МУ «Отдел образования Ачхой-Мартановского муниципального района»
Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Детско-юношеский центр Ачхой-Мартановского муниципального района»

Принята на заседании
педагогического совета
Протокол №__
от «____»_____202__г.

Утверждена
Приказом № _____
от «____»_____202_г
Директор
_____ И.З.Висаитов

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
«Спортивное лето»
Направление – физкультурно-спортивное
Уровень программы - стартовый

Возраст обучающихся: 11 – 15 лет
Срок реализации программы: 14 дней

Составитель:
Сапараев Мовла Амадиевич,
Педагог дополнительного образования

г. Ачхой-Мартан, 2026г.

Программа прошла внутреннюю экспертизу и рекомендована к реализации в МБУ ДО «ДЮЦ Ачхой-Мартановского муниципального района»
Экспертное заключение (рецензия) № от «__»_____ 2025 г.

Эксперт _____ _____
(Ф.И.О.) (должность)

Содержание программы

Раздел 1.	Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы	4
1.1.	Нормативно-правовые основы	4
1.2.	Направленность	4
1.3.	Уровень освоения программы	4
1.4.	Актуальность программы	4
1.5	Отличительные особенности программы	5
1.6.	Цель и задачи программы	5
1.7.	Категория учащихся	5
1.8.	Срок реализации и объем программы	5
1.9.	Формы организации образовательной деятельности и режим занятий	5
1.10.	Планируемые результаты освоения программы	5
Раздел 2.	Содержание программы	7
2.1.	Учебный план	7
2.2.	Содержание учебного плана программы	8
Раздел 3.	Форма аттестации и оценочные материалы	9
Раздел 4.	Комплекс организационно-педагогических условий	9
4.1.	Материально–технические условия реализации программ	9
4.2.	Кадровое обеспечение программы	9
4.3.	Учебно-методическое обеспечение	9
	Список литературы	12
	Приложение №1	

Раздел 1. Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы.

1.1. Нормативно-правовые основы разработки дополнительных общеобразовательных программ.

- Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» № 273-ФЗ от 29.12.2012г.;
- Приказ Министерства образования и науки РФ от 27 июля 2022 года № 629 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года от 31 марта 2022 года № 678-р; (изм. от 1 июля 2025 г. № 1745-р)
-Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020г.№28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23 августа 2017 г. №816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;
- Письмо Минобрнауки РФ от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении рекомендаций» (вместе с Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ);
- Распоряжение Правительства РФ от 29.05.2015 №996-р «Об утверждении Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года»;
- Приложение к письму Департамента молодежной политики, воспитания и социальной поддержки детей Минобразования и науки России от 11.12.2006 г. № 06-1844 «О примерных требованиях к программам дополнительного образования детей» (в частях, не противоречащих современному законодательству);
- Приказ Министерства просвещения РФ от 3 сентября 2019 г. №467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей».

1.2. Направленность:

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Спортивное лето» **физкультурно-спортивной направленности**. Программа включает в себя знания, установки, личностные ориентиры и нормы поведения, обеспечивающие сохранение и укрепление физического и психического здоровья. Включает в себя, как теоретическую, так и практическую части – организация подвижных игр.

1.3. Уровень освоения программы:

Настоящая программа имеет стартовый уровень в соответствии с Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ Министерства образования и науки РФ (письмо от 18 ноября 2015 г. № 09-3242)

1.4. Актуальность программы:

Актуализация программы заключается в том, что на современном этапе развития общества она отвечает запросам детей и родителей.

Как никогда актуальной остаётся проблема сохранения и укрепления здоровья с раннего возраста. Помочь России выйти из кризиса смогут только успешные люди. Успешные – значит понимающие своё предназначение в жизни, умеющие управлять своей судьбой, здоровые физически и нравственно (способные к самопознанию, самоопределению, самореализации, самоутверждению). Только здоровый ребёнок может успешно учиться, продуктивно проводить свой досуг, стать в полной мере творцом своей судьбы.

1.5. Отличительные особенности программы:

Программа «Спортивное лето» составлена на основе годичной программы «Мини футбол» которая, реализовалась в 2025-2026 учебном году.

1.6. Цель и задачи программы:
формирование и развитие навыков разносторонней общефизической и физической подготовленности: выносливости, быстроты, скорости, силовых координационных возможностей, а также воспитание морально- этических и волевых качеств посредством занятий мини-футболом.

Задачи:
образовательные:
–способствовать приобретению необходимых теоретических знаний в области физической культуры и осваиваемой спортивной игры;
–изучить основы техники и тактики игры в мини-футбол;
–ознакомить учащихся с правилами самоконтроля состояния здоровья на занятиях и дома;

развивающие:
–развивать устойчивый интерес к данному виду спорта;
–развивать креативные способности (мышление, умение предугадать тактику противника);
–содействовать правильному физическому развитию;
–развивать физические способности (силу, выносливость, гибкость, координацию движений);
–развивать специальные технические и тактические навыки игры;

воспитательные
–способствовать воспитанию воли, смелости, настойчивости, чувства дружбы, коллективизма и толерантности, дисциплинированности;
–способствовать привитию ученикам организаторских навыков;
–способствовать привитию общей культуры поведения (основ гигиены, этикет).

1.7. Категория учащихся:
Программа рассчитана на детей 11- 15 лет.
Зачисление осуществляется при желании ребенка по заявлению его родителей (законных представителей).

1.8.. Сроки реализации и объем программы:
Срок реализации программы – 14 дней. Объем программы – 42 часов.

1.9. Формы организации образовательной деятельности и режим занятий:
Занятия проводятся в разновозрастных группах, численный состав группы-15 человек. Формы организации образовательной деятельности – групповые, индивидуальные. Виды занятий: теоретические и практические занятия. Режим занятия проводятся 5 раз в неделю по 3 часа. Продолжительность занятий – 45 минут, перерыв 15 минут.

1.10. Планируемые результаты освоения программы:
Предметные результаты освоения программы:
Личностными результатами освоения программы являются следующие умения:
– активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
– проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
– проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
– оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

Метапредметными результатами освоения занимающимися программы являются следующие умения:
– характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
– находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;
– общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
– обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;
– организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
– планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;
– анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
– технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.

Предметными результатами освоения занимающимися программы являются следующие умения:
– планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физкультуры;
– оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении спортивных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;
– бережно обращаться с инвентарем и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;
– взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
– в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;
– находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы;
– выполнять технические действия из спортивных игр в футбол, применять их в игровой и соревновательной деятельности;
– выполнять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

Раздел 2. Содержание программы.

2.1. Учебный план

№ п/п	Название темы	Кол-в часов всего	Теория	Практика	Формы аттестации/контроля
1.	Тема 1. Инструктаж по ТБ. Гигиенические занятия и навыки. Закаливание.	3		3	Наблюдение
2.	Тема 2. Стойка игрока. Перемещение в стойке боком, лицом. Остановка и передача мяча на месте. Учебная игра	3		3	Наблюдение, опрос
3.	Тема 3. Ведение мяча внешней частью и средней частью подъёма. Игра «Квадрат». Учебная игра	3		3	Наблюдение, опрос
4.	Тема 4. Ведение мяча с изменением направления. Игра «Квадрат». Учебная игра	3		3	Наблюдение, опрос
5.	Тема 5. Остановка опускающегося мяча. Развитие двигательных качеств. Учебная игра.	3		3	Наблюдение, опрос
6.	Тема 6. Удары по мячу внешней стороной стопы и внешней частью подъёма. 6- 10минутный бег. Учебная игра.	3		3	Наблюдение, опрос
7.	Тема 7. Удары по катящемуся мячу. «Квадрат». СФП. Учебная игра.	3		3	Наблюдение, опрос
8.	Тема 8. Удары по прыгающему и летящему мячу. Развитие двигательных качеств. Учебная игра	3		3	Наблюдение, опрос
9.	Тема 9. Удары по мячу носком, пяткой. Жонглирование. Учебная игра.	3		3	Наблюдение, опрос
10.	Тема 10. Удары по мячу с полулёта. Элементы акробатики. Учебная игра.	6		6	Наблюдение, опрос
11.	Тема 11. Индивидуальные действия в защите и в нападении. Тактика вратаря. Групповые действия в защите и в нападении. Учебная игра.	6		6	Наблюдение, опрос
12.	Тема 14. Сдача норматив. Командная игра	3		3	тестирование
	Итого:	**42**		**42**	

2.2. Содержание учебного плана

Материал даётся в трёх разделах: основы знаний; общая и специально физическая подготовка; техника и тактика игры.
В разделе «Основы знаний» представлен материал по истории футболу (мини- футбол), правила соревнований.
В разделе «Общая и специально физическая подготовка» даны упражнения, которые способствуют формированию общей культуры движений, подготавливают организм к физической деятельности, развивают определённые двигательные качества.
В разделе «Техника и тактика игры» представлении материал, способствующий обучению техническими и тактическими приёмами игры. В конце, обучения по программе, учащиеся должны знать правила игры и применять участие в соревнованиях. Содержание самостоятельной работы включает в себя выполнение комплексов упражнений для повышения общей и специальной физической подготовки.

Раздел 3. Формы аттестации и оценочные материалы.

Данная программа предусматривает следующие виды контроля:
Итоговый - Сдача нормативов, командная игра

Паспорт комплекта оценочных средств

Примерные нормативные требования по специальной подготовке

Контрольные упражнения		**Возраст, лет**				
		11	**12**	**13**	**14**	**15**
Жонглирование мяча ногами (поочередно) правой и левой ногой), раз		12	16	20	26	30
Жонглирование мяча головой, раз		12	16	18	22	24
Бег, 30 м с ведением мяча, с		6,3	6,2	6,0	5,8	5,5
Ведение мяча по «восьмерке», с		+	+	+	+	+
Комплексный тест, с		+	+	+	+	+
Удар ногой по неподвижному мячу в цель, число попаданий		3	3	3	3	4
Для вратарей						
Вбрасывание мяча в цель, количество попаданий	упражнение 1	3	4	3	4	4
	упражнение 2	3	4	3	4	4
Удар ногой с полулета в цель, число попаданий		2	3	4	4	4

1.2. Рейтинговая система оценки уровня освоения образовательной программы

Кол-во баллов	**Требования по теоретической подготовке**	**Требования по практической подготовке**	**Результат**
100-75%	Освоил в полном объёме все теоретические знания, предусмотренных программой	Освоил в полном объёме практические умения, успешно продемонстрировал все необходимые танцевальные элементы	Программа освоена в полном объёме **Высокий уровень**
74-50%	Освоил больше половины теоретических знаний, предусмотренных программой	Освоил больше половины практических умений, успешно продемонстрировал большую танцевальных элементов	Программа освоена частично **Средний уровень**

Менее 50 %	Освоил меньше половины теоретических знаний, предусмотренных программой	Освоил меньше половины практических умений, продемонстрировал часть танцевальных элементов	Не освоил программу **Низкий уровень**

Методы и формы отслеживания результативности обучения и воспитания:
Методы:
- открытое педагогическое наблюдение;
- объяснительно-иллюстративный (учащиеся воспринимают и усваивают готовую информацию)
- оценка активности обучающихся во время образовательной деятельности;

Формы:
- Соревнования
- Викторины

Раздел 4. Комплекс организационно-педагогических условий реализации программы.
Для качественного освоения данной программы необходимо наличие мини-футбольного поля 30х60м. с простейшим подсобным оборудованием и спортивный зал размером 12х24м.
Для проведения занятий по мини-футболу, необходимо иметь следующее оборудование и инвентарь:
Ворота мини-футбольные с сетками
Корзина (сетка) для мячей
Мячи мини-футбольные
Гимнастические маты
Мячи набивные весом от 1 до 5 кг
Скакалки
Резиновые амортизаторы
Насос для накачивания мячей в комплекте с иглами
Вратарская экипировка, Конусы тренировочные

4.1. Материально-техническое обеспечение программы.

4.2. Кадровое обеспечение программы.
Программа может быть реализована педагогом дополнительного образования с уровнем образования и квалификации, соответствующим Профессиональному стандарту «Педагог дополнительного образования детей и взрослых».

4.3. Учебно-методическое обеспечение.

Название учебной темы	Форма занятий	Название и форма методического материала	Методы и приемы организации учебно-воспитательного процесса
Тема 1. Инструктаж по ТБ. Гигиенические занятия и навыки. Закаливание.	Групповая, Теоретическая подготовка Беседа		УТЗ
Тема 2. Стойка игрока. Перемещение в стойке	Индивидуальная Групповая	– футбольные мячи; – медицинболы;	УТЗ

боком, лицом. Остановка и передача мяча на месте. Учебная игра	Практическая подготовка	– резиновая лента	
Тема 3. Ведение мяча внешней частью и средней частью подъёма. Игра «Квадрат». Учебная игра	Индивидуальная Групповая Практическая подготовка	– футбольные мячи; – медицинболы; – резиновая лента	– контрольные нормативы; – учебно-тренировочная игра; – помощь в судействе.
Тема 4. Ведение мяча с изменением направления. Игра «Квадрат». Учебная игра	Индивидуальная Групповая Практическая подготовка	– футбольные мячи; – медицинболы; – резиновая лента	– контрольные нормативы; – учебно-тренировочная игра; – помощь в судействе.
Тема 5. Остановка опускающегося мяча. Развитие двигательных качеств. Учебная игра.	Индивидуальная Групповая Практическая подготовка	– футбольные мячи; – медицинболы; – резиновая лента	УТЗ
Тема 6. Удары по мячу внешней стороной стопы и внешней частью подъёма. 6- 10минутный бег. Учебная игра.	Индивидуальная Групповая Практическая подготовка	– футбольные мячи; – медицинболы; – резиновая лента	– контрольные нормативы; – учебно-тренировочная игра; – помощь в судействе.
Тема 7. Удары по катящемуся мячу. «Квадрат». СФП. Учебная игра.	Индивидуальная Групповая Практическая подготовка	– футбольные мячи; – медицинболы; – резиновая лента	– контрольные нормативы; – учебно-тренировочная игра; – помощь в судействе.
Тема 8. Удары по прыгающему и летящему мячу. Развитие двигательных качеств. Учебная игра	Индивидуальная Групповая Практическая подготовка	– футбольные мячи; – медицинболы; – резиновая лента	– контрольные нормативы; – учебно-тренировочная игра; – помощь в судействе.
Тема 9. Удары по мячу носком, пяткой. Жонглирование. Учебная игра.	Индивидуальная Групповая Практическая подготовка	– футбольные мячи; – медицинболы; – резиновая лента	УТЗ
Тема 10. Удары по мячу с полулёта. Элементы акробатики. Учебная игра.	Индивидуальная Групповая Практическая подготовка	– футбольные мячи; – медицинболы; – резиновая лента	– контрольные нормативы; – учебно-тренировочная игра;

			– помощь в судействе.
Тема 11. Индивидуальные действия в защите и в нападении. Тактика вратаря. Групповые действия в защите и в нападении. Учебная игра.	Индивидуальная Групповая Практическая подготовка	– футбольные мячи; – медицинболы; – резиновая лента	УТЗ
Тема 12. Сдача норматив. Командная игра	Индивидуальная Групповая Практическая подготовка		УТЗ

Литература для педагога

1. Абдулкадыров А.А. Соотношение физической и технической подготовки юных футболистов 11-14 лет на этапе начальной спортивной специализации. – СПб, 2004.
2. Адамбеков К.И. Оптимизация тренировочных занятий при подготовке юных футболистов в условиях общеобразовательных школ. – М., 2007.
3. Андреев С.Н.: Мини-футбол в школе. – М.: Советский спорт, 2006;
4. Варюшин, В.В. Тренировка юных футболистов: учебное пособие / В.В. Варюшин. – М.: Физическая культура, 2007.
5. Годик М.А., Мосягин С.М., Швыков И.А. Поурочная программа подготовки юных футболистов 6-9 лет – Нижний Новгород: РА «Квартал», 2012. – 256 с.
6. Джармен Д. Футбол для юных. – М.: Физкультура и спорт, 2002.
7. Зеленцов, А.С. Технико-тактические действия футболистов: проблемы совершенствования. – М.: Физкультура и спорт, 2012.
8. Конева Е.В. «Спортивные игры: правила, тактика, техника». Ростов-на-дону Изд.-во «Феникс», 2004 г.
9. Петько, С.Н. Структура соревновательной деятельности как основа построения тренировки в мини-футболе / С.Н. Петько, И.Г. Лысенко, В.А. Кашкаров // Теория и практика физической культуры. – 2008. – № 8. – 59 с.
10. 101 упражнение для юных футболистов / Мальком Кук; пер. с англ. Л. Захоровича – М.: АСТ: Астрель, 2007.

Литература, рекомендуемая учащимся и родителям

1. **Ильин, А. Ю.** Футбол для начинающих : детская иллюстрированная энциклопедия / А. Ю. Ильин. — Москва : Эксмо, 2021. — 64 с.
2. **Киселев, П. А.** Подвижные и спортивные игры с мячом : пособие для учащихся / П. А. Киселев. — Москва : Планета, 2019. — 128 с.
3. **Черданцев, Г. В.** Азбука футбола. Увлеки своего ребенка самой популярной игрой! / Г. В. Черданцев. — Москва : АСТ, 2022. — 112 с.

4. **Футбол** : [для младшего и среднего школьного возраста] / сост. Т. А. Серебрякова. — Москва : Росмэн, 2020. — 48 с. — (Серия «Детская энциклопедия Росмэн»).

Интернет-ресурс

1. Wikipedia.org. Свободная энциклопедия на русском языке;
2. footballstory.ru/ – сайт истории футбола;
3. http://www.teoriya.ru/ – теория и практика физической культуры;
4. http://amfr.ru/edu/mishka/ – сайт ассоциации мини-футбола России. Общероссийскийпроект мини-футбол в школу;
5. http://www-rohan.sdsu.edu/dept/coachsci/index.htm– наука о тренерской работ

Приложение 1

Календарный учебный график

№ п/п	Фактическая дата и время проведения занятия	Плановая дата и время проведения занятия	Форма занятия	Кол. часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1.		**08.06.2026** 10:00 – 12:25	Групповая, Теоретическая подготовка Беседа	3	Тема 1. Инструктаж по ТБ. Гигиенические занятия и навыки. Закаливание.	МБОУ СОШ №6 г.Ачхой-Мартан	УТЗ
2.		**09.06.2026** 10:00 – 12:25	Индивидуальная Групповая Практическая подготовка	3	Тема 2. Стойка игрока. Перемещение в стойке боком, лицом. Остановка и передача мяча на месте. Учебная игра	МБОУ СОШ №6 г.Ачхой-Мартан	УТЗ
3.		**10.06.2026** 10:00 – 12:25	Индивидуальная Групповая Практическая подготовка	3	Тема 3. Ведение мяча внешней частью и средней частью подъёма. Игра «Квадрат». Учебная игра	МБОУ СОШ №6 г.Ачхой-Мартан	УТЗ
4.		**11.06.2026** 10:00 – 12:25	Индивидуальная Групповая Практическая подготовка	3	Тема 4. Ведение мяча с изменением направления. Игра «Квадрат». Учебная игра	МБОУ СОШ №6 г.Ачхой-Мартан	УТЗ
5.		**15.06.2026** 10:00 – 12:25	Индивидуальная Групповая Практическая подготовка	3	Тема 5. Остановка опускающегося мяча. Развитие двигательных качеств. Учебная игра.	МБОУ СОШ №6 г.Ачхой-Мартан	УТЗ
6.		**16.06.2026** 10:00 – 12:25	Индивидуальная Групповая Практическая подготовка	3	Тема 6. Удары по мячу внешней стороной стопы и внешней частью подъёма. 6-10минутный бег. Учебная игра.	МБОУ СОШ №6 г.Ачхой-Мартан	УТЗ
7.		**17.06.2026** 10:00 – 12:25	Индивидуальная Групповая Практическая подготовка	3	Тема 7. Удары по катящемуся мячу. «Квадрат». СФП. Учебная игра.	МБОУ СОШ №6 г.Ачхой-Мартан	УТЗ
8.		**18.06.2026** 10:00 – 12:25	Индивидуальная Групповая Практическая подготовка	3	Тема 8. Удары по прыгающему и летящему мячу. Развитие двигательных качеств. Учебная игра	МБОУ СОШ №6 г.Ачхой-Мартан	УТЗ
9.		**19.06.2026** 10:00 –	Индивидуальная Групповая	3	Тема 9. Удары по мячу носком, пяткой.	МБОУ СОШ №6 г.Ачхой-	УТЗ

		12:25	Практическая подготовка		Жонглирование. Учебная игра.	Мартан	
10.		**22.06.2026 23.06.2026** 10:00 – 12:25	Индивидуальная Групповая Практическая подготовка	6	Тема 10. Удары по мячу с полулёта. Элементы акробатики. Учебная игра.	МБОУ СОШ №6 г.Ачхой-Мартан	УТЗ
11.		**24.06.2026 25.06.2026** 10:00 – 12:25	Индивидуальная Групповая Практическая подготовка	6	Тема 11. Индивидуальные действия в защите и в нападении. Тактика вратаря. Групповые действия в защите и в нападении. Учебная игра.	МБОУ СОШ №6 г.Ачхой-Мартан	УТЗ
12.		**26.06.2026** 10:00 – 12:25	Индивидуальная Групповая Практическая подготовка	3	Тема 12. Сдача норматив. Командная игра	МБОУ СОШ №6 г.Ачхой-Мартан	УТЗ