

Администрация муниципального района «Улётовский район» Забайкальского края
Муниципальное учреждение дополнительного образования
Улётовская детско-юношеская спортивная школа
(МУ ДО Улётовская ДЮСШ)

«УТВЕРЖДАЮ»
Директор МУ ДО Улётовская ДЮСШ
А.А.Замальдинов
«02» 09 2024 г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
к дополнительной образовательной программе спортивной подготовке
по виду спорта «Мини - Футбол»
на 2024 – 2025 учебный год

№1 НП-1

Год обучения – первый
минимальный возраст
обучающихся - 7 лет.

№2 УТГ-2

год обучения - второй
минимальный возраст
обучающихся – 10 лет.

№3 УТГ-3

год обучения - четвёртый
минимальный возраст
обучающихся – 10 лет.

Составитель:
Тренер-преподаватель
МУ ДО Улётовская ДЮСШ
А.А.Писаренко

2024 г.
п.Дровяная

Администрация муниципального района «Улётовский район» Забайкальского края
Муниципальное учреждение дополнительного образования
Улётовская детско-юношеская спортивная школа
(МУ ДО Улётовская ДЮСШ)

«УТВЕРЖДАЮ»
Директор МУ ДО Улётовская ДЮСШ
_____ А.А.Замальдинов
«___» _____ 20__ г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
к дополнительной образовательной программе спортивной подготовке
по виду спорта «Мини - Футбол»

на 2024 – 2025 учебный год

№1 НП-1

Год обучения – первый
минимальный возраст
обучающихся - 7 лет.

№2 УТГ-2

год обучения - второй
минимальный возраст
обучающихся – 10 лет.

№3 УТГ-3

год обучения - четвёртый
минимальный возраст
обучающихся – 10 лет.

Составитель:
Тренер-преподаватель
МУ ДО Улётовская ДЮСШ
А.А.Писаренко

2024 г.
п.Дровяная

Пояснительная записка.

Рабочая программа тренера-преподавателя составляется на каждый реализуемый год этапа спортивной подготовки на основании дополнительной образовательной программы вида спорта футбол, утвержденной директором Директор МУ ДО Улётовская ДЮСШ от от «03» 07. 2023г. № 30-од

В рабочей программе устанавливаются, на основании дополнительной образовательной программы, необходимые параметры объёмов учебной нагрузки, количество и цикличность мероприятий, условия для организации учебно-тренировочного процесса по видам подготовки на каждый год соответствующего этапа обучения.

Условия необходимые для проведения занятий:

- место проведения теоретических занятий Дровянинский ФОК;
- место проведения практических занятий (помещения, тренировочные тренажёры, полигоны в природной среде т.п.) спортивный зал, уличная спортивная площадка, тренажерный зал Дровянинский ФОК;

1.	Направленность дополнительной образовательной программы спортивной подготовке;	Физкультурно-спортивная Общеобразовательная программа начального подготовки и спортивной специализации
2.	Форма обучения по дополнительной образовательной программе спортивной подготовке	<i>Форма организации</i> деятельности обучающихся групповая, фронтальная по подгруппам, индивидуальная. Проводятся теоретические и практические занятия. <i>По типу занятия:</i> комбинированные, теоретические, практические, диагностические, вводные, итоговые, контрольные, соревновательные, интегральные, показательные, игровые.
3.	Год обучения (группа)	1 год обучения этап начальной подготовки
4.	Цель на 2024-2025 учебный год	Целью дополнительной образовательной программы спортивной подготовки является достижение спортивных результатов на основе соблюдения спортивных и педагогических принципов в учебно-тренировочном процессе в условиях многолетнего, круглогодичного и поэтапного процесса спортивной подготовки по виду спорта «Мини-футбол».
5.	Задачи	- формирование устойчивого интереса к занятиям спортом; - укрепление здоровья и содействие гармоничному развитию организма спортсменов; - всестороннее гармоничное воспитание физических качеств; - формирование широкого круга двигательных умений и навыков; - освоение основ техники и тактики футбола; - адаптация к игровой и соревновательной деятельности; - выявление перспективных юных футболистов для дальнейших занятий футболом.

6.	Режим занятий Занятия проводятся, согласно утверждённого директором МУ ДО Улётовская ДЮСШ расписания	1 год обучения 3 раза в неделю по 2+2+2 учебных часа. 1 учебный час – 60 минут
7.	Средства и методы	Методы: 1. Словесные методы (описание, объяснение, разбор, указание, команды и распоряжения, подсчёт). 2. Наглядные методы (показ упражнений и техники футбольных приёмов, жестикуляции). 3. Практические методы (метод упражнений, равномерный, переменный, избирательных воздействий, повторный, расчлененный; соревновательный метод, игровой метод). Средства: 1. Подвижные и спортивные игры. 2. Упражнения из других видов спорта, связанных с проявлением быстроты, ловкости, гибкости. 3. ОРУ 4. Специальные упражнения (подводящие, индивидуальные, групповые, игровые).
8.	Предполагаемые результаты:	- формирование устойчивого интереса к занятиям спортом; - укрепление здоровья и содействие гармоничному развитию организма футболистов; - всестороннее гармоничное воспитание физических качеств; - формирование широкого круга двигательных умений и навыков; - освоение основ техники и тактики футбола; - адаптация к игровой и соревновательной деятельности; - выявление перспективных юных футболистов для дальнейших занятий футболом.
9.	Год обучения (группа)	2 год обучения УТГ (спортивная специализация)
10.	Цель на 2023-2024 учебный год	Целью дополнительной образовательной программы спортивной подготовки является достижение спортивных результатов на основе соблюдения спортивных и педагогических принципов в учебно-тренировочном процессе в условиях многолетнего, круглогодичного и поэтапного процесса спортивной подготовки по виду спорта «Мини - футбол».
11.	Задачи	-повышение уровня общей и специальной физической, технической, тактической и психологической подготовленности; - приобретение опыта и достижение стабильности выступления на официальных спортивных соревнованиях по виду спорта «мини-футбол» ; - формирование спортивной мотивации; - укрепление здоровья спортсменов.
12.	Режим занятий Занятия проводятся, согласно утверждённого директором МУ ДО Улётовская ДЮСШ расписания	2 год обучения – 5 раз в неделю по 2+2+2+2+2 учебных часа. 1 учебный час – 60 минут

13.	Средства и методы	Методы: 1. Словесные методы (описание, объяснение, разбор, указание, команды и распоряжения, подсчёт). 2. Наглядные методы (показ упражнений и техники футбольных приёмов, жестикуляции). 3. Практические методы (метод упражнений, равномерный, переменный, избирательных воздействий, повторный, расчлененный; соревновательный метод, игровой метод). Средства: 1. Подвижные и спортивные игры. 2. Упражнения из других видов спорта, связанных с проявлением быстроты, ловкости, гибкости. 3. ОРУ 4. Специальные упражнения (подводящие, индивидуальные, групповые, игровые).
14.	Предполагаемые результаты:	-повышение уровня общей и специальной физической, технической, тактической и психологической подготовленности; - приобретение начального соревновательного опыта; - формирование спортивной мотивации и стойкого интереса к занятиям футболом; - укрепление здоровья и содействие гармоничному развитию организма футболистов; - отбор перспективных футболистов для дальнейших занятий футболом.
15.	Год обучения (группа)	3 год обучения УТГ (спортивная специализация)
16.	Цель на 2023-2024 учебный год	Целью дополнительной образовательной программы спортивной подготовки является достижение спортивных результатов на основе соблюдения спортивных и педагогических принципов в учебно-тренировочном процессе в условиях многолетнего, круглогодичного и поэтапного процесса спортивной подготовки по виду спорта «Мини-футбол».
17.	Задачи	-повышение уровня общей и специальной физической, технической, тактической и психологической подготовленности; - приобретение опыта и достижение стабильности выступления на официальных спортивных соревнованиях по виду спорта «футбол» ; - формирование спортивной мотивации; - укрепление здоровья спортсменов.
18.	Режим занятий Занятия проводятся, согласно утверждённого директором МУ ДО Улётовская ДЮСШ расписания	4 год обучения – 5 раз в неделю по $2^{30}+2^{30}+2^{30}+2^{30}+2$ 1 учебный час – 60 минут
19.	Средства и методы	Методы: 1. Словесные методы (описание, объяснение, разбор, указание, команды и распоряжения, подсчёт). 2. Наглядные методы (показ упражнений и

		техники футбольных приёмов, жестикуляции). 3. Практические методы (метод упражнений, равномерный, переменный, избирательных воздействий, повторный, расчлененный; соревновательный метод, игровой метод). Средства: 1. Подвижные и спортивные игры. 2. Упражнения из других видов спорта, связанных с проявлением быстроты, ловкости, гибкости. 3. ОРУ 4. Специальные упражнения (подводящие, индивидуальные, групповые, игровые).
20.	Предполагаемые результаты:	- повышение уровня теоретической, технико-тактической подготовленности, функционального состояния футболистов; - целенаправленное воспитание специальных физических качеств и гармоничное воспитание общих физических качеств; - накопление соревновательного опыта и достижение стабильности выступления на официальных спортивных соревнованиях по футболу; - укрепление здоровья и содействие гармоничному развитию организма футболистов; - отбор перспективных футболистов для дальнейших занятий футболом.

Годовой учебно-тренировочный план, с учетом соотношения видов спортивной подготовки и иных мероприятий в структуре учебно-тренировочного процесса на этапах спортивной подготовки

№ п/п	Виды спортивной подготовки и иные мероприятия (часы высчитываются в % от годового количество часов)	Этапы и годы спортивной подготовки		
		Этап начальной подготовки	Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	
		До года	До трех лет	Свыше трех лет
		Года обучения		
		1 год	2 год	3 год
		Количество часов в неделю		
		6	10	12
		Наполняемость группы		
		15	12	12
		Общее количество занятий в год		
		158	260	312
	Распределение часов в % соотношении от годового количества часов			
1.	Общая физическая подготовка (13-17%)	53	70	81
2.	Специальная физическая подготовка (7-11%)	-	42	56

[illegible]

Этап и год обучения: учебно-тренировочный этап, 2 год обучения
Количество недель в году: 52 недели.

Количество часов в неделю: 10

Количество часов в год: 520

Вид спорта, дисциплина: футбол

[illegible]

[illegible]

Этап и год обучения: учебно-тренировочный этап 4 год обучения

Количество часов в неделю: 12 часов в неделю.

Вид спорта, дисциплина: футбол

Содержание Вид подготовки в часах	Периоды												Количество часов всего за год
	Подготовительный				Соревновательный						переходно возстанови тельный		
	М е с я ц ы												
	9	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7	8	
Количество в неделю:													
- тренировочных дней;	26	27	25	27	26	25	27	26	26	26	26	27	312
- тренировочных часов.	52	53	51	53	52	51	53	52	52	52	52	51	624
Физическая подготовка													
-общая физическая подготовка (ч)	9	8	8	8	8	8	8	7	7	7		3	81
- специальная физическая подготовка(ч)	6	5	5	5	5	5	5	6	5	5		4	56
Техническая подготовка 125													
-техника нападения; (ч)	6	6	6	8	6	6	5	5,5	5	5		4	62,5
- техника защиты(ч)	6	6	6	8	6	6	5,5	5	5	5		4	62,5
Тактическая, теоретическая, психологическая													
	8	6	6	5	6	6	6	5	5	5	5	5	68

я подготовка													
Интегральная подготовка(ч)	11	11	10	10	10	9	10	9	9	8		7	170
Соревновательная подготовка 50													
- контрольные;		1	2	2	2	3	3	2	3	4		1	23
- отборочные				2		2			1				5
- основные	1	1	2	2	3	2	3	2	3	2		1	22
Инструкторская и судейская практика				2	4			3	3	3		3	18
Восстановительные мероприятия(ч)	2	2	2	4	1	2	2	2	4	10		11	42
Медицинское обследование(ч)	2			1	2	1	1	1	1			1	10
Контрольно-переводные испытания(ч)	2								2				4
													624

Учебно-тематический план раздела «Теоретическая подготовка»

Этап спортивной подготовки	Темы по теоретической подготовке	Объем времени в год (часов)	Сроки проведения	Краткое содержание
Этап начальной подготовки	Всего на этапе начальной подготовки	НП-1 3		
	Роль спорта в формировании личностных качеств	0,5	январь	Воспитание волевых качеств, уверенности в собственных силах, психологическая устойчивость в стрессовых ситуациях
	Теоретические основы технико-тактической подготовки. Основы техники вида спорта	0,5	Март	Спортивная техника и тактика. Двигательные представления. Значение рациональной техники в достижении высокого спортивного результата.
	Самоанализ и самоконтроль в учебно-тренировочном процессе	0,5	Май	Ознакомление с понятием о самоконтроле при занятиях спортом. Дневник самоконтроля. Его содержание и структура
	Оборудование, спортивный инвентарь и экипировка футболистов	0,5	Июль	Классификация спортивного инвентаря и экипировки футболистов, подготовка к эксплуатации, уход и хранение. Подготовка инвентаря и экипировки к спортивным соревнованиям..

	Правила безопасности при занятиях легкой атлетикой. Правила нахождения на спортивном объекте	0,5		Сентябрь	Пропускной режим на спортивном объекте. Дисциплина на занятиях. Правила безопасного использования оборудования и спортивного инвентаря для занятий футболом. Профилактика травматизма и простудных заболеваний
	Режим дня и питание обучающихся	0,5		Ноябрь	Расписание учебно-тренировочного и учебного процесса. Роль питания в спортивной подготовке обучающихся. Рациональное, сбалансированное питание.
Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	Всего на учебно-тренировочном этапе	УТГ-2 36	УТГ-3- 68		
	Правила безопасности при занятиях. Правила нахождения на спортивном объекте	3	5	январь	Пропускной режим на спортивном объекте. Дисциплина на занятиях. Правила безопасного использования оборудования и спортивного инвентаря для занятий футболом. Профилактика травматизма и простудных заболеваний
	Самоанализ и самоконтроль в учебно-тренировочном процессе	3	6	февраль	Ознакомление с понятием о самоконтроле при занятиях спортом. Дневник самоконтроля. Его содержание и структура
	Режим дня и питание обучающихся	3	6	июнь	Расписание учебно-тренировочного и учебного процесса. Роль питания в спортивной подготовке обучающихся. Рациональное, сбалансированное питание.
	История олимпийского движения	3	5	август	Зарождение олимпийского движения. Возрождение олимпийской идеи. Международный Олимпийский комитет
	Правила безопасности при занятиях. Правила нахождения на спортивном объекте	3	5	сентябрь	Воспитание волевых качеств, уверенности в собственных силах, психологическая устойчивость в стрессовых ситуациях.
	Теоретические основы технико-тактической подготовки. Основы техники вида спорта	3	7	октябрь	Спортивная техника и тактика. Двигательные представления. Значение рациональной техники в достижении высокого спортивного результата.
	Оборудование, спортивный инвентарь и экипировка футболистов	3	6	ноябрь	Классификация спортивного инвентаря и экипировки футболистов, подготовка к эксплуатации, уход и хранение Подготовка инвентаря и экипировки к спортивным соревнованиям..

Единая всероссийская спортивная классификация (ЕВСК)	3	6	декабрь	Классификация спортивных соревнований. Нормы, требования и условия выполнения спортивных разрядов по футболу. Дисциплины и программы соревнований.
Судейская коллегия, обслуживающая соревнования.	3	6	март	Сведения о составе судейской бригады, основных функциях и полномочиях спортивных судей на соревнованиях. Команды (жесты) спортивных судей.
Организация спортивных соревнований по футболу. Перечень необходимых документов.	3	6	апрель	Календарные планы спортивных соревнований. Положения (регламенты) о спортивном соревновании. Приказы о проведении. Документы для допуска участников (заявки, медицинские заключения, разрядные книжки, антидопинговые сертификаты и др.). Обязанности и права участников спортивных соревнований. Системы зачета в спортивных соревнованиях. Принципы формирования сборных спортивных команд.
Роль спорта в формировании личностных качеств	3	5	май	Пропускной режим на спортивном объекте. Дисциплина на занятиях. Правила безопасного использования оборудования и спортивного инвентаря для занятий футболом. Профилактика травматизма и простудных заболеваний

Календарный план воспитательной работы для группы НП-1

п/п	Направление работы	Мероприятия	Сроки проведения
1.	Здоровьесбережение		
1.1	Режим питания и отдыха,	Практическая деятельность и восстановительные процессы обучающихся: - формирование навыков правильного режима дня с учетом спортивного режима (продолжительности учебно-тренировочного процесса, периодов сна, отдыха, восстановительных мероприятий после тренировки, оптимальное питание, профилактика переутомления и травм, знание способов закаливания и укрепления иммунитета) ;	
1.2	Профилактика табакокурение,	Профилактические беседы	
2	Патриотическое воспитание обучающихся		
2.1.	Теоретическая подготовка (воспитание патриотизма, чувства ответственности перед Родиной, гордости за свой край, свою Родину, уважение государственных символов (герб, флаг,	Беседы, встречи, другие мероприятия с приглашением именитых спортсменов, тренеров и ветеранов спорта с обучающимися и иные мероприятия, определяемые организацией, реализующей дополнительную образовательную программу спортивной подготовки	В течение года

	гимн		
3.	Развитие творческого мышления		
3.1.	Практическая подготовка (формирование умений и навыков, способствующих достижению спортивных результатов)	Семинары, мастер-классы, показательные выступления для обучающихся, направленные на: - формирование умений и навыков, способствующих достижению спортивных результатов; - развитие навыков юных спортсменов и их мотивации к формированию культуры спортивного поведения, воспитания толерантности и взаимоуважения;	В течение года
4	Другое направление работы		
4.1	Работа с родителями	Анкетирование родителей. Создание родительских комитетов по отделениям, группам. Родительские собрания по группам. Общешкольные родительские собрания	Сентябрь-октябрь
4.2	Проведение культурных и спортивно-массовых мероприятий с воспитанниками.	Походы в музей, на концерты, выставки.	
4.3	Часы профилактики правонарушений. «Профилактика экстремизма» «Имею право знать!» Безопасность на дороге.	Беседы, лекции, просмотр видеофильма о профилактике правонарушений. Встреча с работниками КДН и ГИБДД.	
4.4	День открытых дверей.	Организованные посещения учебно-тренировочных занятий обучающимися общеобразовательной школы под руководством классных руководителей.	

Календарный план воспитательной работы для группы УТГ-2

п / п	Направление работы	Мероприятия	Сроки проведения
1	Профориентационная деятельность		
1	Судейская практика	Участие в спортивных соревнованиях различного уровня, в рамках которых предусмотрено: - формирование уважительного отношения к решениям спортивных судей; - приобретение навыков судейства и проведения спортивных соревнований в качестве помощника спортивного судьи и (или) помощника секретаря спортивных соревнований; - приобретение навыков самостоятельного судейства спортивных соревнований.	Январь, апрель
2	Инструкторская практика	Учебно-тренировочные занятия, в рамках которых предусмотрено: - освоение навыков организации и проведения учебно-тренировочных занятий в качестве помощника тренера-	

		преподавателя - формирование сознательного отношения к учебно-тренировочному и соревновательному процессам;	
2 .	Здоровье сбережение		
2 . 1 . .	Организация и проведение мероприятий, направленных на формирование здорового образа жизни	Дни здоровья и спорта, в рамках которых предусмотрено: -формирование знаний и умений в проведении дней здоровья и спорта (ведение протоколов)	Сентябрь,май
2 . 2	Режим питания и отдыха,	Практическая деятельность и восстановительные процессы обучающихся: восстановительных мероприятий после тренировки, оптимальное питание, профилактика переутомления и травм, знание способов закаливания и укрепления иммунитета	В течение года
2 . 3	Профилактика наркозависимости , табакокурение, алкоголя у обучающихся	Профилактические беседы	
3	Патриотическое воспитание обучающихся		
3 . 1 .	Теоретическая подготовка (воспитание патриотизма, чувства ответственности перед Родиной, гордости за свой край, свою Родину, уважение государственных символов (герб, флаг, гимн),	Беседы, встречи, другие мероприятия с приглашением именитых спортсменов, тренеров.	В течение года
3 . 2 .	Практическая подготовка (участие в физкультурных мероприятиях и спортивных соревнованиях и иных мероприятиях	Участие в: - физкультурных и спортивно-массовых мероприятиях, спортивных соревнованиях, - тематических физкультурно-спортивных праздниках, организуемых в Учреждении - и другое	
4 .	Развитие творческого мышления		
4 . 1 .	Практическая подготовка (формирование умений и навыков, способствующих достижению	Семинары, мастер-классы, показательные выступления для обучающихся, направленные на: - формирование умений и навыков, способствующих достижению спортивных результатов; - расширение общего кругозора юных	В течение года

	спортивных результатов)	спортсменов; - развитие навыков юных спортсменов и их мотивации к формированию культуры спортивного поведения, воспитания толерантности и взаимоуважения;	
5	Другое направление работы		
5 . 1	Работа с родителями	Родительские собрания по группам.	Сентябрь-октябрь
5 . 2	Проведение культурных и спортивно-массовых мероприятий с воспитанниками.	Спортивные соревнования, походы.	
5 . 4	День открытых дверей.	Организованные посещения учебно-тренировочных занятий и соревнований.	

Календарный план воспитательной работы для группы УТГ-3

п / п	Направление работы	Мероприятия	Сроки проведения
1	Профориентационная деятельность		
1	Судейская практика	Участие в спортивных соревнованиях различного уровня, в рамках которых предусмотрено: - приобретение навыков судейства и проведения спортивных соревнований в качестве помощника спортивного судьи и (или) помощника секретаря спортивных соревнований; - приобретение навыков самостоятельного судейства спортивных соревнований; - формирование уважительного отношения к решениям спортивных судей;	В течение года
2	Инструкторская практика	Учебно-тренировочные занятия, в рамках которых предусмотрено: - освоение навыков организации и проведения учебно-тренировочных занятий в качестве помощника тренера-преподавателя; - составление конспекта учебно-тренировочного занятия в соответствии с поставленной задачей; - формирование навыков наставничества; - формирование склонности к педагогической работе;	
2	Здоровье сбережение		
2	Организация и проведение мероприятий, направленных на формирование здорового образа жизни	Дни здоровья и спорта, в рамках которых предусмотрено: -формирование знаний и умений спортивных фестивалей (написание положений, требований, ведение протоколов); -подготовка пропагандистских акций по формированию здорового образа жизни средствами различных видов спорта	В течение года
2	Режим питания и отдыха,	Практическая деятельность и восстановительные процессы обучающихся: - формирование навыков правильного режима дня с учетом спортивного режима (продолжительности учебно-	

		тренировочного процесса, отдыха, восстановительных мероприятий после тренировки, профилактика переутомления и травм, поддержка	
2 3	Профилактика наркозависимости, табакокурение, алкоголя у обучающихся	Профилактические беседы	
3	Патриотическое воспитание обучающихся		
3 1	Теоретическая подготовка (воспитание патриотизма, чувства ответственности перед Родиной, гордости за свой край, свою Родину, уважение государственных символов (герб, флаг, гимн), готовность к служению Отечеству, его защите на примере роли, традиций и развития вида спорта в современном обществе, легендарных спортсменов в РФ, в регионе, культура поведения болельщиков и спортсменов на соревнованиях	Беседы, встречи, другие мероприятия с приглашением именитых спортсменов, тренеров и ветеранов спорта с обучающимися и иные мероприятия, определяемые организацией, реализующей дополнительную образовательную программу спортивной подготовки	В течение года
3 2	Практическая подготовка (участие в физкультурных мероприятиях и спортивных соревнованиях и иных мероприятиях)	Участие в: - физкультурных и спортивно-массовых мероприятиях, спортивных соревнованиях, в том числе в парадах, церемониях открытия закрытия награждения на указанных мероприятиях; - тематических физкультурно-спортивных праздниках, организуемых в Учреждении	
4	Развитие творческого мышления		
	Практическая подготовка	Мастер-классы, показательные выступления для обучающихся,	

4 . 1 .	(формирование умений и навыков, способствующих достижению спортивных результатов)	направленные на: - формирование умений и навыков, способствующих достижению спортивных результатов; - развитие навыков юных спортсменов и их мотивации к формированию культуры спортивного поведения, воспитания толерантности и взаимоуважения; - правомерное поведение болельщиков; - расширение общего кругозора юных спортсменов;	В течение года
5	Другое направление работы		
5 . 1	Работа с родителями	Родительские собрания по группам.	Сентябрь, май
5 . 2	Проведение культурных и спортивно-массовых мероприятий с воспитанниками.	Спортивные соревнования, походы в музей, выставки.	
5 . 3	Часы профилактики правонарушений. «Профилактика экстремизма» «Имею право знать!» Безопасность на дороге.	Беседы, лекции, просмотр видеофильма о профилактике правонарушений. Встреча с работниками КДН и ГИБДД.	
5 . 4	День открытых дверей.	Организованные посещения учебно-тренировочных занятий и соревнований обучающимися общеобразовательной школы под руководством классных руководителей.	

План мероприятий, направленный на предотвращение допинга в спорте и борьбу с ним ГНП-1

Этапы спортивной подготовки	Содержание мероприятия и его формы	Сроки проведения	Рекомендации по проведению мероприятия
Этап начальной подготовки	Выявить реальный уровень осведомленности обучающихся в вопросах допинга .	В течении года	Проведение анкетирования с согласия родителей
	Проведение лекций, бесед, семинаров с обучающимися и их родителями/законными представителями.		С приглашением специалистов.

План мероприятий, направленный на предотвращение допинга в спорте и борьбу с ним УТГ-2

Этапы спортивной подготовки	Содержание мероприятия и его формы	Сроки проведения	Рекомендации по проведению мероприятия
-----------------------------	------------------------------------	------------------	--

Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	Анализ мотивов употребления запрещенных субстанций, обсуждение ситуаций, когда это является следствием внешнего давления представителями.	В течении года	Углубленное знакомство с последствиями допинга (акцент на то, что последствия не только медицинские, но и психологические, и имеют место даже в случаях, когда обман не раскрыт)
	Права и обязанности спортсмена, санкции при выявлении нарушений и их влияние на карьеру		Обязательно с приглашением специалистов.
	Проведение лекций, бесед с обучающимися и их родителями/законными		

План мероприятий, направленный на предотвращение допинга в спорте и борьбу с ним УТГ-3

Этапы спортивной подготовки	Содержание мероприятия и его формы	Сроки проведения	Рекомендации по проведению мероприятия
Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	Теоретическое занятие «Виды нарушений антидопинговых правил»	В течении года	Углубленное знакомство с последствиями допинга (акцент на то, что последствия не только медицинские, но и психологические, и имеют место даже в случаях, когда обман не раскрыт)
	Теоретическое занятие «Последствия допинга в спорте для здоровья спортсменов»		Обязательно с приглашением специалистов.
	Теоретическое занятие «Ответственность за нарушение Антидопинговых правил»		
	Знакомство с международным стандартом «Запрещенный список»		

Планы инструкторской и судейской практики. УТГ - 2

п/п	Направление работы	Мероприятия	Сроки проведения
1.1	Судейская практика	Участие в спортивных соревнованиях различного уровня, в рамках которых предусмотрено: - практическое и теоретическое изучение и применение правил вида спорта и терминологии, принятой в виде спорта; - приобретение навыков судейства и проведения	

		спортивных соревнований в качестве помощника секретаря спортивных соревнований; - формирование уважительного отношения к решениям спортивных судей;	В течение года
1.2.	Инструкторская практика	Учебно-тренировочные занятия, в рамках которых предусмотрено: - освоение навыков организации и проведения учебно-тренировочных занятий в качестве помощника тренера-преподавателя; - формирование сознательного отношения к учебно-тренировочному и соревновательному процессам;	

Примерные планы инструкторской и судейской практики. УТГ - 3

п/п	Направление работы	Мероприятия	Сроки проведения
1.1	Судейская практика	Участие в спортивных соревнованиях различного уровня, в рамках которых предусмотрено: -приобретение навыков судейства и проведения спортивных соревнований в качестве помощника спортивного судьи - приобретение навыков самостоятельного судейства спортивных соревнований; - привлечение к отдельным судейским обязанностям судьи, помощника старшего судьи по награждению, судьи на линии - формирование уважительного отношения к решениям спортивных судей;	В течение года
1.2.	Инструкторская практика	Учебно-тренировочные занятия, в рамках которых предусмотрено: - освоение навыков организации и проведения учебно-тренировочных занятий в качестве помощника тренера-преподавателя, инструктора; - составление конспекта учебно-тренировочного занятия в соответствии с поставленной задачей; - формирование навыков наставничества; - формирование склонности к педагогической работе;	

План применения восстановительных средств и мероприятий ГНП -1

№ п\п	Средства и мероприятия	Сроки реализации
1	Рациональное питание: - сбалансировано по составу (белки, жиры, углеводы, микроэлементы, витамины); - соответствует характеру, величине и направленности тренировочных и соревновательных нагрузок	В течение всего периода спортивной подготовки
2	Физиотерапевтические методы: 2. Гидропроцедуры: теплый душ, контрастный душ, теплые ванны, контрастные ванны, восстановительное плавание. 3. Различные методики банных процедур: кратковременная баня, баня с контрастными водными процедурами.	В течение всего периода реализации спортивной подготовки с учетом физического состояния спортсмена и согласно календаря спортивных мероприятий

План применения восстановительных средств и мероприятий УТГ-2

№ п\п	Средства и мероприятия	Сроки реализации
1	Рациональное питание: - сбалансировано по составу (белки, жиры, углеводы, микроэлементы, витамины); - соответствует характеру, величине и направленности тренировочных и соревновательных нагрузок	В течение всего периода спортивной подготовки
2	Физиотерапевтические методы: 1. Массаж – классический (восстановительный, общий) 2. Гидропроцедуры: теплый душ, контрастный душ, теплые ванны, контрастные ванны, восстановительное плавание. 3. Различные методики банных процедур: кратковременная баня, баня с контрастными водными процедурами.	В течение всего периода реализации спортивной подготовки с учетом физического состояния спортсмена и согласно календаря спортивных мероприятий
3	Фармакологические средства: 1. Витамины, , микроэлементы, витаминные комплексы, витаминно-минеральные комплексы.	В течение всего периода реализации спортивной подготовки с учетом физического состояния спортсмена и согласно календаря спортивных мероприятий

План применения восстановительных средств и мероприятий УТГ-3

№ п\п	Средства и мероприятия	Сроки реализации
1	Рациональное питание: - сбалансировано по энергетической ценности; - сбалансировано по составу (белки, жиры, углеводы, микроэлементы, витамины); - соответствует характеру, величине и направленности тренировочных и соревновательных нагрузок	В течение всего периода спортивной подготовки
2	Физиотерапевтические методы: 1. Массаж – классический (восстановительный, общий) 2. Гидропроцедуры: теплый душ, горячий душ, контрастный душ, теплые ванны, контрастные ванны, хвойные ванны, восстановительное плавание. 3. Различные методики банных процедур: баня с парением, баня с контрастными водными процедурами.	В течение всего периода реализации спортивной подготовки с учетом физического состояния спортсмена и согласно календаря спортивных мероприятий
3	Фармакологические средства: 1. Витамины, витаминно-минеральные комплексы.	В течение всего периода реализации

		спортивной подготовки с учетом физического состояния спортсмена и согласно календаря спортивных мероприятий
--	--	---

План участия в спортивных мероприятиях на 2024-2025 год.

Виды спортивных соревнований	Статус спортивных соревнований	Наименование соревнований	Дата проведения (месяц)
Контрольные	Внутришкольные, межшкольные	Традиционный турнир по мини-футболу пгт.Дровяная	Февраль,сентябрь
		Рождественский турнир по мини - футболу	Январь
		Турнир по мини –футболу посвященный Дню Защитника Отечества	Февраль
		Товарищеская встреча по мини – футболу, посвященная 78 – летию Победы	май
	Муниципальные		
	Региональные		
	Межрегиональные, ПФО		
	Всего:	5	
Отборочные	Внутришкольные, межшкольные	Турнир по мини – футболу, посвященный Дню защиты детей	июнь
	Муниципальные	Соревнования по футболу среди дворовых команд «Спорт Быстрых»	Декабрь, июнь
	Региональные	Открытое Первенство по мини – футболу, среди дворовых команд, в рамках проекта «Спорт быстрых»	июнь
	Межрегиональные, ПФО		
	Всероссийские		
	Всего:	3	
Основные	Муниципальные	Открытое Первенство МР «Улётовский район» по мини-футболу	Октябрь,апрель
	Региональные	Соревнования по футболу среди дворовых команд «Спорт Быстрых»	июнь
	Межрегиональные,ПФО		
	Всероссийские		
	Европа		
	Мира		
	Всего:		
Итого:		3	

Вид спорта, дисциплина футбол
Этап обучения: очное
Год обучения ГНП-1, УТГ-2, УТГ-4

Наименование группы	День недели/ Время начала и конец занятия							Место проведения занятия
	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресение	
ГНП-1	10 ⁰⁰ -12 ⁰⁰		10 ⁰⁰ -12 ⁰⁰	выходной	10 ⁰⁰ -12 ⁰⁰			ФОК
ГНП-1		19 ⁰⁰ -21 ⁰⁰				15 ⁰⁰ -17 ⁰⁰	15 ⁰⁰ -17 ⁰⁰	ФОК
УТГ-2	17 ⁰⁰ -19 ⁰⁰		17 ⁰⁰ -19 ⁰⁰		17 ⁰⁰ -19 ⁰⁰	17 ⁰⁵ -19 ⁰⁵	17 ⁰⁵ -19 ⁰⁵	ФОК
УТГ-4	19 ⁰⁵ -21 ⁰⁵		19 ⁰⁵ -21 ³⁵		19 ⁰⁵ -21 ³⁵	19 ¹⁰ -21 ⁴⁰	19 ¹⁰ -21 ⁴⁰	

План мероприятий на летний период

Виды и форма мероприятия	Место проведения	Сроки проведения	Кол-во участников
Учебно-тренировочные мероприятия (сборы).	Пгт.Дровяная	июнь.	20 чел
Учебно-тренировочные занятия по расписанию	Пгт.Дровяная ФОК	С 19.06.25г. по 16.07.25г.	НП-1-15 УТГ1-12 чел УТГ4-12 чел.
Спортивный лагерь	На выезде названия лагеря	Июль,август	
Участие в соревнованиях.	С.Улёты, пгт.Дровяная	Июль,август	20 чел
Для тех, кто не участвует в мероприятиях работа по индивидуальному плану (план прилагается).			

Контрольно-переводные нормативы*

Нормативы общей физической и технической подготовки для зачисления и перевода на этап начальной подготовки по виду спорта «мини-футбол»

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив до года обучения
			мальчики
3. Нормативы общей физической подготовки для спортивной дисциплины «мини-футбол (футзал)»			
	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее
			100
4. Нормативы технической подготовки для спортивной дисциплины «мини-футбол (футзал)»			
	Бег на 10 м с высокого старта	с	не более
			2,35
	Челночный бег 5х6 м	с	не более
			12,40
	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее
			100

Нормативы общей физической и специальной физической подготовки и уровень спортивной квалификации (спортивные разряды) для зачисления и перевода на учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации) по виду спорта «мини-футбол»

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив свыше года обучения
			мальчики

<i>1.Нормативы общей физической подготовки для спортивной дисциплины «мини-футбол (футзал)»</i>			
1.1.	Бег на 10 м с высокого старта	с	не более 2,20
1.2.	Бег на 30 м	с	не более 5,40

1.3.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее
			160
1.4.	Челночный бег 3х10 м	с	не более
			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
			20
2.2.	Челночный бег104 м с высокого старта (в метрах: 2х6+2х10+2х20+2х10+2х6)	с	не более
			29,40