

**УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЕМ  
АДМИНИСТРАЦИИ МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
БЕЛОРЕЧЕНСКИЙ РАЙОН  
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ОСНОВНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ШКОЛА № 15 ИМЕНИ С. Т. ГОЛЕНЕВА ПОСЁЛКА  
ВЕРХНЕВЕДЕНЕЕВСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
БЕЛОРЕЧЕНСКИЙ РАЙОН**

Принята на заседании  
педагогического совета  
от « 31 » августа 2022 г.  
Протокол № 1

Утверждаю  
И.о. директора МБОУ ООШ 15  
Т.П. Климова  
« 31 » августа 2022 г.



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА**

**ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ**

**«МИНИ-ФУТБОЛ»**

Уровень программы: ознакомительный

Срок реализации программы: 1 год, 72 ч.

Возрастная категория: от 11 до 16 лет

Состав группы: 15 человек

Форма обучения: очная

Вид программы: модифицированная

Программа реализуется на бюджетной основе

ID-номер Программы в Навигаторе: 52324

Автор-составитель:  
Трунов Рашид Викторович,  
педагог дополнительного образования

## Раздел 1 «Комплекс основных характеристик программы»

### Пояснительная записка.

Целью физического воспитания 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.

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

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.

Мини-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.

**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.

**Новизна** программы состоит в удовлетворении возрастной потребности в идентификации личности, определении жизненных стратегий и обретении навыков их реализации; сохранении и культивировании уникальности личности несовершеннолетних граждан, создании условий, благоприятных для развития спортивной индивидуальности личности ребенка посредством дополнительной деятельности по интересам.

Данная рабочая программа позволяет решать задачи физического воспитания обучающихся, формируя у них целостное представление о физической культуре, ее возможностях в повышении работоспособности и улучшении состояния здоровья, а главное – воспитывая личность, способную к самостоятельной, творческой деятельности.

**Педагогическая целесообразность.** Каждое занятие физической культуры должно иметь ясную целевую направленность, конкретные и четкие педагогические задачи, которые определяют его содержание, выбор методов, средств обучения и воспитания, способов организации учащихся. Обучение школьников игре в мини-футбол – педагогический процесс, направленный на

укрепление здоровья занимающихся, развитие их физических качеств и освоение технико-тактических приемов игры.

Программа построена на принципах:

- целостности процесса обучения предполагающего интеграцию основного и дополнительного образования;
- сотрудничества и ответственности;
- сознательного усвоения обучающимися учебного материала;
- последовательности и систематичности;
- непрерывности и наглядности.

**Целью** программы является 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:**

##### *Образовательные:*

- 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.

**Отличительные особенности программы.** В отличие от типовой программы по мини-футболу, данная программа составлена с учетом интереса детей в зависимости от возраста, местных особенностей, к тем видам спорта, которые пользуются популярностью среди школьников.

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

Занятия мини-футболом благотворно влияют на организм человека, формируют жизненно-важные двигательные умения и навыки. Положительно влияет на развитие мышечной, дыхательной, нервной систем человека.

**Адресат программы:** учащиеся в возрасте от 11 до 16 лет.

**Уровень программы:** ознакомительный.

**Объём:** 72 часа (1 группа – 36ч., 2 группа – 36ч.).

**Форма обучения:** очная, индивидуальная, фронтальная, групповая, поточная.

**Режим работы:** 1 занятие в неделю.

**Особенности организации образовательного процесса.** Занятия по технической, тактической, общефизической подготовке проводятся в режиме учебно-тренировочных. Теория проходит в процессе учебно-тренировочных занятий, где подробно разбирается содержание правил игры, игровые ситуации, жесты судей. Для повышения интереса занимающихся к занятиям по мини-футболу и более успешного решения задач применяются разнообразные формы и методы проведения этих занятий.

Словесные методы: создают у учащихся предварительные представления об изучаемом движении. Для этой цели используются: объяснение, рассказ, замечание, команды, указание.

Наглядные методы: применяются главным образом в виде показа упражнения, наглядных пособий, видеофильмов. Эти методы помогают создать у учеников конкретные представления об изучаемых действиях.

Практические методы: методы упражнений; игровой; соревновательный; круговой тренировки. Главным из них является метод упражнений, который предусматривает многократное повторение упражнений. Разучивание упражнений осуществляется двумя методами: в целом; по частям. Игровой и соревновательный методы применяются после того, как у учащихся образовались некоторые навыки игры. Метод круговой тренировки предусматривает выполнение заданий на специально подготовленных местах (станциях). Упражнения выполняются с учётом технических и физических способностей занимающихся.

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.

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.

### **Содержание программы.**

Материал даётся в трёх разделах: основы знаний; общая и специально физическая подготовка; техника и тактика игры.

В разделе «Основы знаний» представлен материал по истории мини-футбола, правила соревнований. Инструктаж по ТБ.

В разделе «Общая и специально физическая подготовка» даны упражнения, которые способствуют формированию общей культуры движений, подготавливают организм к физической деятельности, развивают определённые двигательные качества.

В разделе «Техника и тактика игры» представлен материал, способствующий обучению техническими и тактическими приёмами игры. Стойка игрока. Перемещение в стойке боком, лицом. Остановка и передача мяча на месте. Перемещение спиной вперёд. Остановка и передача мяча в движении. Ведение мяча внешней частью и средней частью подъёма. Ведение мяча носком, внутренней стороной стопы. Ведение мяча с изменением направления. Остановка мяча бедром и лбом. Остановка мяча грудью. Жонглирование. Удары по мячу внешней стороной стопы и внешней частью подъёма. Техника игры вратаря. Удары по катящемуся мячу. Удары по прыгающему и летящему мячу. Удары по мячу носком, пяткой. Удары по мячу с полулёта. Удары по мячу головой. Обманные движения (финты). Отбор мяча. Вбрасывание. Индивидуальные действия в защите и в нападении. Тактика вратаря. Учебная игра.

В конце, обучения по программе, учащиеся должны знать правила игры и применять участие в соревнованиях. Содержание самостоятельной работы включает в себя выполнение комплексов упражнений для повышения общей и специальной физической подготовки.

### **Учебно-тематический план занятий по мини-футболу**

| <b>Содержание занятий</b>                 | <b>Распределение часов</b> |                 |
|-------------------------------------------|----------------------------|-----------------|
|                                           | <b>1 группа</b>            | <b>2 группа</b> |
| Основы знаний. ТБ                         | 2                          | 2               |
| Общая и специальная физическая подготовка | 10                         | 10              |
| Техническая и тактическая подготовка      | 19                         | 19              |
| Соревнования                              | 3                          | 3               |
| Контрольные испытания                     | 2                          | 2               |
| <b>Итого:</b>                             | <b>36</b>                  | <b>36</b>       |

### **Правила ТБ в мини-футболе.**

1. Перед игрой сделать разминку.
2. Использовать специальную обувь или кеды.

3. Приступать к упражнениям или игре с мячом только после предварительной разминки без мяча.
4. Запрещается опасная игра прямой ногой и удары, подкаты по ногам сзади.
5. При появлении боли в мышцах или суставах ног прекратить занятия.
6. По окончании занятий футболом обязательно переодеться.

**Основы знаний.** История возникновения футбола. Развитие футбола. Теория проходит в процессе учебно-тренировочных занятий, где подробно разбирается правила игры, игровые ситуации, жесты судий.

**Общая и специальная физическая подготовка** направлена на решение следующих задач:

1. Повышение уровня развития и расширения функциональных возможностей организма.
2. Воспитание физических качеств (силы, быстроты, выносливости, ловкости), а также развитие связанных с ним комплексов физических способностей, обеспечивающих эффективность игровой деятельности.

**Техническая и тактическая подготовка футболиста.** Техничко-тактическая подготовка – это процесс овладения специальными двигательными навыками, развития тактического мышления, творческих способностей. Закрепление навыков игры в футбол на практике.

#### **Планируемые результаты.**

Учащиеся, занимающиеся в секции дополнительного образования, должны иметь приросты показателей физической подготовленности после окончания учебного года и показывать результаты не ниже среднего уровня их развития.

Основной показатель секционной работы дополнительного образования по мини-футболу – выполнение программных требований по уровню подготовленности учащихся, выраженных в количественных показателях физического развития, физической, технической, тактической и теоретической подготовленности.

Программа «Мини-футбол» предусматривает достижение школьниками в процессе обучения определённых результатов – личностных, метапредметных и предметных.

**Личностными результатами** освоения обучающимися программы являются следующие умения:

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

**Метапредметными результатами** освоения занимающихся по программе являются следующие умения:

- характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;

- находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;
- общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;
- организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;
- анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;
- технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.

**Предметными результатами** освоения занимающимися по программе являются следующие умения:

- планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физкультуры;
- излагать факты истории развития игры в футбол, характеризовать ее роль и значение в жизнедеятельности человека;
- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении спортивных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;
- бережно обращаться с инвентарем и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;
- взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
- в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;
- подавать строевые команды, вести подсчет при выполнении общеразвивающих упражнений;
- находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы;
- выполнять технические действия из спортивных игр в футбол, применять их в игровой и соревновательной деятельности;
- выполнять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

## **Раздел 2 «Комплекс организационно-педагогических условий»**

### **Календарный учебный график**

# 1 группа

| №<br>п/п | Содержание материала                                                                                    | Кол-во<br>часов | Дата        |      |
|----------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------|-------------|------|
|          |                                                                                                         |                 | По<br>плану | Факт |
| 1        | Т/Б на спортивных играх. Организационный момент.                                                        | 1               |             |      |
| 2        | Основные правила игры в футбол. Учебная игра                                                            | 1               |             |      |
| 3        | Техника передвижения игрока. Удар внутренней стороной стопы.                                            | 1               |             |      |
| 4        | Остановка катящегося мяча подошвой, остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы                 | 1               |             |      |
| 5        | Ведение мяча. Учебная игра                                                                              | 1               |             |      |
| 6        | Удар носком. Учебная игра                                                                               | 1               |             |      |
| 7        | Ведение мяча в различных направлениях и с различной скоростью с пассивным сопротивлением защитника      | 1               |             |      |
| 8        | Комбинации из основных элементов техники перемещений и владения мячом                                   | 1               |             |      |
| 9        | Удар по летящему мячу средней частью подъема                                                            | 1               |             |      |
| 10       | Вбрасывание мяча из-за боковой линии. Учебная игра.                                                     | 1               |             |      |
| 11       | Ведение мяча с активным сопротивлением защитника                                                        | 1               |             |      |
| 12       | Контрольные испытания. Соревнования по мини-футболу                                                     | 1               |             |      |
| 13       | Остановка опускающегося мяча внутренней стороной стопы. Учебная игра.                                   | 1               |             |      |
| 14       | Основные правила игры в футбол. Учебная игра                                                            | 1               |             |      |
| 15       | Вбрасывание мяча из-за боковой линии                                                                    | 1               |             |      |
| 16       | Ведение мяча с активным сопротивлением защитника                                                        | 1               |             |      |
| 17       | Соревнования по мини-футболу                                                                            | 1               |             |      |
| 18       | Остановка опускающегося мяча внутренней стороной стопы. Учебная игра                                    | 1               |             |      |
| 19       | Совершенствование техники ударов по мячу и остановок мяча. Удар по летящему мячу средней частью подъема | 1               |             |      |
| 20       | Резаные удары. Учебная игра                                                                             | 1               |             |      |
| 21       | Удар по мячу серединой лба. Учебная игра                                                                | 1               |             |      |
| 22       | Удар боковой частью лба. Учебная игра.                                                                  | 1               |             |      |
| 23       | Остановка катящегося мяча подошвой. Игра в мини-футбол.                                                 | 1               |             |      |

|    |                                                                                        |   |  |  |
|----|----------------------------------------------------------------------------------------|---|--|--|
| 24 | Остановка летящего мяча внутренней стороной стопы                                      | 1 |  |  |
| 25 | Совершенствование техники ведения мяча                                                 | 1 |  |  |
| 26 | Отбор мяча подкатом. Учебная игра                                                      | 1 |  |  |
| 27 | Совершенствование техники перемещений и владения мячом. Финт уходом                    | 1 |  |  |
| 28 | Финт ударом. Учебная игра                                                              | 1 |  |  |
| 29 | Совершенствование техники перемещений и владения мячом. Финт уходом                    | 1 |  |  |
| 30 | Совершенствование тактики игры, тактические действия в защите. Двусторонняя игра.      | 1 |  |  |
| 31 | Совершенствование техники защитных действий.                                           | 1 |  |  |
| 32 | Двусторонняя игра. Нападение из-за боковой линии.                                      | 1 |  |  |
| 33 | Соревнования по мини-футболу. Подведение итогов.                                       | 1 |  |  |
| 34 | Контрольные испытания. Игра в мини-футбол.                                             | 1 |  |  |
| 35 | Совершенствование техники перемещений и владения мячом.                                | 1 |  |  |
| 36 | Совершенствование техники перемещений и владения мячом. Закрепление полученных знаний. | 1 |  |  |

## 2 группа

| №<br>п/п | Содержание материала                                                   | Кол-во<br>часов | Дата        |      |
|----------|------------------------------------------------------------------------|-----------------|-------------|------|
|          |                                                                        |                 | По<br>плану | Факт |
| 1        | Т/Б на спортивных играх. Организационный момент.                       | 1               |             |      |
| 2        | Основные правила игры в футбол. Учебная игра                           | 1               |             |      |
| 3        | Техника передвижения игрока. Удар внутренней стороной стопы.           | 1               |             |      |
| 4        | Ведение мяча. Учебная игра                                             | 1               |             |      |
| 5        | Удар носком. Учебная игра                                              | 1               |             |      |
| 6        | Вбрасывание мяча из-за боковой линии                                   | 1               |             |      |
| 7        | Техника владения мячом. Учебная игра.                                  | 1               |             |      |
| 8        | Комбинации из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом | 1               |             |      |
| 9        | Удар по летящему мячу средней частью подъема                           | 1               |             |      |
| 10       | Вбрасывание мяча из-за боковой линии                                   | 1               |             |      |
| 11       | Ведение мяча. Учебная игра.                                            | 1               |             |      |

|    |                                                                                        |   |  |  |
|----|----------------------------------------------------------------------------------------|---|--|--|
| 12 | Обманные движения (финты)                                                              | 1 |  |  |
| 13 | Остановка опускающегося мяча внутренней стороной стопы. Учебная игра.                  | 1 |  |  |
| 14 | Основные правила игры в футбол. Учебная игра                                           | 1 |  |  |
| 15 | Удар по летящему мячу средней частью подъема                                           | 1 |  |  |
| 16 | Ведение мяча с активным сопротивлением защитника                                       | 1 |  |  |
| 17 | Контрольные испытания. Обманные движения (финты)                                       | 1 |  |  |
| 18 | Комбинации из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом                 | 1 |  |  |
| 19 | Резанные удары. Учебная игра                                                           | 1 |  |  |
| 20 | Удар по мячу серединой лба. Учебная игра                                               | 1 |  |  |
| 21 | Учебная игра в мини-футбол.                                                            | 1 |  |  |
| 22 | Остановка катящегося мяча подошвой                                                     | 1 |  |  |
| 23 | Совершенствование техники ведения мяча                                                 | 1 |  |  |
| 24 | Совершенствование техники перемещений и владения мячом. Финт уходом                    | 1 |  |  |
| 25 | Отбор мяча подкатом. Учебная игра                                                      | 1 |  |  |
| 26 | Совершенствование техники перемещений и владения мячом. Финт уходом                    | 1 |  |  |
| 27 | Финт ударом. Учебная игра                                                              | 1 |  |  |
| 28 | Игра в мини-футбол. Соревнования.                                                      | 1 |  |  |
| 29 | Соревнования по мини-футболу.                                                          | 1 |  |  |
| 30 | Совершенствование тактики игры, тактические действия в защите. Двусторонняя игра.      | 1 |  |  |
| 31 | Финт ударом. Игра в мини-футбол                                                        | 1 |  |  |
| 32 | Совершенствование техники перемещений и владения мячом.                                | 1 |  |  |
| 33 | Двусторонняя игра. Нападение из-за боковой линии.                                      | 1 |  |  |
| 34 | Соревнования по мини-футболу. Подведение итогов.                                       | 1 |  |  |
| 35 | Контрольные испытания. Игра в мини-футбол.                                             | 1 |  |  |
| 36 | Совершенствование техники перемещений и владения мячом. Закрепление полученных знаний. | 1 |  |  |

### Условия реализации программы.

**Материально-техническое обеспечение.** Для реализации программы в школе имеется футбольное поле размером 40х30м и следующие оборудование и инвентарь:

- ворота футбольные с сетками – 2 шт.;
- мячи футбольные – 6 шт.;
- гимнастические скамьи – 4 шт.;
- гимнастические маты – 6 шт.;
- скакалки – 13 шт.;
- фишки переносные – 14 шт.;
- обруч гимнастический – 10 шт.;
- насос со штуцером – 1 шт.

**Кадровое обеспечение программы.** Реализация программы и подготовка занятий осуществляется педагогом дополнительного образования в рамках его должностных обязанностей.

Педагог осуществляет дополнительное образование учащихся в соответствии со своей образовательной программой.

**Формы аттестации:** контрольные занятия для проверки степени освоения техники двигательных действий, контрольные испытания для проверки уровня развития физических качеств, а также соревнования.

#### Оценочные материалы:

Целью промежуточной аттестации является:

- проверка соответствия общей физической подготовки обучающихся требованиям настоящей программы;
- диагностика уровня освоения образовательной программы обучающимися.

Основными критериями оценки являются: регулярность посещения занятий, положительная динамика развития физических качеств занимающихся, уровень освоения теоретических знаний и умений по основам физической подготовки.

### Нормативы по физической и технической подготовке игры в футбол

| Упражнения                                                        | 11 лет | 12 - 13 лет | 14 лет | 15 лет | 16 лет |
|-------------------------------------------------------------------|--------|-------------|--------|--------|--------|
| Бег 30м (сек)                                                     | 5,4    | 5,1         | 4,9    | 4,7    | 4,6    |
| Бег 400м (сек)                                                    |        |             |        | 67,0   | 65,0   |
| 6-минутный бег (м)                                                |        | 1150        | 1200   | 1300   | 1400   |
| Прыжок в длину с/м (см)                                           | 160    | 170         | 180    | 200    | 220    |
| Бег 30м с ведением мяча (сек)                                     | 6,4    | 6,2         | 6,0    | 5,8    | 5,4    |
| Бег 5х30м с ведением мяча (сек)                                   |        |             |        | 30,0   | 28,0   |
| Удар по мячу на дальность – сумма ударов правой и левой ногой (м) |        |             | 45     | 55     | 65     |
| Удар по мячу ногой на точность (число попаданий)                  | 2      | 3           | 4      | 4      | 4      |
| Ведение мяча, обводка стоек и удар по воротам (сек)               |        |             |        | 10,0   | 9,5    |
| Жонглирование мячом ногами (кол-во раз)                           | 9      | 10          | 12     | 16     | 20     |
| Удары по мячу ногой с рук на                                      |        |             |        | 30     | 34     |

|                                                    |  |  |  |    |    |
|----------------------------------------------------|--|--|--|----|----|
| дальность и точность (м)                           |  |  |  |    |    |
| Доставание подвешенного мяча кулаком в прыжке (см) |  |  |  | 45 | 50 |
| Бросок мяча на дальность (м)                       |  |  |  | 20 | 24 |

### - Рабочая программа воспитания. -

Главной целью воспитательной работы является содействие формированию качеств личности гражданина, отвечающих национально-государственным интересам Российской Федерации, и создание условий для самореализации личности. Тренировочная и соревновательная деятельность, связанная с занятиями, предоставляет значительные возможности для осуществления воспитательной работы. Воспитательная работа неразрывно связана с практической и теоретической подготовкой футболиста.

В качестве основных задач и направлений воспитательной работы следует выделить:

- государственно-патриотическое воспитание;
- нравственное воспитание;
- спортивно-этическое и правовое воспитание.

Государственно-патриотическое воспитание представляет собой целенаправленное формирование определенной системы взглядов, ценностей, убеждений, определяющих отношение личности к государственности России и ее демократическим основам. Цель государственно-патриотического воспитания – формирование качеств личности гражданина Российской Федерации.

В силу своей специфики спортивная деятельность обладает огромным воспитательным потенциалом в развитии таких мировоззренческих оснований личности, как уважение к государственной символике Российской Федерации (флаг, герб, гимн), таким понятиям, как Отечество, честь, достоинство. В процессе воспитательной работы предполагается приобщение учащихся к отечественной истории, традициям, культурным ценностям, достижениям российского спорта.

Государственно-патриотическое воспитание ориентирует личность на формирование профессионально значимых качеств, умений и готовности к их активному проявлению как в спорте, так и в различных сферах жизни общества.

Нравственное воспитание – процесс, направленный на формирование твердых моральных убеждений, нравственных чувств и навыков поведения человека. Наряду с семьей и общеобразовательной школой важную роль в этом процессе играет непосредственно спортивная деятельность. Нравственность и духовность как стержневые качества человека требуют усвоения системы нравственных знаний, понятий, являющихся предпосылкой осознания обучающимися своих обязанностей и привычек поведения.

Спортивно-этическое и правовое воспитание. Одной из важных задач, решаемых в процессе воспитательной работы, является освоение норм и правил поведения, предусматриваемых спортивной этикой. Спортивно-этическое воспитание в занятиях с юными футболистами осуществляется непосредственно в спортивной деятельности. Поведение спортсмена ориентируется на конкретные этические нормы, реализуемые как в условиях избранного вида спортивной деятельности (футбола), так и спортивного движения в целом. Спортивно-

этическое и правовое воспитание неразрывно связано с гуманистической моралью, культурой межличностных отношений. Усвоение учащимися социально-правовых норм является основой для уважительного отношения к соперникам и товарищам по команде независимо от их национальности и вероисповедания.

На протяжении занятий с детьми, педагог решает задачу формирования личных качеств это: воспитание патриотизма, воспитание нравственных качеств (честность, доброжелательность, терпимость, коллективизм, дисциплинированность, самообладание) в сочетании с волевыми (настойчивость, смелость, упорство, терпеливость), воспитание трудолюбия, чувства прекрасного.

Значимой фигурой в воспитательном процессе является педагог, оказывающий огромное воспитательное воздействие на обучающихся своим личным примером.

Значительное в воспитательной работе отводится соревнованиям, где особенно ярко проявляются личностные качества обучающегося. Необходимо фиксировать не только спортивные результаты учащихся, но и отмечать недостатки морально-психологической подготовленности, настраивать его как на достижение определенных результатов, так и на проявление морально-волевых качеств.

Формы организации воспитательной работы:

- собрания, лекции и беседы с учащимися;
- информации о спортивных событиях в стране, мире;
- встречи с интересными людьми, ветеранами спорта;
- родительские собрания;
- культурно-массовые мероприятия.

| №<br>п/п | Программа соревнований                                                                                         | Класс | Сроки<br>проведения            | Место<br>проведения             |
|----------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|--------------------------------|---------------------------------|
| 1        | Соревнования по мини-футболу в рамках XIV Всекубанской Спартакиады «Спортивные надежды Кубани» (школьный этап) | 5-9   | сентябрь<br>2022г.             | школьная<br>спортплощадка       |
| 2        | Участие в соревнованиях по мини-футболу (муниципальный этап)                                                   |       | сентябрь-<br>октябрь<br>2022г. | спортплощадка<br>г.Белореченска |
| 3        | Беседа «Мини-футбол. Что за спорт? История и правила игры»                                                     | 1-4   | октябрь<br>2022г.              | МБОУ ООШ 15<br>кл. кабинеты     |
| 4        | Спортивные мероприятия, посвященные «Дню народного единства» (соревнования по мини-футболу)                    | 6-8   | к 04.11.22г.                   | школьная<br>спортплощадка       |
| 5        | Акция «Физическая культура и спорт – альтернатива пагубным привычкам»                                          | 1-9   | март-апрель<br>2023г.          | МБОУ ООШ 15                     |
| 6        | Всероссийский день здоровья - турнир по мини-футболу                                                           | 5-9   | 07.04.23г.                     | школьная<br>спортплощадка       |
| 7        | Спортивно-массовое мероприятие «Футболу все возрасты покорны»                                                  | 5-9   | апрель<br>2023г.               | МБОУ ООШ 15<br>спортплощадка    |

### Список литературы.

1. Акимов А.М. Игра футбольного вратаря. – М.: ФиС, 2008.
2. Андреев С.Н. Мини-футбол. – М.: ФиС, 2018.
3. Буйлин Ю.Ф., Курамшин Ю.Ф. Теоретическая подготовка юных спортсменов. – М.: ФиС, 2015.
4. Бриль М.С. Отбор в спортивных играх. – М.: ФиС, 2018.
5. Гагаева Г.М. Психология футбола. – М.: ФиС, 2019.
6. Гриндлер К. и др. Техническая и тактическая подготовка футболистов. – М.: ФиС, 2016.
7. Гриндлер К. и др. Физическая подготовка футболистов. – М.: ФиС, 2016.
8. Правила игры в футбол. М.: ФиС (последний выпуск).
9. Рогальский Н., Дегель Э. Футбол для юношей. – М.: ФиС, 2015.
10. Чанади А. Футбол. Техника. – М.: ФиС, 2018.
11. Чанади А. Футбол. Стратегия. – М.: ФиС, 2015.
12. Филин В.П. Воспитание физических качеств у юных спортсменов. – М., 2014.
13. Голомазов С. В., Чирва П. Г. «Теория и практика футбола» 2008.
14. Антипов А., Губов В. «Диагностика и тренировка двигательных способностей» 2008.
15. Голомазов С. В., Чирва П. Г. «Методика тренировки техники игры головой» 2006.