

Отдел образования Администрации города Кургана
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение города Кургана
«Средняя общеобразовательная школа № 50»

Принята на заседании
педагогического совета
от «27» мая 2022 г.
Протокол № 14

Утверждаю:
Директор МБОУ г. Кургана
«СОШ № 50»
_____ Тимофеев М.А.
приказ от «27» мая 2022 г. № 273

Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа
физкультурно-спортивной направленности
«Мини-футбол»
Возраст учащихся: 8-11 лет
Срок реализации: 1 год

Авторы-составители: Андриевич Андрей Васильевич, Алматов Сабит Мухтарович,
педагоги дополнительного образования

г. Курган, 2022 год

1. Комплекс основных характеристик программы

1.1 Пояснительная записка

Физкультурно-спортивная работа в системе дополнительного образования детей ориентирована на физическое совершенствование ребенка, формирование здорового образа жизни, воспитание спортивного резерва нации. Здоровье детей и подростков является одним из важнейших показателей, определяющих потенциал страны (экономический, интеллектуальный, культурный), а также одной из характеристик национальной безопасности. Среди важнейших социальных задач, которые сегодня стоят перед образованием – забота о здоровье, физическом воспитании и развитии обучающихся.

Современное состояние здоровья детей и молодежи требует приоритетного внимания, что можно достичь формированием здорового образа жизни, физическим развитием занимающихся: закаливание, тренировку силы, выносливости, быстроты, гибкости и других качеств, отличающих здорового, тренированного человека, от физически немощного. Эту задачу помогает решать занятия в спортивных группах дополнительного образования.

Направленность программы: физкультурно-спортивную направленность.

Вид спорта мини - футбол призван осуществлять 3 исключительно важных функции:

- создавать эмоционально значимую среду для развития ребёнка и переживания им «ситуации успеха»;
- способствовать осознанию и дифференциации личностно-значимых интересов личности;
- выполнять защитную функцию по отношению к личности, компенсируя ограниченные возможности индивидуального развития детей в условиях общеобразовательной школы реализацией личностного потенциала в условиях дополнительного образования.

Ведущими ценностными приоритетами программы являются: демократизация учебно-воспитательного процесса; формирование здорового образа жизни; саморазвитие личности; создание условий для педагогического творчества; поиск, поддержка и развитие детской спортивной одаренности посредством выбранного ими вида спорта.

Актуальность программы дополнительного образования 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.

Отличительная особенность программы. Новизна программы состоит в удовлетворении возрастной потребности в идентификации личности, определении жизненных стратегий и обретении навыков их реализации; сохранении и культивировании уникальности личности несовершеннолетних граждан, создании условий, благоприятных для развития спортивной индивидуальности личности ребенка посредством дополнительной деятельности по интересам.

Данная рабочая программа позволяет решать задачи физического воспитания обучающихся, формируя у них целостное представление о физической культуре, ее возможностях в повышении работоспособности и улучшении состояния здоровья, а главное — воспитывая личность, способную к самостоятельной, творческой деятельности.

Технические приемы, тактические действия и игра в мини-футболе таят в себе большие возможности для формирования жизненно важных двигательных навыков и развития физических способностей детей.

Педагогическая целесообразность данной программы обусловлена целым рядом качеств, которых нет (или они слабо выражены) у основного:

- личностная ориентация образования;
- профильность;
- практическая направленность;
- мобильность;
- разноуровневость;
- реализация воспитательной функции обучения через активизацию деятельности обучающихся.

Наряду с практическими занятиями, проводятся и теоретические занятия. Программа построена по принципу изучения, и повторения объема знаний, умений и навыков. Занятия проводятся в форме физкультурных занятий, теоретической подготовки, проведения культурно - массовых мероприятий, соревнований, бесед, конкурсов, игр, помогающих развивать и осуществлять в полной мере технологии и идеи личностно-ориентированного образования. В ходе проведения занятий используется, в том числе и индивидуальный подход. На занятиях по возможности используются технические средства (видео, наглядные пособия и др.)

Адресат программы: программа рассчитана на обучающихся 2-4 классов (8-11 лет), мужского пола, без предварительной подготовки. Проявляющих активный интерес к мини-футболу, имеющих желание систематически посещать тренировочные занятия, не имеющих ограничений по медицинским показаниям здоровья.

Срок реализации (освоения) программы: 1 год.

Объем программы: 34 ч (1 часа в неделю).

Формы обучения, особенности организации образовательного процесса.

Формы организации деятельности: групповая, индивидуальная.

Форма и режим занятий. Программа предусматривает распределение учебно – тренировочного материала для занятий по мини-футболу и направлена на доступный для детей данного возраста уровень освоения навыков и умений игры в мини-футбол.

Практические занятия по *физической, технической и тактической* подготовке проводятся в форме игровых занятий по общепринятой методике. Предусмотрены задания на дом для самостоятельного совершенствования физических качеств и индивидуальной техники владения мячом. Большинство практических занятий следует проводить на открытом воздухе.

Изучение *теоретического* материала осуществляется в форме 15–20-минутных бесед, которые проводятся, как правило, в начале занятий (как часть комплексного занятия). Позже длительность беседы может быть увеличена до 30 минут или проведено самостоятельное теоретическое занятие длительностью до 40 минут.

Основными формами обучения игры в мини-футбол, являются: групповые занятия, которые отвечают характеру игры в мини-футбол, предусматривают повышенное требование взаимодействия между игроками, необходимость решения коллективных задач, а так же тестирование, участие в соревнованиях и инструкторская и судейская практика.

В групповых занятиях занимающиеся выполняют задание при различных методах организации: фронтальном, в подгруппах, индивидуальном.

Возможность реализации индивидуального образовательного маршрута (ИОМ).

Данная программа поможет каждому ребенку повысить уровень своей общей физической подготовки, а главное освоить элементы техники и тактики, т. е. научиться играть в мини-футбол и участвовать в различных играх и соревнованиях по мини-футболу среди сверстников.

Наличие талантливых детей в объединении. К занятиям привлекаются дети, которые сами проявляют интерес, но и те, которые демонстрируют способности к овладению навыкам мини-футбола на уроках.

Уровни сложности содержания программы: стартовый (ознакомительный) - 1 год.

1.2 Цели и задачи программы. Планируемые результаты

Цель программы: приобщение детей к систематическим занятиям физической культурой и спортом, к здоровому образу жизни.

Задачи программы:

- укрепление здоровья и всестороннее физическое развитие детей и подростков;
- овладение воспитанниками спортивной техникой и тактикой футбола;
- воспитание высоких моральных и волевых качеств; развитие специальных физических качеств личности;
- приобретение практических навыков и теоретических знаний в области футбола, а также соблюдение общей и частной гигиены и осуществление самоконтроля.

Планируемые результаты

Игра в мини – футбол способствует развитию личностных качеств занимающихся и является средством формирования у обучающихся универсальных способностей (компетенций). Эти способности (компетенции) выражаются в метапредметных результатах образовательного занятия и активно проявляются в разнообразных видах деятельности, выходящих за рамки игр в мини-футбол.

1. Универсальными компетенциями являются:

- умения организовывать собственную деятельность, выбирать и использовать средства для достижения ее цели;
- умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей;
- умения доносить информацию в доступной, эмоционально-яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми.

2. Личностными результатами являются следующие умения:

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

3. Метапредметными результатами являются следующие умения:

- характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;
- общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;
- организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;
- анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
- 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.

4. Предметными результатами являются следующие умения:

- 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 футбол, применять их в игровой и соревновательной деятельности;
- выполнять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

Ожидаемые результаты:

- занятия будут иметь оздоровительный эффект, так как они проводятся в осенне-весенний период на свежем воздухе;
- дети овладеют техническими приемами и тактическими взаимодействиями, научатся играть в мини-футбол.

Обучающиеся должны знать и иметь представление:

- об особенностях зарождения, истории мини-футбола;
- о физических качествах и правилах их тестирования;
- основы личной гигиены, причины травматизма при занятии мини-футболом и правила его предупреждения;
- уметь организовать самостоятельные занятия мини-футболом, а также, с группой товарищей;
- организовывать и проводить соревнования по мини-футболу в классе, во дворе, в оздоровительном лагере и др.

К концу учебного года учащиеся:

- приобретают теоретические знания по всем разделам теоретической подготовки;
- осваивают основные средства ОФП;
- осваивают основные приёмы игры в мини-футбол (перемещения, удары по мячу ногой, головой, остановки мяча, ведение мяча, обманные движения);
- выполняют основные действия игры вратаря;
- умеют ориентироваться в действиях с партнёрами и соперниками;
- применяют изученные способы ударов по мячу и способы остановки мяча;
- осваивают основы коллективной игры (взаимодействие двух и более игроков);
- ориентируются при розыгрыше соперниками стандартной ситуации;
- играют в мини-футбол;
- осваивают основы судейской и инструкторской практики.

1.3 Рабочая программа Учебный план

№ п/п	Название раздела программы	Количество часов			Формы промежуточной аттестации
		всего	теория	практика	
1	Теоретические занятия	1	1		Знание правил игры в «мини-футбол»
2	Практические занятия	31		31	
	Общая физическая подготовка	10		10	Сдача контрольных нормативов по ОФП
	Специальная физическая подготовка	9		9	Сдача контрольных нормативов по скоростно-силовой подготовке

	Тактическая подготовка	3		3	Знание тактики игры в «мини-футбол»
	Техническая подготовка	9		9	Сдача контрольных нормативов по техническим навыкам игрока
3	Промежуточная аттестация	2		2	
	Контрольные нормативы	1		1	Сдача контрольных нормативов
	Контрольные игры и соревнования	1		1	Итоги контрольных соревнований
	Итого	34	1	33	

Содержание программы

1. Теоретические занятия (1 час – 1 час теории)

Техника безопасности, гигиенические навыки, правила игры, организация и проведение соревнований по футболу и мини-футболу.

2. Практические занятия (31 час – 31 час практики)

ОФП: прыжковые упражнения - основа скоростно-силовой подготовки юных футболистов, гимнастические и акробатические упражнения, повторный и переменный бег.

СФП: подвижные спортивные игры, упражнения для развития быстроты, частоты движений, развитие ловкости движений.

Техника игры: анализ деталей техники работы с мячом, обучение элементам техники от частного к общему. Обучение технике в условиях соприкосновения с соперником и в соревновательных условиях, анализ деталей техники работы с мячом.

Тактика игры: обучение и совершенствование игровых индивидуальных, групповых и командных тактических. Игровые тактические действия по заданию тренера. Установка на игру и разбор игры.

3. Промежуточная аттестация: участие в соревнованиях (2 часа – 2 часа практики)

Инструкторская и судейская практика: судейское руководство игрой, оформление протокола игры.

Контрольные нормативы: сдача контрольных нормативов, определение динамических изменений показателей контрольных нормативов.

Тематическое планирование

№ п/п	Название раздела программы	Дата проведения	Кол-во часов	Тема занятий	Форма занятия	Форма текущего контроля/ промежуточной аттестации
1	Техническая подготовка		1	ТБ на занятиях по футболу ИОТ-022-07. Ведение мяча серединой подъема.	рассказ	наблюдение, исправление ошибок
2	Специальная физическая подготовка. Контрольные нормативы		1	Техника передвижений футболиста. Контрольный норматив: челночный бег 3/10.	практическая	наблюдение исправление ошибок
3	Техническая		1	Ведение внешней и	практическая	наблюдение,

	подготовка			внутренней частями подъема.	ая	исправление ошибок
4	Общая физическая подготовка		1	ОФП. Передачи мяча внутренней стороной стопы.	практическая	наблюдение, исправление ошибок
5	Общая физическая подготовка		1	ОФП. Остановка мяча внутренней стороной стопы.	практическая	наблюдение, исправление ошибок
6	Техническая подготовка		1	Остановка подошвой и передачи мяча после остановки.	практическая	наблюдение, исправление ошибок
7	Общая физическая подготовка		1	ОФП. Ведение мяча с изменением направления движения.	практическая	наблюдение, исправление ошибок
8	Техническая подготовка		1	Удары внутренней частью подъема по неподвижному и катящемуся мячам.	практическая	наблюдение, исправление ошибок
9	Специальная физическая подготовка		1	Передачи мяча внутренней стороной стопы на ход открывшемуся игроку.	практическая	наблюдение, исправление ошибок
10	Техническая подготовка. Контрольные нормативы		1	Ведение мяча между стоек. Контрольный норматив: бег 30 метров.	практическая	тестирование
11	Общая физическая подготовка		1	ОФП. Отбор мяча у соперника накладыванием стопы на мяч..	практическая	наблюдение, исправление ошибок
12	Общая физическая подготовка		1	ОФП. Взаимодействие защитника и вратаря	практическая	наблюдение, исправление ошибок
13	Тактическая подготовка		1	Тактика вратаря: вбрасывание мяча открывшемуся партнеру.	практическая	наблюдение, исправление ошибок
14	Техническая подготовка		1	Ведение серединой подъема, носком и внутренней стороной стопы.	практическая	наблюдение, исправление ошибок
15	Тактическая подготовка.		1	Тактика игры вратаря: вбрасывание мяча партнеру.	практическая	наблюдение, исправление ошибок
16	Теоретические занятия		1	Правила игры в мини-футбол. Удары на точность в ворота внутренней стороной стопы.	рассказ с элементами и беседы	наблюдение, исправление ошибок
17	Техническая подготовка. Контрольные нормативы		1	Удары по мячу головой на месте на точность. Контрольный норматив: челночный бег 5/10.	практическая	наблюдение, исправление ошибок

18	Техническая подготовка		1	Ведение мяча по прямой, выполняя ускорения и остановку.	практическая	наблюдение, исправление ошибок
19	Общая физическая подготовка		1	ОФП. Групповые действия защитников.	практическая	наблюдение, исправление ошибок
20	Общая физическая подготовка.		1	ОФП. Зонная защита игроков.	практическая	тестирование
21	Специальная физическая подготовка		1	Удары по мячу после ведения на точность в цель.	практическая	наблюдение, исправление ошибок
22	Техническая подготовка		1	Передачи мяча в парах в движении.	практическая	наблюдение, исправление ошибок
23	Специальная физическая подготовка		1	Передачи мяча в тройках в движении.	практическая	наблюдение, исправление ошибок
24	Специальная физическая подготовка		1	Взаимодействие игроков и вратаря в защите.	практическая	наблюдение, исправление ошибок
25	Специальная физическая подготовка		1	Игра вратаря и защитников в обороне.	практическая	наблюдение, исправление ошибок
26	Общая физическая подготовка		1	ОФП. Ведение мяча между движущихся партнеров.	практическая	наблюдение, исправление ошибок
27	Общая физическая подготовка		1	Скоростно-силовая подготовка футболиста. Челночный бег.	практическая	наблюдение, исправление ошибок
28	Общая физическая подготовка. Контрольные игры и соревнования		1	ОФП футболиста. Соревнования по мини-футболу.	практическая	наблюдение, исправление ошибок
29	Специальная физическая подготовка		1	Остановка опускающегося мяча бедром и грудью.	практическая	наблюдение, исправление ошибок
30	Техническая подготовка		1	Ложное движение туловища в одну сторону – рывок с мячом в другую сторону.	практическая	тестирование
31	Специальная физическая подготовка		1	Подстраховка и помощь партнеру.	практическая	наблюдение, исправление ошибок
32	Специальная физическая подготовка. Контрольные нормативы		1	Нападение быстрым прорывом. Контрольный норматив: бег 60 метров.	практическая	наблюдение, исправление ошибок
33	Специальная		1	Передачи мяча без	практическая	наблюдение,

	физическая подготовка			остановки в движении.	ая	исправление ошибок
34	Тактическая подготовка. Контрольные игры и соревнования		1	Соревнования по мини-футболу.	практическая	тестирование
Итого			34			

2. Комплекс организационно-педагогических условий Календарный учебный график

Количество учебных недель	34 недели
I четверть	01 сентября -23 октября 2022
Осенние каникулы	24 октября-6 ноября 2022
II четверть	7 ноября – 29 декабря 2022
Зимние каникулы	30 декабря – 8 января 2023
III четверть	9 января – 19 марта 2023
Весенние каникулы	20 марта-26 марта 2023
IV четверть	27 марта – 31 мая 2023

Формы текущего контроля/промежуточной аттестации: проведение контрольно-измерительных нормативов, тестирование.

Предварительный контроль: тестирование технической подготовленности учащихся (ведение мяча, передача мяча, удары по воротам, игра вратаря).

Текущий контроль: отслеживание результатов роста каждого школьника, исправление неправильной техники выполнения, активности в процессе учебных игр.

Итоговый контроль: тестирование по тем же условиям, что и в начале года, участие в соревнованиях по мини-футболу и результативность участников игр.

Информационное обеспечение. Интернет источники: фрагменты игр по мини-футболу лучших российских команд и сборной страны.

Материально-техническое оснащение

№ п/п	Наименование объектов и средств материально-технического оснащения	Количество	Примечание
Футбол			
1	Комплект ворот с сеткой	2	
2	Мячи футбольные для мини-игры	1	
3	Сетка для переноса и хранения мячей	1	
Спортивные залы (кабинеты)			
4	Спортивный	1	С раздевалками
5	Подсобное помещение для хранения инвентаря и оборудования	1	Включает в себя стеллажи, контейнеры
Пришкольный стадион (площадка)			
7	Площадка игровая футбольная	1	

Примечание. Количество учебного оборудования приводится в расчёте на один спортивный зал. Конкретное количество средств и объектов материально-технического оснащения указано с учётом средней наполняемости группы 15 учащихся для практической работы в группах.

Кадровое обеспечение. Реализацию программы осуществляют штатные педагогические работники с соответствующим профилем программы образованием, которые:

- организуют деятельность обучающихся, направленную на освоение дополнительной общеобразовательной программы;

- осуществляют педагогический контроль и оценку освоения дополнительной общеобразовательной программы;
- разрабатывают программно-методического обеспечения реализации дополнительной общеобразовательной программы.

Методические материалы. Для обучения и совершенствования техники и тактики игры используются различные средства и методы, подводящие и специальные упражнения, рекомендованные и успешно применяемые педагогами города.

В программу заложены следующие *принципы*:

- принцип индивидуализации, предполагающий учет личных возможностей и способностей ребенка;
- принцип доступности, последовательности.

Формы проведения занятий: разучивание материала, практические занятия, закрепление навыков полученных на занятиях:

- практические занятия в зале, на спортивной площадке, в парке;
- кроссовая подготовка;
- силовая подготовка;
- тренировочные школьные и городские соревнования;
- подвижные игры;
- эстафеты.

Оценочные материалы. В качестве контрольно-измерительных материалов, с помощью которых можно оценить достижения учащихся, применяются различные тестовые упражнения: ведение мяча, передачи мяча в парах, тройках, взаимодействие вратаря с защитником, знание правил игры в мини-футбол. Итоговой оценкой будет качество игровой деятельности в двусторонних играх по мини-футболу.

Список литературы

Список литературы для учителя

1. Андреев «Мини-футбол в школе» ОАО Издательство «Советский спорт» 2008г
2. Андреев С.Н., Алиев Э.Г. Мини-футбол в школе 2006.
3. Андреев С.Н., Алиев Э.Г., Левин В.С. МИНИ-ФУТБОЛ (футзал), примерная программа спортивной подготовки для ДЮСШ и СДЮШОР. – М.: Советский спорт , 2010.
4. Верхошанский Ю.В. Программирование и организация тренировочного процесса.-М.: ФиС, 1985,
5. Дьячков В.М. Методы совершенствования физической подготовки. – М.: Физкультура и спорт,1973.
6. Конуров Д.М. Связь физической и тактической подготовки спортсменов в игровых видах спорта: Автореф. дикан.пед. наук. – М.,2002.
7. Матвеев Л.П. Основы спортивной тренировки. М.:ФиС, 1977.
8. Мини-футбол – игра для всех. В.Л. Мутко, С.Н. Андреев, Э.Г. Алиев. – М.: Советский спорт, 2007.
9. Волков С.В. «Теория и методика детского и юношеского спорта» Олимпийская литература 2002 г.Ж-Л Чесно «Футбол. Обучение базовой техники» СпортАкадем. Пресс 1998г
10. Мини-фубол (футзал): Примерная программа для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва С.Н. Андреев, Э. Г. Алиев, В. С. Левин, К. В. 4.Еременко. - М.: Советский спорт, 2010. - 96 с.

Список литературы для детей

1. Варюшин В.В. Тренировка юных футболистов: учебное пособие.- М.: ФиС, 2007.- 111
2. Шамардин А.М. Методика развития и совершенствования двигательных (физических) качеств у юных футболистов: Учебное пособие.– Волгоград: ВГИФК.– 1995.– 49 с