    | с/з | Беседа          | 28.02.2024<br>15.00 -15.45 |  |
| 49. | Комб | 2 | Скоростная работа.                                     | с/з | наблюден<br>ие. | 02.03.2024<br>15.00 -15.45 |  |
| 50. | Комб | 2 | Техника работы в паре.                                 | с/з | Беседа          | 07.03.2024<br>15.00 -15.45 |  |
| 51. | Комб | 2 | Техническая работа в паре.                             | с/з | наблюден<br>ие. | 09.03.2024<br>15.00 -15.45 |  |
| 52. | Комб | 2 | Лабиринт ведения                                       | с/з | Беседа          | 14.03.2024<br>15.00 -15.45 |  |
| 53. | Комб | 2 | Техническая работа.<br>Двухсторонняя игра.             | с/з | наблюден<br>ие. | 16.03.2024<br>15.00 -15.45 |  |
| 54. | Комб | 2 | Эстафета с ведением мяча.                              | с/з | наблюден<br>ие. | 21.03.2024<br>15.00 -15.45 |  |
| 55. | Комб | 2 | Общая физическая<br>подготовка. Двухсторонняя<br>игра. | с/з | Беседа          | 23.03.2024<br>15.00 -15.45 |  |
| 56. | Комб | 2 | Работа подачи низом.                                   | с/з | Беседа          | 28.03.2024<br>15.00 -15.45 |  |
| 57. | Комб | 2 | Работа подачи верхом.                                  | с/з | наблюден<br>ие. | 30.03.2024<br>15.00 -15.45 |  |
| 58. | Комб | 2 | Технический аут, угловой                               | с/з | Беседа          | 04.04.2024<br>15.00 -15.45 |  |
| 59. | Комб | 2 | Общая физическая<br>подготовка. Двухсторонняя<br>игра  | с/з | наблюден<br>ие. | 06.04.2024<br>15.00 -15.45 |  |
| 60. | Комб | 2 | Техника жонглирования мяча<br>на месте.                | с/з | Беседа          | 11.04.2024<br>15.00 -15.45 |  |
| 61. | Комб | 2 | Техника жонглирования мяча<br>на месте.                | с/з | наблюден<br>ие. | 13.04.2024<br>15.00 -15.45 |  |
| 62. | Комб | 2 | Скорость эстафета без мяча,<br>с мячом.                | с/з | наблюден<br>ие. | 18.04.2024<br>15.00 -15.45 |  |
| 63. | Комб | 2 | Удары внутренней и внешней<br>стороной стопы.          | с/з | Беседа          | 20.04.2024<br>15.00 -15.45 |  |
| 64. | Комб | 2 | Распасовка в парах, в<br>движении, в тройках.          | с/з | наблюден<br>ие. | 25.04.2024<br>15.00 -15.45 |  |

|     |              |            |   |     |                   |                            |  |
|-----|--------------|------------|---|-----|-------------------|----------------------------|--|
| 65. | Комб         | 2          | Общая физическая подготовка. Двухсторонняя игра                       | с/з | Беседа            | 27.04.2024<br>15.00 -15.45 |  |
| 66. | Комб         | 2          | Общая физическая подготовка. Двухсторонняя игра                       | с/з | наблюдение.       | 02.05.2024<br>15.00 -15.45 |  |
| 67. | Комб         | 2          | Скоростные качества. Владение мячом на месте.                         | с/з | Беседа            | 04.05.2024<br>15.00 -15.45 |  |
| 68. | Комб         | 2          | Ведение мяча разными способами. Двухсторонняя игра                    | с/з | наблюдение.       | 11.05.2024<br>15.00 -15.45 |  |
| 69. | Комб         | 2          | Передача в движении. Распасовка на 3-х. Двухсторонняя игра            | с/з | наблюдение.       | 13.05.2024<br>15.00 -15.45 |  |
| 70. | Комб         | 2          | Поддачи. Аут, угловой. ОФП.   | с/з | Беседа            | 16.05.2024<br>15.00 -15.45 |  |
| 71. | Комб         | 2          | Заключительная диагностика. Сравнительный анализ. Двухсторонняя игра. | с/з | Итоговый контроль | 18.05.2024<br>15.00 -15.45 |  |
| 72. | Комб         | 2          | Подведение итогов. Награждение.                                       | с/з | -                 | 13.09.2023<br>15.00 -15.45 |  |
|     | <b>ИТОГО</b> | <b>144</b> |   |     |                   |                            |  |