

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа № 96 Калининского района
Санкт-Петербурга

ПРИНЯТА
решением Педагогического совета
протокол от «31» августа 2026г. № 1

УТВЕРЖДЕНА
Приказ от «01» сентября 2026 г. № 406
Директор Ю.В. Малиновская



**Дополнительная общеразвивающая программа
«Футбольная лига»**

Срок освоения: 2 года
Возраст обучающихся: 6-10 лет

Разработчик: Новожилова Ольга Анатольевна,
заведующий отделением ДОД, методист,

Пояснительная записка

Мини-футбол – вид спорта, в первую очередь способствующий удовлетворению двигательной активности детей разных возрастных групп. Занятия мини-футболом обеспечивают профилактику гиподинамии, а также содействуют физическому развитию организма детей. Организационно занятия по мини-футболу можно проводить в спортивном зале и на пришкольных спортивных стадионах. Вместе с тем, мини-футбол как игра коллективная формирует такие качества детей как взаимопонимание, взаимопомощь, умение договариваться, подчинение своих личных желаний и притязаний коллективному результату, успеху.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Футбольная лига» имеет **физкультурно-спортивную направленность** и базовый уровень освоения.

Актуальность: Современный ребёнок всё чаще выбирает пассивный досуг, а двигательная активность и навыки командной игры критически важны для физического и социального развития. Мини-футбол оптимально подходит для детей 6–10 лет: он динамичен, доступен, не требует сложной экипировки и даёт много практики в ограниченном пространстве. Программа формирует устойчивый интерес к спорту, учит действовать в команде, принимать решения в условиях дефицита времени и уважать правила. Кроме того, спорт — эффективная площадка для воспитания ответственности, взаимопомощи и гражданской позиции: через примеры отечественных спортсменов, традиции спортивного братства и участие в локальных турнирах у детей складывается понимание ценности личного вклада в общий результат.

Отличительные особенности:

- *Акцент на мини-футболе:* адаптированные правила, игровые форматы 3×3, 4×4, 5×5, упрощённые тактические схемы, подходящие для возраста.
- *Игровая методика:* обучение через подвижные игры и эстафеты с элементами футбола, а не через «сухую» технику.
- *Безопасность и доступность:* короткие серии упражнений, частые смены деятельности, контроль нагрузки, использование облегчённых мячей и разметки.
- *Патриотический и воспитательный компонент встроен в содержание:* тематические занятия о российских футбольных традициях, героях спорта, обсуждение ценностей честной игры, взаимовыручки, уважения к сопернику и тренеру.

Адресат программы

Дети 6–10 лет без медицинских противопоказаний к занятиям физкультурой. Допускается разный уровень начальной физической подготовки — программа построена по принципу «от простого к сложному» и включает дифференцированные задания. Группы формируются по возрасту и уровню подготовленности. Дети принимаются в группу по желанию, по заявлению родителей.

Объем и срок реализации программы:

Программа рассчитана на 2 года. Общее количество часов - 216.

1-й год обучения – 108 часа в год;

2-й год обучения – 108 часа в год.

Цель:

Сформировать у обучающихся базовые навыки игры в мини-футбол и устойчивую мотивацию к занятиям спортом, развить физические качества и социальные компетенции, необходимые для успешной командной деятельности, а также воспитать ценности здорового образа жизни, уважения к правилам и традициям отечественного спорта.

Задачи:

Обучающие задачи:

- Освоить базовые технические элементы мини-футбола: ведение мяча, остановки, передачи, удары, простейшие обманные движения.
- Познакомиться с правилами мини-футбола и ролями игроков в малых составах.
- Научиться выполнять простые тактические взаимодействия в парах и тройках (выход на свободное место, «стенка», смена позиций).
- Сформировать навыки безопасного поведения на площадке и правильного использования инвентаря.

Развивающие задачи:

- Развивать скоростно-силовые качества, ловкость, координацию, выносливость и гибкость средствами футбола и общеразвивающих упражнений.

- Формировать способность быстро принимать решения в изменяющейся игровой ситуации.

- Развивать зрительно-моторную координацию и пространственное мышление.

Воспитательные задачи:

- Воспитывать дисциплину, ответственность за личный вклад в результат команды, уважение к соперникам и судьям.

- Формировать навыки сотрудничества, взаимопомощи, поддержки более слабых участников.

- Прививать ценности честной игры и соблюдения правил как основы спортивного поведения.

Планируемые результаты

Предметные:

- Владеет базовыми техническими приёмами мини-футбола (ведение, остановка, передача, удар) на уровне, достаточном для участия в учебных играх.

- Знает основные правила мини-футбола, роли игроков, базовые тактические принципы малых составов.

- Демонстрирует навыки безопасного использования инвентаря и поведения на площадке.

- Участвует в учебных и соревновательных играх 3×3/4×4/5×5, выполняет простейшие тактические взаимодействия.

Метапредметные:

- Планирует свои действия в рамках игрового эпизода, корректирует поведение по ходу игры.

- Взаимодействует с партнёрами: договаривается о ролях, даёт и принимает обратную связь в позитивном ключе, поддерживает товарищей.

- Анализирует типичные игровые ситуации, называет 1–2 варианта решения (например, «если мяч у соперника — сдвигаюсь ближе к линии, чтобы перекрыть передачу»).

- Применяет правила безопасности и самоконтроля нагрузки (остановка при усталости, просьба о замене, сообщение тренеру о дискомфорте).

Личностные:

- Проявляет устойчивый интерес к занятиям, готовность тренироваться регулярно.

- Принимает ценности честной игры: не спорит с судьёй, поздравляет соперника, соблюдает правила.

- Демонстрирует уважение к товарищам по команде и соперникам, поддерживает более слабых.

- Осознаёт важность дисциплины, старания и личного вклада в командный результат.

- Испытывает гордость за достижения отечественного спорта и интерес к его истории.

Организационно-педагогические условия реализации программы

Язык реализации: программа реализуется на русском языке.

Форма обучения: очная

Условия набора в коллектив:

В объединение «Футбольная лига» принимаются все желающие в возрасте 6-10 лет, проявляющие интерес к здоровому образу жизни и спорту. Занятия проводятся с учетом психофизиологических возможностей учащихся и возрастных особенностей. К занятиям допускаются учащиеся, не имеющие медицинских противопоказаний.

Условия формирования групп:

Группы комплектуются как одновозрастные, так и разновозрастные; допускается дополнительный набор учащихся на второй год обучения имеющие необходимые знания и умения.

Комплектование групп первого года обучения проводится до 10 сентября.

Количество детей в группе:

на 1-м году обучения – не менее 15 человек;

на 2-м году обучения – не менее 12 человек;

Режим занятий:

Занятия групп проводится 3 раза в неделю по 1 часу, т.е. 3 часа в неделю.

Формы проведения занятий:

Для программы «Футбольная лига» (6–10 лет) оптимально сочетать несколько форм — так сохраняется динамика, не теряется внимание детей и одновременно отрабатываются и техника, и тактика, и командные навыки:

- *Практико-ориентированное занятие в зале/на площадке* — основная форма. Строится по классической структуре: разминка → техническая станция/эстафета → тактическая мини-игра → итоговая учебная игра 3×3/4×4. Подходит для отработки большинства тем.
- *Занятие-тренировка по станциям (круговая тренировка)* — для ОФП и технической отработки (ведение, передачи, удары). На каждой станции 2–3 минуты, смена по сигналу. Хорошо держит темп и даёт много повторений каждому ребёнку.
- *Учебно-игровое занятие* — акцент на тактике и взаимодействии. Мини-формат 3×3 или 4×4 с простыми заданиями («держи зону», «играй через стенку»). Подходит для тем по взаимодействию и тактике малых составов.
- *Соревновательно-игровое занятие* — товарищеские матчи, мини-турниры, эстафеты с мячом. Реализует соревновательный компонент и одновременно служит формой контроля.
- *Теоретико-практическое занятие* — короткая теория (5–10 минут) + сразу практика. Например, разбор правил/ролей игроков + мини-игра с заданием по ролям.
- *Проектно-тематическое занятие* — для патриотического и воспитательного модуля: мини-проекты «Мой герой спорта», стенды «Наши чемпионы», викторины. Включает поиск информации, оформление, презентацию.
- *Рефлексивно-аналитическое занятие* — разбор игр, кейс-задания по этике и эмоциям, заполнение дневника самоконтроля. Помогает закрепить воспитательный компонент.

Формы организации деятельности, обучающихся на занятии с указанием конкретных видов деятельности:

Первый год обучения

Тема	Формы организации деятельности	Конкретный вид деятельности детей
Вводное занятие. ТБ. Знакомство с мини-футболом	Фронтальная + беседа + практическая отработка	Слушают правила ТБ, повторяют формулировки, показывают безопасные действия с мячом, проходят короткий тест/опрос, участвуют в общей разминке
ОФП с элементами футбола	Групповая по станциям + фронтальная разминка/заминка	На станциях: челнок, прыжки, «змейка» без мяча, координационные упражнения; в группе — общая разминка и заминка, самоконтроль пульса/самочувствия
Базовые технические элементы (ведение, остановки, передачи)	Парная работа + микрогруппы по 3–4 чел. + фронтальный показ	В парах: передачи на короткой дистанции; в тройках: «треугольник»; индивидуально: ведение змейкой; наблюдают за образцом, повторяют, корректируют по подсказкам тренера
Удары по воротам. Точность и сила удара	Микрогруппы + индивидуальная отработка	Ставят цель (конус/зона ворот), наносят удары по заданию (в зону, с нужной силой), фиксируют количество попаданий, меняются ролями (бьющий/вратарь/подающий)
Финты, отбор без контакта	Парная работа 1×1 + фронтальные объяснения	В парах: простые финты на месте/в движении, отбор без толчков; тренер показывает, дети повторяют; затем мини-игры 1×1 с заданием
Правила и простейшие тактические взаимодействия	Фронтальная теория + микрогруппы + учебная игра	Слушают, отвечают на вопросы викторины; в тройках отрабатывают «стенку» и выход на свободное место; играют 3×3 с ограничением по правилам (например, не больше 3 касаний)
Командная игра и взаимодействие	Групповая организация 4×4 + ролевое распределение	Распределяют роли (центральный, фланги, вратарь), договариваются о простых сигналах, играют с заданием (например, «вывести на удар флангового»), после игры — короткий разбор 2–3 эпизодов

Итоговое занятие. Турнир	Соревновательная форма + рефлексия	Участвуют в мини-турнире, ведут простую статистику (голы, передачи), заполняют рефлексивный лист «чему научился», получают обратную связь от тренера
--------------------------	------------------------------------	--

Второй год обучения

Тема	Формы организации деятельности	Конкретный вид деятельности детей
Повторение ТБ. Анализ первого года. Планирование задач	Фронтальная беседа + групповая рефлексия + индивидуальная запись	Обсуждают ошибки прошлого года, формулируют 2–3 личные цели на год, записывают в дневник самоконтроля, повторяют правила ТБ и демонстрируют безопасные действия
Совершенствование техники	Станционная работа + парная отработка + индивидуальные задания	На станциях: точность передач, удары с разных дистанций, ведение под давлением; в парах — розыгрыш коротких связок; индивидуально — фиксация результатов (точность в %)
Тактика малых составов	Микрогруппы 3–5 чел. + разбор видеофрагментов + учебная игра	Смотрят 1–2 коротких эпизода (1–2 минуты), называют 1 ошибку/1 правильное действие; в группах отрабатывают зонную защиту и прессинг; играют 5×5 с заданием по зонам
Вратарская техника (базовый уровень)	Групповая отработка + ротация ролей	По очереди: вратарь, бьющий, подающий; отрабатывают ловлю, отбивание, ввод мяча; фиксируют простые метрики (количество пойманных мячей)
Стандарты (вбрасывания, угловые, свободные удары)	Парная/тройная работа + учебная игра со стандартами	В парах/тройках: простейшие розыгрыши, ставят конусы как ориентиры; в учебной игре — выполняют стандарты по заданию тренера
Психологическая подготовка. Эмоции и поддержка команды	Фронтальная дискуссия + кейс-задания + рефлексия в микрогруппах	Обсуждают типичные ситуации (споры с судьёй, обида на партнёра), предлагают 1–2 варианта поведения; заполняют чек-лист «как поддержать товарища»
Патриотический и воспитательный модуль	Проектная форма + мини-группы + презентация	Ищут 1–2 факта о российском футболисте/команде, оформляют мини-стенд или презентацию, готовят 1–2 предложения для выступления, обсуждают ценности честной игры и традиций спорта
Соревновательная практика (товарищеские матчи, локальный турнир, судейство)	Соревновательная смешанная (игроки/помощники судьи)	Играют матчи, часть детей по очереди выполняют роль помощника судьи (фиксируют нарушения, помогают тренеру), ведут турнирную таблицу, обсуждают 2–3 ключевых эпизода
Итоговое занятие: демонстрация навыков, портфолио, награждение	Демонстрация + рефлексия + коллективное оформление результатов	Показывают 2–3 технических элемента по выбору, заполняют итоговый рефлексивный лист, участвуют в оформлении фото-галереи/стенда, получают обратную связь и награды

Материально-техническое оснащение:

- ровная площадка на открытом воздухе, которая должна содержаться в чистоте, без посторонних предметов (Школьный стадион).

- в спортивном зале - ровный пол, батареи, расположенные в нишах под окнами должны быть защищены деревянными решетками. Площадь для каждого занимающего не должна быть менее 4 м.кв.
- спортивные снаряды и оборудование: мячи, фишки, стойки, ворота (фут зальные, хоккейные и стандартные).
- х/б форма (шорты, футболка, носки, щитки, гетры), легкая спортивная обувь (кроссовки), манишки разного цвета.
- спортивный инвентарь:
 - футбольные мячи на каждого обучающегося – 15 штук;
 - перекладины для подтягивания в висе – 5 штук;
 - гимнастические скакалки для прыжков 15 штук;
 - конусы – 15 штук;
 - обручи – 15 штук;
 - степ-платформы – 5 штук;
 - гимнастические маты 20 штук;
 - гантели 15 пар;
 - волейбольные, баскетбольные мячи – 15 штук.
 - Спортивные снаряды:
 - гимнастические скамейки – 7 штук.
 - гимнастическая стенка – 15 пролётов.

УТВЕРЖДЕНО
Приказом № 406
от «01» сентября 2026
Директор ГБОУ СОШ №96
_____Ю.В.Малиновская

**Календарный учебный график
реализации дополнительной общеразвивающей программы
«Футбольная лига»**

Год обучения	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Количество учебных недель	Количество учебных часов	Режим занятий
1 год	01.09	26.05	36	108	3 раза в неделю по одному академическому часу
2 год	01.09	26.05	36	108	3 раза в неделю по одному академическому часу

Академический час равен 45 минутам.

Рабочая программа первого года обучения

Задачи

Обучающие:

- Сформировать базовые навыки владения мячом: ведение разными способами, остановка подошвой/внутренней стороной стопы, передача внутренней стороной стопы на короткой дистанции.
- Освоить технику удара по воротам в мини-формате, научиться попадать в заданную зону.
- Изучить правила мини-футбола в объёме, достаточном для участия в учебных играх 3×3/4×4.
- Научиться выполнять простейшие обманные движения (финт на месте, уход в сторону) и безопасный отбор мяча без контакта.
- Освоить базовые тактические взаимодействия в малых группах: «стенка», выход на свободное место, смена позиций в тройках.

Развивающие:

- Развивать координацию, ловкость и пространственное мышление через игровые упражнения с мячом и без мяча.
- Формировать способность быстро реагировать на изменение игровой ситуации и выбирать простое решение (пас/удар/ведение).
- Развивать скоростно-силовые качества и выносливость средствами футбола и ОФП с учётом возраста.

Воспитательные:

- Воспитывать дисциплину, соблюдение правил и уважение к партнёрам и соперникам.
- Формировать навыки поддержки товарищей, умение договариваться о ролях в мини-команде.
- Прививать культуру безопасного поведения на площадке и ответственного отношения к инвентарю.

Планируемые результаты

Предметные:

- Выполняет ведение мяча змейкой без потери мяча в 80% попыток.
- Делает не менее 70% точных передач на дистанции до 5–7 м в упражнении 2×1.
- Попадает в заданную зону ворот не менее чем в 50% ударов из 10 попыток.
- Демонстрирует 1–2 простых обманных движения и безопасный отбор без контакта в игровых ситуациях 1×1.
- Знает и соблюдает основные правила мини-футбола, выполняет простейшие тактические связки («стенка», выход на свободное место) в играх 3×3/4×4.

Метапредметные:

- Планирует простые действия в игровом эпизоде: выбирает, когда вести, когда отдать пас, когда бить.
- Взаимодействует в группе: распределяет роли, договаривается о сигналах, поддерживает партнёров.
- Анализирует 1–2 типичные игровые ситуации и предлагает вариант решения (например, «если соперник перекрыл линию — иду в обход»).
- Применяет правила безопасности и самоконтроля нагрузки (остановка при усталости, сообщение тренеру о дискомфорте).

Личностные:

- Проявляет устойчивый интерес к занятиям, готовность тренироваться регулярно.
- Соблюдает правила, не спорит с тренером и условным судьёй, поздравляет соперника.
- Поддерживает более слабых участников, помогает новичкам освоить базовые элементы.
- Испытывает интерес к истории отечественного футбола, может назвать 1–2 известных российских футболистов или команд.

**Учебный план
первого года обучения**

№ п/п	Темы	Всего часов	Теория	Практика	Формы контроля
1	Вводное занятие. Техника безопасности. Знакомство с мини-футболом	3	1	2	Опрос, наблюдение, тест на знание ТБ
2	Общая физическая подготовка (ОФП) с элементами футбола: бег, координация, ловкость, прыжки, челнок	15	1	14	Наблюдение, нормативы (челнок 3×10, прыжки), дневник самоконтроля
3	Базовые технические элементы: ведение мяча разными способами, остановки, простые передачи	21	3	18	Демонстрация техники, контрольное упражнение «змейка» с мячом
4	Удары по воротам. Точность и сила удара. Работа с воротами (мини-формат)	12	2	10	Упражнение «попади в цель», учёт попаданий
5	Простейшие обманные движения (финты на месте и в движении), отбор мяча без контакта	12	2	10	Демонстрация, игровые ситуации 1×1
6	Правила мини-футбола. Роли игроков. Простейшие тактические взаимодействия в парах и тройках	12	4	8	Викторина, разбор игровых эпизодов, мини-игра 3×3
7	Командная игра и взаимодействие: выход на свободное место, «стенка», смена позиций	15	2	13	Учебные игры 4×4, анализ по 2–3 критериям
8	Итоговое занятие. Контрольные испытания. Турнир внутри группы	18	1	17	Сдача нормативов, турнир, фото-отчёт, рефлексия
	Итого:	108	16	92	

Содержание программы первого года обучения

1. Вводное занятие

Теория:

- Знакомство с местом занятий (спортивным залом, спортивной площадкой), оборудованием и спортивным инвентарём.
- Правила техники безопасности при работе с мячом и на площадке, меры предупреждения травм.
- Гигиенические знания: требования к спортивной форме, обуви, поведению в раздевалке и на площадке.
- Правила работы с футбольным инвентарём и другим спортивным оборудованием.
- Краткий рассказ об истории возникновения футбола и мини-футбола (2–3 ключевых факта для возраста 6–10 лет).

Практика:

- Осмотр площадки и инвентаря, распределение ролей дежурных (подготовка/уборка инвентаря).
- Отработка безопасных действий: перенос мячей, установка фишек и ворот, построение и передвижение в группе.
- Лёгкая разминка и простые игровые задания на знакомство и сплочение.

Формы контроля:

- Устный опрос по ТБ (5–7 вопросов).
- Наблюдение за выполнением безопасных действий с инвентарём (чек-лист тренера).

- Короткий тест «Найди ошибку на картинке» (ситуации с нарушением ТБ).

2. Общая физическая подготовка

Теория:

- Меры предупреждения несчастных случаев и травм при выполнении упражнений ОФП.
- Объяснение правильной техники базовых движений (бег, прыжки, повороты), самоконтроль пульса и самочувствия.

- Правила подвижных игр и эстафет: честная игра, уважение к соперникам, соблюдение условий.

Практика:

2.1 Гимнастические упражнения: для верхнего и нижнего плечевого пояса, мышц шеи, ног; на расслабление и восстановление дыхания; на координацию.

2.2 Акробатические упражнения: кувырки, перекаты, стойки, простые повороты (с учётом возрастных ограничений и техники безопасности).

2.3 Легкоатлетические упражнения: бег на короткие дистанции, челночный бег, повторный бег, бег по пересечённой местности (если есть площадка), прыжки в длину, высоту, боком, многоскоки.

2.4 Подвижные игры и эстафеты: «Бой петухов», «Не дай мяч водящему», «Салки», «Снайпер»; беговые эстафеты, преодоление препятствий, метание мяча в цель и на дальность.

2.5 Спортивные игры (элементы): ручной мяч, баскетбол (в упрощённом формате для развития координации и передачи).

Формы контроля:

- Сдача нормативов: челночный бег 3×10 м, прыжок в длину с места.
- Карточки наблюдения по технике выполнения упражнений (правильная осанка, приземление, контроль движений).
- Дневник самоконтроля (самочувствие, пульс до/после, отметка о дискомфорте).

3. Базовые технические элементы мини-футбола

Теория:

- Правильная постановка стопы при ведении и остановке мяча, типичные ошибки и как их избегать.
- Техника безопасности при работе в парах и группах: дистанция, контроль силы удара, правила смены ролей.

Практика:

3.1 Ведение мяча: разными способами (внутренней стороной стопы, внешней, подошвой), змейкой между конусами, с изменением скорости.

3.2 Остановка мяча: подошвой, внутренней стороной стопы, с амортизацией движения.

3.3 Простые передачи: внутренней стороной стопы на короткой дистанции, в парах и тройках, с постепенным увеличением темпа.

3.4 Игровые задания: «треугольник», эстафеты с ведением и передачей, мини-игры 2×1 с ограничением касаний.

Формы контроля:

- Контрольное упражнение «змейка»: 80% прохождений без потери мяча.
- Тест на точность передач: не менее 70% точных передач в упражнении 2×1 на дистанции 5–7 м.
- Видеоразбор (1–2 минуты) с выделением 1–2 сильных сторон и 1 ошибки.

4. Удары по воротам. Точность и сила удара

Теория:

- Основные способы удара (внутренней стороной, подъёмом), правильная постановка опорной ноги и корпуса.
- Безопасное поведение у ворот и при игре вратаря: не забегать в зону вратаря, не толкаться, уважать партнёра.

Практика:

4.1 Удар по неподвижному мячу: в заданную зону ворот (конус/мишень), с разной силой.

4.2 Удар после ведения: выход на ударную позицию, выбор точки удара.
4.3 Игровые задания: «попади в цель», эстафеты на точность, мини-соревнования в парах.

Формы контроля:

- Упражнение «попади в цель»: не менее 50% попаданий из 10 ударов.
- Наблюдение по чек-листу (постановка опорной ноги, положение корпуса, завершение удара).
- Рефлексия «что помогло/помешало» (3–4 предложения или устно).

5. Простейшие обманные движения и отбор мяча без контакта

Теория:

- Что такое финт, зачем он нужен, какие простые финты подходят для детей 6–10 лет.
- Как отбирать мяч без толчков и подножек: дистанция, чтение движения соперника, работа корпусом.

Практика:

5.1 Финты на месте и в движении: уход в сторону, ложное движение корпусом, смена опорной ноги.

5.2 Парные упражнения 1×1: атакующий выполняет финт, защитник сохраняет дистанцию и не толкается.

5.3 Игровые задания: мини-игры с заданием «сделай 1 финт за игру», эстафеты с финтами.

Формы контроля:

- Демонстрация 1–2 финтов по заданию тренера.
- Чек-лист по безопасности и качеству (без толчков, правильная дистанция).
- Мини-турнир 1×1 с судейством тренера (оценка 2–3 критериев).

6. Правила мини-футбола и простейшие тактические взаимодействия

Теория:

- Основные правила мини-футбола: ауты, угловые, замены, количество игроков, продолжительность таймов.
- Роли игроков в малых составах (нападающий, полузащитник, защитник, вратарь) и их задачи.
- Простые тактические связки: «стенка», выход на свободное место, смена позиций.

Практика:

6.1 Разбор игровых эпизодов (схемы/фото) и ответы на вопросы.

6.2 Упражнения в тройках: «стенка» и выход на свободное место.

6.3 Учебные игры 3×3 с ограничениями (не больше 3 касаний, играть через «стенку»).

Формы контроля:

- Викторина по правилам (10–12 вопросов).
- Разбор 2–3 игровых эпизодов с ответом «что сделано правильно/ошибочно».
- Учебная игра с критериями: 2 осознанных тактических действия за игру.

7. Командная игра и взаимодействие

Теория:

- Как договариваться в команде: сигналы, роли, поддержка более слабых.
- Этические правила: поздравление соперника, признание ошибок, уважение к судье.

Практика:

7.1 Распределение ролей в команде, обсуждение простых сигналов.

7.2 Учебные игры 4×4 с заданиями (например, «вывести на удар флангового», «держат зону»).

7.3 Разбор 2–3 эпизодов после игры, рефлексия «что получилось у команды».

Формы контроля:

- Турнирная таблица и статистика (голы, передачи, сейвы).
- Карточки наблюдений по взаимодействию (поддержка, сигналы, дисциплина).
- Рефлексивный лист «чему научилась команда» (3–5 предложений).

8. Итоговое занятие. Контрольные испытания. Турнир внутри группы

Теория:

- Повторение ключевых правил и норм поведения на турнире.
- Подготовка к предъявлению результатов: как вести себя на площадке и в команде.

Практика:

8.1 Сдача нормативов по технике и ОФП.

8.2 Мини-турнир внутри группы с чередованием ролей (игрок, помощник судьи, фиксирующий статистику).

8.3 Оформление стенда «Наши успехи» (фото, грамоты, статистика).

Формы контроля:

- Нормативы по ОФП и технике (чек-листы и цифры).
- Статистика турнира (таблица, индивидуальные показатели).
- Портфолио достижений: нормативы, грамоты, фото, рефлексия.

Рабочая программа второго года обучения

Задачи

Обучающие:

- Совершенствовать технику: точность передач в движении, удары с разных дистанций, ведение под давлением, простейшие розыгрыши стандартов.
- Осваивать базовые элементы вратарской техники: ловля, отбивание, ввод мяча руками.
- Углублять тактические знания: позиционная игра, зонная защита, прессинг в ограниченной зоне, простейшие схемы 4×1, 3-2.
- Закреплять правила и судейские сигналы в объёме, позволяющем участвовать в роли помощника судьи.

Развивающие:

- Развивать способность принимать решения в условиях дефицита времени и под давлением соперника.
- Повышать специальную выносливость и скорость реакции за счёт игровых упражнений и интервальных нагрузок.
- Развивать пространственное мышление и умение «читать» игровую ситуацию (видеть свободные зоны, линии передач).

Воспитательные:

- Формировать ответственность за личный вклад в результат команды, умение признавать ошибки и помогать исправлять их.
- Развивать навыки конструктивного обсуждения спорных моментов, управление эмоциями в напряжённой игре.
- Воспитывать уважительное отношение к сопернику, тренеру и правилам, культуру спортивного поведения.

Планируемые результаты

Предметные:

- Показывает стабильность техники: не менее 80% точных передач в движении в упражнении на ограниченной площадке.
- Реализует не менее 60% ударов по воротам из 10 попыток с разных дистанций и положений.
- Выполняет простейшие розыгрыши стандартов (вбрасывания, угловые, свободные удары) по заданию тренера.
- Демонстрирует базовые элементы вратарской техники (ловля, отбивание, ввод мяча) в учебных условиях.
- Применяет тактические схемы малых составов (зонная защита, прессинг, позиционная игра) в учебных матчах 5×5.
- Участвует в роли помощника судьи: фиксирует простые нарушения, помогает тренеру вести статистику, соблюдает судейскую этику.

Метапредметные:

- Самостоятельно выбирает тактическое решение в игровом эпизоде и корректирует его по ходу игры.

- Организует взаимодействие в команде: распределяет зоны ответственности, даёт краткие подсказки партнёрам в позитивном ключе.
- Анализирует игровые эпизоды (по видео или по памяти), называет 2–3 ошибки/правильных действия и предлагает 1–2 варианта улучшения.
- Ведёт дневник самоконтроля: фиксирует нагрузку, самочувствие, прогресс по ключевым нормативам.

Личностные:

- Демонстрирует зрелое спортивное поведение: не спорит в спорных моментах, принимает решения судьи, поддерживает команду.
- Проявляет лидерские качества в позитивной форме: помогает новичкам, объясняет простые элементы, мотивирует товарищей.
- Осознаёт ценность дисциплины, старания и систематической работы для достижения результата.
- Гордится достижениями отечественного спорта, может привести 2–3 примера значимых побед или историй преодоления трудностей российскими спортсменами.

**Учебный план
второго года обучения**

№ п/п	Темы	Всего часов	Теория	Практика	Формы контроля
1	Повторение ТБ. Анализ первого года. Планирование задач на год	3	1	2	Опрос, самоанализ, дневник наблюдений
2	Совершенствование техники: точность передач, удары с разных дистанций, ведение под давлением	21	2	19	Контрольные упражнения, учёт точности (%)
3	Тактика малых составов: позиционная игра, зонная защита, прессинг в ограниченной зоне	18	4	14	Разбор видеофрагментов, учебные игры 5×5
4	Вратарская техника (базовый уровень): ловля, отбивание, ввод мяча	9	1	8	Демонстрация, контрольные задания
5	Стандарты: вбрасывания, угловые, свободные удары (простейшие розыгрыши)	9	2	7	Розыгрыш в парах/тройках, оценка по критериям
6	Психологическая подготовка: управление эмоциями, поддержка команды, разбор конфликтных ситуаций на площадке	6	3	3	Рефлексия, кейс-задания, опрос
7	Патриотический и воспитательный модуль: «Наши чемпионы», «Традиции российского футбола», «Честная игра»	9	4	5	Презентация мини-проекта, викторина, эссе «Мой герой спорта»
8	Соревновательная практика: товарищеские матчи, локальный турнир, судейство (в роли помощника)	24	1	23	Турнирная таблица, статистика, отчёт тренера, рефлексия
9	Итоговое занятие: демонстрация навыков, портфолио достижений, награждение	9	1	8	Защита портфолио, нормативы, фото-галерея, рефлексия
	Итого:	108	19	89	

Содержание программы второго года обучения

1. Повторение ТБ. Анализ первого года. Планирование задач на год

Теория:

- Повтор правил ТБ и их адаптация под усложнённые упражнения.
- Разбор типичных ошибок 1-го года: как их избежать, что улучшить.
- Постановка личных и командных целей на год, ведение дневника самоконтроля.

Практика:

1.1 Опрос по ТБ, демонстрация безопасных действий.

1.2 Самоанализ «3 ошибки и как их исправить».

1.3 Постановка 2–3 личных целей и запись в дневник самоконтроля.

Формы контроля:

- Опрос по ТБ (6–8 вопросов).
- Проверка стартовой записи в дневнике самоконтроля.
- Самоанализ с 2–3 конкретными пунктами.

2. Совершенствование техники

Теория:

- Тонкости точности передач и ударов: выбор рабочей поверхности, сила и угол удара, работа корпуса.
- Ведение под давлением: контроль мяча при сближении соперника, смена темпа и направления.

Практика:

2.1 Контрольные упражнения: точность передач в движении, удары с разных дистанций.

2.2 Ведение под давлением: 1×1 в коридоре, обводка стоек на скорости.

2.3 Игровые задания: эстафеты на скорость и точность, мини-игры с заданиями.

Формы контроля:

- Точность передач: не менее 80% в ограниченном пространстве.
- Удары: не менее 60% попаданий из 10 попыток.
- Разбор коротких видеофрагментов (1–2 минуты) по 2–3 критериям.

3. Тактика малых составов

Теория:

- Позиционная игра, зонная защита, прессинг в ограниченной зоне.
- Простейшие схемы 4×1, 3-2: зоны ответственности и смена позиций.

Практика:

3.1 Разбор 3–4 коротких игровых эпизодов.

3.2 Учебные игры 5×5 с заданиями по зонам.

3.3 Ротация ролей и зон ответственности, обсуждение сигналов.

Формы контроля:

- Карточки наблюдений по тактическим действиям (2–3 осознанных действия за игру).
- Разбор эпизодов: назвать 1 ошибку и 1 правильное действие.
- Рефлексия «как изменилась игра команды».

4. Вратарская техника (базовый уровень)

Теория:

- Основы вратарской техники: ловля, отбивание, ввод мяча руками.
- Безопасность при игре вратаря: падение, приземление, дистанция при выходе из ворот.

Практика:

4.1 Отработка ловли и отбивания в ротации (вратарь/бьющий/подающий).

4.2 Ввод мяча руками по цели, простые розыгрыши.

4.3 Мини-ситуации: выход вратаря на перехват, возврат мяча в игру.

Формы контроля:

- Количество пойманных/отбитых мячей (учёт в журнале).
- Демонстрация ввода мяча по цели (2–3 попытки).

- Чек-лист безопасности и качества.

5. Стандарты: вбрасывания, угловые, свободные удары

Теория:

- Правила стандартов в мини-футболе, простейшие розыгрыши.
- Распределение ролей при стандартах: кто подаёт, кто идёт на подбор, кто страхует.

Практика:

- 5.1 Розыгрыш в парах/тройках по схеме.
- 5.2 Учебная игра со стандартами (2–3 розыгрыша за игру).
- 5.3 Разбор 1–2 эпизодов, корректировка действий.

Формы контроля:

- Выполнение 2–3 простейших розыгрышей по заданию.
- Фиксация выполнения в журнале.
- Разбор эпизода с 1–2 выводами.

6. Психологическая подготовка

Теория:

- Управление эмоциями: как справляться с напряжением, ошибками, спорными моментами.
- Поддержка команды: слова поддержки, невербальные сигналы, конструктивная обратная связь.

Практика:

- 6.1 Кейс-задания (3 ситуации: спор с судьёй, обида на партнёра, давление соперника).
- 6.2 Опрос «как поддержать товарища» и составление чек-листа.
- 6.3 Рефлексия «как я справился с эмоциями».

Формы контроля:

- Ответы на кейс-задания (1–2 варианта поведения).
- Заполненный чек-лист «как поддержать товарища».
- Рефлексивный лист (3–5 предложений).

7. Патриотический и воспитательный модуль

Теория:

- История российского футбола, значимые турниры и герои спорта.
- Ценности честной игры, взаимовыручки, уважения к традициям спорта страны.

Практика:

- 7.1 Мини-проект «Мой герой спорта» (1–2 факта + фото/рисунок).
- 7.2 Викторина по истории отечественного футбола.
- 7.3 Презентация мини-стенда, эссе «Что значит играть честно».

Формы контроля:

- Презентация проекта (1–2 минуты).
- Результаты викторины (баллы/процент правильных ответов).
- Эссе (3–5 предложений) с отражением личной позиции.

8. Соревновательная практика

Теория:

- Правила товарищеских матчей и локальных турниров, роль помощника судьи.
- Этические нормы: уважение к сопернику, тренеру, судьям, болельщикам.

Практика:

- 8.1 Товарищеские матчи и локальный турнир.
- 8.2 Ротация ролей: игрок, помощник судьи, фиксирующий статистику.
- 8.3 Подготовка к турниру: построение, символика, торжественные моменты (по регламенту площадки).

Формы контроля:

- Турнирная таблица и статистика.
- Протокол помощника судьи (фиксация 3–5 простых нарушений).

- Фото-галерея и рефлексия «самый важный момент турнира».

9. Итоговое занятие: демонстрация навыков, портфолио, награждение

Теория:

- Подготовка к защите портфолио: как рассказать о своих достижениях.
- Подведение итогов года: что получилось, что нужно доработать.

Практика:

9.1 Демонстрация 2–3 технических элементов по выбору.

9.2 Проверка дневника самоконтроля и портфолио.

9.3 Защита портфолио (краткий рассказ 1–2 минуты), награждение.

Формы контроля:

- Демонстрация техники по критериям (чек-лист).
- Проверка дневника и портфолио (нормативы, грамоты, фото).
- Оценка защиты портфолио (ясность, уверенность, отражение прогресса).

Оценочные и методические материалы

Методические материалы

Методы, приёмы, технологии и практики

- *Игровой метод:* подвижные игры с элементами мини-футбола, эстафеты, игры 3×3/4×4/5×5.
- *Метод круговой тренировки:* станции ОФП + техника (ведение, удары, передачи).
- *Метод повторений с усложнением:* от простых упражнений к игровым ситуациям.
- *Разбор видеоклипов:* короткие эпизоды (1–2 минуты) для анализа тактики и ошибок.
- *Кейс-метод:* разбор конфликтных и этических ситуаций на площадке (как поступить, если соперник спорит с судьёй; как поддержать товарища).
- *Проектная деятельность:* мини-проекты о героях российского футбола, оформление стенда «Наши чемпионы».
- *Технология формирующего оценивания:* карточки наблюдения, чек-листы по технике, дневник самоконтроля.

Дидактические средства

- *Инвентарь:* облегчённые футбольные мячи (разных размеров), конусы, фишки, манишки, малые ворота, секундомер.
- *Наглядность:* плакаты с правилами мини-футбола и схемами простейших взаимодействий, карточки с упражнениями.
- *Цифровые ресурсы:* короткие видеоклипы (учебные), шаблоны дневника самоконтроля и чек-листов.
- *Печатные материалы:* памятка по ТБ, буклет «Правила мини-футбола для детей», карточки-задания для станций.

Оценочные материалы: система контроля результативности

1. Сроки, виды, формы и методы отслеживания результата:

- *Входная диагностика (сентябрь):* наблюдение, базовые нормативы (челнок, ведение), анкетирование мотивации.
- *Текущий контроль (каждые 4–6 занятий):* карточки наблюдения, учёт точности передач/ударов, рефлексия.
- *Промежуточный контроль (декабрь):* сдача нормативов, мини-турнир, презентация мини-проекта.
- *Итоговый контроль (май):* нормативы + турнир + портфолио достижений.

2. Система контроля результативности:

- *Формы выявления:* наблюдение, нормативы, учебные и соревновательные игры, мини-проекты.
- *Фиксация результатов:* журнал учёта, карточки наблюдений, турнирная таблица, дневник самоконтроля, фото/видео (с согласия родителей).

- *Предъявление результатов:* турнир с приглашением родителей, стенд «Наши успехи», портфолио, рефлексивный лист «Чему я научился».
 - *Периодичность:* текущая фиксация — на каждом занятии; промежуточная — раз в 1–1,5 месяца; итоговая — в конце года.
3. **Критериальный аппарат (примеры):**
- *Техника ведения:* 80% успешных прохождений «змейки» без потери мяча.
 - *Точность передач:* не менее 70% точных передач в упражнении 2×1 на ограниченной площадке.
 - *Удары по воротам:* не менее 50% попаданий в цель из 10 ударов.
 - *Тактика в мини-игре:* 2–3 осознанных тактических действия за игру (выход на свободное место, «стенка», перекрытие линии передачи).
 - *Воспитательные критерии:* соблюдение правил, поддержка товарища, корректное поведение при спорных моментах (оценивается по чек-листу тренера).
4. **Формы фиксации результата:**
 Журнал учёта посещаемости и достижений.
 Карточки наблюдений (по технике и поведению).
 Турнирная таблица и статистика (передачи, голы, сейвы).
 Портфолио достижений (нормативы, грамоты, фото, рефлексия).

Информационные источники

Литература для педагога:

1. Адамбеков К.И. Оптимизация тренировочных занятий при подготовке юных футболистов в условиях общеобразовательных школ. - М., 2007.
2. Андреев С.Н. Футбол - твоя игра. - М: Просвещение, 2008.
3. Антипов А., Губов В. «Диагностика и тренировка двигательных способностей» 2008 г.
4. Варюшин, В.В. Тренировка юных футболистов: учебное пособие / В.В. Варюшин.- М.: Физическая культура, 2007.
5. Голомазов С. В., Чирва П. Г. «Теория и практика футбол» 2008 г.
6. Зеленцов, А.С. Техничко- тактические действия футболистов: проблемы совершенствования. – М.: Физкультура и спорт, 2012.
7. Мутко В.Л., Андреев С.Н., Алиев Э.Г. Мини-футбол – игра для всех. – М.: Советский спорт, 2007.

Для детей и родителей:

1. Андрианов П., Линдер В. 1000 футболистов. Лучшие игроки всех времен. – М.: АСТ, Астрель, 2009.
2. Малов В. 100 великих футбольных матчей. – М.: Вече, 2014.

Дидактический материал.

1. DVD с методическими материалами и DVD с играми по футболу

Интернет-источники:

<https://www.youtube.com/watch?v=rFHld8cqngqo>
[https://www. ff/spb/rumini-futbolshkolu](https://www.ff/spb/rumini-futbolshkolu)
eurosport.ru
sportbox.ru
UEFA.com
FIFA.com