

ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ КОМИТЕТА ПО СОЦИАЛЬНОЙ
ПОЛИТИКЕ И КУЛЬТУРЕ АДМИНИСТРАЦИИ ГОРОДА ИРКУТСКА
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО
ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДА ИРКУТСКА «ДОМ ДЕТСКОГО ТВОРЧЕСТВА
№3»

Рекомендована педагогическим советом
МБУДО г. Иркутска ДДТ №3
Протокол №1 от 29.09.2022 года

Утверждена приказом директора
МБУДО г. Иркутска ДДТ №3
№ 01-11-114/13 от 01.09.2022

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«Мини-футбол»**

Направленность: физкультурно-спортивная

Уровень: Базовый

Адресат программы: дети в возрасте от 7 до 15 лет

Срок реализации: 1 год

Разработчик программы: Вологжин Евгений Сергеевич

Педагог дополнительного образования.

Иркутск 2021 г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеразвивающая программа разработана на основе нормативных документов:

1. Федеральный закон от 29.12.2012г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», статей: 2 (п.9, п.22), 12 (п.1ч.4; ч.5), 13 (ч.1,2), 28 (п.6 ч.3), 33 (ч.2), 55 (ч.2), 58 (ч.1), 59 (ч.1),75 (ч.1, ч.4);
2. Приказ Министерства просвещения РФ от 09.11.2018г. №196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительной общеобразовательным программам»;
3. СанПин 2.4.4.3172-14, утверждённый Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 04.07.2014г. №41;
4. Концепция развития дополнительного образования детей (Распоряжение Правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014 года № 1726-р);
5. Устав МБУДО г. Иркутска ДДТ №3, согласован распоряжением заместителя комитета по социальной политике и культуре администрации города Иркутска, № 504-02-1039/15 от 29.05.2015 г.

Информационные материалы и литература.

Программа разработана на основе программы по мини-футболу интегративного курса физического воспитания автор: Железняк Ю.Д, Портнов Ю.М.

Направленность программы физкультурно-спортивная.

Значимость (актуальность) и педагогическая целесообразность программы.

Мини-футбол –одна из самых популярных и массовых коллективных спортивных игр. Современный мини-футбол являет собой яркое зрелище, благодаря разнообразным проявлениям физических качеств тактического мышления часто используются в других видах спорта.

Мини-футбол широко используется в различных звеньях системы физического воспитания. В тоже время мини-футбол – мощное средство агитации и пропаганды физической культуры и спорта.

Технические приемы, тактические действия и собственно сама игра в мини-футбол включают в себе большие возможности для формирования жизненно важных двигательных навыков и развития физических способностей детей. Научные исследования игровой деятельности подчеркивают ее уникальные возможности не только для физического и нравственного воспитания детей, но и для развития познавательных интересов, выработки воли, характера, формирования умения ориентироваться в окружающей действительности, воспитания чувства коллективизма.

Отличительные особенности программы.

Разработанная программа направлена не только на развитие спортивного мастерства, но и на оздоровление детей, позволяя посещать занятие воспитанникам с разной физической подготовкой и физическими способностями. Последовательно изложены задачи каждого этапа обучения данному виду спорта, отмечается сохранение педагогических принципов и последовательность обучения. Программа признана подготовить детей к сдаче учебных нормативов по физической и тактической подготовке в соответствии с их возрастам. В доступной форме изложен учебный материал и материал критериев готовности обучающихся при переходе от одного года обучения к другому. Основной отличительной чертой данной программы является тесное сотрудничество учителя и педагога, что позволяет решать поставленные задачи образовательной и спортивно-оздоровительной направленности. В содержание программы заложена возможность отбора талантливых, одаренных ребят, это переход на более высокий уровень практической работы. В отличии от исходной программы

добавлены собственные упражнения с учетом индивидуальных и возрастных особенностей детей.

Уровень программы: ознакомительный. Программа предполагает реализацию материала, обеспечивающего освоение теоретических и практических навыков, создающих общую и целостную картину изучаемого предмета.

Адресат программы: дети в возрасте от 7 до 12 лет.

Половозрастные, индивидуально-психологические, физические и иные особенности и состояний обучающихся. На занятия допускаются дети, не имеющие медицинских противопоказаний к физическим нагрузкам. Формирование учебных групп проводится по возрастному принципу. Минимальный размер группы составляет 12 человек. Образовательная деятельность организована с использованием групповой формы с учётом индивидуальных особенностей детей. Обучение происходит путем практического показа и словесных объяснений. Программа реализуется для детей младшего и среднего школьного возраста.

Младший школьный возраст характеризуется готовностью к учебной деятельности. Младший школьный возраст является наиболее важным для развития эстетического восприятия, творчества и формирования нравственно-эстетического отношения к жизни, которое закрепляется в более или менее неизменном виде на всю жизнь.

В среднем школьном возрасте определяющую роль играет общение со сверстниками. Ведущими видами деятельности являются учебная, общественно-организационная, спортивная, творческая, трудовая. В этот период ребенок приобретает значительный социальный опыт, начинает постигать себя в качестве личности в системе трудовых, моральных, эстетических общественных отношений, возникает намеренное стремление принимать участие в общественно значимой работе, становиться общественно полезным.

Форма обучения: очная с использованием различных образовательных технологий, в том числе дистанционных и технологию электронного обучения

Режим занятий: 1 год обучения занимается 2 раза в неделю по 2 учебному часу, итого 144 часа.

Объем и срок освоения программы: 1 год обучения, общее количество учебных часов, необходимых для освоения программы – 144 часа.

Методы, технологий обучения:

- словесные методы, создающие у обучающихся предварительное представление об изучаемом движении.

- наглядные методы – применяются главным образом в виде показа упражнений, учебных наглядных пособий, видеофильмов.

- практические методы: метод упражнений, игровой метод, соревновательный

Главным является метод упражнений, который предусматривает многократное повторение движений. Разучивание упражнений осуществляется двумя способами - в целом и по частям;

- игровая и соревновательная технология применяются после того, как у обучающихся образовались некоторые навыки игры.

Цель программы:

реализация потенциала физического и личностного развития обучающихся, совершенствование физических качеств, способностей через тактическую и техническую подготовку по мини футболу.

Обучающие задачи:

1. изучить правила, освоить технику и тактику игры в мини -футбол;
2. изучить основы физиологии и гигиены спортсмена;
3. овладеть индивидуальными и групповыми техническими и тактическими действиями;

Развивающие задачи:

1. всестороннее гармоничное развитие физических способностей, укрепление здоровья, закаливание организма;
2. использовать рациональные способы выполнения того или иного задания, добросовестное выполнять задания, сформировать осознанное стремление к новым знаниям и умениям;
3. развить умение содержательно наполнить самостоятельные формы занятий физической культурой;
4. овладеть способами планирования, организации и проведения разнообразных форм занятий физической культурой.

Личностные задачи:

1. воспитать волевых, смелых, дисциплинарных, обладающих высоким уровнем социальной активности и ответственности молодых спортсменов.
2. воспитать устойчивый интерес и потребность в систематических занятиях спортом
3. развивать основные двигательные качества;
4. приобретение минимума знаний основ физиологии и гигиены.

Планируемые результаты**Предметные:**

1. активно использовать и применять правила игры в мини-футбол;
2. поминать основы физиологии и гигиены спортсмена;
3. владеть индивидуальными техническими действиями и применять в игре групповые тактические действия;
4. иметь представление о соревновательной деятельности по мини- футболу.

Метапредметные результаты:

1. получение новых знаний о развитии физических способностей, укрепления здоровья, значении здорового образа жизни;
2. получение новых знаний и умений, добросовестное выполнение заданий, корректировка своих действия, адекватная оценка своих возможностей;
3. умение содержательно наполнить самостоятельные формы занятий физической культурой;
4. владеть способами планирования, организации и проведения разнообразных форм занятий физической культурой.

Личностные результаты:

1. активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания, проявлять положительные качества 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.
2. совершенствование показателей общей физической подготовки;
3. получение представления о режиме дня и личной гигиене, значении физической культуре и спорте для укрепления здоровья и поддержания высокой работоспособности, о гигиенических правилах занятий физическими упражнениями, о двигательном режиме и природных факторах закаливания, об основных приемах самоконтроля, о вреде курения и алкоголя и т.д.

Должны уметь:

Выполнять передачу, ведение, анализировать и оценивать игровую ситуацию, обладать тактикой нападения и защиты.

Должны иметь навыки: Владеть техникой: точной передачи мяча партнеру, удару в створ ворот, различных видов ведения мяча, проведения успешного командного нападения и различных видов защиты;

Применять индивидуальные, групповые и командные действия, как в нападении, так и в защите, самостоятельно применять все виды перемещения, как с мячом, так и без мяча.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН **расписать темы и добавить воспитательную работу!**

Название разделов программы	Количество часов			Форма промежуточной аттестации и текущего контроля
	всего	теория	практика	
Раздел 1. Основы знаний	2	2		Опрос, Тест, Регулярность посещения.
Раздел 2. ОФП	12	1.5	10.5	Сдача норматива по ОФП
Воспитательная работа	2		2	Наблюдение
Раздел 3. СФП	14	1.5	12.5	Наблюдение, учебная игра с произвольным использованием приемов нападения и защиты, оценка проявления инициативы и творчества, выполнение контрольных упражнений, самоконтроль
Раздел 4. «Техническая подготовка», «Тактическая подготовка» и «Интегральная тренировка»	102	10	92	Промежуточная и итоговая аттестация, наблюдение, самоконтроль, выполнение указаний тренера, прием нормативов
Раздел 5. Соревновательная подготовка Контрольные нормативы (промежуточная аттестация)	14	6	8	Сдача норматива по тактике и технической подготовке Промежуточная и итоговая аттестация, наблюдение, самоконтроль
Итого:	144	21	123	

ОБЪЕМ, СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Объем программы: Общее количество учебных часов, необходимых для освоения программы: Всего: 144 часа, 2 год обучения -4 часа в неделю.

Содержание программы

Программа состоит из разделов:

1. Охраны труда и техника безопасности.
2. Общая физическая подготовка.
3. Специальная физическая подготовка.
4. Техническая подготовка, тактическая подготовка, интегральная тренировка.
5. Соревновательная подготовка. Контрольные нормативы.

Раздел 1 «**Охрана труда и техника безопасности**» знакомит занимающихся с основными правилами техники безопасности на учебно-тренировочных занятиях, спортивно – массовых мероприятиях, формирует навыки страховки и самостраховки. Учит обеспечению личной безопасности во время самостоятельных занятий физической культурой и спортом.

Раздел 2 «**Общая физическая подготовка**» содержит материал, реализация которого формирует у детей общую культуру движений, укрепляет здоровье, содействует развитию разносторонних умений и навыков, развивает основные физические качества.

В разделе 3 «**Специальная физическая подготовка**» представлен материал с учетом характера игровой деятельности, способствующий приобретению умений игры мини-футбол и эффективному их использованию в этой деятельности, развивающий всесторонние способности, а также всевозможные сочетания этих групп способностей, у занимающихся не только при работе с мячом, но и без мяча.

Разделы 4 «**Техническая подготовка**», «**Тактическая подготовка**» и «**Интегральная тренировка**» включают в свое содержание различные средства физической культуры направленные на формирование и развитие жизненно-важных двигательных навыков и умений. Специальные упражнения (индивидуальные, групповые и игровые упражнения с мячом) позволяют избирательно решать задачи обучения в отдельных элементах техники, их вариативности, различных связок и фрагментов игровой деятельности.

Раздел 5 «**Соревновательная подготовка**», «**Контрольные нормативы**» содержит всю совокупность технических приемов в условиях комплексного проявления основных физических качеств и тактических действий. Содержит подбор упражнений, выполнение которых позволяет тренеру определить степень усвоения учебного материала и уровень физического развития и подготовленности занимающихся.

При подборе упражнения по видам подготовки обязательно соблюдение педагогических принципов от простого к сложному, от известного к неизвестному на которых строится учебно-тренировочный процесс, дающий возможность последовательно от года к году обучать детей новым, более сложным двигательным действиям.

Форма аттестаций и оценочные материалы Изменить промежуточная аттестация проводится 1 раз в год в мае!

Время проведения	Цель проведения	Формы контроля
-------------------------	------------------------	-----------------------

Начальная диагностика		
В начале учебного года (сентябрь-октябрь), во время первых учебных занятий для новых обучающихся	Определение уровня развития физических качеств детей	Тестирование по ОФП
Промежуточная аттестация I полугодие		
По окончании изучения темы или раздела. В конце I полугодия (декабрь).	Определение степени усвоения обучающимися учебного материала. Определение результатов обучения.	Сдача контрольных нормативов по ОФП и СФП (приложение 2)
Промежуточная аттестация II полугодие		
В конце учебного года (май).	Определение изменения уровня развития обучающихся, их физических качеств. Определение результатов обучения. Ориентирование обучающихся на дальнейшее (в том числе самостоятельное) обучение. Получение сведений для совершенствования образовательной программы и методов обучения.	Сдача контрольных нормативов по ОФП и СФП. Учебная игра. Соревновательная деятельность.
<p>Диагностика: промежуточная (декабрь, май). Основной способ: наблюдение за выполнением контрольных упражнений (тестов, нормативов). Уровневая система оценивания: высокий, средний, низкий уровень.</p> <p>Промежуточная аттестация проходит два раза в год в форме сдачи ОФП, СФП.</p> <p>Текущий контроль – тематический контроль (по темам, разделам).</p> <p>Текущий контроль проводится в форме: беседы, наблюдения, учебной игры и работой над ошибками.</p> <p>Текущий контроль позволяет оценить и проверить сформированные навыки обучающихся полученных по разделу, теме. В ходе данного контроля проверяются теоретические, практические навыки обучающихся.</p> <p>Вопросы для беседы, для устного опроса составляются в соответствии с изучаемым материалом по теме, разделу.</p> <p>Наблюдение. Процесс наблюдения педагог осуществляет в ходе учебного занятия за деятельностью учащихся при выполнении практической работы с целью выявления успехов и ошибок в деятельности учащихся, оказания адресной помощи.</p> <p>Беседа. Педагог ведёт беседу с учащимися исходя из изученного материала по теме занятия, по разделу.</p>		

- Для входной диагностики используются нормативы по ОФП и технической подготовке, соответствующие возрасту обучающихся.
- Основными формами отслеживания результатов является промежуточная аттестация, а также участие в соревновательной деятельности. (Приложение 1)

Результативность усвоения данной программы определяется с помощью использования разнообразных способов проверки:

- текущий контроль знаний в процессе устного опроса (индивидуального и группового);
- текущий контроль умений и навыков в процессе наблюдения за индивидуальной работой;
- самоконтроль.

При подведении итогов реализации образовательной программы используются следующие формы:

- открытые занятия,
- зачёты,
- соревнования,
- товарищеские игры,

Открытые занятия проводятся один раз в полугодие.

Соревнования проводятся один раз в полугодие.

- Социализация учащихся идет через набор показателей и критериев (приложение 3)

Входная диагностика, промежуточная аттестация- смотреть приложение 2

МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

Методы:

- словесной передачи знаний и руководства действиями обучающихся: объяснение, рассказ, беседа;
- обучения техники и тактики: демонстрация (показ), разучивание технико-тактических действий по частям и в целом, анализ действий (своих и противника), разработка вариантов технико-тактических действий, творческие задания в процессе тренировки и соревнований;
- выполнения упражнений для развития физических качеств: непрерывный, повторный, круговой, контрольный, игровой, соревновательный.

Запись игр на видео, просмотр и разбор ошибок.

Запись расстановки на доске.

Направленность: комплексная и тематическая.

Разносторонняя тренировка, где обучение и тренировка является единым педагогическим процессом, который тесно взаимосвязан между физической, технической и тактической подготовкой юных футболистов и обеспечивает единство процесса их обучения и поэтому чрезмерное увлечение узкоспециализированными упражнениями нередко приводит к задержке роста мастерства на следующих этапах подготовки.

Обучение по программе возможно с применением дистанционных технологий.

Формы учебных занятий, используемые в программе мини-футбол при переходе на дистанционное обучение:

1) Просмотр видео по теме. Подбор в сети интернет доступных видеороликов в которых раскрывается тема занятия.

2) Веб занятия. (Российская электронная школа - <https://resh.edu.ru>). Выбор подходящего по теме ктп занятия, просмотр, анализ и выполнение контрольного задания.

3) Компьютерные телеконференции (дискорд, зюом)

Выход на онлайн занятия, для разбора и выполнения заданной темы занятия

Примерный план работы на неделю в дистанционном режиме.

Педагог дополнительного образования: Вологжин Е.С.

Объединение: Мини-футбол

Группа №1-2 год обучения

№ п/п	Дата	Тема Виды работы	Формы контроля	Кол-во часов
1		Тактическая подготовка.(Веб занятие) Тактическая подготовка.(Веб занятие)	Эл.почта. Фотовидео отчет.	2
2		Тактическая подготовка. (Конференция на платформе zoom, разбор веб занятия исправление и устранение ошибок выполнения контрольного занятия.) Соревновательная тренировка. (Просмотр видео по заданной теме)	Эл.почта. Фотовидео отчет.	2

1. Основные правила игры в футбол-просмотр веб занятия, выполнение контрольного задания. <https://resh.edu.ru/subject/lesson/3216/main/>
2. Просмотр через YOUTUBE «Отборочный матч». (<https://youtu.be/Fk59uUnkz-k>)
3. Закрепление полученных знаний видео в самостоятельной работе под контролем родителей;

Условия реализации программы

Требования к режиму занятий детей мини-футболом.

Режим учебно-воспитательного процесса (расписание занятий) должен соответствовать требованиям СанПиНа 2.4.4.1251-03. Расписание занятий в спортивно – оздоровительных группах и группах начальной подготовки составляется с учетом того, что они являются дополнительной нагрузкой к обязательной учебной работе детей и подростков в общеобразовательных учреждениях и поэтому необходимо соблюдение следующих гигиенических требований:

- при зачислении в группу каждый ребенок должен представить справку от врача о состоянии здоровья с заключением о возможности заниматься в группах дополнительного образования по футболу;
- посещение ребенком занятий более чем в 2-х (секциях, студиях и т.д.) в один день не рекомендуется;
- предпочтительно совмещение занятий спортивного и неспортивного профиля;
- кратность посещения занятий одного профиля рекомендуется не более 2-х раз в неделю;
- между занятиями в общеобразовательном учреждении (не зависимо от обучения) и посещением учебно-тренировочных занятий должен быть перерыв для отдыха не менее часа;
- начало занятий должно быть не ранее 8.00 ч, а их окончание — не позднее 21.20 ч.;
- занятия детей в учреждениях могут проводиться в любой день недели, включая воскресные и каникулы.

Требуется спортивная площадка не менее 12*24 метра.

1. Мяч мини-футбольный 10 шт(размер 4)
2. Фишки 15 шт.

3. Манишки игровые 10 шт.
4. Ворота мини-футбольные 2 шт.
5. Скакалка 10 шт
6. Мяч набивной 10 шт
7. Палки гимнастические 10 шт
8. Мячи волейбольные 10 шт.
9. Мячи баскетбольные 10 шт.
10. Мячи теннисные 10 шт.

Воспитательная работа

Работа в объединении				
Цель – воспитание личности и создание условий для активной жизнедеятельности обучающихся, гражданского самоопределения, удовлетворения потребностей в интеллектуальном, культурном, физическом и нравственном развитии.	Название мероприятия, содержание • мероприятия, направленные на профессиональное воспитание - экскурсии; беседы, встречи с интересными людьми; участие в конкурсах, соревнованиях, фестивалях и т.д.	Методы, форма	Место и сроки выполнения	Ответственные
	1. Приглашение профессиональных спортсменов, которые тренировались в ДДТ №3	беседа, Тренировка с лучшим игроком.	с/з СОШ №4	Вологжин Е.С
	2. Посещение игр ФК «Байкал»	просмотр игр и дальнейшее обсуждение	Стадион «Труд», в течение сезона	Вологжин Родители
	3. Подготовка и участие в соревнованиях	учебно-тренировочные занятия, психологические тренинги	с/з СОШ №4, в течение года	Вологжин Е.С
	4. Посещение игр Областной любительской лиги вместе с родителями	просмотр игр и дальнейшее обсуждение	в течение года, место проведения соревнований	Вологжин Е.С Родители
	Товарищеские игры дома и в гостях	учебные и товарищеские игры	Место проведения товарищеской встречи, в течение года	Вологжин Е.С
	«Мы – футбольная семья»	спортивный праздник	с/з СОШ №4, апрель, май	Вологжин Е.С
	Итоговые открытые занятия	учебные игры	с/з СОШ №4, апрель, май	Вологжин Е.С

	<ul style="list-style-type: none"> • массовые мероприятия воспитательно-развивающего характера: гражданско-патриотического, здоровьесберегающего и общекультурного направления 			
	2. Урок мужества «Дети-герой»	беседа	актовый зал СОШ №4, февраль	Вологжин Е.С
	4. Военно спортивный праздник «Вспомним киевское Динамо »	творческий вечер	актовый зал СОШ №4, май	Вологжин
Совместная работа ДДТ №3				
	<ul style="list-style-type: none"> • участие в мероприятиях, социально значимых программах, акциях и проектах ДДТ (планируется совместно с педагогами-организаторами) 	По плану воспитательной работы ДДТ		
Работа с родителями				
	<ul style="list-style-type: none"> • родительские собрания; • индивидуальные встречи и консультации; • системная работа по оценке деятельности педагога дополнительного образования со стороны родителей (книга отзывов, анкетирование и др.) 	Родительские собрания – сентябрь, январь, май, по необходимости. Индивидуальные встречи и консультации – в течение всего года Оценка деятельности педагога в конце каждого месяца посредством анкетирования		Вологжин Е.С.

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

№ п/п /	Название разделов	месяц								
		сентябрь	октябрь	ноябрь	декабрь	январь	февраль	март	апрель	май
1	Охрана труда и техника безопасности	1				1				
2	Общая физическая подготовка	2	1	--	2	-	2	1	2	2
3	Специальная физическая подготовка	1	2	2	1	1	2	2	2	1

4	Техническая подготовка	7	4	7	4	8	5	8	6	5
4	Тактическая подготовка	2	5	4	3	4	4	4	3	2
4	Интегральная тренировка	1	3	1	1	4	2	2	1	2
5	Соревновательная подготовка Контрольные нормативы Промежуточная аттестация	1	1	1	2		1			3
всего: 144		13	17	17	17	13	16	17	18	16

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Ю.Д. Железняк, Ю.М. Портнов Спортивные игры. «Академия» 2014.
2. Былеева Л., Коротков И., Яковлев В.. Подвижные игры. М. «Физкультура и спорт». 2014.
3. Верхошанский Ю.В. Основы специальной физической подготовки спортсменов М. ФиС2008.
4. Громова О.Е.. Спортивные игры для детей. М. « ТЦ Сфера». 2003.
5. Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Теория и методика физического воспитания и спорта. М. изд. Центр «Академия». 2010.

ПРИЛОЖЕНИЯ

Приложение №1

(1 год обучения)

Бег 30 м(сек)			Челночный бег 3 x 10 м (сек)			Прыжок в длину с места(см)			Подтягивание на перекладине (раз)			Бег 15 м сведением мяча(сек)		
В	С	Н	В	С	Н	В	С	Н	В	С	Н	В	С	Н
6,1	6,8	8,1	10,3	11,0	11,5	128	114	85	4	2	0	9,9	10,3	10,6

Приложение 2

Специализация и направленность	Вид упражнения	6-7 лет
		Оценка результата

				н	с	в
О Ф П	Скорость	1	Бег 30 м(сек)	7,4-8,0	6,8-7,3	6,6-6,7
	Скоростная выносливость	2	Челночный бег 3 x 10 м (сек)	-	-	-
		3	Бег 300 м (мин)	1,13- 1,28	1,29- 1,43	1,44- 2,05
	Выносливость	4	Бег 6 мин(м)	-	-	-
	Скоростно-силовая	5	Прыжок в длину с места(см)	86-101	102- 114	115- 127
	Сила	6	Подтягивание на перекладине (раз)	1	2	3

Специализация и направленность		Вид упражнения		8-9 лет		
				Оценка результата		
				н	с	в
О Ф П	Скорость	1	Бег 30 м(сек)	5,9	5,7	5,5
	Скоростная выносливость	2	Челночный бег 3 x 10 м (сек)	10,0	9,8	9,5
		3	Бег 300 м (мин)	68	66	64
	Выносливость	4	Бег 6 мин(м)	750- 850	850- 900	950- 1000
	Скоростно-силовая	5	Прыжок в длину с места(см)	130	140	155
	Сила	6	Подтягивание на перекладине (раз)	1	2	3
С Ф П	Скоростно-силовая	7	Удары по мячу на дальность (м)-сумма ударов	18	20	22
	Скорость	8	Бег 15м сведением мяча (сек)	7,1	7,0	6,9
Техническая подготовка		9	Удары на точность по воротам (м)	1	2	3
		10	Ведение мяча, обводка стоек и удар по воротам (сек)	12,6	12,4	12,1
		11	Жонглирование мячом (раз)	3	4	5

Специализация и направленность		Вид упражнения		10-11 лет		
				Оценка результата		
				н	с	в
О Ф П	Скорость	1	Бег 30 м(сек)	5,9	5,7	5,5
	Скоростная выносливость	2	Челночный бег 3 x 10 м (сек)	10,0	9,8	9,5
		3	Бег 300 м (мин)	68	66	64
	Выносливость	4	Бег 6 мин(м)	750- 850	850- 900	950- 1000
	Скоростно-силовая	5	Прыжок в длину с места(см)	130	140	155
	Сила	6	Подтягивание на перекладине (раз)	1	2	3
С Ф	Скоростно-силовая	7	Удары по мячу на дальность (м)-сумма ударов	18	20	22

П	Скорость	8	Бег 15м сведением мяча (сек)	7,1	7,0	6,9
Техническая подготовка		9	Удары на точность по воротам (м)	1	2	3
		10	Ведение мяча, обводка стоек и удар по воротам (сек)	12,6	12,4	12,1
		11	Жонглирование мячом (раз)	3	4	5

Специализация и направленность		Вид упражнения		12 лет		
				Оценка результата		
				н	с	в
О Ф П	Скорость	1	Бег 30 м(сек)	5,8	5,6	5,4
	Скоростная выносливость	2	Челночный бег 3 x 10 м (сек)	9,8	9,5	9,1
		3	Бег 300 м (мин)	65	64	63
	Выносливость	4	Бег 6 мин(м)	800-900	900-1100	1000
	Скоростно-силовая	5	Прыжок в длину с места(см)	135	145	160
	Сила	6	Подтягивание на перекладине (раз)	2	3	4
С Ф П	Скоростно-силовая	7	Удары по мячу на дальность (м)-сумма ударов	22	24	26
	Скорость	8	Бег 15м сведением мяча (сек)	6,9	6,8	6,7
Техническая подготовка		9	Удары на точность по воротам (м)	2	3	4
		10	Ведение мяча, обводка стоек и удар по воротам (сек)	10,1	9,9	9,7
		11	Жонглирование мячом (раз)	4	5	6

Специализация и направленность		Вид упражнения		13 лет		
				Оценка результата		
				н	с	в
О Ф П	Скорость	1	Бег 30 м(сек)	5,7	5,5	5,3
	Скоростная выносливость	2	Челночный бег 3 x 10 м (сек)	9,5	9,1	8,8
		3	Бег 300 м (мин)	63	62	61
	Выносливость	4	Бег 6 мин(м)	950-900	100-1050	1100-1150
	Скоростно-силовая	5	Прыжок в длину с места(см)	140	155	165
	Сила	6	Подтягивание на перекладине (раз)	2	3	4
С Ф П	Скоростно-силовая	7	Удары по мячу на дальность (м)-сумма ударов	28	30	32
	Скорость	8	Бег 15м сведением мяча (сек)	6,6	6,4	6,2
Техническая подготовка		9	Удары на точность по воротам (м)	3	4	5
		10	Ведение мяча, обводка стоек и удар по воротам (сек)	9,9	9,7	9,5

	11	Жонглирование мячом (раз)	5	6	7
--	----	---------------------------	---	---	---

Специализация и направленность		Вид упражнения		14-15 лет		
				Оценка результата		
				н	с	в
О Ф П	Скорость	1	Бег 30 м(сек)	5,8	5,6	5,4
	Скоростная выносливость	2	Челночный бег 3 x 10 м (сек)	9,8	9,5	9,1
		3	Бег 300 м (мин)	65	64	63
	Выносливость	4	Бег 6 мин(м)	800-900	900-1100	1000
	Скоростно-силовая	5	Прыжок в длину с места(см)	135	145	160
	Сила	6	Подтягивание на перекладине (раз)	2	3	4
С Ф П	Скоростно-силовая	7	Удары по мячу на дальность (м)-сумма ударов	22	24	26
	Скорость	8	Бег 15м сведением мяча (сек)	6,9	6,8	6,7
Техническая подготовка		9	Удары на точность по воротам (м)	2	3	4
		10	Ведение мяча, обводка стоек и удар по воротам (сек)	10,1	9,9	9,7
		11	Жонглирование мячом (раз)	4	5	6

Сводная таблица по ОФП, СФП, технической подготовке

№	Показатели социализации	Критерии	№ в табл.
1	ОФП	Бег 30 м(сек)	1
		Челночный бег 3 x 10 м (сек)	2
		Бег 300 м (мин)	3
		Бег 6 мин(м)	4
		Прыжок в длину с места(см)	5
		Подтягивание на перекладине (раз)	6
2	СФП	Скоростно-силовая	7
		Скорость	8
3	Техническая подготовка	Удары на точность по воротам (м)	9
		Ведение мяча, обводка стоек и удар по воротам (сек)	10
		Жонглирование мячом (раз)	11

Диагностика социализации

Приложение 3

Диагностическая карта изучения индивидуального уровня социализации обучающихся

н - низкий

с – средний

в – высокий

№	Показатели социализации	Критерии	№ в табл.
1	Трудолюбие в творчестве, учении, жизни	Участие в массовых мероприятиях	1
		Добросовестное отношение к выполнению любого вида задания	2
2	Коммуникативные качества	Вежлив, тактичен, доброжелателен.	3
		Умеет <i>договариваться</i> , находить общее решение	4
		Владеет адекватными выходами из конфликта	5
		Активно принимает участие в работе группы	6
3	Ценностное отношение к прекрасному, сформированность представлений об эстетических идеалах и ценностях	Бережное отношение к результатам человеческого труда и творчества	7
		Способность и потребность наслаждаться природой, поддерживать её жизненные силы	8
		Интересуется различными видами творчества	9
		Занимается каким-либо видом творчества самостоятельно	10
		Принимает участие в творческих процессах: художественная деятельность, выступает и как усвоение, и как создание художественных ценностей	11
4	Нравственно-этическая ориентация	Сформированы представления о моральных нормах)	12
		Может принимать решения на основе соотнесения нескольких моральных норм	13

		Учитывает объективные последствия нарушения моральной нормы	14
5	Уровень гражданственности, уважения к правам, свободам и обязанностям человека	Имеет представления о правах и обязанностях человека, гражданина, семьянина, товарища	15
		Уважительное отношение к родителям, к старшим, заботливое отношение к младшим	16
		Развитие представлений о событиях, которые отмечают как народные, государственные праздники	17
		Развитие представлений о национальных героях и важнейших событиях истории России	18
6	Самопознание и самоопределение	Проявляет собственную точку зрения в отдельных вопросах	19
		Адекватное представление о себе как личности и своих способностях, осознание способов поддержания своей самооценки	20
		Устанавливает связи между обучением и будущей профессиональной деятельностью	21
		Мотивирован на высокий результат учебных достижений	22

