

Муниципальное учреждение дополнительного образования
«Центр дополнительного образования детей «Орбита»
(МУ ДО «ЦДОД «Орбита»)

Принята:
Решением Педагогического совета
МУ ДО «ЦДОД «Орбита»
Протокол № 4
от «16» апреля 2025 г.

Утверждаю:
Директор МУ ДО «ЦДОД «Орбита»
О.Н. Смирнова
«16» апреля 2025 г.



Дополнительная общеобразовательная программа –
дополнительная общеразвивающая программа

«Совершенствование мастерства»

Мини - футбол
Объединение «Мини- футбольный клуб «Орбита»

Направленность:
Физкультурно - спортивная

Продвинутый уровень

Для учащихся: 12-16 лет

1 год обучения

Составитель:
Выучейский А.П.,
педагог дополнительного
образования

Сыктывкар,
2025 г.

Структура программы:

1. Комплекс основных характеристик программы.....	3
1.1. пояснительная записка.....	3
1.2. цель и задачи программы.....	5
1.3. содержание программы.....	7
1.4. планируемые результаты.....	11
2. Комплекс организационно - педагогических условий, включая формы аттестации.....	12
2.1. условия реализации программы.....	12
2.2. формы аттестации	12
2.3. оценочные материалы.....	13
2.4. методические материалы.....	19
2.5. список литературы.....	22
3. Приложения.....	24

1. Комплекс основных характеристик программы.

1.1. Пояснительная записка

Данная дополнительная общеобразовательная программа - дополнительная общеразвивающая программа «Мини-футбол. Совершенствование мастерства» (далее - Программа) составлена в соответствии с:

- Федеральному закону "Об образовании в Российской Федерации" от 29.12.2012 №273-ФЗ <https://clck.ru/C7fwL>

- Приказ Министерства просвещения России приказа Министерства Просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» [Электронный ресурс]

– Режим доступа
https://pokrovsky.gosuslugi.ru/netcat_files/32/50/Prikaz_Minprosvesheniya_Rossii_ot_27.07.pdf

- Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года
<https://docs.cntd.ru/document/350163313>

- Стратегии социально-экономического развития Республики Коми до 2035 года
<https://docs.cntd.ru/document/553237768>

- Стратегии социально-экономического развития города Сыктывкара до 2030 года
<https://docs.cntd.ru/document/438993064>

Уровень программы – базовый. Реализация программы на данном уровне освоения позволяет учащимся познакомиться с профессиональной сферой жизнедеятельности людей занимающихся мини-футболом, выявить свои личностные возможности и определиться в выборе профессии. Программа предусматривает достижение высоких показателей образованности в области мини-футбола, участие в соревнованиях городского, республиканского уровня.

Направленность. Дополнительная общеобразовательная программа – дополнительная общеразвивающая программа «Мини-футбол. Совершенствование мастерства» физкультурно-спортивной направленности.

Актуальность

Одной из важных составляющих работы по формированию здорового образа жизни является соответствующая воспитательная деятельность с учащимися, организация социально – значимого досуга, создание необходимых условий для занятий физической культурой и спортом, привлечение учащихся к занятиям в спортивных секциях и объединениях. Мини-футбол – одна из самых увлекательных спортивных игр нашего времени.

Занятия мини-футболом активно способствуют оздоровлению и закаливанию организма занимающихся, воспитанию физических качеств: дисциплинированности, выдержки, самообладания, смелости,

решительности, мужества, и моральных качеств: чувство товарищества и коллективизма.

Актуальность программы определяется высоким запросом, востребованностью данного вида спорта со стороны учащихся и их родителей, при этом материально-технические условия для реализации этих запросов имеются в Центре.

Отличительные особенности программы: Программа составлена на основе примерной программы спортивной подготовки для Детско-юношеских спортивных школ, специализированных Детско-юношеских школ олимпийского резерва «Мини-футбол (Футзал)» коллектив авторов-составителей: Андреев С.Н., Алиев Э.Г., Левин В.С., Еременко К.В.; 2010 год.

В возрасте 12-16 лет у детей наблюдается максимальный прирост в развитии таких физических качеств как координация и скорость. Через обучение детей мини-футболу происходит развитие этих качеств.

Для освоения материала Программы учащиеся предварительно проходят обучение по программе стартового уровня «Юный футболист», затем программе базового уровня «Мини – футбол». Таким образом происходит поэтапная подготовка учащихся к изучению материала Программы «Мини-футбол. Совершенствование мастерства». Данная программа ориентирована на использование форм организации материала, обеспечивающих углубленное изучение содержания Программы, позволяющее решать усложненные задачи на основе приобретенных знаний, умений и навыков. Оказание помощи в профессиональном самоопределении учащихся, а именно в выборе профессии тренера, профессионального спортсмена.

Характеристика Программы:

- по степени авторства – модифицированная;
- по уровню сложности содержания – базовый уровень;
- по форме содержания и организации образовательного процесса – традиционная.

Адресат программы: данная программа предназначена для детей в возрасте 12-16 лет.

На обучение по программе принимаются все учащиеся, не имеющие медицинских противопоказаний на основе письменного заявления родителей (законных представителей) несовершеннолетних учащихся и предоставившие справки для допуска к занятиям от педиатра. Отчисление учащихся производится на основании локального акта, разработанного в учреждении. Количество учащихся в группе до 15 человек.

Срок освоения программы – 1 год, 36 учебных недель. Общее количество учебных часов, запланированных на весь период обучения, необходимых для освоения программы – 216 часов.

Формы обучения. Очная, очно-заочная с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий (в период

невозможности организации учебного процесса в очной форме: карантин, неблагоприятной эпидемиологической обстановки, активированных дней).

Формы организации образовательного процесса.

Основная форма работы по данной Программе – групповая. Возможна работа фронтально, в парах и подгруппах.

Виды занятий по программе определяются содержанием программы и могут предусматривать учебное занятие, практические занятия, соревнования, выполнение самостоятельной работы, тренинги.

Режим занятий – периодичность и продолжительность занятий. Продолжительность одного академического часа - 40 мин. Перерыв между учебными занятиями – 10 минут. Общее количество часов в неделю – 6 часов. Занятия проводятся 3 раза в неделю по 2 часа, что соответствует требованиям СП. 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

Год обучения	Количество часов	Количество занятий в неделю	Продолжительность занятия
1 год	216	2-3	40 минут

1.2. Цель и задачи программы.

Целью Программы является: формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья учащихся, выявление и поддержка талантливых и одаренных детей посредством приобщения к игре в футбол и мини-футбол. Подготовка квалифицированных футболистов, способных в составе команды бороться за высокие места на соревнованиях различного уровня.

Задачи Программы.

ОБУЧАЮЩИЕ

- Обучить навыкам отбора мяча, обыгрыванию соперника.
- Совершенствовать тактическое взаимодействие игроков при игре в атаке, обороне.
- Обучить основам инструкторско-судейской практики

РАЗВИВАЮЩИЕ

- Дальнейшее совершенствование специальных физических качеств и двигательных навыков.
- Повышать функциональные возможности организма
- Содействовать гармоническому, физическому и духовному развитию, разносторонней физической подготовленности, укреплению здоровья занимающихся, профилактике вредных привычек и правонарушений;

- Развивать коммуникативные навыки, умение работать в коллективе.

ВОСПИТАТЕЛЬНЫЕ

- Формирование личностных качеств, необходимых для достижения устойчивых спортивных результатов.
- Воспитание смелых, волевых, настойчивых, инициативных, трудолюбивых и дисциплинированных спортсменов, обладающих высоким уровнем командной игровой подготовки и бойцовыми качествами спортсменов, готовых к трудовой деятельности и защите Родины;
- Формирование потребности здорового и безопасного образа жизни, умения заботиться о своем здоровье.

1.3. Содержание программы.

Самостоятельная работа.

На случай невозможности организации образовательного процесса в очной форме (карантин, активированные дни), может быть организовано самостоятельное изучение программного материала учащимися с использованием дистанционных технологий (Google формы, ГИС ЭО электронный журнал, группа ВК) и электронного обучения в объёме

Объём часов Программы	Количество часов самостоятельной работы
216 часа	20 часов

Темы самостоятельной работы выбираются из учебного плана в соответствии с КТП. При изучении нового материала, по окончании периода невозможности организации учебного процесса в очной форме, проводится текущий контроль и проверка освоения изученной самостоятельно темы в очной форме. Фиксация результатов текущего контроля осуществляется педагогом дополнительного образования самостоятельно в формах, предусмотренных Программой

Учебный план

Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/контроля
	Всего	Теория	Практика	
Раздел 1. Теоретическая подготовка. Вводное занятие «Введение в образовательную программу»	11	11	-	
- Инструктаж по технике безопасности				
- Влияние физических упражнений на укрепление	2	2	-	

здоровья, повышения работоспособности и совершенствование двигательной функции человека.				Текущий контроль (декабрь) Определение уровня физической подготовленности детей.
- Знакомство с правилами построения и проведения комплексов по общей и специальной физической подготовке.	2	2	-	
- Методы совершенствования в технике владения мячом.	2	2	-	
- Значение умения сочетать технические приемы в различных игровых ситуациях	2	2	-	
- Роль тактического мышления, ориентировки на поле, творческой инициативы при решении различных игровых ситуациях	2	2	-	
Практическая подготовка.	195	-	195	
Раздел 2. Общая физическая подготовка.	25	-	25	
Раздел 3. Специальная физическая подготовка	58	-	58	
Раздел 4. Техническая подготовка.	36	-	36	
Раздел 5. Тактическая подготовка.	52	-	52	
Раздел 6. Психологическая подготовка	1	-	1	Промежуточная аттестация учащихся (апрель-май). Проведение усвоения материала и уровня физической подготовленности учащихся.
Раздел 7. Мышление	3	-	3	
Раздел 8. Соревнования	20	-	20	
Раздел 9. Воспитательная работа.	6	3	3	
Раздел 10. Педагогический контроль	4	2	2	
	216	16	200	

Календарно-тематическое планирование Приложение № 4

План воспитательной работы Приложение № 5

План работы с родителями Приложение № 6

Содержание:

Раздел 1. Теоретическая подготовка. Практическая подготовка.

Вводное занятие «Введение в образовательную программу»

Теория:

- Инструктаж по технике безопасности
- Влияние физических упражнений на укрепление здоровья, повышения работоспособности и совершенствование двигательной функции человека.
- Знакомство с правилами построения и проведения комплексов по общей и специальной физической подготовке.
- Методы совершенствования в технике владения мячом.
- Значение умения сочетать технические приемы в различных игровых ситуациях
- Роль тактического мышления, ориентировки на поле, творческой инициативы при решении различных игровых ситуациях

Раздел 2.

Общая физическая подготовка.

Теория:

1. Влияние физических упражнений на укрепление здоровья, повышения работоспособности и совершенствование двигательной функции человека.

Практика:

- Общеразвивающие упражнения:
 1. Комплекс упражнений с локальным воздействием на отдельные мышечные группы.
 2. Упражнения на развитие гибкости и подвижности в суставах.

Раздел 3.

Специальная физическая подготовка.

Теория:

1. Знакомство с правилами построения и проведения комплексов по общей и специальной физической подготовке.

Практика:

- Упражнения на развитие быстроты (круглогодично)
 1. Бег в медленном темпе чередующийся с ускорением на месте,
 2. Старты из разных исходных положений
 3. Бег в медленном темпе с ускорением (10-15 метров) по сигналу.
- Скоростно-силовая подготовка
 1. Прыжки в длину с места. Прыжки в высоту с места толчком двух ног.

2. Ходьба и бег с отягощениями. Разновидность прыжков с дополнительным отягощением (из различных исходных положений).
 3. Подвижные игры - баскетбол с партнером на спине.
- Специальная выносливость
1. Беговые упражнения.
 2. Прыжковые упражнения.
 3. Скоростно-силовые упражнения.
- Упражнения для развития гибкости
1. Из различных исходных положений наклоны вперед, назад, влево, вправо.
 2. Выпады вперед, в стороны (вправо, влево).
 3. Наклоны из положения сед ноги врозь.
 4. Круговые движения туловища (вправо, влево).
 5. Упражнения у гимнастической стенки «мост».

Раздел 4.

Техническая подготовка.

Теория:

1. Методы совершенствования в технике владения мячом.
2. Значение умения сочетать технические приемы в различных игровых ситуациях.

Практика:

1. Совершенствование ударов мяча по воротам правой и левой ногой, внешней и внутренней стороной стопы.
2. Совершенствование техники ведения мяча внешней и внутренней стороной стопы.
3. Совершенствование жонглирования мячом стопой, бедром, головой (на месте и в движении).
4. Остановка мяча и обработка грудью, бедром, стопой на месте и в движении.
5. Совершенствование техники игры вратаря. Отработка техники владения мячом; ловля, отбивание и переводы мяча, броски в левую и правую сторону.
6. Розыгрыши стандартных положений; игра в стенку. Розыгрыш мяча при штрафных и свободных ударах.

Раздел 5.

Тактическая подготовка.

Теория:

1. Роль тактического мышления, ориентировки на поле, творческой инициативы при решении различных игровых ситуациях.

Практика:

1. Совершенствование индивидуальных действий в защите, отбор мяча, игра на опережение, выбор позиции.
2. Совершенствование тактических схем при розыгрыше стандартных положений при аутах, при угловых ударах, введение мяча в игру вратарем.
3. Действия игрока на площадке с мячом и без мяча во время атаки команды своей и соперника.
4. Взаимодействие игроков защиты и нападения в своих линиях,
5. Совершенствование тактических схем, при розыгрыше стандартных положений при игре на площадке в уменьшенном составе и численном преимуществе.

Раздел 6.

Психологическая подготовка

Введение в занятия психологических умений и навыков (1 фаза - ознакомляющая)

1. Тренировка (обучение) способности расслабляться, концентрации внимания, повышения внимания.
2. Психотехнические упражнения и игры для развития психических процессов. Упражнения на концентрацию внимания, развития памяти, навыков тактического мышления, принятия решения, коррекция самооценки и т.д.
3. Тренинги на выявление и формирование тех или иных личностных качеств обучающихся.

Раздел 7.

Мышление

Практика:

- Анализ игровых ситуаций

Раздел 8.

Соревнования

Практика:

Учебные и контрольные игры в мини-футбол.

Раздел 9.

Воспитательная работа.

Реализуется в соответствии с планом воспитательной работы педагога и Центра.

- Традиционное проведение летнего футбольного лагеря (Июнь)

Раздел 10. Текущий контроль.

Теория:

1. Значение и порядок проведения контрольных нормативов.

Практика:

1. Определение уровня физической подготовленности детей в начале цикла обучения (декабрь)

Промежуточная аттестация

Практика:

1. Проведение усвоения материала и уровня физической подготовленности в конце года (май)

1.4. Планируемые результаты.

Задачи	Планируемые результаты
<p><u>Обучающие:</u></p> <ul style="list-style-type: none">- Обучение футболистов отбору мяча, обыгрыванию соперника.- Совершенствование тактических взаимодействий игроков при игре в атаке, обороне.- Изучение основ инструкторско-судейской практики	<p><u>Предметные:</u></p> <ul style="list-style-type: none">- учащиеся владеют техникой обыгрывания соперников с помощью различных способов обыгрывания (финтов), а также техникой отбору мяча различными вариантами.- учащиеся владеют командными тактическими схемами при атаке и обороне, владеют техникой передвижения с мячом и без мяча.- учащиеся владеют правилами игры в мини-футболе и их применение.
<p><u>Развивающие:</u></p> <ul style="list-style-type: none">- Дальнейшее совершенствование специальных физических качеств и двигательных навыков.- Повышать функциональные возможности организма	<p><u>Метапредметные:</u></p> <ul style="list-style-type: none">- Совершенствуются физические качества и двигательные навыки учащихся.- Повышение функциональных возможностей у учащихся, улучшение показателей физических качеств.
<p><u>Воспитательные:</u></p> <ul style="list-style-type: none">- Формирование личностных качеств, необходимых для достижения устойчивых спортивных результатов.- Диагностика уровня воспитанности.	<p><u>Личностные:</u></p> <ul style="list-style-type: none">- сформированы нормы общественной морали, культуры общения;- сформированы навыки коллективной жизни, опирающихся на уважение к закону, праву окружающих людей. <p>Учащийся:</p> <ul style="list-style-type: none">- терпимый и открытый в отношениях к людям;- творческий человек;

	<ul style="list-style-type: none"> - человек, умеющий самосовершенствоваться; - ведущий здоровый образ жизни; - обладающий здоровым самоуважением; - коммуникативный; - физически развит; - убежденный в необходимости трудовой деятельности.
--	---

Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий.

2.1. Условия реализации программы

Для реализации программы необходимо:

- спортзал - 30 х 14м;
- тренажерный зал - 20 х 5 м,
- тренажеры - 6 шт.;
- ворота - 2;
- мячи- 15 шт.;
- набивные мячи - 15 шт.;
- стойки - 15 шт.;
- спортивная форма - 6 комплектов;
- скакалки - 15 шт.;
- секундомер -1 шт.;
- гимнастические скамейки;

Спортивная форма.

2.2. Информационно - методическое обеспечение.

- Типовая программа по футболу для внешкольных учреждений и общеобразовательных школ.
- Комплексная программа физического воспитания учащихся I - XI классов, утвержденная Министерством образования Российской Федерации.
- Настольная книга тренера «Наука побеждать», Н.Г. Озолин, Москва, 2004г.
- Футбол «Самоучитель игры», А.В.Коробейник, Ростов-на-Дону, 2000г.
- «101 упражнение для юных футболистов», 2001г.
- «Психология в спорте»> В.П.Фомин, ФиС, 1993г.
- «Футбол». Учебник для института физической культуры, В.А.Выжигин, 1999г.
- Книга тренера « Футбол» Изд.Москва 2013год

Для обучающихся:

- «Футбол для мальчиков», Г.П.Михалкин, А.В.Жданкин, Изд. АСТ, Москва, 2000г.
- «Играй в футбол», А.С. Николаевич, Поматур Москва, 1999г.

«Футбол. Самоучитель игры», А.В.Коробейник, Изд.Феникс, Ростов-на-Дону, 2000г.

Футбол «Спорт для начинающих», Д.Дрюэт, П.Мейсон, Изд. АСТ, 2002г.

2.3. Методы и технологии обучения и воспитания

Методы:

1) Методы обучения - словесный, наглядный (метод показа), поощрения и похвалы.

Метод тренировки - в основе, которой лежит метод многократного повторения, а также переменный, интервальный, игровой и соревновательный методы.

2) По характеру познавательной деятельности:

- репродуктивные (воспроизводящий);
- проблемные.

3) По степени самостоятельности:

- работа под непосредственным руководством педагога;
- совместная работа;
- самостоятельная работа.

Данная программа опирается на такие технологии как:

- коллективное взаимообучение;
- игровая деятельность;
- обучение в сотрудничестве (командная, групповая работа);
- здоровьесберегающие технологии - как система мер, направленных на сохранение здоровья учащихся во время учебно-воспитательного процесса. *Система здоровьесберегающих мероприятий* носит комплексный характер и включает в себя средства психолого-педагогического и медико-биологического воздействия. *Педагогические средства восстановления:*

1. Рациональное распределение нагрузок в макро-, мезо- и микроциклах.

2. Создание четкого ритма и режима учебно-тренировочного процесса.

3. Рациональное планирование процесса учебно-тренировочных занятий.

4. Использование разнообразных средств и методов тренировки, в том числе и нетрадиционных.

5. Соблюдение рациональной последовательности упражнений, чередование нагрузок по направленности.

6. Индивидуализация тренировочного процесса.

7. Адекватные интервалы отдыха.

8. Упражнения для активного отдыха, на расслабление и восстановление дыхания.

9. Корректирующие упражнения для позвоночника и стопы.

10. Дни профилактического отдыха.

Психологические средства восстановления:

1. Организация внешних условий и факторов тренировки.
2. Формирование значимых мотивов и благоприятных отношений к тренировкам.
3. Переключение внимания, мыслей и самоуспокоение, самоодобрение и самоприказы.
4. Идеомоторная тренировка.
5. Психорегулирующая тренировка.
6. Отвлекающие мероприятия: чтение книг, слушание музыки, экскурсии, посещение музеев, выставок, театров.

Психолого-педагогические средства включают специальные восстановительные упражнения на расслабление, дыхательные, на растяжение, чередование средств НП и психорегуляции.

Гигиенические средства восстановления:

1. Рациональный режим дня.
2. Ночной сон не менее 8-9 часов в сутки, желателен дневной сон (1 час) в период интенсивной подготовки к соревнованиям.
3. Тренировки преимущественно в благоприятное время суток: после 8 и до 20 часов. Тренировки в неблагоприятное время суток с целью волевой подготовки допустимы и целесообразны в подготовительном периоде.
4. Сбалансированное 3-4 разовое питание по схеме: завтрак - 20-25%, обед - 40-45%, ужин - 20-30 % суточного рациона до 19.00.
5. Использование специализированного питания: витамины, питательные смеси, соки, спортивные напитки во время приема пищи, до и во время тренировки.
6. Гигиенические процедуры.
7. Удобная обувь и одежда.

При выборе восстановительных средств особое внимание необходимо уделять индивидуальной переносимости тренировочных и соревновательных нагрузок.

Медико-биологический контроль за состоянием здоровья юных футболистов осуществляется при помощи различных средств: опрос, осмотр, наблюдение. Углубленное медицинское обследование проводится два раза в год врачами физкультурного диспансера.

Содержание и объем теоретического материала, а также спортивные нагрузки должны соответствовать возрастным особенностям футболистов, уровню их общего и специального развития. Только в этом случае теоретический и практический материал окажется посильным.

Групповые теоретические занятия проводятся в форме бесед, демонстрации наглядных пособий, просмотр соревнований, с последующим разбором игры, самостоятельное чтение специальной литературы. В содержание теоретической подготовки входит изучение основ системы

физического воспитания, методики обучения и тренировки, техники и тактики, правил игры, ознакомление с основами физиологии, психологии, гигиены.

Теоретические занятия целесообразно проводить непосредственно перед практическими занятиями, так как после тренировки занимающиеся устанут, и беседы не принесут нужной пользы.

Занятия по вопросам гигиены, врачебного контроля, применения восстановительных средств и психологической подготовке, проводят педагог, медицинский работник, психолог.

Групповые практические занятия проводятся на всех этапах обучения.

В учебно-воспитательном процессе используются элементы педагогических технологий, воплощающие гуманистическую направленность: педагогику сотрудничества, игровые, оздоровительные. Применяются различные методы: воспитания, обучения и тренировки. Большинство методов основывается на главном - упражнении, реализуемым тремя его разновидностями: повторным методом выполнять движения, действия, задания определенное число раз), игровым (действия, задания, выполняемые с учебной, воспитательной и тренировочной целями в форме игры), соревновательным (упражнения, задания выполняются в виде соревнований).

Среди средств физической подготовки значительное место отводится упражнениям с предметами и без предмета: мячами, скакалками, гантелями; подвижным играм, эстафетам, с использованием гимнастических упражнений и акробатики, упражнениям с партнером и физической подготовке по интервальному методу (стартовые рывки, бег с ускорением, прыжки через препятствия).

При обучении технике игры особое место занимают упражнения на тренажерах, что способствует ускорению овладения техникой и исключает в дальнейшем работу по исправлению у обучающихся ошибок.

Формирование тактических умений начинается с развития у обучающихся быстроты реакции и ориентировки, сообразительности, а также умений, специальных для игровой деятельности. Сюда относится умение взаимодействовать с другими игроками, умение наблюдать и быстро выполнять ответные действия и т.д.

В систему многолетней подготовки футболистов органически входят *спортивные соревнования*, при этом они являются не только непосредственной целью тренировки, но и эффективным средством специальной подготовки.

Инструкторская и судейская подготовка. Привитие инструкторских и судейских навыков осуществляется в процессе учебно-тренировочных занятий, а также вне занятий.

В качестве методов нравственного воспитания применяются формирование нравственного сознания и общественного поведения, использование положительного примера, стимулирование положительных действий (поощрение, похвала), предупреждение и обсуждение отрицательных действий.

Одним из условий формирования личности спортсмена, является наличие сплоченного спортивного коллектива.

Воспитание "бойцовских" качеств, воспитание спортивного характера осуществляется в процессе многолетней работы с юными спортсменами и является составной частью воспитательной работы.

В процессе работы с футболистами важное значение приобретает *интеллектуальное воспитание*, основными задачами которого являются овладение учащимися специальными знаниями в области теории и методике, тренировки, гигиены и других дисциплин; умения анализировать приобретенный опыт тренировки, развитие познавательной активности, творческих проявлений в спортивной деятельности.

Психологическая подготовка проводится в течение учебного года в процессе каждого учебно-тренировочного занятия.

В основе *психологической подготовки* лежат, с одной стороны, психологические особенности футбола, как вида спорта, с другой - психические особенности спортсмена. Чем больше соответствия между тем и другим, тем скорее можно ожидать от спортсмена высоких результатов.

В психологической подготовке можно выделить:

- * Базовую психологическую подготовку;
- * Психологическую подготовку к тренировкам (тренировочную);
- Психологическую подготовку к соревнованиям.

Базовая психологическая подготовка включает

- Развитие важных психических функций и качеств внимания, представлений, ощущений, мышления, памяти, воображения,
- Развитие профессиональных важных способностей, а также способности к самоанализу, самокритичности, требовательности к себе;
- Формирование значимых морально-нравственных и волевых качеств (любви к виду спорта, целеустремленности, инициативности),
- Психологическое образование (формирование системы специальных знаний о психике человека, психических состояниях, методах формирования нужного состояния и способах преодоления неблагоприятных состояний),
- Формирование умения регулировать психологическое состояние, сосредоточиваться перед выступлением, мобилизовать силы во время выступления, противостоять неблагоприятным воздействиям

Общая психологическая подготовка осуществляется в единстве с физической, технической и тактической подготовками на протяжении всего многолетнего периода обучения и в ее задачи входит:

1. Воспитание личности спортсмена и формирование спортивного коллектива
2. Развитие процессов восприятия, в частности формирование специфических восприятий ("чувство мяча", "чувство времени", "чувство пространства")
3. Развитие внимания (объем, интенсивность, распределение, переключение)

4 Развитие тактического мышления - способности быстро и правильно оценивать игровой момент, принимать эффективное решение и контролировать свои действия.

5 Развитие памяти, представления и воображения, которые проявляются в способности запоминать особенности игровых действий и в умении детально представить возможные ситуации предстоящего состязания

6 Развитие способностей управлять эмоциями в процессе игровой деятельности и в жизненных ситуациях.

7. Воспитание волевых качеств (стойкость, настойчивость, активность, инициативность, дисциплинированность, упорство в достижении цели целеустремленность).

8. Воспитание наблюдательности, умения быстро и - правильно ориентироваться в сложной игровой ситуации.

Психологическая подготовка к соревнованиям начинается задолго соревнований, опирается на базовую подготовку и решаем следующие задачи.

- Формирование значимых мотивов соревновательной деятельности,
- Овладение методикой формирования состояния ситуационной, актуальной готовности к соревнованиям, уверенности в себе, в своих силах;
- Разработку индивидуального комплекса настраивающих мобилизирующих мероприятий;
- Совершенствование методики саморегуляции психических состояний;
- Формирование эмоциональной устойчивости к соревновательному стрессу;
- Отработку индивидуальной системы психорегулирующих мероприятий;
- Сохранение нервно-психической устойчивости, профилактику перенапряжений

Психологическая подготовка к конкретным соревнованиям (играм) состоит в следующем:

1. Осознание спортсменами задач на предстоящие соревнования;
2. Изучение конкретных условий предстоящих соревнований (время и место, освещенность и т.п.);
3. Изучение сильных и слабых сторон соперника и подготовка к действиям с учетом этих особенностей,
4. Осознание и оценка своих собственных возможностей в настоящий момент,
5. Преодоление отрицательных эмоций, вызванных предстоящими соревнованиями;
6. Формирование твердой уверенности в своих силах и возможностях в выполнении поставленных задач в предстоящих соревнованиях.

Успешное решение задач, стоящих в процессе подготовки юных футболистов, невозможно без системы специальных средств и условий восстановления, которые решаются в ходе отдельных тренировочных занятий, соревнований, в интервалах между занятиями и соревнованиями, на отдельных этапах годового цикла подготовки.

Учебно-воспитательный процесс построен таким образом, чтобы сохранить здоровье учащихся, сформировать здоровый образ жизни и трудовые навыки, развить творческие способности.

2.4. Формы контроля, промежуточной аттестации.

Вид контроля, сроки проведения	Цель	Форма контроля	Содержание	Контрольно-измерительные материалы Критерии
Текущий контроль успеваемости. Входящая диагностика. Декабрь	Определение уровня подготовки учащихся в конце первого полугодия.	Сдача контрольных нормативов	Практические навыки и умения	Приложение № 1
	Определить исходный уровень воспитанности учащихся	Диагностика уровня воспитанности	Входящая диагностика	Приложение № 3
Промежуточная аттестация. Май.	Оценка успешности продвижения учащихся для определения уровня знаний, умений и навыков	Сдача контрольных нормативов.	Практические навыки и умения.	Приложение № 2
	Проанализировать динамику уровня воспитанности учащегося.	Диагностика.	Личностное развитие	Приложение № 3

Промежуточная аттестация проводится в конце обучения по Программе и после освоения всего объема Программы (является основанием для выпуска учащегося по окончании её изучения).

Промежуточная аттестация регламентирована этапами педагогического контроля.

Промежуточная аттестация проводится в период с 15 апреля по 15 мая.

Итоговый протокол приложение № 7

2.5. Список литературы

1. Нормативно – правовые документы:

- Федеральный Закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://zakon-ob-obrazovanii.ru>

- приказ Министерства просвещения России приказа Министерства Просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»[Электронный ресурс] – Режим доступа https://pokrovsky.gosuslugi.ru/netcat_files/32/50/Prikaz_Minprosvesheniya_Rossii_ot_27.07.pdf

- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://docs.cntd.ru/document/350163313>

- Постановление главного санитарного врача РФ от 28.сентября 2020 г. №28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://docs.cntd.ru/document/566085656>

- постановление Правительства Республики Коми от 11 апреля 2019 г. № 185 «О стратегии социально-экономического развития Республики Коми на период до 2035 года» [Электронный ресурс]. – Режим доступа <https://docs.cntd.ru/document/553237768>

- Стратегии социально-экономического развития города Сыктывкара до 2030 года [Электронный ресурс]. – Режим доступа <https://docs.cntd.ru/document/438993064>

- Устав МУ ДО «ЦДОД «Орбита».

Литература для педагога:

1. Закон Российской Федерации «Об образовании» от 13.01.1996г., Закон Республики Коми «Об образовании» от 11.02.1998г.

2. Федеральный Закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» от 27.01.1992г.

3. Типовое положение об учреждении дополнительного образования детей от 22.02.1997г.

4. Типовая программа по футболу для внешкольных учреждений и общеобразовательных школ.

5. Комплексная программа физического воспитания учащихся I - XI классов, утвержденная Министерством образования Российской Федерации.
6. «Санитарно-эпидемиологические требования к учреждениям дополнительного образования СанПиН .4.4.1251-03», утвержденные Главным государственным санитарным врачом Российской Федерации 01.04.2003г.
7. Настольная книга тренера «Наука побеждать», Н.Г. Озолин, Москва, 2004г.
8. Футбол «Самоучитель игры», А.В.Коробейник, Ростов-на-Дону, 2000г.
9. «101 упражнение для юных футболистов», 2001г.
10. «Психология в спорте»> В.П.Фомин, ФиС, 1993г.
11. «Футбол». Учебник для института физической культуры, В.А.Выжигин, 1999г.
12. Журнал «Дополнительное образование» №3, 2003г. «Что такое программа дополнительного образования нового поколения?».
13. Журнал «Дополнительное образование» №6, 2003г. «Технология разработки авторской программы дополнительного образования детей»
14. Журнал «Дополнительное образование» №9, 2004г. «О перспективах системного подхода к проектированию образовательных программ»
15. Журнал «Дополнительное образование» № 10, 2004г. «Современные требования к программам и учебным планам».
16. Журнал «Дополнительное образование» №7, 2003г. «Педагогический мониторинг как механизм управления качеством образования».
17. «Дополнительная образовательная программа: структура, содержание, технология разработки» Методические рекомендации. М.Г.Сивкова, г.Сыктывкар, 2004г.
18. «Методики психодиагностики в спорте», В.Л.Маришук и др. М., «Просвещение», 1984г.
19. «Спортивная психология в трудах отечественных специалистов», С-П, 2002г.
20. «Программа психологического обеспечения образовательного процесса МОУ ДОД ДЮКФП Олимпийский резерв", А.В. Корда, Воркута, 2003г.
21. Книга тренера « Футбол» Изд.Москва 2013год

Литература для обучающихся:

1. «Футбол для мальчиков», Г.П.Михалкин, А.В.Жданкин, Изд. АСТ, Москва, 2000г.
2. «Играй в футбол», А.С. Николаевич, Поматур Москва, 1999г.
3. «Футбол. Самоучитель игры», А.В.Коробейник, Изд.Феникс, Ростов-на-Дону, 2000г.
4. Футбол «Спорт для начинающих», Д.Дрюэт, П.Мейсон, Изд. АСТ, 2002г.

Приложения к программе

Приложение № 1

Контрольные упражнения для определения уровня физической подготовленности и умений обучающихся в период проведения промежуточной и итоговой аттестации обучающихся

Возраст	Общефизическая и специальная подготовка									Техническая подготовка											
	Прыжок в длину (см)			Бег 30 м (сек.)			Челночный бег 6х5 (сек)			Подъем туловища из положения лежа (30 сек.)			Жонглирование мяча ногами (кол-во раз)			Обводка 8 стоек 12 метров (сек.)			6 ударов по воротам на точность (10 м)		
	5	4	3	5	4	3	5	4	3	5	4	3	5	4	3	5	4	3	5	4	3
12-13	200	190	185	4,4	4,5	4,7	10,2	10,5	10,7	24	23	22	40	30	20	9,0	10,	11,0	4	3	2
14-15	210	200	195	4,4	4,5	4,7	10,2	10,5	10,7	28	27	26	40	30	20	9,0	10,0	11,0	5	4	3
16-18	220	210	205	4,4	4,5	4,7	10,2	10,5	10,7	30	29	28	40	30	20	9,0	10,0	11,0	6	5	4

Приложение №2

*Тестовые задания
по теоретической подготовке для учащихся 12 лет*

1. Кто написал книгу «Вратарь республики»?

а) Лев Кассиль б) (Джон Браун) в) (Андрей Петров)

2. Какой мяч легче:

а) футбольный б) мини-футбольный в) волейбольный

3. Сколько секунд вратарь в мини-футболе может владеть мячом на своей половине поля:

а) 6 секунд б) 2 секунды в) 4 секунды

4. Где обозначается отметка для пробития мини-футбольного мяча?

а) (4 метра от ворот) б) (8 метров от ворот) в) (6 метров от ворот)

5. Проводятся ли чемпионаты мира по мини-футболу?

а) возможно б) нет в) проводятся

6. Какая команда стала первым чемпионом мира по мини-футболу?

а) сборная России б) сборная Германии в) сборная Бразилии

7. Проводятся ли чемпионаты Европы по мини-футболу?

а) проводятся б) раз в 3 года в) не проводятся

8. В каком году сборная команды России стала чемпионом Европы?

а) в 1980 б) в 1999 году в) 2010

9. Засчитывается ли гол, если мяч остановится между стойками на линии ворот?

а) спорный момент б) засчитывается в) не засчитывается

10. Засчитывается ли гол, если он забит в ворота непосредственно с начального удара?

а) не засчитывается б) засчитывается в) спорный момент

11. В какую сторону должен быть направлен мяч при начальном ударе?

а) без разницы б) в свою сторону в) в сторону ворот соперника

12. Что означает аббревиатура ДЮСШ?

а) Детская юношеская школа б) Дорогая юношеская спортивная школа
в) Детско юношеская спортивная школа

13. Что означает аббревиатура МФК?

а) музыкальный футбольный клуб б) мини-футбольный клуб
в) мужской футбольный клуб

14. Разрешается ли в мини-футболе при отборе мяча использовать толчок соперника плечом в плечо?

а) приветствуется б) разрешается в) не разрешается

15. Через сколько лет проводятся чемпионаты мира по мини-футболу?

а) через каждые 3 года б) через каждые 4 года в) всегда

16. Засчитывается ли гол, забитый в ворота непосредственно с углового удара?

а) засчитывается б) не засчитывается в) назначается повторный удар

Для учащихся 14 лет

1. Что означает жёлтая карточка, предъявленная судьей игроку?

а) поощрение б) благодарность в) предупреждение

2. В каком году и где состоялся 1 чемпионат мира по мини - футболу?

а) в 1988г. в Бразилии б) в 1989г. в Китае в) в 1989г. в Голландии

3. В каком году и где сборная команда России стала бронзовым призёром чемпионата мира?

а) в 1996г. в Индии б) в 1995г. в Италии в) в 1996 г. в Испании

4. Каков радиус центрального круга игрового поля?

а) 3 метра б) 4 метра в) 1 метр

5. Каковы размеры мини-футбольных ворот по внутреннему измерению?

а) 3 на 4 метра б) 2 на 3 метра в) 1 на 2 метра

6. В каком году и где сборная команда России стала чемпионом Европы?

а) в 1999 г. в Испании б) в 1998г. в Испании в) в 1999г. в Германии

7. Имеет ли право игрок, производящий начальный удар, коснуться мяча дважды подряд?

а) да б) да и несколько раз в) нет

8. Засчитывается ли гол, забитый в ворота соперников непосредственно ударом с боковой линии?

а) засчитывается б) удар повторяется в) не засчитывается

9. Какое место заняла сборная команда России в чемпионате Европы в 2005 году?

а) никакое б) второе место в) первое место

10. Что такое накладка?

- а) финт
- б) форма игрока
- в) неправильный приём, прямой ногой на встречу сопернику.

11. В каких случаях судья назначает «спорный мяч»?

- а) захотелось судье
- б) никогда
- в) по любой причине, не предусмотренной правилами игры

12. Фиксируется ли в мини-футболе положение в «вне игры»?

- а) фиксируется
- б) через раз
- в) не фиксируется

13. Разрешается ли в мини-футболе с помощью подката осуществлять отбор мяча?

- а) не разрешается
- б) разрешается
- в) возможно, но не всегда

14. В какой команде играл известный мастер мини-футбола Константин Ерёменко?

- а) «Спартак»
- б) «Дина»
- в) «Локомотив»

Для 15-18 лет

1. Какая общественная организация занимается развитием мини-футбола в России?

- а) Любая
- б) Ассоциация по РЖД
- в) Ассоциация мини-футбола в России

2. В чём сущность круговой системы соревнований?

- а) игра на вылет
- б) каждая с каждой
- в) крест на крест

3. Если игрок выполняющий 6 – метровый удар, направит мяч назад, какое решение должен принять судья?

- а) удар отменяется
- б) удар повторяется
- в) игра продолжается

4. Когда и где сборная студенческая команда России становилась чемпионом мира в первый раз?

- а) в 1995г. в Венгрии
- б) в 1994г. в Испании
- в) в 1994 году на Кипре

5. На каком расстоянии от мяча должен находиться вратарь при выполнении 10-метрового удара?

- а) не ближе 5 метров от мяча
- б) не ближе 3 метров
- в) не ближе 1 метра

6. Останавливается ли игра, если мяч попал в судью?

- а) заканчивается игра
- б) останавливается
- в) не останавливается

7. Как наказывается игрок за опасную игру?

а) удаление на 2 минуты б) продолжает играть в) свободный удар

8. Как наказывается игрок за блокировку соперника?

а) свободный удар б) штрафной удар в) никак

9. Может ли удалённый игрок в дальнейшем вновь вступать в игру?

а) через 2 минуты б) через 4 минуты в) не может

10. Через сколько времени после удаления с поля виновного игрока команда может играть в полном составе?

а) через 4 минуты б) через 2 минуты в) через 3 мин

11. С помощью чего перед началом игры осуществляется выбор командами сторон поля?

а) на глаз б) удачи в) с помощью жребия

12. Ограничивается ли в матче число замен игроков?

а) 5 замен б) 8 замен в) не ограничивается

13. Имеет ли право вратарь поменяться местами с каким - либо полевым игроком своей команды?

а) только в начале игры б) имеет право в) не имеет право

14. Какова масса мини - футбольного мяча?

а) 400-440гр. б) 500-600гр. в) 800-900гр.

15. Как должен располагаться вратарь при выполнении 6- метрового удара?

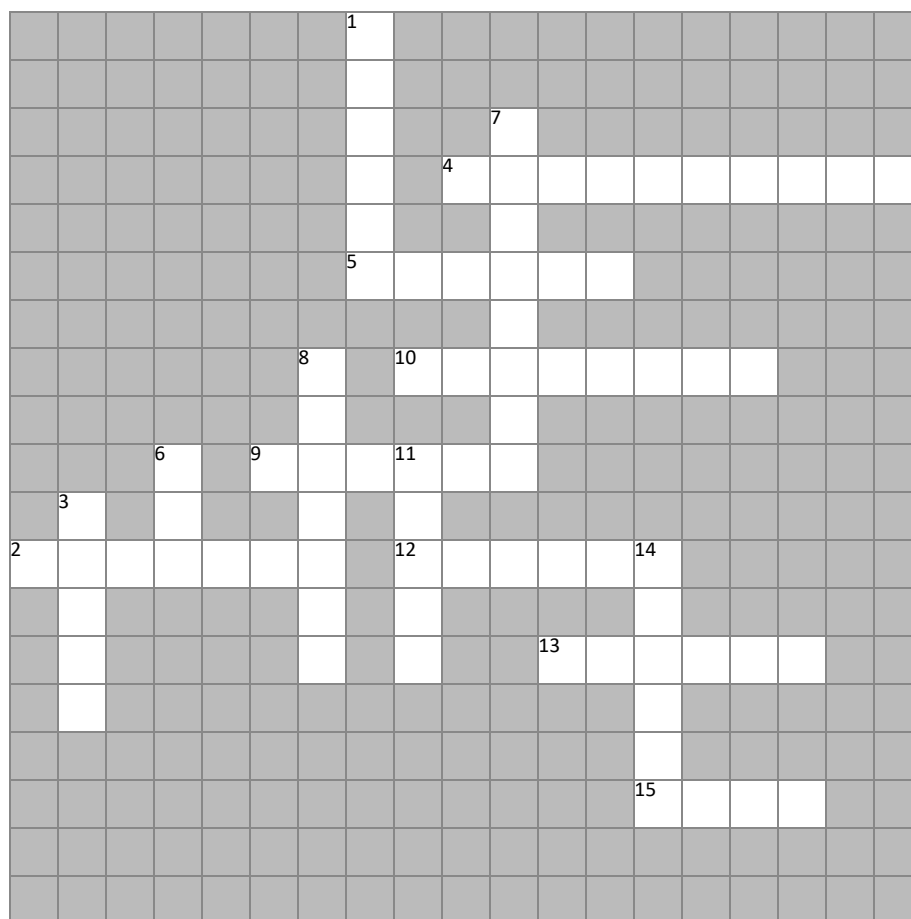
а) спиной б) как хочет
в) на линии ворот лицом к бьющему игроку

Ответы для самоконтроля

Тесты					
5-6 класс		7-8 класс		9-11 класс	
Номер вопроса	Вариант ответа	Номер вопроса	Вариант ответа	Номер вопроса	Вариант ответа
1	А	1	В	1	В
2	В	2	В	2	Б
3	В	3	В	3	Б
4	В	4	А	4	В
5	В	5	Б	5	А

6	В	6	А	6	В
7	А	7	В	7	В
8	Б	8	В	8	А
9	В	9	Б	9	В
10	Б	10	В	10	Б
11	В	11	В	11	В
12	В	12	В	12	В
13	Б	13	А	13	Б
14	В	14	Б	14	А
15	Б	-	-	15	В
16	А	-	-	-	-

Кроссворд по разделу теоретических знаний «Мини-футбол»



ВОПРОСЫ:

ПО ГОРИЗОНТАЛИ:

2. Стратегия на поле?
4. Игрок забивающий голы?
5. Без кого не может состояться игра?
9. Игрок бегающий по бровке?
10. Нарушение в штрафной площади?
12. Человек который объединяет, тренирует, подсказывает?
13. Как называется термин, когда игрок попал во «вне игры»?
15. Единственный вратарь получивший награду «Золотой мяч»?

ПО ВЕРТИКАЛИ:

1. Куда нужно забить мяч футбольному нападающему?
3. Спортивная обувь в мини-футболе?
6. Откуда вводится мяч после ухода мяча с поля?
7. Игрок оборонительного плана?
8. Непробиваемая стена?
11. Спортивная обувь футболиста на искусственном покрытии?
14. В какой стране проходил Чемпионат Мира по футболу 2018 году?

ОТВЕТЫ:

По горизонтали: По вертикали:

2. тактика 1. ворота

4. нападающий 3. бампы

5. арбитр 6. аут

9. хавбек 7. защитник

10. пенальти 8. вратарь

12. тренер 11. бутсы

13. офсайд 14. Россия

15. Яшин

Литература для обучающихся

1. 1. Былеева, Л. В., Коротков И. М. Подвижные игры. – М. : Ф и С, 1982. – 224 с.

2. 2. Васильков, Г. А., Васильков В. Г. От игры к спорту. – М. : Ф и С, 1985. – 80 с.

3. Железняк, Ю.Д., Портнов Ю.М..

Спортивные игры. Учебник для вузов, том 2, изд. Центр Академия, - М. 2004

4. Лях, В. И. Физическая культура. 8–9 кл. : учеб. для общеобразоват. учреждений / В. И. Лях. – М. : Просвещение, 2013.

5. 3. Спортивные и подвижные игры / под ред. Ю. И. Портных. – М. : Ф и С, 1984. – 344 с.

6. 4.Фатеева, Л. П. 300 подвижных игр для младших школьников. – Ярославль : Академия развития; Академия, К⁰; Академия Холдинг, 2000. – 224 с.

Интернет-ресурсы:

<i>Электронный адрес</i>	<i>Название сайта</i>
http://www.shkola-press.ru	Журнал «Физическая культура в школе»
http://www.FF31.ru	Белгородская Федерация футбола
http://sportrules.boom.ru/	Правила различных спортивных игр

Тест по мини футболу (2 вариант)

1. Сколько игроков в одной команде играет в мини-футбол?

А) 7.

Б) 6.

В) 5.

2. Где обозначается отметка для пробития мини-футбольного пенальти?

А) (в 6 м. от ворот).

Б) (в 7 м. от ворот).

В) (в 12м. от ворот).

3. Проводятся ли чемпионаты Европы по мини-футболу?

А) Нет.

Б) Да.

В) Проводились только до 2010 года.

4. Засчитывается ли гол, забитый в ворота непосредственно с углового удара?

А) Да.

Б) Нет

В) Если мяч ни коснулся вратаря

5. Каков вес мини-футбольного мяча?

А) 300-350г.

Б) 400-440г.

В) 150-200г.

6. Что означает желтая карточка, предъявленная судьей?

- А) Замена игрока.
- Б) Предупреждение.**

В) Перерыв.

7. Продолжительность футбольного матча?

А) 2 x25.

Б) 4 x10.

В) 2 x30.

8. Что означает красная карточка, предъявленная судьей?

А) Тайм-аут.

Б) Предупреждение.

В) Удаление.

9. Кто был чемпионом мира 2012г.

А) Сборная Бразилии.

Б) Сборная Италии.

В) Сборная Франции.

10. Кто является автором известного футбольного марша?

А) М. Бландер.

Б) И. Штраус.

В) И. Бах.

11. Разрешается ли в спортивном зале играть в минифутбол в бутсах с шипами?

А) Нет

Б) Да

В) По усмотрению судьи

12. Как наказывается игрок за подножку сопернику в своей штрафной площади?

А) Назначается 6 метровый пенальти

Б) Назначается свободный удар

В) Удаление игрока нарушившего правила

13. Что означает жест судьи «Поднятая вверх рука»?

А) Мяч забит

Б) Свободный удар

В) Мяч не засчитан

14. Засчитывается ли гол, забитый в ворота соперников непосредственно со свободного удара?

А) Нет

Б) Да

В) Может засчитаться по усмотрению судьи

15. Засчитывается ли гол, забитый в ворота соперников непосредственно со штрафного удара?

А) Да

Б) Нет

В) Может засчитаться по усмотрению судьи

16. Как наказывается игрок за опасную игру?

А) Назначается свободный удар в сторону провинившейся команды

Б) Назначается штрафной удар в сторону провинившейся команды

В) Устное предупреждение судьей

17. Как наказывается игрок за опасное нападение на соперника за пределами своей штрафной площади?

А) Назначается свободный удар в сторону провинившейся команды

Б) Назначается штрафной удар в сторону провинившейся команды

В) Устное предупреждение судьей

18. Имеет ли право вратарь поменяться местами с каким-либо полевым игроком своей команды?

А) Да

Б) Нет

В) Только если вратарь команды травмировался

19. Фиксируется ли в мини-футболе положение «вне игры»?

А) Да

Б) Нет

В) Может если одна из команд играет в меньшем составе

20.

Разрешается ли в мини-футболе с помощью подката осуществлять отбор мяча у соперника?

А) Да

Б) Нет

В) Можно если мяч на стороне соперника

21. Если при угловом ударе мяч попадает в стойку ворот и вновь отскакивает к бьющему и гроку, имеет ли он право второй раз подряд касаться мяча?

А) Да

Б) Нет

В) Может, если он будет отдавать передачу а не бить по воротам соперника

Ответы на вопросы

№ вопроса	Буква ответа
1	в
2	а
3	б
4	а
5	б
6	б
7	а
8	в
9	б
10	а
11	а
12	а
13	б
14	а
15	а
16	а
17	б
18	а
19	б

20	б
21	б

Приложение №3

**Диагностика определения уровня воспитанности учащихся 11-18 лет (5-11 класс).
(из методики диагностических программ, разработанных Н.П. Капустиным, М.И. Шиловой)**

Данная диагностика проводится с целью определения уровня воспитанности и оценки личностных достижений учащихся для анализа и оказания адресной помощи учащимся в развитии личностных компетенций.

Диагностика включает оценивание по 10 критериям:

1. Долг и ответственность;
2. Бережливость;
3. Дисциплинированность;
4. Ответственное отношение к деятельности;
5. Отношение к общественному труду;
6. Коллективизм, чувство товарищества;
7. Доброта и отзывчивость;
8. Честность и справедливость;
9. Простота и скромность;
10. Культурный уровень.

Инструкция: Прочитайте вопросы анкеты и постарайтесь долго не задумываться. Ответьте на них, оценивая себя по 5-балльной шкале.

- “0” - всегда нет или никогда.
- “1” - очень редко, чаще случайно.
- “2” - чаще нет, чем да, иногда вспоминаю.
- “3” - чаще да, чем нет, иногда забываю.
- “4” - всегда да, постоянно.

Долг и ответственность						
1	Считаю для себя важным добиваться, чтобы коллектив моего объединения работал лучше.	4	3	2	1	0
2	Вношу предложения по совершенствованию работы объединения.	4	3	2	1	0
3	Самостоятельно организую отдельные мероприятия в объединении.	4	3	2	1	0
4	Участвую в подведении итогов работы объединения, в определении ближайших задач.	4	3	2	1	0
Бережливость						
1	Аккуратно пользуюсь книгами (учебниками, художественной литературой и т.д.).	4	3	2	1	0
2	Бережно отношусь к мебели в учебном кабинете (не рисую, не черчу на столах, партах, стульях, скамейках).	4	3	2	1	0
3	Бережно отношусь к своей одежде (слежу за чистотой и опрятностью).	4	3	2	1	0
4	Экономлю природные ресурсы (электроэнергию, воду, бумагу и др.).	4	3	2	1	0
Дисциплинированность						
1	Знаю и соблюдаю правила, записанные в Уставе Центра.	4	3	2	1	0
2	Всегда внимателен на занятиях, не мешаю слушать другим объяснения педагога.	4	3	2	1	0
3	Участвую в досуговых мероприятиях, проводимых в объединении, Центре.	4	3	2	1	0
4	Осознаю свою ответственность за результаты работы в коллективе объединения.	4	3	2	1	0
Ответственное отношение к деятельности						
1	Прихожу в Центр с выполненным дополнительным заданием (или подготовленным к занятию).	4	3	2	1	0
2	При подготовке дополнительного задания стараюсь не прибегать к помощи взрослых.	4	3	2	1	0
3	Использую дополнительную литературу (пользуюсь средствами Интернета).	4	3	2	1	0
4	Аккуратен, исполнитель, точен.	4	3	2	1	0
Отношение к общественному труду						
1	Своевременно и точно выполняю порученные мне задания.	4	3	2	1	0
2	Принимаю участие в трудовых рейдах (уборке в объединении, Центра, приусадебного участка, сборе макулатуры).	4	3	2	1	0

3	Выполняю трудовые поручения родителей.	4	3	2	1	0
4	Добросовестно выполняю все поручения.	4	3	2	1	0
Коллективизм, чувство товарищества						
1	Удовлетворен отношением моих товарищей к другим объединениям.	4	3	2	1	0
2	Готов отстаивать интересы всего коллектива Центра, объединения в других коллективах и общественных организациях.	4	3	2	1	0
3	Готов помочь своим одноклассникам выполнять дополнительное задание или поручения взрослых.	4	3	2	1	0
4	Готов ответить за результаты своей работы и за результаты работы своих товарищей.	4	3	2	1	0
Доброта и отзывчивость						
1	Стремлюсь помочь другим ученикам, а также младшим в разрешении трудностей, возникающих перед ними.	4	3	2	1	0
2	Вежлив со взрослыми, уступаю места старшим.	4	3	2	1	0
3	Не реагирую на случайные столкновения в фойе (вестибюлях, коридорах) Центра, помогаю младшим.	4	3	2	1	0
4	Ко мне всегда можно обратиться за помощью.	4	3	2	1	0
Честность и справедливость						
1	Считаю, что необходимо отвечать за свои поступки.	4	3	2	1	0
2	Честно признаюсь, если что-то натворил.	4	3	2	1	0
3	Осуждаю своего товарища, если он рассказал взрослому о проступке товарища без его присутствия при разговоре.	4	3	2	1	0
4	Открыто и смело высказываю свое мнение перед любым коллективом.	4	3	2	1	0
Простота и скромность						
1	Говоря о своих успехах, не забываю об успехах товарищей.	4	3	2	1	0
2	Понимаю, что человека уважают не за деньги.	4	3	2	1	0
3	Я не хвастаюсь.	4	3	2	1	0
4	Могу дружить с девочками и мальчиками другой национальности	4	3	2	1	0
Культурный уровень						
1	Посещаю музеи, выставки, театры не реже одного раза в месяц.	4	3	2	1	0

2	Среди телевизионных передач смотрю учебные, познавательные фильмы (из жизни растительного и животного миров, передачи, посвященные жизни и деятельности писателей, артистов кино...) Слушаю не только современную музыку, эстрадную, но и классическую.	4	3	2	1	0
3	Слежу за своей речью, не допускаю, чтобы при моем присутствии говорили грубо, некорректно, нецензурно.	4	3	2	1	0
4	Соблюдаю правила поведения в общественных местах (в том числе транспорте)	4	3	2	1	0

Обработка данных

Результат №1

Расчет делать по каждому пункту.

- “0” - всегда нет или никогда.
- “1” - очень редко, чаще случайно.
- “2”- чаще нет, чем да, иногда вспоминаю.
- “3”- чаще да, чем нет, иногда забываю.
- “4”- всегда да, постоянно.

Результаты одного пункта складываются и делятся на 16 (максимальное кол-во баллов)
 $(3+4+3+4)/16$

Затем складываются показатели по всем пунктам и делятся на 10
 $(1+0,9+0,7+0,6+0,5+1+1+1+0,2)/10$

- 0-0,5 – низкий уровень воспитанности
- 0,51-0,6- уровень воспитанности ниже среднего
- 0,61 -0,8 средний уровень воспитанности
- 0,81-0,9 уровень воспитанности выше среднего
- 0,91-1- высокий уровень воспитанности

Затем складываются показатели каждого ученика и делятся на количество учащихся, получаем уровень воспитанности объединения. Впоследствии можно отследить (осуществить мониторинг) уровня воспитанности за определенный промежуток времени.

- Низкий уровень: слабое, неустойчивое положительное поведение, которое регулируется в основном требованиями взрослых и другими внешними стимулами и побудителями, самоорганизации и саморегуляции ситуативны.
- Средний уровень: свойственна самостоятельность, проявление самоорганизации и саморегуляции, отсутствует общественная позиция.
- Хороший уровень: положительная самостоятельность в деятельности и поведении, общественная позиция ситуативна.
- Высокий уровень: устойчивая и положительная самостоятельность в деятельности и поведении, проявляется активная общественная и гражданская позиция.

Календарно-тематический план.

№ пп	Дата проведения (число, месяц, год)	Раздел программы	Тема занятия	Всего кол-во часов	Кол-во часов	Кол-во часов
					Теория	Практика
1	сентябрь	Вводное занятие.	Инструктаж по технике безопасности.	2	2	-
2	сентябрь	Общая физическая подготовка.	Общеразвивающие упражнения	2	-	2
3	сентябрь	Специальная физическая подготовка.	Упражнения на развитие быстроты	2	-	2
4	сентябрь	Общая физическая подготовка.	Влияние физических упражнений на укрепление здоровья, повышения работоспособности и совершенствование двигательной функции человека.	2	2	-
5	сентябрь	Специальная физическая подготовка.	Специальная выносливость	2	-	2
6	сентябрь	Техническая подготовка	Совершенствование ударов мяча по воротам правой и левой ногой, внешней и внутренней стороной стопы	2	-	2
7	сентябрь	Техническая подготовка.	Значение умения сочетать технические приемы в различных игровых ситуациях	2	2	-
8	сентябрь	Техническая подготовка.	Совершенствование техники ведения мяча внешней и внутренней с стороны стопы	2	-	2
9	сентябрь	Общая физическая подготовка.	Упражнения на развитие гибкости и подвижности в суставах	2	-	2
10	сентябрь	Специальная физическая подготовка.	Упражнения на развитие быстроты	2	-	2
11	октябрь	Специальная физическая подготовка.	Скоростно-силовая подготовка	2	-	2
12	октябрь	Техническая подготовка.	Остановка мяча и обработка грудью, бедром, стопой на месте и в движении.	2	-	2
13	октябрь	Техническая подготовка.	Остановка мяча и обработка грудью, бедром, стопой на месте и в движении.	2	-	2
14	октябрь	Тактическая подготовка.	Роль тактического мышления, ориентировки на поле, творческой инициативы при решении различных игровых ситуациях.	2	2	-
15	октябрь	Тактическая подготовка.	Совершенствование индивидуальных действий в защите, отбор мяча, игра на опережение, выбор позиции.	2	-	2
16	октябрь	Специальная физическая подготовка.	Упражнения на развитие быстроты	2	-	2
17	октябрь	Специальная физическая подготовка.	Подвижные игры - баскетбол с партнером на спине	2	-	2
18	октябрь	Специальная физическая подготовка.	Ходьба и бег с отягощениями. Разновидность прыжков с дополнительным отягощением	2	-	2

19	октябрь	Техническая подготовка.	Совершенствование ударов мяча по воротам правой и левой ногой, внешней и внутренней стороной стопы	2	-	2
20	октябрь	Техническая подготовка.	Совершенствование ударов мяча по воротам правой и левой ногой, внешней и внутренней стороной стопы	2	-	2
21	октябрь	Тактическая подготовка.	Совершенствование тактических схем при розыгрыше стандартных положений при аутах, при угловых ударах, введение мяча в игру вратарем.	2	-	2
22	октябрь	Тактическая подготовка.	Совершенствование тактических схем при розыгрыше стандартных положений при аутах, при угловых ударах, введение мяча в игру вратарем.	2	-	2
23	ноябрь	Тактическая подготовка.	Совершенствование тактических схем при розыгрыше стандартных положений при аутах, при угловых ударах, введение мяча в игру вратарем.	2	-	2
24	ноябрь	Техническая подготовка.	Совершенствование техники ведения мяча внешней и внутренней с стороной стопы.	2	-	2
25	ноябрь	Техническая подготовка.	Методы совершенствования в технике владения мячом	2	2	-
26	ноябрь	Общая физическая подготовка.	Общеразвивающие упражнения	2	-	2
27	ноябрь	Общая физическая подготовка.	Общеразвивающие упражнения	2	-	2
28	ноябрь	Специальная физическая подготовка.	Специальная выносливость	2	-	2
29	ноябрь	Специальная физическая подготовка.	Упражнения для развития гибкости	2	-	2
30	ноябрь	Техническая подготовка.	Совершенствование техники игры вратаря. Отработка техники владения мячом; ловля, отбивание и переводы мяча, броски в левую и правую сторону.	2	-	2
31	ноябрь	Техническая подготовка.	Совершенствование техники игры вратаря. Отработка техники владения мячом; ловля, отбивание и переводы мяча, броски в левую и правую сторону.	2	-	2
32	ноябрь	Тактическая подготовка.	Действия игрока на площадке с мячом и без мяча во время атаки команды своей и соперника.	2	-	2
33	ноябрь	Тактическая подготовка.	Действия игрока на площадке с мячом и без мяча во время атаки команды своей и соперника.	2	-	2
34	ноябрь	Общая физическая подготовка.	Комплекс упражнений с локальным воздействием на отдельные мышечные группы.	2	-	2
35	ноябрь	Общая физическая подготовка.	Комплекс упражнений с локальным воздействием на отдельные мышечные группы.	2	-	2
36	ноябрь	Общая физическая	Упражнения на развитие	2	-	2

		подготовка.	гибкости и подвижности в суставах.			
37	декабрь	Специальная физическая подготовка.	Скоростно-силовые упражнения.	2	-	2
38	декабрь	Специальная физическая подготовка.	Беговые упражнения.	2	-	2
39	декабрь	Специальная физическая подготовка.	Прыжковые упражнения.	2	-	2
40	декабрь	Техническая подготовка.	Совершенствование жонглирования мячом стопой, бедром, головой (на месте и в движении)	2	-	2
41	декабрь	Техническая подготовка.	Совершенствование жонглирования мячом стопой, бедром, головой (на месте и в движении)	2	-	2
42	декабрь	Общая физическая подготовка	Влияние физических упражнений на укрепление здоровья, повышения работоспособности и совершенствование двигательной функции человека	2	2	-
43	декабрь	Тактическая подготовка.	Взаимодействие игроков защиты и нападения в своих линиях	2	-	2
44	декабрь	Тактическая подготовка.	Взаимодействие игроков защиты и нападения в своих линиях	2	-	2
45	декабрь	Специальная физическая подготовка.	Бег в медленном темпе чередующийся с ускорением на месте	2	-	2
46	декабрь	Специальная физическая подготовка.	Старты из разных исходных положений	2	-	2
47	декабрь	Техническая подготовка.	Розыгрыши стандартных положений; игра в стенку. Розыгрыш мяча при штрафных и свободных ударах.	2	-	2
48	декабрь	Техническая подготовка.	Розыгрыши стандартных положений; игра в стенку. Розыгрыш мяча при штрафных и свободных ударах.	2	-	2
48	декабрь	Текущий контроль	Текущий контроль	2	-	2
50	декабрь	Текущий контроль	Текущий контроль	2	-	2
51	декабрь	Тактическая подготовка.	Совершенствование тактических схем, при розыгрыше стандартных положений при игре на площадке в уменьшенном составе и численном преимуществе	2	-	2
52	январь	Специальная физическая подготовка.	Бег в медленном темпе с ускорением (10-15 метров) по сигналу	2	-	2
53	январь	Общая физическая подготовка.	Общеразвивающие упражнения	2	-	2
54	январь	Общая физическая подготовка.	Комплекс упражнений с локальным воздействием на отдельные мышечные группы. Упражнения на развитие гибкости и подвижности в суставах.	2	-	2
55	январь	Техническая подготовка.	Совершенствование ударов мяча по воротам правой и левой ногой, внешней и внутренней	2	-	2

			стороной стопы.			
56	январь	Тактическая подготовка.	Совершенствование индивидуальных действий в защите, отбор мяча, игра на опережение, выбор позиции.	2	-	2
57	январь	Тактическая подготовка.	Совершенствование индивидуальных действий в защите, отбор мяча, игра на опережение, выбор позиции.	2	-	2
58	январь	Специальная физическая подготовка.	Упражнения на развитие быстроты	2	-	2
59	январь	Техническая подготовка.	Совершенствование техники ведения мяча внешней и внутренней с стороны стопы.	2	-	2
60	январь	Специальная физическая подготовка.	Скоростно-силовая подготовка	2	-	2
61	январь	Специальная физическая подготовка.	Подвижные игры - баскетбол с партнером на спине.	2	-	2
62	январь	Специальная физическая подготовка.	Подвижные игры - баскетбол с партнером на спине.	2	-	2
63	январь	Инструктаж по технике безопасности.	Инструктаж по технике безопасности.	2	-	2
64	январь	Техническая подготовка.	Совершенствование жонглирования мячом стопой, бедром, головой (на месте и в движении).	2	-	2
65	февраль	Техническая подготовка.	Совершенствование жонглирования мячом стопой, бедром, головой (на месте и в движении).	2	-	2
66	февраль	Техническая подготовка.	Остановка мяча и обработка грудью, бедром, стопой на месте и в движении.	2	-	2
67	февраль	Техническая подготовка.	Совершенствование техники игры вратаря. Отработка техники владения мячом; ловля, отбивание и переводы мяча, броски в левую и правую сторону.	2	-	2
68	февраль	Специальная физическая подготовка.	Упражнения для развития гибкости	2	-	2
69	февраль	Специальная физическая подготовка.	Упражнения для развития гибкости	2	-	2
70	февраль	Техническая подготовка.	Розыгрыши стандартных положений; игра в стенку. Розыгрыш мяча при штрафных и свободных ударах.	2	-	2
71	февраль	Техническая подготовка.	Розыгрыши стандартных положений; игра в стенку. Розыгрыш мяча при штрафных и свободных ударах.	2	-	2
72	февраль	Тактическая подготовка.	Совершенствование тактических схем при розыгрыше стандартных положений при аутах, при угловых ударах, введение мяча в игру вратарем.	2	-	2
73	февраль	Тактическая подготовка.	Действия игрока на площадке с мячом и без мяча во время атаки команды своей и соперника.	2	-	2
74	февраль	Специальная физическая подготовка.	Специальная выносливость	2	-	2
75	февраль	Тактическая подготовка.	Взаимодействие игроков защиты и нападения в своих линиях	2	-	2

76	февраль	Тактическая подготовка.	Взаимодействие игроков защиты и нападения в своих линиях	2	-	2
77	февраль	Тактическая подготовка.	Совершенствование тактических схем, при розыгрыше стандартных положений при игре на площадке в уменьшенном составе и численном преимуществе.	2	-	2
78	февраль	Специальная физическая подготовка.	Бег в медленном темпе чередующийся с ускорением на месте. Старты из разных исходных положений	2	-	2
79	март	Специальная физическая подготовка.	Бег в медленном темпе чередующийся с ускорением на месте. Старты из разных исходных положений	2	-	2
80	март	Общая физическая подготовка.	Влияние физических упражнений на укрепление здоровья, повышения работоспособности и совершенствование двигательной функции человека.	2	2	-
81	март	Общая физическая подготовка.	Общеразвивающие упражнения	2	-	2
82	март	Техническая подготовка.	Методы совершенствования в технике владения мячом.	2	2	-
83	март	Тактическая подготовка.	Совершенствование индивидуальных действий в защите, отбор мяча, игра на опережение, выбор позиции.	2	-	2
84	март	Специальная физическая подготовка.	Упражнения на развитие быстроты	2	-	2
85	март	Специальная физическая подготовка.	Скоростно-силовая подготовка	2	-	2
86	март	Техническая подготовка.	Совершенствование ударов мяча по воротам правой и левой ногой, внешней и внутренней стороной стопы.	2	-	2
87	март	Общая физическая подготовка.	Комплекс упражнений с локальным воздействием на отдельные мышечные группы	2	-	2
88	апрель	Специальная физическая подготовка.	Специальная выносливость	2	-	2
89	апрель	Общая физическая подготовка.	Упражнения на развитие гибкости и подвижности в суставах.	2	-	2
90	апрель	Тактическая подготовка.	Совершенствование тактических схем при розыгрыше стандартных положений при аутах, при угловых ударах, введение мяча в игру вратарем.	2	-	2
91	апрель	Тактическая подготовка.	Действия игрока на площадке с мячом и без мяча во время атаки команды своей и соперника.	2	-	2
92	апрель	Техническая подготовка.	Совершенствование техники ведения мяча внешней и внутренней с стороной стопы.	2	-	2
93	апрель	Техническая подготовка.	Совершенствование жонглирования мячом стопой, бедром, головой (на месте и в движении).	2	-	2

94	апрель	Техническая подготовка.	Совершенствование техники игры вратаря. Отработка техники владения мячом; ловля, отбивание и переводы мяча, броски в левую и правую сторону.	2	-	2
95	апрель	Специальная физическая подготовка.	Специальная выносливость	2	-	2
96	апрель	Тактическая подготовка.	Взаимодействие игроков защиты и нападения в своих линиях	2	-	2
97	апрель	Тактическая подготовка.	Взаимодействие игроков защиты и нападения в своих линиях	2	-	2
98	апрель	Общая физическая подготовка.	Общеразвивающие упражнения	2	-	2
99	апрель	Общая физическая подготовка.	Общеразвивающие упражнения	2	-	2
100	май	Промежуточная аттестация	Промежуточная аттестация	2	--	2
101	май	Промежуточная аттестация	Промежуточная аттестация	2	-	2
102	май	Специальная физическая подготовка.	Скоростно-силовые упражнения.	2	-	2
103	май	Специальная физическая подготовка.	Беговые упражнения.	2	-	2
104	май	Специальная физическая подготовка.	Прыжковые упражнения.	2	-	2
105	май	Тактическая подготовка.	Взаимодействие игроков защиты и нападения в своих линиях	2	-	2
106	май	Тактическая подготовка.	Взаимодействие игроков защиты и нападения в своих линиях		-	2
107	май	Тактическая подготовка.	Совершенствование тактических схем, при розыгрыше стандартных положений при игре на площадке в уменьшенном составе и численном преимуществе.	2	-	2
108	май	Специальная физическая подготовка.	Бег в медленном темпе чередующийся с ускорением на месте. Старты из разных исходных положений	2	-	2

П Л А Н
воспитательной работы
П.Д.О. Выучейский Алексей Павлович
на 2022-2023 учебный год

№ п/п	Мероприятие	Группы	Сроки проведения	Ответственный	Отметка о выполнении
1	«Проведение инструктажа по технике безопасности»	Совершенствование мастерства	5.09.- 10.05.2022	Выучейский А.П.	
2	«Правила дорожного движения»	Совершенствование мастерства	10.10.- 20.10.2022	Выучейский А.П.	
3	«Правила поведения на дорогах в гололед»	Совершенствование мастерства	5.11.- 7.11.2022	Выучейский А.П.	
4	Походы в кино/музей	Совершенствование мастерства	На протяжении и всего учебного года	Выучейский А.П.	
5	Проведение турнира «Новый гол» Приуроченный к новому году	Совершенствование мастерства	26.12.2022- 30.12.2022	Выучейский А.П.	

План работы с родителями на 2022 – 2023 учебный год

Сроки	Наименование мероприятия	Место проведения	Ответственный
Сентябрь	Проведение родительских собраний по темам: «Начало учебного года, цели, задачи, перспективы развития коллектива». Формирование родительского комитета.	спортивный зал	педагог
Апрель	Анкетирование родителей	Онлайн-тестирование	Педагог, методист
Май	Родительское собрание	спортивный зал	педагог
В течение года	Консультация для родителей	спортзал	Педагог, методист
в течение года	Методички в группе ВК по темам: «Что дает детям спорт», «Что нельзя есть после тренировки», «Финансовая грамотность», «Памятки по использованию светоотражателей» и др.	-	Педагог, методист

Муниципальное учреждение дополнительного образования «Центр дополнительного образования детей «Орбита»

Протокол

результатов промежуточной аттестации учащихся

Объединение «Мини футбол»» Группа № _____ Год обучения _____ Дата проведения _____

№ п/п	Фамилия, имя учащегося	Год занятий / возраст	Уровень усвоения теоретического материала	Уровень воспитанности	Уровень усвоения практических навыков	Участие в выставках (конкурсах)		Итого	Переведен, отчислен, выпущен
						Ранг	Уровень		
1									
2									
3									
4									
5									
6									
7									
8									
9									
10									

Итого учащихся «высокого» уровня - _____; «среднего» уровня - _____; «низкого» уровня - _____.

ПДО _____ / _____ / Решение Педагогического совета Протокол № _____ от « _____ » _____ 20

