

Управление физической культуры, спорта и туризма
Администрации Сургутского района

Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования
«Спортивная школа № 2» Сургутского района

ПРИНЯТО
Педагогическим советом
МАУ ДО «Спортивная школа № 2»
Сургутского района

Протокол № 01 от 05.05.2023г.

УТВЕРЖДАЮ
И.о. директора МАУ ДО
«Спортивная школа № 2»
Сургутского района

_____ Н.В. Суворова
Приказ № 161-ОД от 05.05.2023г.

**Дополнительная образовательная программа
спортивной подготовки по виду спорта
«Футбол» (дисциплина мини-футбол)**

Разработана с учетом примерной дополнительной образовательной программы спортивной подготовки по виду спорта «футбол», утвержденной приказом Министерства спорта Российской Федерации от 14 декабря 2022 г. №1230 в соответствии с требованиями Федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта «футбол», утвержденного приказом Министерства спорта Российской Федерации от 16.11.2022г. № 1000

Этап спортивной подготовки	Продолжительность этапов (в годах)
Этап начальной подготовки	3 года
Учебно-тренировочный этап	5 лет

г.п. Белый Яр, Сургутский район
2023 год

Разработчики:

Заместитель директора

Н.В. Суворова

Начальник отдела

Н. В. Бородина

Инструктор-методист

А.В. Часовская

Инструктор-методист

И.Р.Мельникова

Тренер-преподаватель

А.В. Кошанов

ОГЛАВЛЕНИЕ

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА		4
1	ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ	5
2	ХАРАКТЕРИСТИКА ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ	5
2.1	Сроки, объемы, виды (формы) обучения	5
2.2	Годовой учебно-тренировочный план	8
2.3	Календарный план воспитательной работы	10
2.4	План мероприятий, направленный на предотвращение допинга в спорте и борьбу с ним	11
2.5	Планы инструкторской и судейской практики	12
2.6	Планы медицинских, медико-биологических мероприятий и применения восстановительных средств.	12
3	СИСТЕМА КОНТРОЛЯ	13
3.1	Требования к результатам прохождения дополнительной образовательной программы спортивной подготовки, в том числе к участию в спортивных соревнованиях	13
3.2	Оценка результатов освоения дополнительной образовательной программы спортивной подготовки	13
4	РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ПО ВИДУ СПОРТА «ФУТБОЛ»	15
4.1	Содержание программы	18
4.2	Учебно-тематический план по теоретической подготовке	27
5	ОСОБЕННОСТИ ОСУЩЕСТВЛЕНИЯ СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ ПО ОТДЕЛЬНЫМ СПОРТИВНЫМ ДИСЦИПЛИНАМ ВИДА СПОРТА «ФУТБОЛ»	29
6	УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ	30
6.1	Требования к кадровому составу организаций, реализующих дополнительные образовательные программы спортивной подготовки	30
6.2	Требования к материально-техническим условиям реализации этапов спортивной подготовки	31
6.3	Иные условия реализации дополнительной образовательной программы спортивной подготовки	34
Перечень информационного обеспечения		35

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Футбóл, дисциплина мини-футбол (от англ. foot - ступня, ball - мяч) - командный вид спорта, в котором целью является забить мяч в ворота соперника ногами или другими частями тела (кроме рук) большее количество раз, чем команда соперника. В настоящее время самый популярный и массовый вид спорта в мире.

ХМАО-Югра – важный регион на мини-футбольной карте России и Европы. "Газпром-Югра" – многократный чемпион России и обладатель Кубка России, победитель Кубка УЕФА по мини-футболу. "Факел-ГТС" из Сургута много лет представляет автономный округ в Высшей лиге по мини-футболу. Стабильность выступлений и успехов команд – одна из причин постоянного роста интереса жителей региона к мини-футболу и увеличения количества детей, обучающихся в спортивных школах. Четырехстороннее соглашение, которое РФС подписал с Министерством спорта, правительством ХМАО-Югры и федерацией футбола региона, придаст дополнительный импульс развитию всех разновидностей футбола в регионе.

Правила мини-футбола имеют много общего с правилами большого футбола, но есть несколько важных отличий, главным из которых является уменьшенное число игроков и размер площадки. Миниатюрная версия футбола пользуется большой популярностью во многих странах, в том числе и России. В игре принимают участие 2 команды по 5 человек в каждой (4 полевых, 1 вратарь).

Вопреки распространенному мнению, в футболе недостаточно играть только ногами. Как и в других командных видах спорта, используются все физические навыки: игроки наклоняются, чтобы поймать мяч, подпрыгивают для удара головой. Бег и разгоны развивают скорость, что крайне важно для любого вида спорта. Игра, в которой нельзя задействовать руки, – лучший в этом помощник.

Футбол улучшает не только физическое, но и психологическое здоровье. Командная работа – вот в чем секрет! Неважно как вы играете, для игры важна сплоченность и солидарность. Необходимо придерживаться своей тактики, уважать своих товарищей и уметь взаимодействовать в команде. Более сплоченная и целеустремленная команда может победить команду с более сильными игроками.

Футбол относится к видам спорта, развитие которых осуществляется на общероссийском уровне.

Наименование спортивной дисциплины	Номер-код спортивной дисциплины
Футбол	0010001611Я
Мини-футбол (футзал)	0010022811Я

1. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки по виду спорта «Футбол» (дисциплина мини-футбол) (далее – Программа) составлена в соответствии с пунктом 21.1 статьи 6 Федерального закона от 4 декабря 2007 г. № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» (Собрание законодательства Российской Федерации, 2007, № 50, ст. 6242; 2011, № 50 ст. 7354; 2021, № 18, ст. 3071), частью 4 статьи 84 Федерального закона от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (Собрание законодательства Российской Федерации, 2012, № 53, ст. 7598; 2021, № 18, ст. 3071) и примерной дополнительной образовательной программы спортивной подготовки, утвержденной приказом Министерства спорта Российской Федерации от 14.12.2022г. № 1230 (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 5 августа 2022 г., регистрационный № 69543).

Программа предназначена для организации образовательной деятельности по спортивной подготовке с учетом совокупности минимальных требований к спортивной подготовке, определенных федеральным стандартом спортивной подготовки по виду спорта «футбол» утвержденным приказом Минспорта России 16.11.2022г. № 1000 (далее – ФССП).

Целью Программы является достижение спортивных результатов на основе соблюдения спортивных и педагогических принципов в учебно-тренировочном процессе в условиях многолетнего, круглогодичного и поэтапного процесса спортивной подготовки.

Основными задачами Программы являются:

- формирование и развитие спортивных и творческих способностей детей, удовлетворение их индивидуальных потребностей в физическом, интеллектуальном и нравственном совершенствовании;
- формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья обучающихся;
- формирование навыков адаптации к жизни в обществе, профессиональной ориентации;
- выявление и поддержка детей, проявивших выдающиеся способности в спорте.

2. ХАРАКТЕРИСТИКА ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ ПО ВИДУ СПОРТА «ФУТБОЛ» (дисциплина мини-футбол)

2.1. Сроки, объемы, виды (формы) обучения

Сроки реализации этапов спортивной подготовки и возрастные границы лиц, проходящих спортивную подготовку, количество лиц, проходящих спортивную подготовку в группах на этапах спортивной подготовки

(указывается с учетом пункта 1.2.1. ФССП, приложений № 1 к ФССП)

Таблица № 1

Этапы спортивной подготовки	Продолжительность этапов (в годах)	Возраст для зачисления и перевода в группы (лет)	Наполняемость групп (человек)
Этап начальной подготовки	3	7	14-28
Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	5	10	12-24

Объем дополнительной образовательной программы спортивной подготовки

(указывается с учетом пункта 1.2.2. ФССП, приложений № 2 к ФССП)

Таблица № 2

Этапный норматив	Год обучения	Количество часов в неделю	Общее количество часов в год
Этап начальной подготовки	1	6	312
	2	7	364
	3	8	416
Учебно-тренировочный этап (этап спортивного совершенствования)	1	10	520
	2	12	624
	3	12	624
	4	14	728
	5	16	832

Виды (формы) обучения, применяющиеся при реализации дополнительной образовательной программы спортивной подготовки:

- учебно-тренировочные занятия (групповые, индивидуальные, смешанные и иные);

- учебно-тренировочные мероприятия

(указывается с учетом пункта 1.2.3. ФССП, приложений № 3 к ФССП)

Таблица № 3

N п/п	Виды учебно-тренировочных мероприятий	Предельная продолжительность учебно-тренировочных мероприятий по этапам спортивной подготовки (количество суток) (без учета времени следования к месту проведения учебно-тренировочных мероприятий и обратно)	
		Этап начальной	Учебно-

		подготовки	тренировочный этап (этап спортивной специализации)
1. Учебно-тренировочные мероприятия по подготовке к спортивным соревнованиям			
1.1	Учебно-тренировочные мероприятия по подготовке к международным спортивным соревнованиям	-	-
1.2	Учебно-тренировочные мероприятия по подготовке к чемпионатам России, кубкам России, первенствам России	-	14
1.3	Учебно-тренировочные мероприятия по подготовке к другим всероссийским спортивным соревнованиям	-	14
1.4	Учебно-тренировочные мероприятия по подготовке к официальным спортивным соревнованиям субъекта Российской Федерации	-	14
2. Специальные учебно-тренировочные мероприятия			
2.1	Учебно-тренировочные мероприятия по общей и (или) специальной физической подготовке	-	14
2.2	Восстановительные мероприятия	-	-
2.3	Мероприятия для комплексного медицинского обследования	-	-
2.4	Учебно-тренировочные мероприятия в каникулярный период	До 21 суток подряд и не более двух учебно-тренировочных мероприятий в год	
2.5	Просмотровые учебно-тренировочные мероприятия	-	До 60 суток

- спортивные соревнования

(указывается с учетом пункта 1.2.3. ФССП, приложений № 4 к ФССП)

Таблица № 4

Виды спортивных соревнований	Этапы и годы спортивной подготовки			
	Этап начальной подготовки		Тренировочный этап (этап спортивной специализации)	
	До года	Свыше года	До трех лет	Свыше трех лет
Для спортивной дисциплины «мини-футбол (футзал)»				
Контрольные	1	1	1	2
Отборочные	-	-	1	2
Основные	-	-	2	2

Требования к участию в спортивных соревнованиях лиц, проходящих спортивную подготовку:

- соответствие возраста, пола и уровня спортивной квалификации лиц, проходящих спортивную подготовку, положениям (регламентам) об

официальных спортивных соревнованиях, согласно Единой всероссийской спортивной классификации, и правилам вида спорта «футбол»

- соответствие требованиям к результатам реализации Программы на соответствующем этапе спортивной подготовки;

- наличие соответствующего медицинского заключения о допуске к участию в спортивных соревнованиях;

- соблюдение общероссийских антидопинговых правил и антидопинговых правил, утвержденных международными антидопинговыми организациями.

Лицо, проходящее спортивную подготовку, направляется организацией, осуществляющей спортивную подготовку, на спортивные соревнования в соответствии с годовым планом реализации Программы, на основании Единого календарного плана межрегиональных, всероссийских и международных физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий и соответствующих положений (регламентов) об официальных спортивных соревнованиях.

Лицо, осуществляющее спортивную подготовку, при участии в спортивных соревнованиях обязано соблюдать требования соответствующих положений (регламентов) об официальных спортивных соревнованиях.

2.2. Годовой учебно-тренировочный план

Соотношение видов спортивной подготовки и иных мероприятий в структуре учебно-тренировочного процесса на этапах спортивной подготовки по виду спорта «футбол» (дисциплина мини-футбол) (указывается с учетом пункта 1.2.4. ФССП, приложений № 5 к ФССП)

Таблица №5

N п/п	Виды спортивной подготовки и иные мероприятия (%)	Этапы и годы спортивной подготовки			
		Этап начальной подготовки		Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	
		Наполняемость групп (человек)			
		14-28		12-24	
		Максимальная продолжительность одного учебно-тренировочного занятия в часах			
		2		3	
		Недельная нагрузка в часах			
		До года	Свыше года	До трех лет	Свыше трех лет
		6	7-8	10-12	12-16
1.	Общая физическая подготовка	13-17	13-17	13-17	13-17
2.	Специальная физическая подготовка	-	-	7-9	9-11
3.	Участие в спортивных соревнованиях	-	-	7-8	7-8
4.	Техническая подготовка	45-52	43-49	35-39	18-20
5.	Тактическая, теоретическая, психологическая подготовка	1-2	1-2	7-9	11-13
6.	Инструкторская и судейская практика	-	-	2-3	2-3
7.	Медицинские, медико-биологические, восстановительные	3-5	3-5	2-4	8-11

	мероприятия, тестирование и контроль				
8	Интегральная подготовка	32-36	34-39	20-24	26-29

**Годовой учебно-тренировочный план для этапа начальной подготовки
(в часах)**

Таблица №6

№ п/п	Виды подготовки	НП-1	НП-2	НП-3
Недельная нагрузка в часах		6	7	8
1	Общая физическая подготовка	53	62	71
2	Специальная физическая подготовка	-	-	-
3	Спортивные соревнования	-	-	-
4	Техническая подготовка	144	160	184
5	<i>Тактическая, теоретическая, психологическая подготовка, из них:</i>	6	7	8
5.1	тактическая подготовка	2	3	4
5.2	теоретическая подготовка	3	3	3
5.3	психологическая подготовка	1	1	1
6	<i>Инструкторская и судейская практика, из них</i>	-	-	-
6.1	Инструкторская практика	-	-	-
6.2	Судейская практика	-	-	-
7	<i>Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль, из них:</i>	9	11	12
7.1	Медицинские, медико-биологические	2	2	2
7.2	Восстановительные мероприятия	3	5	6
7.3	Тестирование и контроль	4	4	4
8	Интегральная подготовка	100	124	141
ИТОГО		312	364	416

**Годовой учебно-тренировочный план учебно-тренировочного этапа
(углубленной специализации) (в часах)**

Таблица №7

№ п/п	Виды подготовки	УТ-1	УТ-2	УТ-3	УТ-4	УТ-5
Недельная нагрузка в часах		10	12	12	14	16
1	Общая физическая подготовка	79	94	94	109	124
2	Специальная физическая подготовка	36	44	62	73	83
3	Спортивные соревнования	36	44	44	51	58
4	Техническая подготовка	182	218	112	131	150
5	<i>Тактическая, теоретическая, психологическая подготовка, из них:</i>	36	44	69	80	92
5.1	тактическая подготовка	21	29	52	63	75
5.2	теоретическая подготовка	13	13	13	13	13
5.3	психологическая подготовка	2	2	4	4	4
6	<i>Инструкторская и судейская практика, из них</i>	10	12	12	15	17

6.1	Инструкторская практика	8	9	9	10	12
6.2	Судейская практика	2	3	3	5	5
7	Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль, из них:	16	18	50	58	67
7.1	Медицинские, медико-биологические	2	2	4	4	4
7.2	Восстановительные мероприятия	6	12	40	48	57
7.3	Тестирование и контроль	4	4	6	6	6
8	Интегральная подготовка	125	150	181	211	241
ИТОГО		520	624	624	728	832

2.3. Календарный план воспитательной работы

Таблица № 8

№ п/п	Направление работы	Мероприятия	Сроки проведения
Профориентационная деятельность			
1	Судейская практика	- Участие в семинарах различного формата, прохождение обучающих курсов; - Судейство спортивно-массовых мероприятий и соревнований, ВФСК «ГТО».	В течение года
2	Инструкторская практика	- Просмотр и анализ проведения учебно-тренировочных занятий; - Разработка планов-конспектов тренировочных занятий - Проведение учебно-тренировочных занятий.	В течение года
3	Профориентационная работа	- Посещение учебных заведений среднего и высшего профессионального образования спортивной направленности;	В течение года
Здоровье сбережение			
1	Организация и проведение мероприятий, направленных на формирование здорового образа жизни	Проведение: - бесед, открытых уроков, мастер-классов, викторин (о культуре здоровья, здоровом образе жизни, вредных привычках, особенностях и принципах формирования экологической культуры и т.д.); - спортивных мероприятий; - инструктажей по технике безопасности; - участие в мероприятиях по антидопингу.	В течение года
2	Режим питания и отдыха	Проведение лекций, бесед, просмотр видеоматериалов (об особенностях организации рационального питания, распорядке дня, режимах отдыха при занятиях спортом).	В течение года
Патриотическое воспитание обучающихся			
1	Теоретическая подготовка	Проведение: - бесед, диспутов, круглых столов, направленных на формирование у обучающихся высокого патриотического сознания, чувства верности, уважения к своему Отечеству, традициям своего народа, готовности к выполнению гражданского долга и конституционных обязанностей по защите интересов Родины; - Просмотр кинофильмов, посещение выставок, музеев и т.д.	В течение года
2	Практическая подготовка	Участие в: - физкультурных и спортивно-массовых мероприятиях, спортивных соревнованиях, в том числе в парадах,	В течение года

		<p>церемониях открытия (закрытия), награждения;</p> <p>- праздничных мероприятиях, связанных со значимыми датами РФ, ХМАО-Югры, г. Сургутского района;</p> <p>- всероссийских акциях («Кросс наций», «Лыжня России» и др.)</p>	
		<p>Проведение:</p> <p>- мероприятий с приглашением именитых спортсменов, тренеров и ветеранов спорта;</p> <p>- тематических спортивно-массовых мероприятий (игры, эстафеты, конкурсы, соревнования и т.д.), посвященных: «Дню народного единства», «Дню защитника отечества», «Дню Победы в ВОВ», «Дню защиты детей», «Дню физкультурника» и т.д.</p>	
		- Участие в мероприятии спортивная премия «Спортсмен года», «Спортивная Элита»	Апрель
Развитие творческого мышления			
1	Практическая подготовка	<p>Проведение учебно-тренировочных занятия, бесед, встреч, дискуссий, направленных на развитие спортивного мышления у обучающихся, которое способствует достижению высоких спортивных результатов.</p> <p>Просмотр и анализ (разбор) видеоматериалов учебно-тренировочных занятий, соревнований.</p> <p>Просмотр обучающих видеороликов по видам спортивной подготовки.</p>	В течение года

2.4. План мероприятий, направленный на предотвращение допинга в спорте и борьбу с ним

Таблица № 9

Содержание мероприятия и его форма	Сроки проведения	Рекомендации по проведению мероприятий
Этап начальной подготовки		
Онлайн-курс «Ценности спорта»	1 раз в год (при зачислении или в январе для ранее зачисленных)	На сайте РУСАДА для спортсменов 13 лет и старше доступен Антидопинговый онлайн курс. Для спортсменов 7-12 лет доступен онлайн курс по ценностям чистого спорта.
Семинар "Ценности спорта. Честная игра"	В течение года	
Антидопинговый диктант "Всероссийский антидопинговый диктант"	III квартал 2023	
Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)		
Семинары и малогрупповые лекции на темы: «Виды нарушений антидопинговых правил» «Проверка лекарственных средств» «Права и обязанности спортсменов»	в течение учебно-тренировочного года по плану МО	Информирование спортсменов по вопросам спорта в области антидопинга Важные моменты для спортсменов в области антидопинга http://www.rusada.ru/athletes/

Онлайн-семинар «Обработка результатов в случае возможного нарушения антидопинговых правил»	апрель	Информирование спортсменов по вопросам антидопинговых правил спортсменов
Онлайн обучение «Антидопинг»	в течение учебно-тренировочного года	Прохождение онлайн курса на сайте РУСАДА Ссылка на образовательный курс: https://newrusada.triagonal.net Основной поток - январь

2.5. Планы инструкторской и судейской практики.

Таблица №10

№ п/п	Задачи	Виды практических занятий	Сроки проведения
Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)			
1	Освоение обязанностей судей при проведении спортивных мероприятий	Изучение этики поведения спортивных судей, овладение спортивной терминологией. Изучение правил соревнований по гиревому спорту. Изучение обязанностей и прав участников соревнований. Изучение общих обязанностей судей и главной судейской коллегии и других бригад спортивных судей. Знакомство и изучение с подготовкой и оформлением мест проведения соревнований.	В течение года
2	Освоение методики проведения учебно-тренировочных занятий по гиревому спорту	Разработка комплексов упражнений для развития основных физических качеств спортсменов. Показ простых упражнений для совершенствования технической подготовки. Составление комплексов упражнений для подготовительной, основной и заключительной частей занятия, разминки перед соревнованием.	В течение года
3	Судейство спортивно-массовых мероприятий и соревнований	Выполнение обязанностей спортивных судей на различных позициях. Оказание помощи в оформлении мест проведения спортивно-массовых мероприятий и соревнований.	В течение года

2.6. Планы медицинских, медико-биологических мероприятий и применения восстановительных средств.

Медицинское, медико-биологическое сопровождение обучающихся МАУ ДО «Спортивная школа № 2» Сургутского района осуществляют медицинские работники учреждения.

Таблица №11

№ п/п	Мероприятие	Содержание
1	Организация и проведение медицинских обследований поступающих	Проведение анализа оценки ряда медико-биологических показателей обучающихся по следующим критериям: - оценка состояния здоровья и медицинских противопоказаний к занятиям по футболу (мини-футболу);

		- оценка функционального состояния и уровня физической работоспособности;
2	Организация углубленных медицинских обследований обучающихся	Углубленные медицинские обследования обучающихся проходят в БУ ХМАО-Югры «Клинический врачебно-физкультурный диспансер» согласно Приказу Министерства здравоохранения РФ от 23.10.20250г. № 1144п
3	Организация и проведение комплексных, этапных, текущих медицинских обследований обучающихся и врачебно-педагогических наблюдений	Проведение медицинских обследований осуществляется в рамках системы медико-биологического обеспечения обучающихся в соответствии с планом спортивной подготовки по видам спорта и действующей лицензией на осуществление медицинской деятельности.
4	Медицинское обеспечение тренировочных мероприятий и соревнований обучающихся	Проводится штатными медицинскими работниками Учреждения, в том числе в выездной форме, в соответствии с планом спортивной подготовки по видам спорта и действующей лицензией на осуществление медицинской деятельности.

3. СИСТЕМА КОНТРОЛЯ

3.1. Требования к результатам прохождения дополнительной образовательной программы спортивной подготовки, в том числе к участию в спортивных соревнованиях

(указывается с учетом пункта 6.1-6.2 ФССП)

По итогам освоения Программы применительно к этапам спортивной подготовки лицу, проходящему спортивную подготовку (далее – обучающийся), необходимо выполнить следующие требования к результатам прохождения Программы, в том числе, к участию в спортивных соревнованиях:

На этапе начальной подготовки:

- формирование устойчивого интереса к занятиям физической культурой и спортом;
- получение общих теоретических знаний о физической культуре и спорте, в том числе о виде спорта "футбол";
- формирование двигательных умений и навыков, в том числе в виде спорта "футбол";
- повышение уровня физической подготовленности и всестороннее гармоничное развитие физических качеств;
- укрепление здоровья.

На учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации):

- формирование устойчивого интереса к занятиям видом спорта "футбол";
- формирование разносторонней общей и специальной физической подготовленности, а также теоретической, технической, тактической и психологической подготовленности, соответствующей виду спорта "футбол";
- обеспечение участия в официальных спортивных соревнованиях и формирование навыков соревновательной деятельности;
- укрепление здоровья.

3.2. Оценка результатов освоения дополнительной образовательной программы спортивной подготовки.

Оценка результатов освоения Программы сопровождается аттестацией обучающихся, проводимой организацией, реализующей Программу, на основе разработанных комплексов контрольных упражнений, перечня тестов и (или) вопросов по видам подготовки, не связанным с физическими нагрузками (далее – тесты), а также с учетом результатов участия обучающегося в спортивных соревнованиях и достижения им соответствующего уровня спортивной квалификации.

Контрольные и контрольно-переводные нормативы (испытания) по видам спортивной подготовки (указываются комплексы контрольных упражнений с учетом приложений №№ 6-7 к ФССП и тесты) и уровень спортивной квалификации обучающихся по годам и этапам спортивной подготовки (указывается с учетом приложений № 7 к ФССП)

Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления и перевода на этап начальной подготовки по виду спорта "футбол"(дисциплина мини-футбол)

Таблица № 12

N п/п	Упражнения	Единица измерения	НП-1		НП-2		НП-3	
			мальчик и	девочк и	мальчик и	девочки	мальчи ки	девоч ки
1. Нормативы общей физической подготовки для спортивной дисциплины "мини-футбол (футзал)"								
1.1.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее		не менее		не менее	
			100	90	110	105	140	120
2. Нормативы технической подготовки для спортивной дисциплины "мини-футбол (футзал)"								
2.1.	Бег на 10 м с высокого старта	с	не более		не более		не более	
			2,35	2,50	2,30	2,40	2,25	2,35
2.2.	Челночный бег 5х6 м	с	не более		не более		не более	
			12,40	12,60	12,20	12,40	12,0	12,20
2.3.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее		не менее		не менее	
			100	90	110	105	140	120

Нормативы общей физической и технической подготовки, уровень спортивной квалификации (спортивные разряды) для зачисления и перевода на учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации) по виду спорта "футбол"(дисциплина мини-футбол)

Таблица № 13

N п/п	Упражнения	Единица измерения	Т(СС)-1		Т(СС)-2		Т(СС)-3		Т(СС)-4 Т(СС)-5	
			юноши	девушки	юноши	девушки	юноши	девушки	юноши	девушки
1. Нормативы общей физической подготовки для спортивной дисциплины "мини-футбол (футзал)"										
1.1.	Бег на 10 м с	с	не более		не более		не более		не более	

	высокого старта		2,20	2,30	2,15	2,25	2,10	2,20	2,05	2,15
1.2.	Бег на 30 м	с	не более		не более		не более		не более	
			5,40	5,60	5,30	5,50	5,20	5,40	5,10	5,30
1.3.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее		не менее		не менее		не менее	
			160	140	165	145	170	150	180	160
1.4.	Челночный бег 3x10 м	с	не более		не более		не более		не более	
			8,70	9,00	8,60	8,90	8,50	8,80	8,40	8,70
2. Нормативы технической подготовки для спортивной дисциплины "мини-футбол (футзал)"										
2.1.	Прыжок в высоту с места отталкиванием двумя ногами	см	не менее		не менее		не менее		не менее	
			20	16	22	18	24	20	26	22
2.2.	Челночный бег 104 м с высокого старта (в метрах: 2x6+2x10+2x20+2x10+2x6)	с	не более		не более		не более		не более	
			29,40	32,60	29,30	32,50	29,20	32,40	29,00	32,20
3. Уровень спортивной квалификации										
3.1.	Период обучения на этапе спортивной подготовки	Не устанавливается				Наличие спортивных разрядов - "третий юношеский спортивный разряд", "второй юношеский спортивный разряд", "первый юношеский спортивный разряд", "третий спортивный разряд"				

4. РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ПО ВИДУ СПОРТА «ФУТБОЛ» (дисциплина мини-футбол)

Физическая подготовка.

Общая физическая подготовка.

Строевые упражнения. Понятие о строе, шеренге, колонне, флангах, интервале, дистанции, направляющем, замыкающем, о предварительной и исполнительной команде. Повороты на месте и в движении, построениях. Перемена направления движения строя, изменение движения строя.

Упражнение для укрепления мышц, костно-связочного аппарата и улучшение подвижности в суставах.

Упражнение для рук и плечевого пояса: сгибание и разгибание рук, махи, вращения, отведения и приведения, поднимание и опускание, рывковые движения.

Упражнения с предметами: с короткой и длинной скакалкой, гантелями, «блинами», набивными мячами, мешочками с песком, резиновыми амортизаторами, палками, булавами, со штангой; из различных исходных положений: стоя, сидя, лежа, на месте и в движении, в прыжке.

Упражнения для мышц шеи и туловища. Наклоны, повороты и вращения головы в различные направления, с сопротивлением руками. Наклоны, повороты, вращения туловища, вращение тела. Поднимание и опускание прямых и согнутых ног в положении лёжа в сед и обратно; смешанные упоры «висы лицом и спиной вниз», угол из различных исходных положений; упражнения, способствующие формированию правильной осанки.

Упражнения на ноги. Поднимание на носках, ходьбе на носках, внутренней и внешней стороне стопы. Вращения в голеностопных суставах; сгибание и разгибание ног в коленном, тазобедренном и голеностопном суставах; приседания и приведения, махи ногой в разных направлениях. Выпады, пружинистые покачивания в выпаде, подскоки из разных исходных положений. Прыжки, многоскоки, ходьба в полном приседе и полуприседе.

Упражнения для направленного развития физических качеств.

Упражнения для развития координационных способностей.

Разнонаправленные движения рук и ног в различных исходных положениях, опорные и без опорные прыжки с мостика, с трамплина без поворота и с поворотом; прыжки в высоту различными способами, прыжки в длину с поворотом, боком, спиной вперёд, назад, в сторону, в группе, прогнувшись с опорой и без опоры, кувырки вперёд, назад в стороны, одиночные и сериями (с места с, с ходу, с прыжка), перевороты в сторону, стойка на лопатках, то же согнувшись, стойка на руках и голове. Лазанье по канату и шесту. Размахивание в висе. Висы простые и смешанные, согнувшись, прогнувшись, перевороты в упор, подъём разгибом.

Упражнение на равновесие. Прыжки на батуте с изменением положения тела в фазе полёта, повороты, сальто, соскоки с поворотами с брусьев, с перекладины, с бревна.

Упражнения в беге, с внезапными остановками, возобновлением и изменением направления движения. Жонглирование теннисными мячами (2-3), метание мячей в цель. С места, в движении, в прыжке, после кувырков. Броски и ловля мячей из различных исходных положений: стоя, сидя, лёжа, в прыжке. Игры и эстафеты с элементами акробатики. Езда на велосипеде по сложно пересечённой местности. Катание на лыжах с гор, прыжки с небольших трамплинов.

Упражнения для развития быстроты. Старты и бег на отрезках от 50 до 100 метров со старта, с хода, с максимальной скоростью частотой шагов. Бег семенящий, с захлестом голени назад, ускорение под гору. Проплыwanie коротких дистанций на время, с максимальной быстрой работой рук, ног. Игры и эстафеты с бегом и рывками, прыжками. Метание утяжелённых снарядов поочерёдно со снарядами малого веса. Езда на велосипеде под гору с максимальной частотой педалирования.

Упражнения для развития силы. Подвижные и спортивные игры с применением силовых приёмов.

Упражнения с набивными мячами: стоя, лежа, сидя. Переноска и перекачивание груза. Бег с отягощением по песку, по воде, в гору. Преодоление сопротивления партнёра в статическом и динамическом режимах. Висы, подтягивание.

Упражнения с отягощениями за счёт собственного веса тела партнёра. Лазание по канату, шесту с помощью и без помощи ног, перетягивание каната. Приседание на одной и двух ногах, с гантелями, блинами», с грифом штанги, со штангой, Отжимание в упоре лёжа на горизонтальной и наклонной поверхностях.

Упражнение со штангой: толчки, жим, выпрыгивание из приседа.

Упражнения с эспандером. Метание мячей, гранат, камней.

Упражнения для развития скоростно-силовых качеств. Прыжки в высоту, в длину, тройной с места и разбега. Многоскоки, прыжки в глубину с последующим выпрыгиванием вверх, в длину. Метание гранат, камней, набивных мячей, толкание ядра. Бег в гору, по воде, по песку, бег вверх по лестнице, бег с отягощением (утяжелённые пояса, «блины», гантели, с сопротивлением амортизаторов). Подвижные игры с использованием отягощений. Игры на местности. Эстафеты простые и комбинированные с бегом, прыжками, метанием, переноской груза. Спортивные игры с применением силовых приёмов.

Упражнения для развития общей выносливости. Чередование ходьбы и бега от 1000 до 4000 метров. Бег 500, 1000 метров. Кроссы от 2 до 18 км. Дозированный бег по пересечённой местности от 3 до 12 минут. Фартлек. Бег в гору. Туристические походы (25-30 мин.)

Спортивные игры: ручной мяч, футбол, баскетбол с увеличением продолжительности игры на площадках увеличенных размеров.

Лыжный спорт: передвижение на лыжах, подъем и спуски, прогулки, походы, лыжные кроссы (от 3 до 10 км) на время и без учёта времени.

Велосипедный спорт: езда на велосипеде по гладкой и мало пересечённой местности в равномерном и переменном темпе, езда в гору.

Плавание: повторное проплывание отрезков 25, 50, 100 м. на время и более длинные дистанции с невысокой скоростью.

Игры в воде.

Специальная физическая подготовка.

Упражнения для развития скоростно-силовых качеств.

Упражнения с отягощениями, пригибная ходьба со смещением вперёд – в сторону, прыжковая имитация. Скоростно-силовые упражнения с отягощениями. Бег с резким торможением и последующими стартами. Челночный бег на различные дистанции (5x30, 10x15, 10x20 и т. д.). Бег с прыжками вверх, вперёд, в стороны, рывки, ускорения, старты из различных исходных положений.

Удары по мячу на дальность. Подвижные игры с использованием отягощений малого веса (мешочки с песком) с применением толчков плечом, грудью.

Для вратарей. Упражнения для развития стартовой скорости: челноки прямо и вперёд спиной из различных исходных положений, перемещение прыжками, в полуприседе и в глубоком приседе вперед – назад, вправо- влево, броски и ловля мячей. Эстафеты и подвижные игры с применением мяча.

Упражнения для развития быстроты. Повторное пробегание коротких отрезков от 10 до 100 метров из разных исходных положений в различных направлениях: ударным мячом, перебежкой, спиной вперёд по дуге и по малым линиям. Бег с максимальной скоростью с резкими остановками, с внезапными изменениями скорости и направления движения по зрительному сигналу. Ускорение. Бег по виражу, кругу, восьмёрке, спирали (лицом и спиной вперёд). Эстафеты и игры с применением футбольных беговых упражнений, построенные на опережении действий партнёра. Упражнения с мячами

(футбольными, баскетбольными, теннисными, хоккейными) у стенки, связанные с бросками и остановкой отскочившего мяча в максимально быстром темпе. Удары по мячу поточно в стенку, в ворота. Повторный бег с мячом, эстафеты из различных исходных положений.

Упражнения на расслабления. Подвижные и спортивные игры. Для вратарей. Выход из ворот: на перехват высоко летящего мяча, на прострел мяча с фланга. Упражнения в ловле мяча.

Упражнение в ловле теннисного мяча. Спортивные игры с мячом.

Упражнения на развития выносливости. Продолжительные спортивные и подвижные игры и упражнения с уменьшенным количеством участников на площадках увеличенного размера. Упражнения с отягощениями, выполняемые с максимальной скоростью. Двухсторонняя игра (1,5-2 час.) без перерыва.

Для вратарей. Повторная непрерывная (5-12 мин.) ловля мячей на различной высоте. Упражнения для кистей рук с гантелями и амортизаторами. Сжимание теннисного мяча. Многоскоки.

Упражнения на развития гибкости, ловкости, координации движения. Прыжки с разбега толчком одной и двумя ногами, стараясь достать высоко подвешенный мяч головой, ногой, рукой.

Кувырки вперед и назад.

Держание мяча в воздухе (жонглирование). Парные и групповые упражнения с ведением мяча, обводки стоек, обманные движения. Для вратарей.

Прыжки с короткого разбега, доставая мяч. Упражнения в различных прыжках с короткой скакалкой. Прыжки с поворотами.

Работа по индивидуальным планам и самостоятельная работа

Работа по индивидуальным планам и самостоятельная работа проводится с занимающимися в каникулярное время текущего тренировочного года и в нерабочие праздничные дни, установленные Трудовым Кодексом РФ.

Примечание: объем самостоятельной работы с занимающимися в группах по виду спорта может увеличиться, если фактическое посещение тренировочных занятий невозможно и связано с безопасностью жизнедеятельности занимающихся в период низких температур, неблагоприятных санитарно-эпидемиологических явлений и т.д.

4.1. Содержание программы

Программный материал для групп начального этапа первого года.

Физическая подготовка

Общеподготовительные упражнения.

Строевые и порядковые упражнения.

Построение, шеренга, колонна, фланг, дистанция, интервал. Перестроение. Повторы на лево и право, кругом, на месте и в движении, равняться, размыкаться. Начало движения, остановка, изменение скорости движения.

Общеразвивающие упражнения.

Упражнения для рук и верхнего плечевого пояса. Упражнения для ног. Упражнения для туловища. упражнения с предметами и без предметов. Оценка качества выполнения упражнения.

Упражнения для развития физических качеств.

Ходьба, бег на короткие дистанции. Лыжи. Плавание. Подвижные и спортивные игры. Прыжки в длину и в высоту. Езда на велосипеде. Многоголки. Упражнения в равновесии. Акробатические упражнения. Упражнения с преодолением собственного веса тела. Упражнения на снарядах. Ползанье. Лазанье. Бросания. Ловля и метание мяча.

Специально – подготовительные упражнения.

Бег с резким торможением и последующими стартами. Челночный бег на различные дистанции (5x30,10x15, 10x20 и. т. д.). Бег с прыжками вверх, вперед, в стороны, рывки, ускорения, старты из различных исходных положений.

Удары по мячу на дальность. Подвижные игры.

Для вратарей. Упражнения для развития стартовой скорости: челноки прямо и вперед спиной из различных: исходных положений, перемещение прыжками, в полуприседе и в глубоком приседе вперед – взад, вправо- влево, броски и ловля мячей. Эстафеты и подвижные игры с применением мяча.

Техническая подготовка.

Бег обычный, спиной, вперед. Приставными шагами. Прыжки вверх, вперед- вверх. Остановка во время бега.

Удары по мячу ногой. Выполнение ударов после остановки. Удары на точность.

Остановка мяча стопой.

Ведение мяча внутренней частью подъема. Ведение правой и левой ногой.

Вбрасывании мяча из-за боковой линии.

Техника игры вратаря. Основная стойка вратаря. Передвижение в воротах. Ловля летящего на встречу мяча. Выбивание мяча ногой с земли.

Тактика нападения.

Индивидуальные действия без мяча и с мячом. Правильное расположение на футбольном поле. Целесообразное использование изученных способов ударов по мячу. Уметь точно передать мяч в ноги партнеру.

Тактика защиты вратаря.

Уметь правильно выбрать позицию в воротах.

Программный материал для групп начального этапа свыше года

Физическая подготовка.

Общеподготовительные упражнения. Строевые и порядковые упражнения. Построение, шеренга, колонна, фланг, дистанция, интервал. Перестроение. Повторы на лево и право, кругом, на месте и в движении, равняться, размыкаться. Начало движения, остановка, изменение скорости движения.

Общеразвивающие упражнения. Упражнения для рук и верхнего плечевого пояса. Упражнения для ног. Упражнения для туловища. Упражнения с предметами и без предметов. Оценка качества выполнения упражнения.

Упражнения для развития физических качеств. Ходьба, бег на короткие дистанции. Лыжи. Плавание. Подвижные и спортивные игры. Прыжки в длину и в высоту. Езда на велосипеде. Многоскоки. Упражнения в равновесии. Акробатические упражнения. Упражнения с преодолением собственного веса тела. Упражнения на снарядах. Ползание. Лазание. Бросания. Ловля и метание мяча.

Специально–подготовительные упражнения. Бег с резким торможением и последующими стартами. Челночный бег на различные дистанции (5х30,10х15, 10х20 и. т. д.). Бег с прыжками вверх, вперёд, в стороны, рывки, ускорения, старты из различных исходных положений; Удары по мячу на дальность. Подвижные игры.

Для вратарей. Упражнения для развития стартовой скорости: челноки прямо и вперёд спиной из различных: исходных положений, перемещение прыжками, в полуприседе и в глубоком приседе вперед – назад, вправо- влево, броски и ловля мячей. Эстафеты и подвижные игры с применением мяча.

Техническая подготовка. Бег обычный, спиной, вперед, скрестными и приставными шагами. Бег по прямой, дугами, с изменением направления и скорости. Прыжки: вверх, вперед- вверх, вверх – влево, вверх – вправо. Для вратарей прыжки в сторону с падением « перекатом». Остановка во время бега выпадом и прыжком.

Удары по мячу ногой. Удары внутренней стороной стопы, внутренней и средней частью подъема. Удары по прыгающему и летящему мячу. Выполнение ударов после остановки. Удары на точность.

Остановка мяча стопой. Остановки с переводом в стороны.

Удары по мячу головой. Удары серединой лба без прыжка и в прыжке, с места и с разбега. Удары на точность.

Ведение мяча. Ведение мяча внутренней частью подъема, внешней частью подъема. Ведение правой и левой ногой и поочередно по прямой по кругу, а также меняя направление движения, между стоек и движущих партеров; изменяя скорость, выполняя ускорение и рывки, не теряя контроль над мячом.

Вбрасывании мяча из-за боковой линии. Вбрасывании мяча с места из положения ноги вместе и шага. Вбрасывание мяча на точность: в ноги или на ход партнеру.

Обманные движения или финты. Обманные движения: «уход» выпадом. Финт «остановкой» мяча ногой. Обманное движение « ударом» по мячу ногой.

Отбор мяча. Отбор мяча при единоборстве с соперником, находящимся на месте, движущимся навстречу или сбоку, применяя выбивание мяча ногой в выпаде.

Техника игры вратаря. Основная стойка вратаря. Передвижение в воротах без мяча в сторону скрестным, приставными шагами и скачками. Ловля летящего на встречу и несколько в сторону от вратаря мяча на высоте груди и живота без прыжка и в прыжке. Ловля катящегося и низко летящего навстречу

и несколько в сторону мяча с падением и без падения. Ловля высоко летящего навстречу и в сторону мяча без прыжка и в прыжке с места и разбега. Ловля летящего в сторону и на уровне живота, груди мяча с падением перекатом. Быстрый подъем с мячом на ноги после падения. Отбивание мяча одной или двумя руками без прыжка и в прыжке; с места и разбега. Бросок мяча одной рукой из-за плеча на точность. Выбивание мяча ногой с земли и с рук на точность.

Тактика нападения.

Индивидуальные действия без мяча и с мячом. Правильное расположение на футбольном поле. Умение ориентироваться, реагировать соответствующим образом на действие партнеров и соперника. Целесообразное использование изученных способов ударов по мячу. Уметь точно передать мяч в ноги партнеру. Применения необходимого способа остановок в зависимости от направления, траектории мяча. Определение игровой ситуации.

Групповые действия. Взаимодействие двух и более игроков. Уметь точно и своевременно выполнить передачу в ногу партнеру, на свободное место, на удар; короткую или среднюю передачи, низом или верхом. Комбинация «игра в стенку». Выполнять простейшие комбинации при стандартных положениях.

Тактика защиты.

Индивидуальные действия. Уметь правильно выбрать позицию по отношению опекаемого игрока и противодействовать получению им мяча. Выбор момента и способа действия для перехвата мяча. Уметь оценить игровую ситуацию и осуществить отбор мяча изученным способом.

Противодействие комбинации «стенка». Взаимодействие игроков при розыгрыше противником «стандартных» комбинаций.

Тактика вратаря. Уметь выбрать правильную позицию в воротах при различных ударах в зависимости от угла удара, разыгрывать удар от своих ворот, ввести мяч в игру открывающемуся партнеру, занимать правильную позицию при угловом, штрафном, свободном ударах вблизи своих ворот.

Программный материал для тренировочного этапа (этап спортивной специализации) (1 и 2 года)

Техническая подготовка.

Техника передвижения. Различные сочетания приемов бега с прыжками, поворотами и резкими остановками.

Удары по мячу ногой. Удары внутренней стороной стопы, внутренней и средней частью подъема. Удары по прыгающему и летящему мячу. Резанные удары по неподвижному и катящемуся мячу. Удары носком и пяткой. Удары с полулета. Выполнение ударов после остановки. Удары на точность. Удары по мячу ногой в единоборстве, с пассивным и активным сопротивлением.

Удары по мячу головой. Удары серединой и боковой частью лба без прыжка и в прыжке, с места и с разбега. Удары на точность вниз и верхом, вперед и в стороны, посылая мяч короткое и среднее расстояние. Удары по мячу головой в единоборстве с пассивным и активным.

Остановка мяча стопой. Остановка подошвой и внутренней стороны стопы катящегося и опускающегося мяча с переводом в стороны и назад.

Остановки с переводом в стороны. Остановка грудью летящего мяча с переводом. Остановка опускающегося мяча бедром и лбом. Остановка изученными способами мячей.

Ведение мяча. Ведение мяча внутренней частью подъема, внешней частью подъема. Ведение правой и левой ногой и поочередно по прямой по кругу, а также меняя направление движения, между стоек и движущих партеров; изменяя скорость, выполняя ускорение и рывки, не теряя контроль над мячом.

Обманные движения или финты. Обманные движения: «уход» выпадам. Финт «остановкой» мяча ногой. Обманное движение «ударом» по мячу ногой, головой. Обманные движения «остановкой» во время ведения с наступанием и без наступания на мяч подошвой, после передачи партнером с пропуском мяча. Выполнение обманных движений в единоборстве с пассивным и активным сопротивлением.

Отбор мяча. Отбор мяча при единоборстве с соперником, находящимся на месте, движущимся навстречу или сбоку, применяя выбивание мяча ногой в выпаде и подкате.

Вбрасывании мяча из-за боковой линии. Вбрасывании мяча с места из положения ноги вместе и шага. Вбрасывание мяча на точность и на дальность: в ноги или на ход партнеру.

Техника игры вратаря. Основная стойка вратаря. Передвижение в воротах без мяча в сторону скрестным, приставными шагами и скачками. Ловля летящего на встречу и несколько в сторону от вратаря мяча на высоте груди и живота без прыжка и в прыжке. Ловля катящегося и низко летящего навстречу и несколько в сторону мяча с падением и без падения. Ловля высоко летящего навстречу и в сторону мяча без прыжка и в прыжке с места и разбега. Ловля летящего в сторону и на уровне живота, груди мяча с падением перекатом. Быстрый подъем с мячом на ноги после падения.

Отбивание мяча одной или двумя руками без прыжка и в прыжке; с места и разбега. Отбивание ладонями и пальцами мячей. Отбивание кулаком. Перевод мяча через перекладину ладонями в прыжке.

Бросок мяча одной рукой из-за плеча на точность и на дальность.

Выбивание мяча с земли и с рук на точность и дальность.

Тактика нападения.

Индивидуальные действия без мяча и с мячом. Правильное расположение на футбольном поле. Умение ориентироваться, реагировать соответствующим образом на действие партнеров и соперника. Целесообразное использование изученных способов ударов по мячу. Уметь точно передать мяч в ноги партнеру. Применения необходимого способа остановок в зависимости от направления, траектории мяча. Определение игровой ситуации. Уметь оценить ту или иную позицию.

Групповые действия. Взаимодействие двух и более игроков. Уметь точно и своевременно выполнить передачу в ногу партнеру, на свободное место, на удар; короткую или среднюю передачи, низом или верхом. Комбинация «игра в стенку». Выполнять простейшие комбинации при стандартных положениях: в парах. Начинать и развивать атаку из стандартных положений.

Командные действия. Уметь выполнять основные обязанности в атаке на своем игровом месте, играя по избранной тактической системе в составе команды. Расположение и взаимодействие игроков при атаке флангом и через центр.

Тактика защиты.

Индивидуальные действия: действия против игрока, не владеющего мячом: закрывание, подстраховка. Действия против игрока, владеющего мячом: противодействие передаче, ведению мяча, нанесению удара.

Групповые взаимодействия. Умение выбирать позицию для страховки партнёра, допустившего ошибку. Взаимодействие двух, трёх игроков защиты против двух, трёх нападающих. Умение строить «стенку». Изучение основных обязанностей игроков обороне.

Командные действия. Обучение выполнению основных обязанностей в обороне на своём игровом месте, согласно избранной тактической системе в составе команды. Обучение организации обороны по принципу персональной и комбинированной защиты. Выбор позиции и взаимодействие игроков при атаке противника флангом и через центр.

Тактика вратаря: Уметь правильно выбрать позицию в воротах при различных ударах. Обучение ориентированию в штрафной площадке и взаимодействию с защитниками. Развитие игрового мышления в спортивных и подвижных играх.

Учебные и тренировочные игры. Обязательное применение в играх изученного программного материала по технической и тактической подготовке. Применение в соревновательных условиях изученных технических приёмов и тактических действий. Отражение в установках на игру заданий, которые давались в учебных играх.

Инструкторская и судейская практика. Умение выполнять организационные обязанности с подачей основных строевых команд. Принятие рапорта. Судейство игр в процессе учебных занятий.

Программный материал для тренировочного этапа (этап спортивной специализации) (3,4, 5 год)

Техническая подготовка.

Техника передвижения. Различные сочетания приемов техники передвижения с техникой владения мячом.

Удары по мячу ногой. Удары внутренней стороной стопы, внутренней и средней частью подъема. Удары по прыгающему и летящему мячу. Резанные удары по неподвижному и катящемуся мячу. Удары носком и пяткой. Удары с полулета. Выполнение ударов после остановки. Удары на точность. Удары по мячу ногой в единоборстве, с пассивным и активным сопротивлением. Удары в движении. Удары на точность с оценкой тактической обстановки перед выполнением удара, маскируя момент и направление предполагаемого удара.

Удары по мячу головой. Удары серединой и боковой частью лба без прыжка и в прыжке, с места и с разбега. Удары на точность вниз и верхом, вперед и в стороны, посылая мяч короткое и среднее расстояние. Удары по мячу головой в единоборстве с пассивным и активным сопротивлением.

Удары на силу и дальность с оценкой тактической обстановки перед выполнением удара.

Остановка мяча стопой. Остановка подошвой и внутренней стороны стопы катящегося и опускающегося мяча с переводом в стороны и назад. Остановки с переводом в стороны. Остановка грудью летящего мяча с переводом. Остановка опускающегося мяча бедром и лбом. Остановка изученными способами мячей. Остановка мяча на высокой скорости движения, выводя мяч на удобную позицию для наступательных действий.

Остановка мяча головой.

Ведение мяча. Совершенствование ведения мяча. Ведение мяча внутренней частью подъема, внешней частью подъема. Ведение правой и левой ногой и поочередно по прямой по кругу, а также меняя направление движения, между стоек и движущих партеров; изменяя скорость, выполняя ускорение и рывки, не теряя контроль над мячом в течении 10 мин.

Обманные движения или финты. Совершенствование в финтах. Обманные движения: «уход» выпадом. Финт «остановкой» мяча ногой. Обманное движение

«ударом» по мячу ногой, головой. Обманные движения «остановкой» во время ведения с наступанием и без наступания на мяч подошвой, после передачи партнером с пропуском мяча. Выполнение обманных движений в единоборстве с пассивным и активным сопротивлением и учебных играх.

Отбор мяча. Совершенствование отбора мяча. Отбор мяча при единоборстве с соперником, находящимся на месте, движущимся навстречу или сбоку, применяя выбивание мяча ногой в выпаде и подкате. Отбор в условиях игровых упражнениях и в учебных играх.

Вбрасывании мяча из-за боковой линии. Совершенствование вбрасывания мяча. Вбрасывании мяча с места из положения ноги вместе и шага. Вбрасывание мяча на точность и на дальность: в ноги или на ход партнеру.

Техника игры вратаря. Совершенствование технических приемов. Основная стойка вратаря. Передвижение в воротах без мяча в сторону скрестными, приставными шагами и скачками.

Ловля летящего на встречу и несколько в сторону от вратаря мяча на высоте груди и живота без прыжка и в прыжке. Ловля катящегося и низко летящего навстречу и несколько в сторону мяча с падением и без падения. Ловля высоко летящего навстречу и в сторону мяча без прыжка и в прыжке с места и разбега. Ловля летящего в сторону и на уровне живота, груди мяча с падением перекатом. Быстрый подъем с мячом на ноги после падения.

Отбивание мяча одной или двумя руками без прыжка и в прыжке; с места и разбега. Отбивание ладонями и пальцами мячей. Отбивание кулаком. Перевод мяча через перекладину ладонями в прыжке. Бросок мяча одной рукой из-за плеча на точность и на дальность. Выбивание мяча с земли и с рук на точность и дальность. Уметь применять технику полевого игрока для обороны ворот.

Тактическая подготовка.

Тактика нападения.

Индивидуальные тактические действия. Овладение основными обязанностями игроков в соответствии с их местами в команде. Совершенствование тактических действий без мяча: открывание, отвлечение соперника, создание численного преимущества на отдельном участке поля; с мячом: ведение, обводка, удары, передачи и остановки мяча, в усложненной обстановке против активного соперника. Передача мяча на свободное место. Уметь выбрать, своевременно и целесообразно применять тот или иной технический приём в зависимости от игровой ситуации.

Групповые тактические взаимодействия. Совершенствование ранее изученных групповых взаимодействий. Уметь своевременно применять обводку, ложные движения с целью взаимодействия с партнёрами. Взаимодействие в звене с применением коротких и средних передач с места и в движении. Обучение оставлению мяча. Совершенствование тактических комбинаций: «стенка», «скрещивание», в треугольнике, в квадратах, атака со сменной и без смены места. обучение и совершенствование на чала и развития атак из «стандартных» положений. Совершенствование передачам в начальной и завершающей стадии атаки. Тактика взаимодействия при подступах к штрафной площадке и в её пределах. Игровые упражнения с сопротивлением противника, с применением обводки, передачи и ударов по воротам. Игра в одно касание. Уметь менять фланг атаки путем точной и длинной передачи мяча на свободный от игроков соперника фланг. Совершенствование игровых и стандартных комбинаций.

Командные взаимодействия. Овладение тактикой быстрого нападения: переход от обороны к атаке способом быстрого нападения; осуществление прорыва обороны соперников до того, как они успеют усилить и организовать действия по нейтрализации атаки; завершение атаки, т. е . создание голевой ситуации и удар по воротам. Обучение позиционному нападению. Уметь взаимодействовать с партнерами при разном числе нападающих; внутри линий и между линиями.

Тактика защиты.

Индивидуальные действия. Совершенствование «закрывания», «перехват» и отбор мяча.

Групповые тактические действия. Совершенствовать правильный выбор позиции и страховки при организации противодействия атакующим действиям. Создавать численное превосходство в обороне. Совершенствование взаимодействия при создании искусственного положения «вне игры».

Командные тактические действия. Организовывать оборону против быстрого и позиционного нападения с использованием персональной, зонной и комбинированной защиты. Совершенствование быстрому перестроению от обороны к началу развития атаки.

Тактика вратаря. Совершенствование технических приемов. Правильное определение момента для выхода на ворота и отбор мяча; руководство игрой партнеров в обороне. Организация атаки при вводе мяча в игру.

Учебные и тренировочные игры. Совершенствование индивидуальных, групповых и командных взаимодействий при игре по избранной тактической системе.

Инструкторская и судейская практика. Уметь организовать группу. Уметь объяснить и показать выполнение отдельных общеразвивающих упражнений и технических приёмов, простейших тактических комбинаций. Уметь разобрать упражнения для разминки и провести их самостоятельно. Судейство игр в процессе учебных занятий.

Интегральная подготовка

Игровой комплекс №1

«Борьба за мяч». Для выполнения комплекса формируются две команды, состоящие каждая из восьми полевых игроков и голкипера. Ворота располагаются у боковых линий. По свистку в игру вводится второй мяч для поощрения атакующей команды, нанесшей удар по воротам или создавшей острый момент. Если обороняющая команда более двадцати секунд не дает возможности атаковать свои ворота, то мяч отдаётся ей. Выигрывает команда, забившая больше голов. 23

Игровой комплекс №2.

Формируются две команды, состоящие каждая из восьми полевых игроков и голкипера. Игра проходит на всём поле. Состав игроков в одной игровой ситуации: четыре нападающих против четырех защитников с вратарем в воротах. Нападающие должны максимально быстро обыграть (коллективно или индивидуально) защитников и нанести удар по воротам, затем завершить фланговую атаку. Защитники должны играть только в своих квадратах. По завершению игрового эпизода атака разворачивается в противоположную сторону по такому же принципу, а по её окончании происходит смена четвёрок. За нанесенный удар по воротам команда получает одно очко, за гол - три очка. Выигрывает команда, набравшая больше очков.

Игровой комплекс №3.

Для выполнения комплекса формируются две команды, состоящие каждая из восьми полевых игроков и голкипера. В каждом игровом эпизоде три защитника обороняются против трех нападающих. Игра проходит по всему полю. Двое из трёх защитников активно участвуют в обороне и защищают ворота. Третий защитник оказывает полуактивное сопротивление, а в случае потери мяча нападающими либо их неточного удара начинает играть в полную силу. Атака начинается с передачи мяча тренером центральному нападающему, находящемуся в движении. До противоборства с защитниками нападающие обязаны осуществить групповое взаимодействие (стенка, забегание, скрещивание) на максимальной скорости. Нападающие, забив гол, получают право на повторную атаку. Если атакующие мяч потеряли (в том числе неточный удар), тренер немедленно вводит запасной мяч защитникам для проведения контратаки. Продолжительность игрового эпизода – одна минута, после происходит смена игроков. Побеждает команда, забившая больше мячей.

Игровой комплекс №4.

Для выполнения комплекса формируются две команды, состоящие каждая из восьми полевых игроков и голкипера. Состав команды: два нападающих (играют в стандартной штрафной площадке), два крайних полузащитника (играют на флангах), четыре полузащитника (играют в центральном квадрате), голкипер, а также один меняющийся нейтральный игрок, играющий за команду владеющую мячом. У каждого игрока свои игровые квадраты, покидать которые не разрешается. Игра начинается в центральном квадрате. Задача игроков центрального квадрата, преодолевая противодействие, точно доставить мяч на фланг. Задачей крайних игроков является доставить мяч нападающим в зону штрафной площадки. Обороняющаяся и атакующая команды поочередно меняются.

Продолжительность серии составляет одну минуту, затем происходит смена.

Выигрывает команда, забившая больше мячей.

Игровой комплекс №5.

Игра проводится на одной половине поля, одним мячом в стандартные ворота с голкипером. Игровая площадка состоит из трех квадратов (по три футболиста в каждом), штрафной площадке (два футболиста) и двух трехсекундных зон (по одному футболисту в каждой). Участвуют трое водящих, играющие по всей площадке. В квадратах футболистам запрещено выполнять более двух касаний мяча и долгий розыгрыш (допустимо не более трёх передач, после чего необходимо перевести мяч в другой квадрат). Из последнего квадрата проводится диагональная передача на фланг, где футболист без сопротивления в течение не более трех секунд выполняет передачу в штрафную площадку двум другим футболистам, цель которых забить гол. Продолжительность серии – одна минута, затем происходит смена ролей.

Игровой комплекс №6.

В каждом игровом эпизоде четыре защитника играют в своих двух квадратах и защищают ворота с голкипером. В первом квадрате один защитник, во втором квадрате три защитника и вратарь, им противостоят четыре нападающих. Атака начинается с передачи мяча тренером любому из нападающих, находящемуся в движении. Если 26 атакующие футболисты смогли пробить по воротам или создать опасный момент, то тренер немедленно вводит второй мяч, при этом игра первым мячом прекращается. Если защитники смогли овладеть мячом, то они имеют возможность в течение не более пятнадцати секунд провести контратаку и забить гол атакующим. Игровой эпизод продолжается, пока защитники: не забьют гол, надежно не овладеют мячом (не менее шести передач) или не выбьют мяч за лицевую линию нападающих.

Предлагаемые упражнения по своей структуре позволяют повысить уровень спортивной подготовленности.

4.2. Учебно-тематический план

таблица 14

Этап спортивной подготовки	Темы по теоретической подготовке	Объем времен и в год (минут)	Сроки проведения	Краткое содержание
НП	Всего на этапе начальной подготовки до одного года обучения/ свыше одного года обучения:	≈ 120/180		
	История возникновения вида спорта и его развитие	≈ 13/20	сентябрь	Зарождение и развитие вида спорта. Автобиографии выдающихся спортсменов. Чемпионы и призеры Олимпийских игр.
	Физическая культура – важное средство физического развития и укрепления здоровья человека	≈ 13/20	октябрь	Понятие о физической культуре и спорте. Формы физической культуры. Физическая культура как средство воспитания трудолюбия, организованности, воли, нравственных качеств и жизненно важных умений и навыков.
	Гигиенические основы физической культуры и спорта, гигиена обучающихся при занятиях физической культурой и спортом	≈ 13/20	ноябрь	Понятие о гигиене и санитарии. Уход за телом, полостью рта и зубами. Гигиенические требования к одежде и обуви. Соблюдение гигиены на спортивных объектах.
	Закаливание организма	≈ 13/20	декабрь	Знания и основные правила закаливания. Закаливание воздухом, водой, солнцем. Закаливание на занятиях физической культуры и спортом.
	Самоконтроль в процессе занятий физической культуры и спортом	≈ 13/20	январь	Ознакомление с понятием о самоконтроле при занятиях физической культурой и спортом. Дневник самоконтроля. Его формы и содержание. Понятие о травматизме.
	Теоретические основы обучения базовым элементам техники и тактики вида спорта	≈ 13/20	май	Понятие о технических элементах вида спорта. Теоретические знания по технике их выполнения.
	Теоретические основы судейства. Правила вида спорта	≈ 14/20	июнь	Понятийность. Классификация спортивных соревнований. Команды (жесты) спортивных судей. Положение о спортивном соревновании. Организационная работа по подготовке спортивных соревнований. Состав и обязанности спортивных судейских бригад. Обязанности и права участников спортивных соревнований. Система зачета в спортивных соревнованиях по виду спорта.

	Режим дня и питание обучающихся	≈ 14/20	август	Расписание учебно-тренировочного и учебного процесса. Роль питания в жизнедеятельности. Рациональное, сбалансированное питание.
	Оборудование и спортивный инвентарь по виду спорта	≈ 14/20	ноябрь-май	Правила эксплуатации и безопасного использования оборудования и спортивного инвентаря.
	Всего на учебно-тренировочном этапе до трех лет обучения/свыше трех лет обучения:	≈ 600/960		
УТ	Роль и место физической культуры в формировании личностных качеств	≈ 70/107	сентябрь	Физическая культура и спорт как социальные феномены. Спорт – явление культурной жизни. Роль физической культуры в формировании личностных качеств человека. Воспитание волевых качеств, уверенности в собственных силах.
	История возникновения олимпийского движения	≈ 70/107	октябрь	Зарождение олимпийского движения. Возрождение олимпийской идеи. Международный Олимпийский комитет (МОК).
	Режим дня и питание обучающихся	≈ 70/107	ноябрь	Расписание учебно-тренировочного и учебного процесса. Роль питания в подготовке обучающихся к спортивным соревнованиям. Рациональное, сбалансированное питание.
	Физиологические основы физической культуры	≈ 70/107	декабрь	Спортивная физиология. Классификация различных видов мышечной деятельности. Физиологическая характеристика состояний организма при спортивной деятельности. Физиологические механизмы развития двигательных навыков.
	Учет соревновательной деятельности, самоанализ обучающегося	≈ 70/107	январь	Структура и содержание Дневника обучающегося. Классификация и типы спортивных соревнований.
	Теоретические основы технико-тактической подготовки. Основы техники вида спорта	≈ 70/107	май	Понятийность. Спортивная техника и тактика. Двигательные представления. Методика обучения. Метод использования слова. Значение рациональной техники в достижении высокого спортивного результата.
	Психологическая подготовка	≈ 60/106	сентябрь-апрель	Характеристика психологической подготовки. Общая психологическая подготовка. Базовые волевые качества личности. Системные волевые качества личности
	Оборудование, спортивный инвентарь и экипировка по виду спорта	≈ 60/106	декабрь-май	Классификация спортивного инвентаря и экипировки для вида спорта, подготовка к эксплуатации, уход и хранение. Подготовка инвентаря и экипировки к

				спортивным соревнованиям.
	Правила вида спорта	≈ 60/106	декабрь- май	Деление участников по возрасту и полу. Права и обязанности участников спортивных соревнований. Правила поведения при участии в спортивных соревнованиях.

5. ОСОБЕННОСТИ ОСУЩЕСТВЛЕНИЯ СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ ПО ОТДЕЛЬНЫМ СПОРТИВНЫМ ДИСЦИПЛИНАМ ВИДА СПОРТА «ФУТБОЛ» (дисциплина мини-футбол) (указываются с учетом главы V ФССП)

Особенности осуществления спортивной подготовки по отдельным спортивным дисциплинам вида спорта "футбол основаны на особенностях вида спорта "футбол и его спортивных дисциплин. Реализация дополнительных образовательных программ спортивной подготовки проводится с учетом этапа спортивной подготовки и спортивных дисциплин вида спорта "футбол» по которым осуществляется спортивная подготовка.

Особенности осуществления спортивной подготовки по спортивным дисциплинам вида спорта "футбол" учитываются организациями, реализующими дополнительные образовательные программы спортивной подготовки, при формировании дополнительных образовательных программ спортивной подготовки, в том числе годового учебно-тренировочного плана.

Для зачисления на этап спортивной подготовки лицо, желающее пройти спортивную подготовку, должно достичь установленного возраста в календарный год зачисления на соответствующий этап спортивной подготовки.

Возраст обучающихся на этапах совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства не ограничивается при условии вхождения их в список кандидатов в спортивную сборную команду субъекта Российской Федерации по виду спорта "футбол" и участия в официальных спортивных соревнованиях по виду спорта "футбол" не ниже уровня всероссийских спортивных соревнований.

В зависимости от условий и организации учебно-тренировочных занятий, а также условий проведения спортивных соревнований подготовка обучающихся осуществляется на основе обязательного соблюдения требований безопасности, учитывающих особенности осуществления спортивной подготовки по спортивным дисциплинам вида спорта "футбол»

6. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ

Организации, реализующие дополнительные образовательные программы спортивной подготовки, должны обеспечить соблюдение требований к кадровым и материально-техническим условиям реализации этапов спортивной подготовки и иным условиям, установленным ФССП.

6.1. Требования к кадровому составу организаций, реализующих дополнительные образовательные программы спортивной подготовки (указывается с учетом подпунктами 13.1 и 13.2. ФССП).

Укомплектованность Организации педагогическими, руководящими и иными работниками (указывается с учетом подпункта 13.2. ФССП). Для проведения учебно-тренировочных занятий и участия в официальных спортивных соревнованиях на учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации), этапах совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства, кроме основного тренера-преподавателя, допускается привлечение тренера-преподавателя по видам спортивной подготовки, с учетом специфики вида спорта "футбол", а также на всех этапах спортивной подготовки привлечение иных специалистов (при условии их одновременной работы с обучающимися).

Уровень квалификации лиц, осуществляющих спортивную подготовку (указывается с учетом подпунктами 13.1 ФССП), должен соответствовать требованиям, установленным профессиональным стандартом "Тренер-преподаватель", утвержденным приказом Минтруда России от 24.12.2020 N 952н (зарегистрирован Минюстом России 25.01.2021, регистрационный N 62203), профессиональным стандартом "Тренер", утвержденным приказом Минтруда России от 28.03.2019 N 191н (зарегистрирован Минюстом России 25.04.2019, регистрационный N 54519), профессиональным стандартом "Специалист по инструкторской и методической работе в области физической культуры и спорта", утвержденным приказом Минтруда России от 21.04.2022 N 237н (зарегистрирован Минюстом России 27.05.2022, регистрационный N 68615), или Единым квалификационным справочником должностей руководителей, специалистов и служащих, раздел "Квалификационные характеристики должностей работников в области физической культуры и спорта", утвержденным приказом Минздравсоцразвития России от 15.08.2011 N 916н (зарегистрирован Минюстом России 14.10.2011, регистрационный N 22054).

6.2. Требования к материально-техническим условиям реализации этапов спортивной предусматривают (в том числе на основании договоров, заключенных в соответствии с гражданским законодательством Российской Федерации, существенным условием которых является право пользования соответствующей материально-технической базой и (или) объектом инфраструктуры):

- наличие футбольного поля;
- наличие игрового зала;
- наличие тренировочного спортивного зала;
- наличие тренажерного зала;
- наличие раздевалок, душевых;
- наличие медицинского пункта, оборудованного в соответствии с приказом Минздрава России от 23.10.2020 N 1144н "Об утверждении порядка организации оказания медицинской помощи лицам, занимающимся физической культурой и спортом (в том числе при подготовке и проведении физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий), включая порядок медицинского

осмотра лиц, желающих пройти спортивную подготовку, заниматься физической культурой и спортом в организациях и (или) выполнить нормативы испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне" (ГТО)" и форм медицинских заключений о допуске к участию физкультурных и спортивных мероприятиях" (зарегистрирован Минюстом России 03.12.2020, регистрационный N 61238) 1;

- обеспечение оборудованием и спортивным инвентарем, необходимыми для прохождения спортивной подготовки и спортивным инвентарем, передаваемым в индивидуальное пользование, обеспечение спортивной экипировкой и спортивной экипировкой, передаваемой в индивидуальное пользование в соответствии с приведенными ниже таблицами.

Обеспечение оборудованием и спортивным инвентарем, необходимыми для прохождения спортивной подготовки

Таблица №15

№ п/п	Наименование оборудования и спортивного инвентаря	Единица измерения	Количество изделий
1	Барьер тренировочный (регулируемый)	штук	10
2	Ворота футбольные, тренировочные, переносные, уменьшенных размеров с сеткой (2x5 м)	штук	4
3	Ворота футбольные, тренировочные, переносные, уменьшенных размеров с сеткой (2x3 м)	штук	4
4	Ворота футбольные, тренировочные, переносные, уменьшенных размеров с сеткой (1x2 м или 1x1 м)	штук	8
5	Гантели массивные (от 0,5 до 5 кг)	комплект	3
6	Манекен футбольный (для отработки ударов и обводки)	комплект	1
7	Насос универсальный для накачивания мячей с иглой	комплект	4
8	Сетка для переноски мячей	штук	на группу 2
9	Стойка для обводки	штук	20
10	Секундомер	штук	на тренера-преподавателя 1
11	Свисток	штук	на тренера-преподавателя 1
12	Тренажер "лесенка"	штук	на группу 2
13	Фишка для установления размеров площадки	штук	на группу 50
14	Флаг для разметки футбольного поля	штук	6
Для спортивной дисциплины "футбол"			
15	Ворота футбольные стандартные с сеткой	штук	2
16	Ворота футбольные стандартные, переносные с сеткой	штук	2
17	Макет футбольного поля с магнитными фишками	штук	на тренера-преподавателя 1
18	Мяч футбольный (размер № 3)	штук	14

19	Мяч футбольный (размер № 4)	штук	14
20	Мяч футбольный (размер № 5)	штук	12
Для спортивной дисциплины "мини-футбол (футзал)"			
21	Ворота футбольные, тренировочные, переносные, уменьшенных размеров с сеткой (2х3 м)	штук	2
22	Макет мини-футбольного поля с магнитными фишками	комплект	на тренера-преподавателя
			1
23	Мяч для мини-футбола	штук	на группу
			14

Спортивный инвентарь, передаваемый в индивидуальное пользование

Таблица №16

Спортивный инвентарь, передаваемый в индивидуальное пользование								
№ п/п	Наименование	Единица измерения	Расчетная единица	Этапы спортивной подготовки				
				Этап начальной подготовки			Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	
				Первый год	Второй год	Третий год	До трех лет	Свыше трех лет
				Количество				
Для спортивной дисциплины "футбол"								
1	Мяч футбольный (размер № 3)	штук	на группу	14	-	-	-	-
2	Мяч футбольный (размер № 4)	штук	на группу	-	14	14	12	-
3	Мяч футбольный (размер № 5)	штук	на группу	-	-	-	-	12

Обеспечение спортивной экипировкой

Таблица № 17

№ п/п	Наименование	Единица измерения	Количество изделий
1	Манишка футбольная (двух цветов)	штук	14

Спортивная экипировка, передаваемая в индивидуальное пользование

Таблица № 18

№ п/п	Наименование	Единица измерения	Расчетная единица	Этапы спортивной подготовки			
				Этап начальной подготовки		Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	
				количество	срок эксплуатации (лет)	количество	срок эксплуатации (лет)
1	Брюки тренировочные для	штук	на обучающегося	-	-	1	1

	вратаря						
2	Гетры футбольные	пар	на обучающегося	2	1	2	1
3	Костюм ветрозащитный или костюм тренировочный утепленный	штук	на обучающегося	-	-	1	1
4	Костюм спортивный парадный	штук	на обучающегося	-	-	-	-
5	Костюм спортивный тренировочный	штук	на обучающегося	-	-	1	1
6	Перчатки футбольные для вратаря	пар	на обучающегося	-	-	1	1
7	Свитер футбольный для вратаря	штук	на обучающегося	-	-	1	1
8	Форма игровая (шорты и футболка)	комплект	на обучающегося	-	-	1	1
9	Футболка тренировочная с длинным рукавом	штук	на обучающегося	1	1	2	1
10	Футболка тренировочная с коротким рукавом	штук	на обучающегося	1	1	2	1
11	Шорты футбольные	штук	на обучающегося	1	1	2	1
12	Щитки футбольные	пар	на обучающегося	-	-	1	1
Для спортивной дисциплины "футбол"							
13	Бутсы футбольные	пар	на обучающегося	-		1	1
Для спортивной дисциплины "мини-футбол (футзал)"							
14	Обувь для мини-футбола (футзала)	пар	на обучающегося	-	-	1	1

6.3 Иные условия реализации дополнительной образовательной программы спортивной подготовки

К иным условиям реализации дополнительной образовательной программы спортивной подготовки (указываются с учетом пункта 15 к ФССП) относятся трудоемкость дополнительной образовательной программы спортивной подготовки (объемы времени на ее реализацию) с обеспечением непрерывности учебно-тренировочного процесса, а также порядок и сроки формирования учебно-тренировочных групп.

Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки рассчитывается на 52 недели в год.

Учебно-тренировочный процесс в организации, реализующей дополнительную образовательную программу спортивной подготовки, должен вестись в соответствии с годовым учебно-тренировочным планом (включая период самостоятельной подготовки по индивидуальным планам спортивной подготовки для обеспечения непрерывности учебно-тренировочного процесса).

При включении в учебно-тренировочный процесс самостоятельной подготовки, ее продолжительность составляет не менее 10% и не более 20% от общего количества часов, предусмотренных годовым учебно-тренировочным планом организации, реализующей дополнительную образовательную программу спортивной подготовки.

Продолжительность одного учебно-тренировочного занятия при реализации дополнительной образовательной программы спортивной подготовки устанавливается в часах и не должна превышать:

- на этапе начальной подготовки - двух часов;
- на учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) - трех часов;
- на этапе совершенствования спортивного мастерства - четырех часов;
- на этапе высшего спортивного мастерства - четырех часов.

При проведении более одного учебно-тренировочного занятия в один день суммарная продолжительность занятий не должна составлять более восьми часов.

В часовой объем учебно-тренировочного занятия входят теоретические, практические, восстановительные, медико-биологические мероприятия, инструкторская и судейская практика.

Работа по индивидуальным планам спортивной подготовки может осуществляться на этапах совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства, а также на всех этапах спортивной подготовки в период проведения учебно-тренировочных мероприятий и участия в спортивных соревнованиях.

ПЕРЕЧЕНЬ ИНФОРМАЦИОННОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ

Список литературных источников:

1. Акимов, А.М. Игра футбольного вратаря. М.ЮФ и С, 1978.
2. Андреев, С.Н. Футбол в школе. – М.: ФиС, 1986. – 222 с.
3. Годик, М.А., Мосягин С.М., Швыков И.А. Поурочная программа подготовки юных футболистов 6–9 лет. – М.: Граница, 2008. – 272 с.
4. Годик, М.А., Скородумова А.П. Комплексный контроль в спортивных играх.– М.: Советский спорт, 2010. – 336 с.
5. Котенко, Н.В. Акробатические упражнения в тренировках юных футболистов // Теория и методика футбола. – М.: Олимпия, 2007. – С. 10–12.
6. Кузнецов, А.А. Футбол. Настольная книга детского тренера. – М.: Олимпия; Человек, 2007. [1 этап (8–10 лет)–111 с.; 2 этап (11–12 лет) – 204 с.; 3 этап (13–15 лет)–310 с.; 4 этап–165 с.].
7. Тунис, Марк. Психология вратаря. – М.: Человек, 2010. – 128 с.
8. Лапшин, О.Б. Теория и методика подготовки юных футболистов. – М.: Человек, 2010. – 176 с.
9. Bischops / Gerards. Junior Soccer. A manual for coaches. Meyer&Meyer Sport. – 2003. – 162 p.
10. Приказ Министерства спорта РФ от 25 октября 2019 года № 880 «Об утверждении Федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта «футбол»
15. Обучающая программа по футболу «Футбольная академия АЯКСА»

1,2,3,4 часть , 2011 г.»

16. Мультимедийное издание «Школа футбола с Сергеем Овчинниковым », 2010 г.

17. Интернет – ресурсы

Министерство спорта Российской Федерации	(http://www.minsport.gov.ru)
Спорт на Ямале	(http://www.yamal-sport.ru)
Российское антидопинговое агентство	(http://www.rusada.ru)
Всемирное антидопинговое агентство	(http://www.wada-ama.org)
Олимпийский комитет России	(http://www.roc.ru/)
Международный олимпийский комитет	(http://www.olympic.org/)
Библиотеки	
Российская государственная библиотека (г. Москва), каталог	http://www.rsl.ru http://www.rsl.ru/r_resl.htm
Российская национальная библиотека (г. Санкт-Петербург), каталог	http://www.nlr.ru http://www.nlr.ru/poisk/r_book.htm
Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту	http://www.infosport.ru/spotlib/index.htm
Научная электронная библиотека E-LIBRARY.ru.	http://elibrary.ru/defaultx.asp
Государственная научная педагогическая библиотека им. К.Д. Ушинского	http://www.gnpbu.ru
Государственная центральная научная медицинская библиотека (г. Москва), каталог	http://www.scsml.rssi.ru http://www.shpl.ru/list_kat.html
Библиотека РАН (г. Санкт-Петербург)	http://www.ban.ru
Библиотека по естественным наукам РАН (г. Москва), каталог	http://ben.irex.ru http://195.178.196.159/catalog/catalog.htm
Библиотека Московского государственного университета	http://www.lib.msu.ru
Научная библиотека Санкт-Петербургского государственного университета	http://www.lib.pu.ru/rus
Журналы	
Теория и практика физической культуры	http://www.infosport.ru/press/tpfk
Адаптивная физическая культура	http://www.afkonline.ru/biblio.html
Физическая культура: воспитание, тренировка	http://www.infosport.ru/press/fkvot
Физическая культура в школе	http://www.shkola-press.ru
Воспитание школьников	http://www.shkola-press.ru
Спорт для всех	http://www.infosport.ru/press/sfa/index.htm
Спортивная жизнь России	http://www.infosport.ru/press/szr/index.htm
Вестник спортивной науки	http://bmsi.ru/source/d6189538-a182-446f-a368-e90d0392945d
Спорт во всех проявлениях, свежие новости российского и мирового спорта, аналитика, интервью спортсменов, статистика, фото и видео. Блоги звездных спортсменов и тренеров, сообщества пользователей.	http://www.sports.ru

Советский Спорт- Ежедневная спортивная газета Все спортивные новости и события на SOVSPORT.RU	http://www.sovsport.ru
Виды спорта	
Футбол	http://www.offsport.ru http://www.football_irkutsk.ru
Поисковые системы и каталоги	
Энциклопедии, словари	http://www.ets.ru/links-r.htm