

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ НОВГОРОДСКОЙ ОБЛАСТИ

ОБЛАСТНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ АВТОНОМНОЕ  
ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«БОРОВИЧСКИЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ КОЛЛЕДЖ»

СОГЛАСОВАНО

На заседании педагогического совета  
Протокол № 1  
от « 30 » 08 2023 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор областного государственного  
автономного профессионального  
образовательного учреждения «Боровичский  
педагогический колледж»  
  
Л.А. Петрова  
« 30 » 08 2023 г.

Дополнительная общеобразовательная программа

Мини-футбол (девушки)

Уровень программы: базовый  
Вид программы: общеразвивающая  
Уровень программы: разноуровневая  
Возраст детей: от 15 до 20 лет  
Срок реализации: 1 год  
Разработчик: руководитель физического  
воспитания ОГА ПОУ «Боровичский  
педагогический колледж»,  
В. Н. Иванов

Боровичи,  
2023 год.

## СОДЕРЖАНИЕ

1 Пояснительная записка	3
2 Содержание программы	6
2.1 Учебный план	6
2.2 Календарный учебный график	11
3 Формы аттестации	14
4 Условия реализации программы	14

## Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная программа «Мини-футбол» (далее программа) имеет физкультурно-спортивную направленность и разработана для девушек в возрасте от 15 до 17 лет.

### Актуальность программы

Вовлечение занимающихся в занятия мини-футболом является одной из актуальных задач, так как активный, хорошо физически развитый и подготовленный человек может довольно легко адаптироваться к различным учебным, физическим нагрузкам и жизненным ситуациям. В ходе занятий увеличивается двигательная активность занимающихся, что приводит к положительным изменениям в организме и деятельности различных систем.

Новизна программы заключается в организации занятий мини-футболом для девушек, что является для них незнакомым, но интересным видом деятельности

### Педагогическая целесообразность

Программа ориентирована на дополнительное образование и способствует развитию и поддержке интереса занимающихся к деятельности определенного направления, дает возможности расширить знания и умения данного вида спорта и создает условия для всестороннего развития личности.

Занятия по дополнительной программе составлены с учетом подготовленности занимающихся и направлены на повышение их работоспособности, на развитие основных двигательных (физических) качеств, а также овладение технической и тактической игры в футбол.

Занятия мини-футболом способствуют формированию таких качеств личности как целеустремленность, настойчивость, самостоятельность, чувство коллективизма, дисциплинированность и т.д.

Цель программы: физическое развитие и укрепление здоровья посредством приобщения к регулярным занятиям «мини-футбол», формирование навыков здорового образа жизни, повышения двигательной

активности и организации досуга.

Задачи программы:

Обучающие:

- познакомить с видом спорта «Мини-футбол», правилами игры, техникой, тактикой, правилами судейства и организацией проведения соревнований;

- углублять и дополнять знания, умения и навыки, получаемые учащимися на уроках физической культуры;

Развивающие:

- укреплять опорно-двигательный аппарат обучающихся;

- способствовать разностороннему физическому развитию учащихся, укреплять здоровье, закаливать организм;

- целенаправленно развивать специальные двигательные навыки и психологические качества обучающихся.

Воспитывающие:

- формировать дружный, сплоченный коллектив, способный решать поставленные задачи, воспитывать культуру поведения;

- прививать любовь и устойчивый интерес к систематическим занятиям физкультурой и спортом.

Программа разработана в соответствии со следующей нормативной базой:

Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»,

Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»,

Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648–20 «Санитарно-эпидемиологические требования к

организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685–21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»

Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22.09.2021 № 652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;

Положение о дополнительных образовательных услугах и других видах дополнительных платных услуг.

Стратегия развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2030 года, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 24 ноября 2020 г. №3081-р;

Концепция развития детско-юношеского спорта в Российской Федерации до 2030 года, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 28 декабря 2021 г. №3894-р;

Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации «Об учреждениях адаптивной физической культуры и адаптивного спорта» от 21.03.2008 г. № ЮА-02-07/912 (дополнение к Методическим рекомендациям по организации деятельности спортивных школ по организации и деятельности спортивных школ Российской Федерации от 12.12.2006 г. № СК02-10/3685)

Уровень сложности - базовый, что обеспечивает трансляцию общей целостной картины в рамках содержательно-тематического направления программы.

Данная программа имеет физкультурно-спортивную направленность и предназначена для девушек в возрасте от 15 до 20 лет.

Срок реализации программы - 60 часов.

## Режим занятий

Продолжительность занятия 45 минут в соответствии с возрастными требованиями.

## Форма реализации программы

Форма обучения	очная
Образовательная технология	лично-ориентированная; здоровьесберегающая
Форма организации содержания и процесса педагогической деятельности	интегрированная
Форма и тип организации работы обучающихся	индивидуальная и групповая работы
Форма обучения и виды занятий	учебно-тренировочные занятия

## Учебный план

№	Наименование разделов и тем	Общее количество учебных часов	В том числе:		Форма аттестации/контроля
			Теор.	Практич	
1	Раздел 1. Введение	1	1		
2	Раздел 2. Общеразвивающие упражнения	5		5	
3	Раздел 3. Общефизическая подготовка	6		6	зачёт
4	Раздел 4. Специальная физическая подготовка	8		8	
5	Раздел 5. Техническая подготовка	12		12	зачёт
6	Раздел 6. Тактическая подготовка	10		10	
7	Раздел 7. Подвижные игры и эстафеты	4		4	
8	Раздел 8. Двухсторонняя игра	6		6	
9	Раздел 9 Соревнования	7		7	
10	Раздел 10 Практическое судейство	2		2	
	Итого	60	1	59	

## Содержание учебного плана

При проведении раздела 1 «Введение» обратить внимание на выносливость исключения травматизма при занятиях мини-футболом, на соблюдения правил игры, на само страховку в учебно-тренировочных занятиях.

При проведении раздела 2 «Общеразвивающие упражнения» прежде всего учитывать методику вида спорта, использовать доступные, разнообразные упражнения для всех групп мышц, проводить ОРУ в разных перестроениях и разными методиками.

При проведении раздела 3 «Общефизическая подготовка» уделять внимание гармоническому развитию занимающихся, составлять комплексы с отягощениями на все группы мышц, учитывая индивидуальные и возрастные различия.

При проведении раздела 4 «Специальная физическая подготовка» учитывать развитие всех физических качеств (смен быстроты, ловкости, гибкости, выносливости) занимающихся, потому что все они нужны при занятиях мини-футбола, чтобы достичь достаточных результатов в этом виде спорта.

При проведении раздела 5 «Техническая подготовка» особое внимание уделять правильному выполнению того или иного технического приема (удара, передачи, ведения, остановки), использовать многократные повторения, устранять ошибки, использовать различные упражнения для формирования правильного навыка двигательного действия.

При проведении раздела 6 «Тактические подготовки» прежде всего научить занимающихся понимать друг друга на поле во время игры, используя разные тактические действия как в нападении, так и в защите, научить их вовремя открываться для приема мяча, а также во время перехватить его. Командные тактические действия наигрывать в нападении и защите наигрывать как в учебных играх, так в спарринг-играх.

При проведении раздела 7 «Подвижные игры и эстафеты» акцентировать внимание на их содержание, при подведении итогов обращать внимание на правильность выполнения технических приемов, на согласованность игроков.

При проведении раздела 8 «Двусторонняя игра» ставить задачи перед каждой учебной игрой, нацеливая занимающихся на выполнения конкретных заданий по техническим действиям.

Раздел 9 «Соревнования» — это участие сборной команды в соревнованиях муниципального и областного уровня по их календарю.

Раздел 10 «Практическое судейство» подразумеваемой судейство игра в качестве хронометриста, секретаря, судьи в поле и в дальнем судейство игр муниципального и областного уровня.

#### Планируемые результаты

В целях дальнейшего качественного совершенствования компетенций, приобретенных в результате освоения программы, обучающиеся должны:

знать:

- современные методики обучения и тренировки по мини-футболу;
- методики выполнения упражнений по ОФП, СФП, технической и тактической подготовкам;
- специфику техники безопасности при проведении занятий и соревнований;
- организацию и проведение соревнований, правила соревнований по «Мини-футболу».

уметь:

- обеспечивать безопасность на занятиях по мини-футболу;
- создавать организационные условия при реализации общеразвивающей программы «Мини-футбол»;
- применять компетентностный подход к обучению и тренировки занимающихся по программе «Мини-футбол».

владеть:

- основами современных методик обучения и тренировок по мини-футболу;
- технической и тактической игры в мини-футбол;
- теоретическими основами футбола, правилами соревнований по мини-футболу;
- судейством соревнований по мини-футболу.

Календарный учебный график (1 семестр)

№ п/п	Месяц, неделя/число	Время проведения занятия	Формы занятий	Кол-во часов	Раздел/тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1	1 неделя	вторая половина дня	Учебно-тренировочное занятие	1	Введение-предмет, задачи, характеристика мини-футбола, инструктаж по технике безопасности. ОРУ без предмета, удары внутренней стороной стопы по неподвижному мячу. Двухсторонняя игра.	Универсальный спортивный зал	Педагогическое наблюдение, презентация
2	1 неделя	вторая половина дня	Учебно-тренировочное занятие	1	ОРУ в движении без предметов. Удары внутренней стороной стопы по неподвижному мячу, остановка подошвой. Двухсторонняя игра. ОФП-поднимание ног на гимнастической стенке, сгибание и разгибание рук.		
3	2 неделя	вторая половина дня	Учебно-тренировочное занятие	1	ОРУ в кругу без предмета. Упражнения с мячом-накат и набивание. Удары средней частью подъема по неподвижному мячу, остановка внутренней стороной стопы. Двухсторонняя игра.		Педагогическое наблюдение; коллективная рефлексия
4	2 неделя	вторая половина дня	Учебно-тренировочное занятие	1	ОРУ со скакалкой. Упражнения с мячом. Удары серединой подъема по неподвижному мячу, остановка подошвой. Двухсторонняя игра.		Педагогическое наблюдение; коллективная рефлексия
5	3 неделя	вторая половина дня	Учебно-тренировочное занятие	1	ОРУ со скакалкой. Упражнения с мячом. Удары внутренней стороной стопы по неподвижному, остановка катящего мяча внутренней стороной стопы. Двухсторонняя игра.		Педагогическое наблюдение; коллективная рефлексия
6	3 неделя	вторая половина дня	Учебно-тренировочное занятие	1	ОРУ в парах. Упражнения с мячом. Удары средней частью подъема по неподвижному, остановка катящего мяча		Педагогическое наблюдение; коллективная

		дня	занятие		подшовой. Двухсторонняя игра. СФП-упражнения на развитие скоростных способностей.	рефлексия
7	4 неделя	вторая половина дня	Учебно-тренировочное занятие	1	ОРУ в парах. Упражнения с мячом. Удары серединой подьема по катящему мячу, остановка подошвой. Двухсторонняя игра. ОФП-подтягивание, подъем туловища из положения лежа.	Педагогическое наблюдение; коллективная рефлексия
8	4 неделя	вторая половина дня	Учебно-тренировочное занятие	1	ОРУ на гимнастической стенке. Упражнения с мячом. Удары по неподвижному мячу внешней частью подьема. Ведение мяча внешней и внутренней стороной стопы по прямой. Двухсторонняя игра. ОФП-сгибание и разгибание рук от брусьев, подъем ног из положения виса.	Педагогическое наблюдение; коллективная рефлексия
9	1 неделя	вторая половина дня	Учебно-тренировочное занятие	1	ОРУ в движении. Удары по неподвижному мячу внешней частью подьема. Остановка катящегося мяча внешней стороной стопы. Двухсторонняя игра. СФП-упражнения на развитие силовых способностей.	Педагогическое наблюдение; коллективная рефлексия
10	1 неделя	вторая половина дня	Учебно-тренировочное занятие	1	ОРУ в парах. Ведение мяча внешней и внутренней стороной стопы с изменением направления движения (без сопротивления соперника), удары по катящемуся мячу носком. Двухсторонняя игра. СФП-упражнения на развитие скоростно-силовых способностей.	Педагогическое наблюдение; коллективная рефлексия
11	2 неделя	вторая половина дня	Учебно-тренировочное занятие	1	ОРУ в кругу. Ведение мяча внешней и внутренней стороной стопы с изменением скорости ведения правой и левой ногой (без сопротивления защитника). Остановка мяча грудью. Двухсторонняя игра. СФП-упражнения на развитие подвижности в суставах.	Педагогическое наблюдение; коллективная рефлексия

12	2 неделя	вторая половина дня	Учебно-тренировочное занятие	1	ОРУ игровым методом. Ведение мяча внешней и внутренней стороной стопы с изменением направления движения и скорости (без сопротивления защитника). Удары по воротам различными способами на точность попадания мячом в цель. Двухсторонняя игра. ОФП-упражнения с отягощением.	Педагогическое наблюдение; коллективная рефлексия
13	3 неделя	вторая половина дня	Учебно-тренировочное занятие	1	ОРУ игровым методом. Ведение мяча с пассивным сопротивлением защитника. Остановка летящего мяча внутренней стороной стопы. Двухсторонняя игра. ОФП-упражнения с отягощением.	Педагогическое наблюдение; коллективная рефлексия
14	3 неделя	вторая половина дня	Учебно-тренировочное занятие	1	ОРУ игровым методом. Ведение мяча с пассивным сопротивлением защитника. Удары по воротам различными способами на точность попадания мячом в цель. Двухсторонняя игра. СФП-упражнения на развитие координационных способностей.	Педагогическое наблюдение; коллективная рефлексия
15	4 неделя	вторая половина дня	Учебно-тренировочное занятие	1	ОРУ в парах. Удары по воротам различными способами на точность попадания мячом в цель. Выбивание мяча ударом ногой. Двухсторонняя игра. СФП-упражнения на развитие скоростных способностей.	Педагогическое наблюдение; коллективная рефлексия
16	4 неделя	вторая половина дня	Учебно-тренировочное занятие	1	ОРУ в движении. Ведение, удар (передача мяча), прием мяча, остановка, удар по воротам. Двухсторонняя игра. СФП-упражнения на развитие силовых способностей.	Педагогическое наблюдение; коллективная рефлексия
17	1 неделя	вторая половина дня	Учебно-тренировочное занятие	1	ОРУ со скакалкой. Ведение мяча с активным сопротивлением защитника. Выбивание мяча ударом ногой. Двухсторонняя игра. СФП-упражнения на развитие	Педагогическое наблюдение; коллективная рефлексия

18	1 неделя	вторая половина дня	Учебно-тренировочное занятие	1	ОРУ со скакалкой. Ведение мяча с активным сопротивлением защитника, передача, прием мяча, удар по воротам. Двухсторонняя игра. ОФП-упражнения с отягощением.	Педагогическое наблюдение; коллективная рефлексия
19	2 неделя	вторая половина дня	Учебно-тренировочное занятие	1	ОРУ в движении. Ведение, передача мяча, прием мяча, остановка, удар по воротам. Двухсторонняя игра. ОФП-упражнения с отягощением.	Педагогическое наблюдение; коллективная рефлексия
20	2 неделя	вторая половина дня	Учебно-тренировочное занятие	1	ОРУ игровым методом. Ведение и обводка с помощью обманных движений (финтов), передача, удар по воротам. Двухсторонняя игра. СФП-упражнения на развитие координационных способностей.	Педагогическое наблюдение; коллективная рефлексия
21	3 неделя	вторая половина дня	Учебно-тренировочное занятие	1	ОРУ в кругу. Ведение и обводка с помощью обманных движений (финтов), передача, прием, остановка мяча, удар по воротам. Двухсторонняя игра. СФП-упражнения на развитие силовых способностей.	Педагогическое наблюдение; коллективная рефлексия
22	3 неделя	вторая половина дня	Учебно-тренировочное занятие	1	ОРУ без предметов. Удар по воротам различными способами на точность попадания мяча в цель. Отбор мяча перехватом. Двухсторонняя игра. СФП-упражнения на развитие скоростно-силовых способностей.	Педагогическое наблюдение; коллективная рефлексия
23	4 неделя	вторая половина дня	Учебно-тренировочное занятие	1	ОРУ у гимнастической стенки. Удар по летящему мячу серединой лба. Отбор мяча подкатом. Двухсторонняя игра. СФП-упражнения на развитие скоростно-силовых способностей.	Педагогическое наблюдение; коллективная рефлексия

24	4 неделя	вторая половина дня	Учебно-тренировочное занятие	1	ОРУ со скакалкой. Удар по летящему мячу боковой частью лба. Остановка мяча грудью. Двухсторонняя игра. ОФП-упражнения с отягощением.	Педагогическое наблюдение; коллективная рефлексия
25	1 неделя	вторая половина дня	Учебно-тренировочное занятие	1	ОРУ в парах. Средние передачи, прием, остановка мяча, удар по воротам. Ведение мяча с активным сопротивлением защитника. Двухсторонняя игра. ОФП-упражнения с отягощением.	Педагогическое наблюдение; коллективная рефлексия
26	1 неделя	вторая половина дня	Учебно-тренировочное занятие	1	ОРУ в движении. Удар по воротам различными способами на точность попадания мячом в цель. Передачи в тройках. Двухсторонняя игра. ОФП-упражнения с отягощением.	Педагогическое наблюдение; коллективная рефлексия
27	2 неделя	вторая половина дня	Учебно-тренировочное занятие	1	ОРУ игровым методом. Ведение, передача мяча, прием, остановка, передача и удар по воротам. Двухсторонняя игра. СФП-упражнения на развитие скоростно-силовых способностей.	Педагогическое наблюдение; коллективная рефлексия
28	2 неделя	вторая половина дня	Учебно-тренировочное занятие	1	ОРУ игровым методом. Ведение, передачи дальние, прием мяча, остановка, передачи, удар по воротам. Двухсторонняя игра. СФП-упражнения на развитие подвижности в суставах.	Педагогическое наблюдение; коллективная рефлексия

Календарный учебный график (2 семестр)

№ п/п	Месяц, неделя/число	Время проведения занятия	Формы занятий	Кол-во часов	Раздел/тема занятия	Место проведения	Форма контроля
-------	---------------------	--------------------------	---------------	--------------	---------------------	------------------	----------------

1	1 неделя	вторая половина дня	Учебно-тренировочное занятие	1	ОРУ со скакалкой. Удары по воротам по неподвижному мячу, отбор мяча перехватом. Двухсторонняя игра. ОФП-упражнения с отягощением.	Педагогическое наблюдение, презентация
2	1 неделя	вторая половина дня	Учебно-тренировочное занятие	1	ОРУ в кругу без предметов. Дальние передачи, прием мяча, остановка, удары по воротам. Остановка катящегося мяча внешней стороной стопы. Двухсторонняя игра. СФП-упражнения на развитие скоростно-силовых способностей.	
3	2 неделя	вторая половина дня	Учебно-тренировочное занятие	1	ОРУ в движении. Ведение мяча с активным сопротивлением защитника, передача, удар по воротам. Двухсторонняя игра. СФП-упражнения на развитие скоростных способностей.	Педагогическое наблюдение; коллективная рефлексия
4	2 неделя	вторая половина дня	Учебно-тренировочное занятие	1	ОРУ у гимнастической стенки. Ведение правой и левой ногой, обводка с помощью финтов, передача, удар по воротам. Двухсторонняя игра. СФП-упражнения на развитие силовой выносливости.	Педагогическое наблюдение; коллективная рефлексия
5	3 неделя	вторая половина дня	Учебно-тренировочное занятие	1	ОРУ игровым методом. Средние передачи, прием мяча, остановка летящего мяча, удар по воротам. Позиционное нападение-без изменений позиций игроков. Двухсторонняя игра. СФП-упражнения на развитие координационных способностей.	Педагогическое наблюдение; коллективная рефлексия
6	3 неделя	вторая половина дня	Учебно-тренировочное занятие	1	ОРУ в движении. Ведение с обводкой защитника, передача, удары по воротам. Позиционное нападение-без изменений позиций игроков. Двухсторонняя игра. СФП-упражнения на развитие скоростно-силовых способностей.	Педагогическое наблюдение; коллективная рефлексия
7	4 неделя	вторая половина дня	Учебно-	1	ОРУ в кругу. Ведение, передача, прием мяча, остановка,	Педагогическое

Универсальные спортивные залы

			половина дня	тренировочное занятие		ведение, передача, удар по воротам. Позиционное нападение-с изменением позиций игроков. Двухсторонняя игра. СФП-упражнения на развитие силовых способностей.	наблюдение; коллективная рефлексия
8	4 неделя	вторая половина дня	Учебно-тренировочное занятие	1	ОРУ игровым методом. Ведение с изменением направления и скорости, передача, прием мяча, остановка, удар по воротам. Позиционное нападение- с изменением позиций. Двухсторонняя игра. ОФП-упражнения с отягощением.	Педагогическое наблюдение; коллективная рефлексия	
9	1 неделя	вторая половина дня	Учебно-тренировочное занятие	1	ОРУ игровым методом. Передачи, прием мяча, остановка, ведение, удар по воротам. Нападение в игровых заданиях 3:2 с атакой на ворота. Двухсторонняя игра. ОФП-упражнения с отягощением.	Педагогическое наблюдение; коллективная рефлексия	
10	1 неделя	вторая половина дня	Учебно-тренировочное занятие	1	ОРУ в парах. Отбор мяча подкатом. Удары по воротам по летящему мячу внутренней стороной стопы. Двухсторонняя игра. ОФП-упражнения с отягощением.	Педагогическое наблюдение; коллективная рефлексия	
11	2 неделя	вторая половина дня	Учебно-тренировочное занятие	1	ОРУ у гимнастической стенки. Ведение мяча с активным сопротивлением защитника, передача, прием мяча, удар по воротам. Двухсторонняя игра. ОФП-упражнения с отягощением.	Педагогическое наблюдение; коллективная рефлексия	
12	2 неделя	вторая половина дня	Учебно-тренировочное занятие	1	ОРУ игровым методом. Ведение мяча, обводка с помощью обманных движений. Нападение в игровых заданиях 3:3 с атакой на ворота. Двухсторонняя игра. СФП-упражнения на развитие скоростных способностей.	Педагогическое наблюдение; коллективная рефлексия	
13	3 неделя	вторая половина	Учебно-тренировочное	1	ОРУ в движении. Игры без мяча «Пятнашки», «Спиной к финишу». Удары по воротам. Индивидуальные	Педагогическое наблюдение;	

					тактические действия в нападении. Двухсторонняя игра. СФП-упражнения на развитие скоростно-силовых способностей.		коллективная рефлексия
14	3 неделя	вторая половина дня	занятие	Учебно-тренировочное занятие	1	ОРУ в парах. Игры с передачами мяча «Мяч в стенку», «Передачи мяча капитану». Индивидуальные тактические действия в защите. Двухсторонняя игра. ОФП-поднимание туловища, подтягивание.	Педагогическое наблюдение; коллективная рефлексия
15	4 неделя	вторая половина дня	занятие	Учебно-тренировочное занятие	1	ОРУ со скакалкой. Игры с ведением мяча «Футбольный слалом с вариантами». Групповые тактические действия в нападении. Двухсторонняя игра. ОФП-отжимание в упоре лежа, прыжки у гимнастической стенки.	Педагогическое наблюдение; коллективная рефлексия
16	4 неделя	вторая половина дня	занятие	Учебно-тренировочное занятие	1	ОРУ со скакалкой. Игры с передачами мяча «Передачи мяча с перебежками», «Точный удар». Групповые тактические действия в нападении. Двухсторонняя игра. СФП-упражнения на развитие скоростно-силовых способностей.	Педагогическое наблюдение; коллективная рефлексия
17	1 неделя	вторая половина дня	занятие	Учебно-тренировочное занятие	1	ОРУ в движении. Игры с ведением мяча «Параллельный слалом со спрингом», «Скоростное ведение мяча по треугольнику». Групповые тактические действия в защите. Двухсторонняя игра. СФП-упражнения на развитие скоростных способностей.	Педагогическое наблюдение; коллективная рефлексия
18	1 неделя	вторая половина дня	занятие	Учебно-тренировочное занятие	1	ОРУ в кругу. Игры с ведением мяча «Челночный скоростной дриблинг», «Ведение по кругу». Групповые тактические действия в защите. Двухсторонняя игра. СФП-упражнения на развитие координационных способностей.	Педагогическое наблюдение; коллективная рефлексия

19	2 неделя	вторая половина дня	Учебно-тренировочное занятие	1	ОРУ в парах. Игры с ведением мяча «Салки с ведением мяча», «Один на один». Командные тактические действия в нападении. Двухсторонняя игра. СФП-упражнения на развитие подвижности в суставах.	Педагогическое наблюдение; коллективная рефлексия
20	2 неделя	вторая половина дня	Учебно-тренировочное занятие	1	ОРУ в кругу Игры с ведением и передачами мяча «Футбольные салки», «Точный пас». Командные тактические действия в нападении. Двухсторонняя игра. СФП-упражнения на развитие скоростных способностей.	Педагогическое наблюдение; коллективная рефлексия
21	3 неделя	вторая половина дня	Учебно-тренировочное занятие	1	ОРУ в движении. Игры с ведением и передачами мяча «Футбольные салки», «Точный пас». Командные тактические действия в нападении. Двухсторонняя игра. СФП-упражнения на развитие скоростно-силовых способностей.	Педагогическое наблюдение; коллективная рефлексия
22	3 неделя	вторая половина дня	Учебно-тренировочное занятие	1	ОРУ со скакалкой. Игры с перехватом (отбором) мяча «Не давай мяч водящему», «Ловец и перехватчик». Командные тактические действия в защите. Двухсторонняя игра. СФП-упражнения на развитие координационных способностей.	Педагогическое наблюдение; коллективная рефлексия
23	4 неделя	вторая половина дня	Учебно-тренировочное занятие	1	ОРУ у гимнастической стенки. Игры с перехватом (отбором) мяча «Игра в четырех зонах», «Через квадрат». Командные тактические действия в защите. Двухсторонняя игра. СФП-упражнения на развитие скоростных способностей.	Педагогическое наблюдение; коллективная рефлексия
24	4 неделя	вторая половина дня	Учебно-тренировочное занятие	1	ОРУ игровым методом. Эстафеты на закрепление тактических приемов. Командные тактические действия в защите. Двухсторонняя игра. СФП-упражнения на	Педагогическое наблюдение; коллективная рефлексия

						развитие подвижности в суставах.			
25	1 неделя	вторая половина дня	Учебно-тренировочное занятие	1	ОРУ игровым методом. Эстафеты на закрепление технических приемов. Командные тактические действия в защите. Двухсторонняя игра. СФП-упражнения на развитие скоростно-силовых способностей.	Педагогическое наблюдение; коллективная рефлексия			
26	1 неделя	вторая половина дня	Учебно-тренировочное занятие	1	ОРУ игровым методом. Эстафеты на закрепление технических приемов. Двухсторонняя игра.	Педагогическое наблюдение; коллективная рефлексия			
27	2 неделя	вторая половина дня	Учебно-тренировочное занятие	1	ОРУ в парах. Элементы техники передвижений-бег, остановки, повороты, рывки. Удары по неподвижному и катящемуся мячу внутренней стороной стопы. Двухсторонняя игра. ОФП-упражнения с отягощением.	Педагогическое наблюдение; коллективная рефлексия			
28	2 неделя	вторая половина дня	Учебно-тренировочное занятие	1	ОРУ в кругу. Элементы техники передвижений-бег, остановки, повороты, рывки. Удары по неподвижному и катящемуся мячу средней частью подъема. Двухсторонняя игра. ОФП-упражнения с отягощением.	Педагогическое наблюдение; коллективная рефлексия			
29	3 неделя	вторая половина дня	Учебно-тренировочное занятие	1	ОРУ со скакалкой. Удары по катящемуся мячу внутренней частью подъема. Удары по воротам. Двухсторонняя игра. ОФП-упражнения с отягощением.	Педагогическое наблюдение; коллективная рефлексия			
30	3 неделя	вторая половина дня	Учебно-тренировочное занятие	1	ОРУ у гимнастической стенки. Удары по неподвижному и катящемуся мячу внешней частью подъема. Средние и дальние передачи. Двухсторонняя игра. ОФП-упражнения с отягощениями.	Педагогическое наблюдение; коллективная рефлексия			
31	4 неделя	вторая половина дня	Учебно-	1	ОРУ в движении. Передачи, прием мяча, остановка	Педагогическое наблюдение; коллективная рефлексия			

									наблюдение; коллективная рефлексия
32	4 неделя	половина дня	половина дня	тренировочное занятие	1	катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой. Удары по воротам. Двухсторонняя игра. ОФП-упражнения с отягощениями.	ОРУ в движении. Передачи, прием мяча, остановка катящегося мяча внешней стороной стопы, удары по воротам. Двухсторонняя игра. ОФП-упражнения с отягощениями.	Педагогическое наблюдение; коллективная рефлексия	

## Формы аттестации и оценочные материалы

Формы аттестации и оценочные материалы служат для определения результативности освоения программы обучающимися. В течение учебного года проводится контроль навыков и умений, используется метод педагогического наблюдения, для выявления личностных качеств занимающихся

Формы аттестации: промежуточная и итоговая.

С помощью промежуточной аттестации определяется содержание занятий и величина физической нагрузки в них. Итоговая аттестация проводится по окончании освоения обучающимися общеразвивающей программы в виде сдачи контрольных нормативов по общей и специальной физической подготовке и служит для определения уровня развития физических качеств и степени подготовленности обучающихся.

Оценочные материалы

Основными критериями оценки являются: регулярность посещения занятий, положительная динамика развития физических качеств занимающихся, уровень освоения теоретических и умений по основам физической подготовки. Сдача контрольных нормативов проводится во время учебно-тренировочного занятия, полностью посвященного определению уровня физической подготовленности.

Контрольные нормативы по общей физической и специальной физической подготовке

№ п/п	Наименование упражнения	Результаты
1	Бег 30м с высокого старта /сек/	43-40
2	Прыжок в длину с места /см/	230-250
3	Бег 20м с обводкой стоек мячом туда и обратно /сек/	8.4-7.8
4	Челночный бег 3х10м /сек/	7.5-7.0
5	Подтягивание из виса на перекладине /кол-во раз/	12-15

## Условия реализации программы

### 1. Материально-техническое обеспечение

Наименование помещения	Вид занятий	Наименование оборудования, программного обеспечения
1	2	3
Универсальный спортивный зал	Учебно-тренировочные занятия	<p>Мат гимнастический</p> <p>Мяч футбольный- 12 шт.</p> <p>Гантель литая 0,5 кг. - 24 шт.</p> <p>Гантель литая 1 кг. - 24 шт.</p> <p>Медицинский мяч 1 кг. - 12 шт.</p> <p>Медицинский мяч 2 кг. - 12 шт.</p> <p>Полусфера гимнастическая - 12 шт.</p> <p>Мяч малый диаметр 10 см. - 10 шт.</p> <p>Гиря 16 кг. - 4 шт.</p> <p>TRX – петля - 2 шт.</p> <p>Лестница координационная бм. - 2 шт.</p> <p>Ролл массажный - 12 шт.</p> <p>Манишка: цвет синий - 10 шт.</p> <p>Манишка: цвет оранжевый - 10 шт.</p> <p>Обруч пластмассовый 90 см. - 8 шт.</p> <p>Палка гимнастическая - 10 шт.</p> <p>Скакалка 2,8 м. - 8 шт.</p> <p>Мяч теннисный - 6 шт.</p> <p>Ремни для йоги - 12 шт.</p> <p>Блоки для йоги - 12 шт.</p> <p>Бодибар 4 кг. - 7 шт.</p> <p>Бодибар 6 кг. - 7 шт.</p> <p>Кольцевой амортизатор, резиновый 14–45 кг. - 1 шт.</p> <p>Кольцевой амортизатор, резиновый 23–68 кг. - 1 шт.</p> <p>Кольцевой амортизатор, резиновый 36–90 кг. - 1 шт.</p> <p>Амортизатор с ручками (уровень сопротивления слабый) - 7 шт.</p> <p>Амортизатор с ручками (уровень сопротивления средний) - 7 шт.</p> <p>Гриф 220 см. - 2 шт.</p> <p>Универсальное спортивное табло - 1 шт.</p> <p>Скамейка гимнастическая - 2 шт.</p> <p>Стеллаж тележка для хранения мячей - 1 шт.</p> <p>Комплект конусов (40 шт.) - 1 шт.</p> <p>Полусфера - 12 шт.</p> <p>Гантель неопреновая 0,5 кг. - 24 шт.</p> <p>Гантель неопреновая 1,0 кг. - 24 шт.</p> <p>Конус АНЛАНТИК флуоресцентный - 12 шт.</p> <p>Манишка - 12 шт.</p> <p>Медицинбол 2 кг. - 12 шт.</p> <p>Медицинбол 1 кг. - 12 шт.</p>

		Обруч пластмассовый 0,89 см - 12 шт. Палка гимнастическая пл.1,0м. - 12 шт. Свисток мет. со шнурком - 12 шт. Секундомер электронный - 10 шт. Степ платформа 2 уровня - 12 шт. Болстер для йоги из гречихи - 12 шт. Ремень для растяжки - 10 шт. Утяжелители для рук и ног - 4 шт. Балансировочная доска - 4 шт. Функциональные петли - 2 шт. Подушка для шведской стенки - 4 шт. Тумба для запрыгивания (плиобокс) - 1 шт. Паралетсы для отжиманий - 2 шт. Турник навесной - 2 шт. Упор для отжиманий - 1 шт. Платформа для отжиманий - 2 шт. Дорожка для прыжков в длину - 2 шт. Флюибол - 7 шт. Бодибар 1 кг. - 6 шт. Бодибар 4 кг. - 6 шт. Футбольные и волейбольные звенящие мячи - 12 шт. Ворота футбольные - 2 шт.
--	--	---

## 2. Информационно-образовательные ресурсы

1. Вертюшин В.В. Тренировка юных футболистов - М., 2020г.
2. Железнюк Ю.А, Портянов Ю.М. Спортивные игры. М. «Академия», 2019г.
3. Жуков М.Н. Подвижные игры. М. «Академия», 2019г.
4. Инструкция по охране труда при проведении занятий по спортивным и подвижным играм (футбол, волейбол, баскетбол, теннис и др.).
5. Колодняцкий Г.А., Кузнецов В.С., Маслов М.В. Внеурочная деятельность учащихся «Футбол» М., Просвещение», 2021г.
6. Сарсанина С.К., Сеизянов В.Н. Физическая подготовка в спортивных играх М., 2018г.
7. Футбол: правила соревнований. М., 2022г.
8. Юный футболист: Учебное пособие для тренеров (Под общей редакцией Лаптева А.Б.) –М. 2016г.

## 3. Учебно-методическое обеспечение

Комплексы упражнений, плакаты по теме занятия, видеоролики, правила судейства соревнований, нормативные требования по физической подготовке

Инструкция № 58 по охране труда при проведении занятий по спортивным и подвижным играм (футболу, баскетболу, волейболу, теннису и др.

4. Кадровое обеспечение: преподаватель физической культуры, педагог дополнительного образования/ тренер по виду спорта

**ЛИСТ ИЗМЕНЕНИЙ И ДОПОЛНЕНИЙ,  
ВНЕСЕННЫХ В ДОПОЛНИТЕЛЬНУЮ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНУЮ  
ПРОГРАММУ МИНИ-ФУТБОЛ (девушки)**

№ п/п	Дата внесения изменений	Основание	№ страницы с изменением		Подпись лица, внесшего изменения
			было	стало	
1	04.04.2024	Приказ Министерства Просвещения РФ от 21 сентября 2022 г. п 858 "Об утверждении федерального перечня учебников, допущенных к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования организациями, осуществляющими образовательную деятельность и установления предельного срока использования исключенных учебников"	стр. 23 2.Информационно-образовательные ресурсы 8.Юный футболист: учебное пособие для тренеров (Под общей редакцией Лаптева А.Б.)-М. 2016г.	стр.23 2.Информационно-образовательные ресурсы 8. Футбол для начинающих под ред. Заварова А. — ООО «Питер», 2022 г — 243 с.,	