


Управление образования администрации г. Коврова  
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Основная общеобразовательная школа №2 имени Василия Алексеевича Дегтярева»  
города Коврова Владимирской области

<b>Рассмотрено</b>	<b>Принято</b>	Утверждаю.
методическим объединением	педагогическим советом Протокол № 3	
Протокол №4 от «21» <u>мая</u> 2023г.	от «22» мая 2023 г.	Директор школы И.Ю.Махова Приказ №153 от 13июня 2023г.

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа  
физкультурно-спортивной направленности**

**«Мини футбол»**

уровень программы - базовый

для обучающихся 11-15 лет

срок реализации программы 1 год

Составитель:

Бриков Алексей Викторович,  
педагог дополнительного образования

г. Ковров

2023 г.

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

### Направленность программы: физкультурно-спортивная

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Мини-футбол» разработана согласно требованиям следующих нормативных документов:

Нормативно-правовая база на 2023-24г.

Основные документы в сфере дополнительного образования детей:

1. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
2. Письмо Министерства образования РФ от 18 июня 2003 г. № 28-02-484/16 «Требования к содержанию и оформлению образовательных программ дополнительного образования детей»;
3. Письмо Минобрнауки России от 11.12.2006 № 06-1844 «О примерных требованиях к программам дополнительного образования детей»;
4. Приказ Министерства Просвещения РФ от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
5. Распоряжение Правительства РФ от 31 марта 2022 г №678-р "Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года"
6. Распоряжение Правительства РФ от 29.05.2015 № 996-р «Об утверждении Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года»;
7. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 №28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
8. Приоритетный проект «Доступное дополнительное образование для детей», утвержден президиумом Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и приоритетным проектам (протокол от 30 ноября 2016 г. № 11);
9. Письмо Минобрнауки РФ от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые)»;
10. Письмо Департамента государственной политики в сфере воспитания детей и молодежи Минобрнауки России от 18.08.2017 № 09-1672 «Методические рекомендации по уточнению понятия и содержания внеурочной деятельности в рамках реализации основных общеобразовательных программ, в том числе в части проектной деятельности, разработанные в рамках реализации приоритетного проекта «Доступное дополнительное образование для детей» Институт образования ФГАУ ВО «Национальный исследовательский университет «Высшая школа экономики» совместно с ФГБОУ ВО «Московский государственный юридический университет имени О.Е. Кутафина»;
11. Распоряжение Администрации Владимирской области от 02 августа 2022 года № 735-р «Об утверждении Плана работы и целевых показателей Концепции развития дополнительного образования детей во Владимирской области до 2030 года».

Нормативно-правовое обеспечение внедрения целевой модели развития дополнительного образования на федеральном уровне:

1. Паспорт Национального проекта «Успех каждого ребенка» Федерального проекта «Образование»;

2. Постановление Правительства РФ от 26 декабря 2017 г. № 1642 «Об утверждении государственной программы Российской Федерации «Развитие образования» (с изменениями и дополнениями);
3. Письмо Минобрнауки России от 03.07.2018 № 09-953 «О направлении информации» (вместе с «Основными требованиями к внедрению системы персонализированного финансирования дополнительного образования детей в субъектах Российской Федерации для реализации мероприятий по формированию современных управленческих и организационно-экономических механизмов в системе дополнительного образования детей в рамках государственной программы Российской Федерации "Развитие образования»);
4. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 15 апреля 2019 г. № 170 «Об утверждении методики расчета показателя национального проекта «Образование» «Доля детей в возрасте от 5 до 18 лет, охваченных дополнительным образованием»;
5. Приказ Минпросвещения России от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;
6. Письмо Минфина России от 6 августа 2019 г. № 12-02-39/59180 «О порядке и условиях финансового обеспечения дополнительного образования детей в негосударственных образовательных организациях»;
7. Распоряжение Министерства просвещения Российской Федерации № Р-136 от 17 декабря 2019 г. «Об утверждении методических рекомендаций по приобретению средств обучения и воспитания в целях создания новых мест в образовательных организациях различных типов для реализации дополнительных общеразвивающих программ всех направленностей в рамках региональных проектов, обеспечивающих достижение целей, показателей и результата федерального проекта «Успех каждого ребенка» национального проекта «Образование», и признании утратившим силу распоряжения Минпросвещения России от 1 марта 2019 г. №Р-21 «Об утверждении рекомендуемого перечня средств обучения для создания новых мест в образовательных организациях различных типов для реализации дополнительных общеразвивающих программ всех направленностей»;
8. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 6 марта 2020 г. № 84 «О внесении изменений в методику расчета показателя национального проекта «Образование» «Доля детей в возрасте от 5 до 18 лет, охваченных дополнительным образованием»;
9. Методические рекомендации для субъектов Российской Федерации МР-81/02-вн от 28.06.2019, утвержденные заместителем министра просвещения РФ М.Н. Раковой, по вопросам реализации основных и дополнительных общеобразовательных программ в сетевой форме;
10. Письмо Министерства образования и науки РФ от 29 марта 2016 г. № ВК-641/09 «О направлении методических рекомендаций по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ, способствующих социально-психологической реабилитации, профессиональному самоопределению детей с ограниченными возможностями здоровья, включая детей-инвалидов, с учетом их особых образовательных потребностей»;
11. Письмо Министерства просвещения РФ от 07.05.2020 № ВБ-976-04 «Методические рекомендации по реализации курсов, программ воспитания и дополнительных программ с использованием дистанционных образовательных технологий»;
12. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 02.02.2021 № 38 "О внесении изменений в Целевую модель развития региональных систем дополнительного образования детей"
13. Об утверждении методик расчета показателей федеральных проектов национального проекта "Образование"

**Нормативно-правовое обеспечение внедрения целевой модели развития дополнительного образования во Владимирской области:**

1. Паспорт регионального проекта «Успех каждого ребенка»;
2. Распоряжение Администрации Владимирской области от 09 апреля 2020 № 270-р «О введении системы персонифицированного финансирования дополнительного образования детей на территории Владимирской области»;
3. Распоряжение Администрации Владимирской области от 20 апреля 2020 № 310-р «О создании Регионального модельного центра дополнительного образования детей Владимирской области»;
4. Распоряжение Департамента образования администрации Владимирской области от 28 апреля 2020 № 470 «Об исполнении распоряжения администрации Владимирской области от 20.04.2020 № 310-р»;
5. Распоряжение Администрации Владимирской области от 18 мая 2020 № 396-р «О создании Межведомственного совета по внедрению и реализации Целевой модели развития региональной системы дополнительного образования детей во Владимирской области»;
6. Распоряжение Администрации Владимирской области от 28 апреля 2020 № 475 «Об утверждении Правил персонифицированного финансирования дополнительного образования детей во Владимирской области»;
7. Распоряжение Департамента образования администрации Владимирской области от 14 марта 2020 «Об утверждении медиаплана информационного сопровождения внедрения целевой модели развития системы дополнительного образования детей Владимирской области в 2020 году»;
8. Постановление Администрации Владимирской области от 09.06.2020 №365 "Об утверждении Концепции персонифицированного дополнительного образования детей на территории Владимирской области".
9. Распоряжение Департамента образования Владимирской области от 30 июня 2020 № 717 «Об исполнении постановления администрации Владимирской области от 09.06.2020 № 365»
10. Приказ управления образования № 284 от 6 июля 2020 г. «О реализации распоряжения департамента образования администрации Владимирской области от 30.06.2020 г. № 717 «Об исполнении постановления администрации Владимирской области от 09.06.2020 г. № 365»;
11. Постановление администрации г. Коврова № 1009 от 15.06.2020 г. «Об утверждении программы ПФДО детей в г. Коврове»;
12. Порядок организации осуществления обучения по дополнительным общеобразовательным программам в МБОУ ООШ№2

Программа составлена на основе «Программы для внешкольных учреждений. Спортивные кружки и секции». Москва : Просвещение, 1996 г., программа модифицированная.

**Направленность программы:** физкультурно-спортивная.

**Уровень:** базовый

**Концептуальная идея, актуальность, педагогическая целесообразность.** Физкультуре и спорту сегодня придается большое общественно – воспитательное значение. Занятия физической культурой и спортом дисциплинируют, воспитывают чувство коллективизма, волю, целеустремленность, укрепляют здоровье. Чтобы играть в мини-футбол, необходимо уметь быстро выполнять двигательные действия, быстро бегать, мгновенно менять направление и скорость движения, обладать ловкостью и выносливостью. Занятия мини-футболом улучшают работу сердечно-сосудистой и дыхательной систем, укрепляют костную систему, развивают подвижность суставов, увеличивают силу и эластичность мышц. Постоянное взаимодействие с мячом способствует улучшению глубинного и периферического зрения, точности и ориентировке в пространстве. Развивается

двигательная реакция на зрительные и слуховые сигналы. Игра в мини-футбол требует от занимающихся максимального проявления физических возможностей, волевых усилий и умения пользоваться приобретенными навыками. Проявляются положительные эмоции: жизнерадостность, бодрость, желание победить. Развивается чувство ответственности, коллективизма, скорость принятия решений. Благодаря своей эмоциональности игра в мини-футбол представляет собой средство не только физического развития, но и активного отдыха.

**Новизной, отличительной особенностью** данной программы является то, что она направлена не только на физическое развитие и совершенствование специальных умений и навыков игры в мини-футбол, но и способствует общему развитию учащихся: обучает работе с различными источниками информации, формирует умение оформлять выступления и презентации к ним, т.е. развивает информационно – коммуникативную компетентность, что поможет дальнейшей социализации в современном обществе.

**Возраст детей**, участвующих в реализации данной дополнительной образовательной программы: 11-15 лет.

**Срок реализации программы:** 1 год, уровень ознакомительный.

### **Формы и режим занятий**

Программа предусматривает проведение теоретических и практических занятий, сдачу контрольных нормативов, участие в соревнованиях.

Занятия в секции проводятся с учащимися в спортивном зале или на спортивной площадке 5-9 классов по 2 часа в неделю, всего в год - 72 часа.

Наполняемость группы - 15 человек.

Формы обучения: индивидуальная, групповая, фронтальная.

Для успешного овладения программным материалом необходимо сочетать занятия в секции с самостоятельной работой, которая предлагается детям в виде заданий, разработанных руководителем секции совместно с учащимися.

Два раза в год (декабрь, май) в учебно-тренировочных группах проводятся контрольные испытания по общей, специальной физической и технической подготовке.

### **Основные методы работы**

Рассказ, работа с литературой, показ и отработка спортивных упражнений и техники игры; практические занятия – тренировки, игра в мини-футбол; самостоятельная работа над презентацией, выступления учащихся.

Задачами учебной практики являются: овладение строевыми командами, подбором упражнений по общей физической подготовке (разминки), методики проведения упражнений и отдельных частей урока.

Судейство учебно-тренировочных игр должно осуществляться самими занимающимися, после того как будет изучен раздел «Правила игры» и методика судейства.

### **Цель программы:**

Содействовать физическому развитию учащихся, привить интерес к систематическим занятиям физической культурой и спортом, формировать у школьников устойчивые мотивы и потребности в бережном отношении к своему здоровью, в целостном развитии физических и психических качеств, творческом использовании средств физической

культуры в организации здорового образа жизни, воспитание престижности занятий спортом.

**Задачи:**

**Личностные :**

Формировать положительные качества личности, соблюдать нормы коллективного взаимодействия и сотрудничества в учебной и соревновательной деятельности.

Осваивать знания о физической культуре и спорте, их истории и современном развитии, роли в формировании здорового образа жизни.

**Метапредметные:**

Укреплять здоровье, развивать основные физические качества и повышать функциональные возможности организма;

Формировать культуру движений, обогащать двигательный опыт физическими упражнениями с общеразвивающей направленностью,

**Предметные:**

Обучать навыкам и умениям в физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельности, самостоятельной организации занятий физическими упражнениями. Обучать техническим действиям и приёмам игры.

**СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ**

**УЧЕБНО - ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН**

№ п/п	Наименование темы	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теоретические занятия	Практические занятия	
1	Физическая культура и спорт в России	1	1		Наблюдение, беседа
2	Сведения о строении и функциях организма	1	1		Тест
3	Влияние физических упражнений на организм занимающихся	1	1		Наблюдение, беседа
4	Гигиена, врачебный контроль и самоконтроль	1	1		Тест
5	Правила игры в мини-футбол	2	2		Зачет
6	Места занятий и инвентарь	1	1		Наблюдение, беседа
7	Общая и специальная физическая подготовка	19	1	18	зачет
8	Основы техники и тактики игры	37	2	35	Наблюдение, беседа

9	Контрольные игры и соревнования	5	1	4	зачет
10	Контрольные испытания	2	—	2	Соревнования
11	Экскурсии и посещение соревнований, выступления с презентацией	4	-	4	Выступление, защита презентации
	Итого:	74	11	63	

### Основы знаний

**Физическая культура и спорт в России.** Коллектив физической культуры — основное звено физкультурного движения. Организация, задачи, содержание работы коллективов физической культуры.

**Сведения о строении и функциях организма человека.** Основные сведения о сердечно-сосудистой системе человека и ее функциях. Дыхание и газообмен. Значение дыхания для жизнедеятельности организма.

**Влияние физических упражнений на организм занимающихся.** Влияние физических упражнений на увеличение мышечной массы и подвижность суставов. Влияние физических упражнений на систему дыхания. Дыхание в процессе занятий мини-футболом.

**Гигиена, врачебный контроль, самоконтроль.** Общие гигиенические требования к занимающимся волейболом с учетом его специфических особенностей. Режим дня и питания с учетом занятий спортом. Предупреждение спортивных травм на занятиях мини-футболом. Гигиенические требования к спортивной одежде и инвентарю.

**Правила игры в мини-футбол.** Состав команды, замена игроков, костюм игрока. Упрощенные правила игры. Основы судейской терминологии и жеста.

**Места занятий, инвентарь.** Инвентарь для игры в мини-футбол. Уход за инвентарем. Оборудование мест занятий.

**Общая и специальная физическая подготовка.** Значение общей и специальной физической подготовки для развития спортсмена. Характеристика основных средств и их значение для достижения высокого спортивно-технического мастерства.

**Основы техники и тактики игры.** Характеристика основных приемов техники: перемещения, стойки, передачи, удары. Значение технической подготовки для роста спортивного мастерства. Понятие о тактике. Связь техники и тактики. Индивидуальные и групповые тактические действия.

### Общая и специальная физическая подготовка

**Общая физическая подготовка.** (Развитие быстроты, силы, ловкости, выносливости, гибкости; совершенствование навыков естественных видов движений; подготовка к сдаче нормативов)

**Строевые упражнения.** Команды для управления группой. Понятия о строе и командах. Шеренга, колонна, фланг, дистанция и интервал. Виды строя: в одну, в две шеренги, в колонну по одному, по два. Сомкнутый и разомкнутый строй. Виды размыкания. Перестроения. Предварительная и исполнительная части команд. Основная стойка.

Действия в строю на месте и в движении: построение, выравнивание строя, расчет в строю, повороты и пополуобороты, размыкание и смыкание строя, перестроение шеренги и колонны в строю. Походный и строевой шаг. Переход с шага на бег и с бега на шаг. Изменение скорости движения. Остановка во время движения шагом и бегом.

**Гимнастические упражнения.** Упражнения для рук и плечевого пояса. Упражнения без предметов индивидуальные и парные. Упражнения с набивными мячами. Упражнения с гимнастическими палками. Упражнения для мышц туловища и шеи. Упражнения вперед, назад, вправо, влево, наклоны и повороты головы. Упражнения с резиновыми амортизаторами на гимнастических снарядах (подъемы переворотом, наклоны у гимнастической стенки и т. д.). Упражнения для мышц ног, таза. Упражнения с набивными мячами, гантелями (бег, прыжки, приседания). Прыжки в высоту с прямого разбега (с мостика) углом или согнув ноги.

**Акробатические упражнения.** Группировки в приседе, сидя, лежа на спине. Перекаты в группировке лежа на спине (вперед, назад, кувырок вперед из упора присев). Подготовительные упражнения для моста у гимнастической стенки.

**Легкоатлетические упражнения.** Бег: бег с ускорением до 100 м. Низкий старт и стартовый разбег до 60 м. Эстафетный бег. Кросс. Прыжки в длину с места, с разбега способом «согнув ноги».

**Спортивные игры.** Баскетбол — ловля, передачи и ведение мяча, броски мяча в корзину. Индивидуальные тактические действия. Простейшие групповые взаимодействия. Футбол, прием, передачи и удары по воротам футбольным мячом. Игра на свежем воздухе.

**Подвижные игры.** «Салки», «Эстафета с бегом», «Встречная эстафета». «Бегуны и скакуны», «Третий лишний»

**Ходьба на лыжах.** Основные способы передвижения, поворотов, спусков, подъемов и торможений. Передвижения на скорость до 1 км. Эстафеты на лыжах.

**Специальная физическая подготовка.** Упражнения для привития навыков быстроты ответных действий. По сигналу (преимущественно зрительному) бег на 25, 30, 45 м из исходных положений: стойки футболиста (лицом, боком и спиной к стартовой линии) сидя, лежа на спине и на животе в различных положениях по отношению к стартовой линии; то же, но перемещение приставными шагами.

**Бег с остановками и изменением направления.** Челночный бег на 5 и 10 м (общий пробег за одну попытку 20—30 м). Челночный бег, но отрезок вначале пробегается лицом вперед, а обратно — спиной. По принципу челночного бега передвижение приставными шагами. То же, с набивными мячами в руках (массой от 2 до 5 кг), с поясом — отягощением.

**Подвижные игры:** «День и ночь» (сигнал зрительный, исходные положения самые различные), «Вызов номеров», «Попробуй, унеси», различные варианты игры «Салки». Специальные эстафеты с выполнением перечисленных выше заданий в разнообразных сочетаниях и с преодолением препятствий.

**Упражнения для развития скорости.** Приседание и резкое выпрямление ног со взмахом рук вверх; то же, с прыжком вверх, то же, с набивным мячом (или двумя) в руках (до 5 кг). Из положения стоя на гимнастической стенке, правая (левая) нога сильно согнута, левая (правая) опущена вниз, руками держаться на уровне лица — быстрое разгибание ноги.

**Прыжки** опорные, прыжки со скакалкой, разнообразные подскоки. Многократные прыжки с места и с разбега в сочетании с ударом по мячу. Бег по крутым склонам.



Прыжки через рвы, канавы. Бег по песку без обуви. Бег по лестнице вверх, ступая на каждую ступеньку.

**Упражнения** для развития качеств, необходимых при приемах и передачах мяча. Пронация, супинация в суставах нижних конечностей.

**Упражнения** для развития качеств, необходимых при выполнении передач и ударов по мячу.

### **Техника и тактика игры**

**Техника нападения.** Перемещение игроков на игровой площадке с мячом и без мяча.

**Действия с мячом.** Передачи мяча: внешней, внутренней стороной стопы, подъемом удары по мячу правой, левой ногами и головой.

**Техника защиты.** Действия без мяча: отбор мяча индивидуальный и групповой, отбор мяча в подкате

**Действия с мячом:** прием и ведение мяча, дриблинг передачи мяча, удары по воротам.

**Тактическая подготовка.** Тактика нападения. Индивидуальные действия.

**Групповые действия:** взаимодействия вратаря с защитниками и нападающими.

**Командные действия:** применение разученных комбинаций, розыгрыш стандартных положений в контрольных матчах.

**Тактика защиты.** Индивидуальные действия. Выбор места. Страховка партнера. Выбор способа отбора мяча. Выбивание и перехват мяча ногами и головой.

**Групповые действия.** Взаимодействия игроков и вратаря. Коллективный отбор

**Командные действия.** Расположение игроков.

**Контрольные игры и соревнования.** Правила соревнований. Положение о соревнованиях. Расписание игр. Оформление хода и результата соревнований.

**Практические занятия.** Сдача нормативов. Соревнования по подвижным играм с элементами футбола. Учебно-тренировочные игры, товарищеские встречи.

**Контрольные испытания.** Сдача нормативов по специальной подготовке в конце учебного года.

### **Календарно-тематическое планирование**

№	Содержание материала	Дата	
		по плану	фактич
1	Т/Б на спортивных играх. Организационный момент.		
2	Основные правила игры в футбол		
3	Техника передвижения игрока. Удар внутренней стороной		

	стопы.		
4	Остановка катящегося мяча подошвой, остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы		
5	Ведение мяча		
6	Удар по катящемуся мячу внешней частью подъема		
7	Удар носком		
8	Удар серединой лба на месте		
9	Вбрасывание мяча из-за боковой линии		
10	Ведение мяча в различных направлениях и с различной скоростью с пассивным сопротивлением защитника		
11	Комбинации из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом		
12	Удар по летящему мячу внутренней стороной стопы		
13	Удар по летящему мячу средней частью подъема		
14	Вбрасывание мяча из-за боковой линии		
15	Ведение мяча с активным сопротивлением защитника		
16	Обманные движения (финты)		
17	Остановка опускающегося мяча внутренней стороной стопы		
18	Комбинации из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом		
19	Совершенствование техники ударов по мячу и остановок мяча. Удар по летящему мячу средней частью подъема		
20	Резаные удары		
21	Удар по мячу серединой лба		
22	Удар боковой частью лба		
23	Остановка катящегося мяча подошвой		
24	Остановка летящего мяча внутренней стороной стопы		
25	Остановка мяча грудью		
26	Совершенствование техники ведения мяча		

27	Совершенствование техники защитных действий. Отбор мяча толчком плечо в плечо		
28	Отбор мяча подкатом		
29	Совершенствование техники перемещений и владения мячом. Финт уходом		
30	Финт ударом		
31	Финт остановкой		
32	Совершенствование тактики игры, тактические действия в защите		
33	Тактические действия в нападении		
34	Двухсторонняя игра (Соревнование)		
35	Двухсторонняя игра		

## **ПЛАНИРУЕМЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

В конце изучения программы занимающиеся получают необходимый минимум знаний для физического самосовершенствования, знание правил игры, навыки простейшего судейства. Научатся играть в мини-футбол на любительском уровне. Будут сформированы коммуникативные способности, то есть умение играть в команде.

### **Личностные :**

Сформированность положительных качеств личности, соблюдение норм коллективного взаимодействия и сотрудничества в учебной и соревновательной деятельности.

Наличие знаний о физической культуре и спорте, их истории и современном развитии, роли в формировании здорового образа жизни.

### **Метапредметные:**

Применение навыков для укрепления здоровья, развитие основных физические качества и повышение функциональных возможностей организма;

Освоение навыков культуры движений, обогащенный двигательный опыт с физическими упражнениями общеразвивающей направленностью,

### **Предметные:**

Наличие навыков и умений в физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельности, самостоятельной организации занятий физическими упражнениями. Применение технических действий и приёмов игры.

## **2 Комплекс организационно-педагогических условий**

### **2.1 Календарно-учебный график**

№	Год обучения	Количество учебных недель	Количество учебных дней	Объём учебных часов	Режим работы
1	Первый	36	36	36	Один раз в неделю по 1

					академическому часу.
--	--	--	--	--	----------------------

## 2.2 Условия реализации программы

**Учебно-методическое, информационное обеспечение** – интернет-источники; видео спортивных соревнований; раздаточные материалы

### **Материально-техническое обеспечение**

Занятия проводятся в спортивном зале.

Спортивный инвентарь и оборудование:

- футбольные мячи;
- набивные мячи;
- перекладины для подтягивания в висе;
- скакалки для прыжков на каждого учащегося;
- секундомер;
- гимнастические скамейки – 2-4 штуки;
- гимнастические маты – 2 штуки;
- табло для подсчёта очков.

## ОБОРУДОВАНИЕ

Занятия проводятся в спортивном зале

1. Ворота	- 1 шт.
2. Фишка-Конус	- 8 шт.
3. Гимнастическая стенка	- 5 пролетов
4. Гимнастические скамейки	- 4 шт.
5. Гимнастические маты	- 15 шт.
6. Скакалки	- 15 шт.
7. Мячи набивные (масса 1 кг)	- 2 шт.
9. Мячи для мини-футбола	- 8 шт.
10. Рулетка	-1 шт.
11. Компьютерная техника	-1 комплект

Помещение светлое, с хорошим освещением помещения, в соответствии с Санитарными правилами СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденные Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020г. № 28, площадью – 46 кв.м.

### **Кадровое обеспечение**

Реализацию программы обеспечивает педагог дополнительного образования, учитель физической культуры, обладающий не только профессиональными знаниями, но и компетенциями в организации и ведении образовательной деятельности объединения художественного направления, с высшим образованием, стаж работы в данном учреждении и в данном направлении не менее 2 лет.

## **2.3.Формы аттестации**

Оценке подлежит уровень теоретических знаний, технической и физической подготовки. При обучении элементам результат оценивается по схеме "сделал - не сделал" ("получилось - не получилось"). Эффективность обучения может определяться и количественно - "сделал столько-то раз". Оценка результатов может проводиться на контрольном или соревновательном занятии.

Если оценивается минимальный достигнутый уровень физической подготовки, то устанавливается ряд контрольных упражнений, тестов, оцениваемых в соответствующих единицах (секундах, метрах, количестве раз, или в процентах от исходного уровня).

Высшим спортивным результатом обучения детей по данной программе является достижение соревновательного уровня подготовки.

Основными **критериями оценки эффективности** реализации дополнительной образовательной программы «Мини-футбол» являются:

- мотивационно-ценностный критерий (отношение к спорту и реализация здорового образа жизни);
- информационный критерий (степень сформированности знаний о мини-футболе);
- инструментальный критерий (степень сформированности умений и навыков игры в мини-футбол);
- деятельностный критерий (участие в соревнованиях и др. мероприятиях).

### **2.4. Оценочные материалы**

#### **Диагностические методики:**

- Диагностические карты. Входная диагностика - октябрь. Промежуточная диагностика – январь. Итоговая диагностика – апрель – май, по годам обучения.
- Информационная карта «Определение уровня физического развития учащихся» (см приложение №2).
- Учёт достижений учащихся (участие в соревнованиях).
- Анкета для учащихся «Изучение интереса к занятиям у учащихся объединения» (см. приложение №2).
- Фотографии учащихся на занятиях, соревнованиях, играх и т.п..

### **2.5. Методические материалы**

#### **Особенности организации образовательного процесса**

Предполагается обучение как в традиционном очном формате, так и в дистанционном, в случае возникшей необходимости.

Занятия проводятся по расписанию, утвержденному в МБОУ СОШ №4.

#### **Методы обучения**

- индивидуальный метод;
- групповой метод;
- индивидуально-групповой метод;
- словесный (объяснение, рассказ, беседа, консультация).
- игровой (игры: развивающие, подвижные; игры на развитие внимания, памяти, глазомера, воображения; настольные, электротехнические);
- наглядный (использование наглядных, демонстрационных и видеоматериалов, приборов, моделей и т.д.)
- психологический и социологический (анкетирование, психологические тесты; создание и решение различных ситуаций).

#### **Формы организации образовательного процесса**

- групповая, индивидуально-групповая, индивидуальная.

### **Формы организации учебного занятия**

Тренировочные занятия, беседы, наблюдения, игры, соревнования, тестирования, спортивные конкурсы, эстафеты.

Программой предусмотрена **работа с родителями воспитанников.**

### **Педагогические технологии**

- информационно-коммуникационная технология;
- здоровьесберегающая технология.

### **Алгоритм учебного занятия**

- подготовительная часть (разминка),
- основная часть,
- заключительная часть.

## **СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ**

### **Список литературы для учителя:**

1. Андреев С.Н. Мини-футбол в школе / С.Н. Андреев, Э.Г. Алиев.-М.: Советский спорт, 2006.-224 с.
2. Андреев С. Н. Мини-футбол. Многолетняя подготовка юных футболистов в спортивных школах / С.Н. Андреев, В.С. Левин, Э.Г. Алиев; под общей ред. С.Н. Андреева.-М.: Советский спорт, 2008
3. Мутко В.Л. Мини-футбол игра для всех / В.Л. Мутко, С.Н. Андреев, Э.Г. Алиев.-М.: Советский спорт, 2007.-264 с.
- 4.Годик М.А. Контроль тренировочных и соревновательных нагрузок / М.А. Годик.- М.: Физкультура и спорт, 1980, -136с.
- 5.Андреев С.Н Мини-футбол / С.Н. Андреев.- М.: Физкультура и спорт, 1978.-111с.
6. Путин В.В. Выступление Президента РФ на заседании Совета при президенте РФ по физической культуре и спорту // Теория и практика физической культуры.-2003.№1. с.2.
7. Медицинский справочник тренера. Макарова Г.А., Локтев С.А. М.,- 2006 г.
8. Озолин Н. Г. Современная система спортивной тренировки. М., 2002.

### **Список литературы для учащихся:**

1. Физическая культура. 5-7 классы: учеб. для общеобразоват. учреждений/ М.Я. Виленский, И.М. Туревский , Т.Ю. Торчкова и др. под ред. М. Я. Виленского 2-е изд.-М.: Просвещение. 2013.
2. Физическая культура. 8-9 классы учеб. для общеобразоват. учреждений/ В.И. Лях, А.А. Зданевич; под ред.В.И. Ляха. 8-е изд.-М.: Просвещение, 2012-207 с.
3. Андреев С.Н. Мини-футбол в школе / С.Н. Андреев, Э.Г. Алиев.-М.: Советский спорт, 2006.-224 с.

## Приложение 1

### **Рекомендации по использованию методов и приемов обучения**

Групповые, индивидуальные, демонстрационные.

#### 1. Метод словесного описания упражнений

С его помощью решаются различные задачи (постановка задач обучения, описание техники движений, управление ходом обучения, анализ результатов исполнения задания).

#### 2. Метод показа упражнений

Наиболее наглядным является показ самим преподавателем изучаемых элементов. Такое исполнение помогает создать целостную картину упражнения. Для детей этот метод является неотъемлемой частью обучения, т. к. опирается на сохраненные психические структуры (рефлекс подражания).

#### 3. Метод целостного разучивания упражнений

Этот метод предполагает выполнение упражнений целиком. Один из вариантов метода целостного разучивания - метод подводящих упражнений, предполагающий предварительное выполнение более простых, ранее изученных упражнений, структурно сходных с новыми.

#### 4. Метод расчлененного разучивания

Метод заключается в искусственном дроблении изучаемого двигательного действия на составные части и последовательном их освоении при дальнейшем соединении в целое упражнение.

#### 5. Метод изменения условий обучения

Этот метод подразумевает создание специальных условий для выполнения упражнений (упражнения выполняются не ногой, а головой);

#### 6. Игровой метод

Данный метод предполагает использование спортивных игр, развивающих необходимые для мини-футбола качества (скорость реакции, координация в пространстве, техника функционального бега).

### Словарь терминов

- **Пас** — передача мяча партнеру.
- **Щечка** — внутренняя сторона стопы.
- **Шведка** — внешняя сторона стопы.
- **Гол** — взятие ворот соперника, основная цель игры в футбол.
- **Дриблинг** — обманные движения с изменением направления во время ведения мяча
- **Аут** — выход мяча за боковую или лицевую линии
- **Корнер** — угловой удар.
- **Автогол** — мяч забитый игроком в свои ворота.
- **Девятка** — верхний угол ворот.
- **Шестерка** — нижний угол ворот.
- **Арбитр** — футбольный судья.
- **Желтая карточка** — предупреждение игроку.
- **Красная карточка** — удаление игрока с поля.
- **Капитан** — лидер команды.
- **Матч** — состязание двух команд, состоит из двух таймов.
- **Ничья** — результат матча при котором победитель не выявлен.
- **Перерыв** — промежуток времени между таймами.
- **Позитивный пас** — передача мяча резко увеличившая преимущество одной из команд в атаке.
- **Штрафной удар** — назначается за нарушение правил одной из играющих команд, гол забитый со штрафного удара засчитывается.
- **Свободный удар** — непрямой штрафной удар, гол после такого удара засчитывается только после касания мяча игроком любой играющей команды.



**Стенка** — защитное построение игроков обороняющейся команды во время пробития штрафного удара для уменьшения площади обстрела ворот; технический прием, при котором один игрок отдает пас другому и тут же получает от него мяч обратно в другой точке. **МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ**

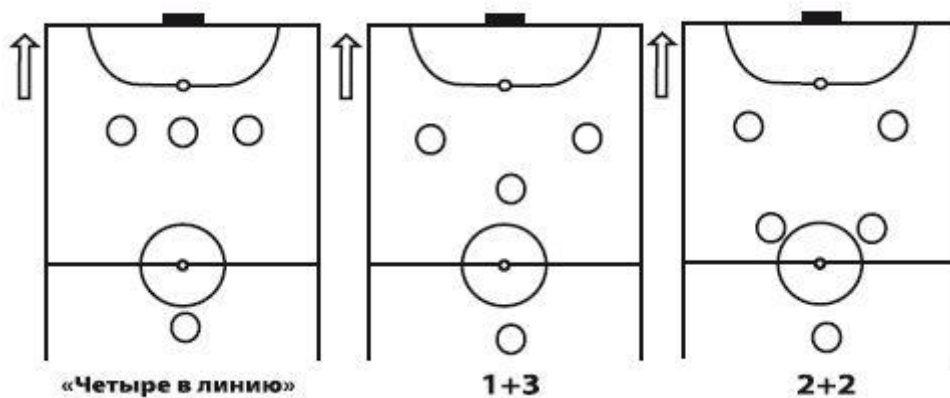
Рассмотрим базовые расстановки футболистов, а потом уже посмотрим, какая тактика в мини футболе может подстроиться под такое строение команды. Схематично обозначим позиции игроков при игре 5х5. Защитники и нападающие — это все условности для футзала, поскольку в оборонительных и атакующих действиях принимает участие вся команда. При динамичной игре защитники активно подключаются к атаке и, наоборот, нападающие при потере мяча возвращаются и отыгрывают в обороне. При этом, в зависимости от игровой ситуации, расположение игроков на площадке может меняться.

Ниже мы рассмотрим немного видоизмененные схемы, которые подойдут для команд с разным уровнем развития и физической подготовки. Конечно, мы лишь опишем суть расстановки игроков, преимущества и недостатки тактики, а остальную работу по внедрению схемы в игру нужно проводить игрокам на тренировках и во время игр.

Схемы расстановки игроков



Вариант игры с центровым игроком



Варианты расстановки игроков

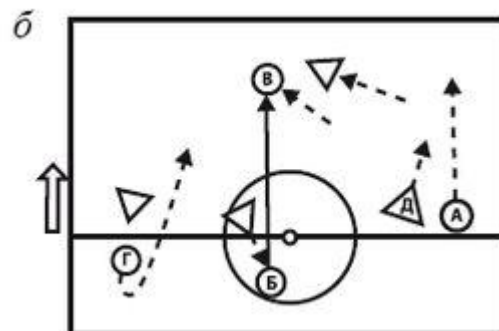
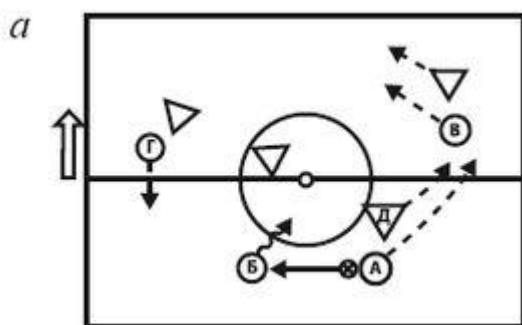


Схема 3+1 (вариант 1)



Эти схемы можно назвать базовыми, которые уже редко используют команды на профессиональном уровне. Суть этой темы заключается в использовании 2-х защитников и 2-х нападающих, владеющих хорошим контролем мяча и четкой передачей. Достоинства этих схем заключается:

- ее легко объяснить игрокам;
- от футболистов не требуется высокого уровня физической подготовки;
- отлично подходит для статических атакующих действий;
- способствует стратегическому развитию игроков;
- идеально подходит для подростковых команд.

Общепедагогические принципы являются, своего рода, общим руководством к действию во всех сферах воспитания. Но в качестве предельно обобщенных положений они, естественно,

не раскрывают специфических закономерностей каждого отдельного вида воспитания.

**Принцип сознательности и активности.** Соблюдение этого принципа осуществляется через применение в тренировочном процессе упражнений-тренажеров, грамотного разъяснения пользы того или иного упражнения. При пассивном отношении юных спортсменов к тренировке эффект от занятий снижается на 50 % и более.

**Принцип наглядности.** Этот принцип предполагает активное и комплексное использование всех органов чувств, а не только опору на зрительно воспринимаемую информацию

(использование учебных плакатов, показ ориентиров на местности, прохождение дистанций

вместе с тренером или более квалифицированным спортсменом и т. д.).

**Принцип доступности и индивидуализации.** Соблюдение этого принципа предполагает соответствие задач, средств и методов спортивной тренировки возможностям занимающихся.

Доступность – это не легкость, а посильная трудность. Методика определения доступности

складывается из определения меры индивидуальной и групповой доступности.

**Конкретное**

определение и соблюдение этой меры – одна из самых важных и сложных проблем для тренера. Для определения и соблюдения меры доступности в спортивном ориентировании при-

меняют «ступенчатую» систему повышения уровня сложности предлагаемых юным спортсменам дистанций. Эта система заключается в строгом соблюдении последовательности обучения

техническим элементам ориентирования и соответствия предлагаемых дистанций возрасту и

уровню подготовки спортсменов.

Приоритетными направлениями подготовки служат:

- формирование мотивации занятий спортом;
- воспитание волевых качеств;
- аутогенная, идеомоторная, психомышечная тренировка;
- совершенствование быстроты реагирования;
- совершенствование специализированных умений;
- регулировка психической напряженности;
- выработка толерантности к эмоциональному стрессу;
- управление стартовыми состояниями;
- создание благоприятного психологического климата в команде.

В общении со спортсменами следует придерживаться доброжелательного, слегка ироничного тона. Рекомендуются, чтобы поощрительные замечания превалировали над наказаниями при рациональном соотношении между ними 70-80% на 20-30%.

## План-конспект занятия по мини-футболу.

**Тема:** Передача мяча внутренней стороной стопы. Учебная игра в футбол.

### Задачи:

1. Закрепить технику передач мяча внутренней стороной стопы в движении.
2. Воспитание общей быстроты и скоростно-силовых качеств.
3. Формирование индивидуальной технико-тактической подготовки.

**Инвентарь:** мячи мини-футбольные, свисток, стойки.

**Место проведения:** школьный стадион.

### Организационные моменты:

Проверить состояния места занятий

Проверить готовность учащихся к занятиям

### Ход учебно-тренировочного занятия

Части занятия	Содержание	Дозировка	Организационно-методические указания
	<b>Вводная часть</b>	<b>6 мин</b>	
	Объяснение задач занятия	6 мин	
<b>I</b>	<b>Подготовительная часть</b>	<b>30 мин</b>	
	Комплекс общеразвивающих упражнений без мяча и с мячом	30 мин	В парах (1 мяч на 2 игрока, расстояние между партнёрами 15 м)
<b>II</b>	<b>Основная часть</b>	<b>120 мин</b>	
	Передача мяча в движении (вперёд-назад)	20 мин	В парах (внешним, внутренним, прямым подъёмом)
	Жонглирование мячом	10 мин	В парах: головой, ногами
	Передача мяча в парах	10 мин	В парах
	Передачи в тройках	10 мин	Бедро, грудь, голова
	Удары по воротам	20 раз	Треугольник Игрок №1 передаёт мяч игроку №2 и бежит на его место. Игрок №2 передаёт мяч игроку №3 и бежит на его место. Игрок №3 бьёт по воротам и бежит на место игрока.
	Длинная передача	20 мин	На грудь, бедро, внутренней стороной стопы Игрок №1 передаёт мяч игроку №2, который останавливает и бьёт по воротам.
	Игровое упражнение 7x7	30мин	2-3 касания

<b>III</b>	<b>Заключительная часть</b>	<b>25 мин</b>	
	Медленный бег в чередовании с ходьбой, упражнения на дыхание и внимание.	5 мин	50-100 м
	Построение		
	Подведение итогов	9 мин	
	Рефлексия	10 мин	

*Условия реализации программы*

**ОБОРУДОВАНИЕ**

Занятия проводятся в спортивном зале

1. Ворота	- 1 шт.
2. Фишка-Конус	- 8 шт.
3. Гимнастическая стенка	- 5 пролетов
4. Гимнастические скамейки	- 4 шт.
5. Гимнастические маты	- 15 шт.
6. Скакалки	- 15 шт.
7. Мячи набивные (масса 1 кг)	- 2 шт.
9. Мячи для мини-футбола	- 8 шт.
10. Рулетка	-1 шт.
11. Компьютерная техника	-1 комплект

**Приложение 2**

**Физическое развитие и физическая подготовленность детей занимающихся мини-футболом**

<b>№ п/п</b>	<b>Содержание требований (вид испытаний)</b>	<b>Девочки</b>	<b>Мальчики</b>
1	Бег 30 м с высокого старта (с)	5,9	5,7
2	Бег 30 м с разбега	4,5	4,0
3	Бег 60 м	9,7	8,7

4	Прыжок в длину с места (см)	140	160
---	-----------------------------	-----	-----

#### Техническая подготовленность

№ п/п	Содержание требований (виды испытаний)	Количественный показатель
1	Передача мяча на точность партнеру без движения	4
2	Передача мяча партнеру в движении	4
3	Удары по воротам с удобной ноги	3
4	Удары по воротам с неудобной ноги	3
5	Чередование способов передачи и приема мяча на месте и в движении	6
6	Удары по воротам головой	3