

Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение
Зареченская средняя общеобразовательная школа

Принята на заседании
педагогического совета
Протокол № 2 от 22.10. 2021г

Приказ № 112 от _22.10. 2021г

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
Спортивно-оздоровительной направленности
«Мини-футбол»

Разработчик программы:
Чипурина Ольга Михайловна
педагог дополнительного образования

Заречное 2021 год

Пояснительная записка

Программа разработана на основе:

Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ (с изменениями и дополнениями);

Распоряжение Правительства РФ от 29.05.2015 № 996-р «Об утверждении Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года»;

Распоряжение Правительства РФ от 04.09.2014 № 1726-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей»;

Приказ Минпросвещения России от 09.11.2018 г. N 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

Рабочая программа по мини - футболу предназначена для школьного спортивного клуба «Стимул». Рассчитана на 1 год для внеурочной формы дополнительных занятий по физическому воспитанию общеобразовательного учреждения. Возраст занимающихся: 2-11 классы. Принята в общеобразовательном учреждении, где используется программа В. И. Ляха, А. А. Зданевича.

Направленность программы

Программа кружка «Мини-футбол» спортивно-оздоровительной направленности, ориентирована на подготовку занимающихся к участию в районных и областных соревнованиях по мини-футболу. У детей формируются личностные качества, знания, умения и навыки необходимые для игры в мини-футбол, что способствует личностному развитию ребенка, укреплению его физического здоровья, профессиональному самоопределению и адаптации к жизни в обществе.

Актуальность и педагогическая целесообразность программы

Актуальность общеразвивающей программы заключается в том, что она усиливает вариативную составляющую общего образования, способствует реализации сил, знаний, полученных детьми и подростками в базовом компоненте, формированию жизненных ценностей, овладению опытом самоорганизации, самореализации, самоконтроля ребенка и помогает ребятам в профессиональном самоопределении.

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

Педагогическая целесообразность определена тем, что ориентирована на приобщение каждого ребенка к здоровому образу жизни, применению полученных знаний, умений и навыков, полученных на занятиях в повседневной деятельности.

Новизна образовательной программы

Новизна программы заключается в комплексности планирования, обобщении передового опыта. Педагогическая целесообразность: спортивные игры оказывают огромное

воспитывающее воздействие на занимающихся. Спортивный коллектив становится активным фактором формирования сознательной дисциплины, морально-волевых качеств личности.

Срок освоения программы

Программа рассчитана на 1 год обучения, по 1 часу в неделю, 34 часа в год

Форма обучения

Форма обучения: очная.

Формы проведения занятий: аудиторные и внеаудиторные.

Форма организации образовательной деятельности: индивидуальная, подгрупповая, групповая и коллективная

Виды занятий:

- лекция
- самостоятельная работа
- тренировки, соревнования

Методы обучения:

- словесные - способствуют получению новых знаний о виде спорта – мини-футбол (устное изложение информации педагогом)
- наглядные - задействуют зрительную память занимающихся, способствуют лучшему пониманию и запоминанию (личный пример педагога, видеоматериалов)
- практические - закрепление и отработка навыков и их коррекция (игровые, круговые, повторные, равномерные, соревновательные, показательные).

Цель и задачи программы

Цель программы - создание условий для укрепления здоровья обучающихся, закаливания, гармоничного физического развития путем обучения игре в мини-футбол.

Задачи программы:

Образовательные:

- научить основам игры в мини-футбол;
- обучить навыкам ведения тактических действий игры;
- формировать практические умения в организации самостоятельных форм занятий мини-футболом.

Развивающие:

- развивать координационные способности занимающихся;
- способствовать развитию общефизической подготовки;
- развивать память, логическое мышление.

Воспитательные:

- воспитывать морально-волевые качества личности;
- воспитать потребность в укреплении своего здоровья;
- воспитывать сознательную дисциплину и культуру поведения;
- воспитывать ответственность за порученное дело;
- формировать чувство взаимоуважения, взаимопонимания и взаимоподдержки, чувство коллективизма;
- формировать устойчиво-позитивное отношение к окружающему миру;
- воспитывать способность к лидерству, способность в критической ситуации взять на себя всю полноту ответственности за себя и всех членов коллектива.

Комплекс основных характеристик программы

Содержание программы

1. Вводное занятие (2 ч). Правила игры. История развития футбола. Охрана здоровья и гигиена футболиста.

2. Техника удара по мячу (8 ч). Удары внутренней и внешней стороной стопы; серединой, внутренней и внешней частями подъёма; носком и пяткой. Закрепление технических приёмов с пассивным или активным сопротивлением партнеров, в подвижных играх с мячом. Упражнения: забей гол, точная передача, мяч в кругу, квадрат, удар по катящемуся мячу, удар навстречу, удар с хода.

Удары головой с места, в прыжке, в броске. Закрепление технических приёмов. Упражнения: подвешенный мяч, жонглёр, передача мяча.

Техника удара по воротам: удары по указанной цели, удар с хода, удар с лёта. Закрепление и отработка технических приёмов.

3. Техника ведения мяча (7 ч). Ведение мяча. Обманные движения. Обводки. Закрепление технических приёмов. Упражнения: ведение по кругу; ведение по коридору; ведение, изменяя направление; ведение, изменяя скорость; обведи партнеров. Двусторонняя игра.

4. Техника передач, остановки и отбора мяча (8 ч). Способы остановки мяча: остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы, подошвой. Отбор мяча перехватом, отбор мяча подкатом. Закрепление технических приёмов. Упражнения: ударь и останови, останови и передай, подбрось мяч свечкой, перехват, подкат. Передачи мяча: передачи низом и верхом, диагональные, поперечные и продольные передачи, передачи на ход партнёру. Двусторонняя игра.

5. Тактические приёмы при взаимодействии с соперником (6 ч). Открывание вперёд, в сторону, назад. Закрывание и опека соперника, грамотное расположение игрока по отношению к сопернику и своим воротам. Комбинации в игровых эпизодах: треугольник, «стенка», перекрёстное движение, отбор мяча посредством согласованных действий. Комбинации при розыгрышах стандартных положений: при введении мяча в игру начальным ударом, ударом от ворот, при вбрасывании мяча из-за боковой линии, угловых, штрафных, свободных ударах. Двусторонняя игра.

6. Контрольные тесты (3 ч). Ведение мяча. Передачи мяча в парах. Удары по воротам.

Планируемые результаты

Планируемые результаты:

Личностные результаты:

- 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.

Метапредметные результаты:

- 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;
- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;
- технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.

Предметные результаты:

- планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физкультуры;
- излагать факты истории развития игры в футбол, характеризовать ее роль и значение в жизнедеятельности человека;
- 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;
- подавать строевые команды, вести подсчет при выполнении общеразвивающих упражнений;
- находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы;
- выполнять технические действия из спортивных игр в мини- футбол, применять их в игровой и соревновательной деятельности;
- выполнять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

Учебный план

№	Темы	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1	Вводное занятие	2	2	–
2	Удары по мячу	8	2	6
3	Ведение мяча	7	1	6
4	Передачи мяча	8	1	7
5	Тактические комбинации	6	2	4
6	Контрольные испытания	3	-	3
	Итого	34	8	26

Календарный - тематический план

№	Дата	Название раздела, темы раздела, темы занятия	Объём часов	Форма занятия
1.		Вводное занятие. Правила игры в футбол.	1	Теоретическое занятие
2.		Вводное занятие. Техника безопасности и меры предупреждения травматизма на занятиях мини-футболом.	1	Теоретическое занятие
3.		Удары по мячу. Обучение ударам по мячу.	1	Теоретическое занятие
4.		Удары по мячу. Отработка удара по мячу внутренней стороной стопы.	1	Практическое занятие
5.		Удары по мячу. Отработка удара по мячу внешней стороной стопы.	1	Практическое занятие
6.		Удары по мячу. Отработка удара по мячу серединой, внутренней и внешней частями подъема.	1	Практическое занятие
7.		Ведение мяча. Техника ведения мяча по прямой, по кругу.	1	Практическое занятие
8.		Передачи мяча. Передачи мяча низом и верхом.	1	Практическое занятие
9.		Удары по мячу. Отработка удара по мячу носком и пяткой.	1	Практическое занятие
10.		Ведение мяча. Ведение мяча, изменяя скорость; с обводкой партнеров.	1	Практическое занятие
11.		Ведение мяча. Техника ведения мяча по коридору; ведение, изменяя направление.	1	Практическое занятие
12.		Передачи мяча. Диагональные, поперечные передачи мяча.	1	Практическое занятие
13.		Ведение мяча. Ведение мяча внутренней стороной стопы.	1	Практическое занятие
14.		Передачи мяча. Техника жонглирование мяча ногой, головой, в парах и в тройках.	1	Практическое занятие
15.		Тактические комбинации. Открывание вперед, в сторону, назад.	1	Практическое занятие
16.		Ведение мяча. Ведение мяча внешней стороной стопы	1	Практическое занятие
17.		Передачи мяча. Передачи мяча в парах внутренней стороной стопы.	1	Практическое занятие
18.		Тактические комбинации. Закрывание и опека соперника.	1	Практическое занятие
19.		Тактические комбинации. Грамотное расположение игрока по отношению к сопернику и своим воротам.	1	Практическое занятие
20.		Ведение мяча. Ведение и остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы, под подошву.	1	Практическое занятие
21.		Передачи мяча. Продольные передачи, передачи на ход партнеру.	1	Практическое занятие
22.		Тактические комбинации. Комбинации в игровых эпизодах: треугольник, «стенка».	1	Практическое занятие
23.		Удары по мячу. Удары по воротам после ведения.	1	Теоретическое занятие
24.		Ведение мяча. Ведение мяча под подошвой.	1	Практическое

				занятие
25.		Передачи мяча. Передачи мяча в движении.	1	Теоретическое занятие
26.		Тактические комбинации. Отработка стандартных положений: «угловых».	1	Практическое занятие
27.		Тактические комбинации. Отработка стандартных положений: «аутов».	1	Практическое занятие
28.		Передачи мяча. Передачи мяча в тройках.	1	Практическое занятие
29.		Ведение мяча. Ведение мяча под подошвой.	1	Практическое занятие
30.		Удары по мячу. Удары с лёта	1	Практическое занятие
31.		Передачи мяча. Передачи мяча в одно касание.	1	Практическое занятие
32.		Контрольные испытания. Контрольные тесты: Остановка и передача мяча.	1	Практическое занятие
33.		Контрольные испытания. Контрольные тесты: Ведение мяча между стоек, с обводкой стоек.	1	Практическое занятие
34.		Контрольные испытания. Контрольные тесты: Удар в цель по неподвижному мячу.	1	Практическое занятие

Список литературы

Для педагога:

1. Годик М.А., Мосягин С.М., Швыков И.А. Поурочная программа подготовки юных футболистов 6-9 лет. - М.: Граница, 2008
2. Годик М.А., Скородумова А.П. Комплексный контроль в спортивных играх. - М.: советский спорт, 2010
3. Вайн Х. Как научиться играть в футбол. - М. Олимпия PRESS, 2004
4. Ильин Е.П. Психология спорта. - СПб: Иматон, 2008
5. Гриндлер К. Техническая и тактическая подготовка футболистов. - М. ФиС, 2000
6. Котенко Н.В. Акробатические упражнения в тренировках юных футболистов // Теория и методика футбола.- М.: Олимпия,2007
7. Кузнецов А.А. Футбол. Настольная книга детского тренера. - М.: Олимпия; Человек,2007
8. Лапшин О.Б. Теория и методика подготовки юных футболистов. - М.: Человек, 2010
9. Михалкин Г.П., Жданкин А.В. Футбол. - М.: ООО «издательство Астрель», ООО «Издательство АСТ», 2000
10. Мутко В.Л., Андреев С.Н. Алиев Э.Г. Мини-футбол-игра для всех - М. Советскийспорт, 2008.- 264 стр. Тунис Марк. Психология вратаря. - М.: Человек, 2010

Список литературы для учащихся:

1. Касаткина А. Из чего сделаны дети. - М. ФиС, 1999
2. Спорт. Физическая культура. Моя первая энциклопедия. Учебно-методическое издание – М. ФиС, 2000
3. С. Андреев, Э. Алиев «История развития мини-футбола», «Спорт в школе», № 5,2007
4. А. Полозов «Обучение футболу в разных странах», «Спорт в школе», № 6,2006
5. Литвтнов Е.Н. и др «Веселая физкультура» Учебник для учащихся.-М., Просвещение, 2007
6. Клузов Н.П. Стадионы во дворе: Кн. Для учащихся. Цуркан А.А -М.: Просвещение, 2004

Интернет ресурсы:

1. <http://pro100video.com> Упражнения с мячом, 4 видеоурока.
2. <http://www.football-abc.com/> Программа подготовки юных футболистов «Football-ABC»
3. yafutbolist.ru 101 упражнение для юных футболистов 12-16 лет.