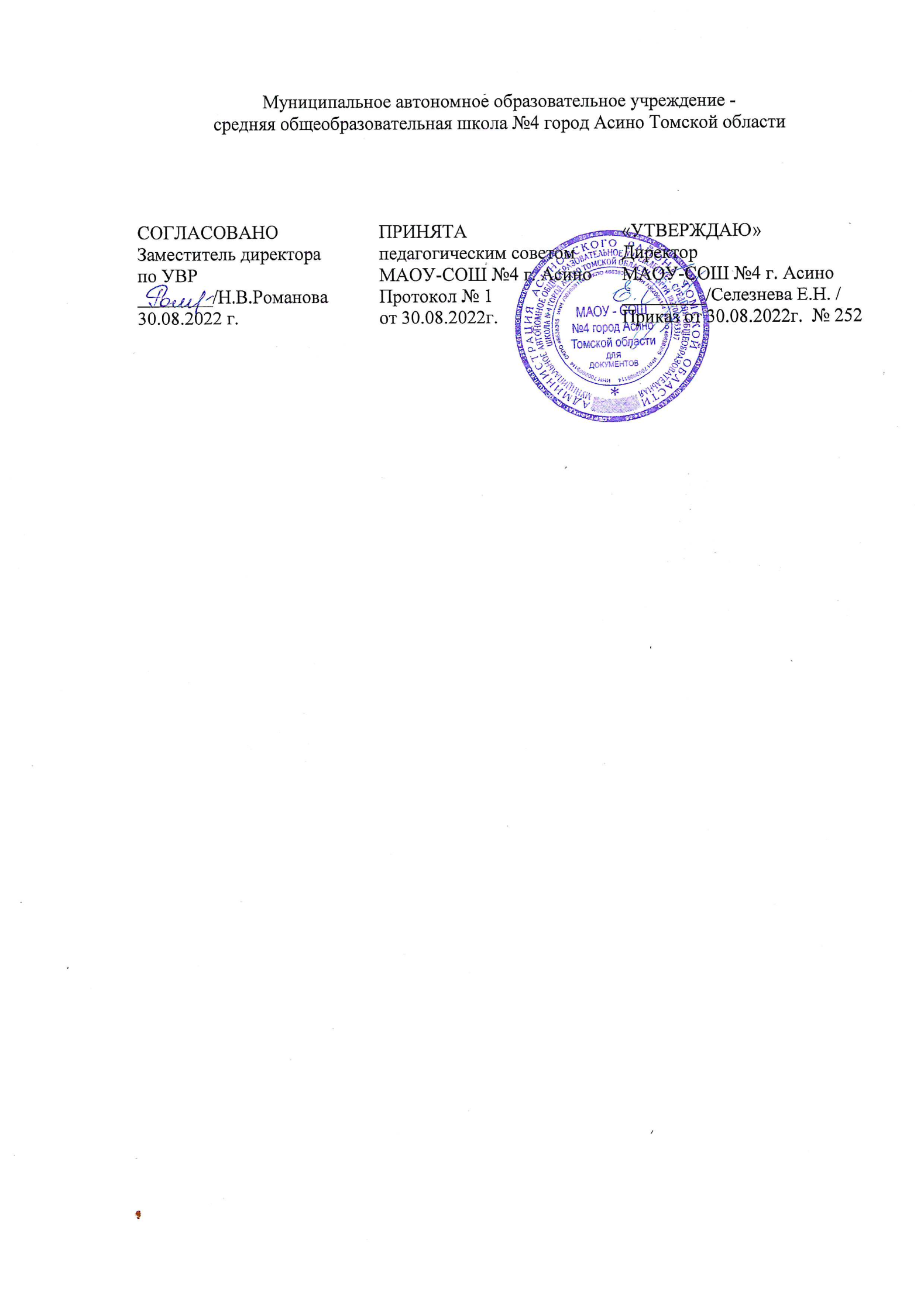
****

**Дополнительная образовательная общеразвивающая программа**

**«Мини- футбол в школу»**

Программа рассчитана на детей в возрасте от 7-8 лет.

Срок реализации: 1год.

Направленность: спортивная

Количество часов из расчёта: 1 час в неделю

в год: 34

1 четверть: 9 часов

2 четверть: 7 час

3 четверть: 10 часов

4 четверть: 8 часов

Составитель: Корнев И.В.

первая квалификационная категория

Асино, 2022 г

**ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

При разработке программы за основу была принята программа по мини-футболу для спортивных школС.Н.Андреева, (многолетняя подготовка юных футболистов в спортивных школах), 2014 года. Программа была адаптирована к условиям работы в рамках общеобразовательного учреждения. В программе представлены цели и задачи работы секции, содержание материала по основным темам учебного курса: технической; тактической, физической, теоретической, распределение времени на перечисленные компоненты в течение учебного года.

**Актуальность**

В современных условиях в нашей стране уделяется огромное внимание приоритету здорового образа жизни подрастающего поколения, оздоровлению, физическому и психическому развитию школьников на основе их творческой активности. Разработка программы обусловлена тем, что традиционная система физического воспитания в общеобразовательных учреждениях на современном этапе для обеспечения необходимого уровня физического развития и подготовленности учащихся требует увеличения их двигательной активности, усиления образовательной направленности учебных занятий по физической культуре и расширения внеурочной физкультурно-оздоровительной и спортивной работы.

## Уникальность

Уникальность программы направлено на воспитание творческих, компетентных и успешных граждан России, способных к активной самореализации в личной, общественной и профессиональной деятельности. В процессе освоения курса у обучающихся укрепляется здоровье, формируются общие и специфические учебные умения, способы познавательной и предметной деятельности.

**Новизна** развитие вида спорта обуславливает необходимость программного обеспечения дополнительного образования. Программа содержит научно обоснованные рекомендации по построению, содержанию и организации тренировочного процесса игроков в футбол на различных этапах многолетней подготовки в спортивной школе.

Данная программа составлена на основе программы Министерства образования РФ 2022 года. В настоящее время возникла необходимость составления модифицированной программы по общей физической подготовке из-за отсутствия современных пособий и программ. Таким образом, в этой программе учитывается материально-техническое состояние образовательного учреждения и наличие спортивного инвентаря, обращается особое внимание на индивидуальное (физическое и психическое) развитие ребенка.

**Адресат программы** Возраст детей, участвующих в реализации данной дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы 7 – 8 лет.

**Педагогическая целесообразность** программы заключается в том, что она учитывает интересы и склонности детей, дают им возможность изготовить изделия, которые найдут свою место в жилом и общественном интерьере. Дети приобщаются к исследовательской, проектной и творческой работе, учатся делать любую вещь красиво. На занятиях дети осваивают не только тайны мастерства ремесла, но и ищут новые оригинальные соединения традиций и стилей с современным пластическим решением образа, отвечающим эстетике наших дней

**Цель:** Углубленное изучение игры в мини футбол

**Задачи:**

*Обучающие*: овладеть основными приемами техники и тактики игры.

*Развивающие:* укрепить психологическое и физическое здоровье детей.

*Воспитательные*: воспитывать у детей волю, смелость, настойчивость, дисциплинированность чувство дружбы, коллективизма.

**Отличительной особенностью данной программы** является воспитание дружного сплоченного спортивного коллектива, способна защищать честь школы на различных соревнованиях.

**Объём, срок освоения программы**: 1 год обучения с сентября по май (34 занятия) с соблюдением каникулярного времени.

*Режим занятий*: суббота с 13.00-14.30 ч.

**Основные формы и методы организации учебного процесса**:

*Стартовый* уровень образовательной деятельности.

Число детей до 30 человек.

*Обучение очное.*

*Формы организации деятельности обучающихся на занятиях*: - групповые, индивидуальные, фронтальные.

*Формы проведения занятий* познавательное занятие, практическое занятие по отработке определенного умения.

Используются следующие *методы обучения*: словесные, наглядны.В работе с детьми используются все известные способы организации занятия: фронтальный, групповой и индивидуальный. Вместе с этим идет углубление тренировочной направленности занятий, более широкого применения проблемно-поисковых методов, учебных бесед, исследовательских методов, познавательных игровых заданий и упражнений, использование технических средств.

1. Важным условием успешной работы педагога является грамотное планирование программного материала, где отражены основы по овладению двигательными умениями и навыками (техникой и тактикой) и развитию соответствующих кордиционных способностей у занимающихся.

**Формы подведения итогов реализации программы:**

Участие команды на соревнованиях муниципального и областного уровня.

**СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ**

**Учебный план**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Наименование разделов,  блоков, тем | Всего, час | Количество часов | | Форма контроля  (аттестации) |
| теория | практика |  |
| 1 | Теоретические сведения | 5 | 5 | - | беседа |
| 2 | Практические занятия | 29 |  | 29 |  |
| 3 | Общая и специальная подготовка | 5 |  | 5 | тест |
| 4 | Основы техники и тактики | 20 |  | 20 | Тестовые задание |
| 5 | Учебные и соревновательные игры | 4 |  | 44 | Выступление на соревнованиях |
|  | Итого: | 34 | 5 | 29 |  |

**Содержание учебного плана**

**1. Теоретический материал.**

.Значение специальной физической подготовки – важного фактора укрепления здоровья, повышения функциональных возможностей организма и развития двигательных качеств (быстроты, ловкости, гибкости, силы, выносливости).

Краткая характеристика средств специальной физической подготовки.

Взаимосвязь между развитием основных двигательных качеств.

**2. Практические занятия.**

**Общая физическая подготовка.**

***Упражнения для развития ловкости и гибкости***

Прыжки с разбега толчком одной и обеими ногами, с поворотом и имитацией удара головой.

Кувырки вперед, назад, в сторону.

Держание мяча в воздухе, жонглирование различными частями стопы, бедром, головой.

***Упражнения для развития быстроты***

Упражнения для развития стартовой скорости: по сигналу рывки на 5-10м из различных исходных положений: соя лицом, боком и спиной, сидя, лежа.

Эстафеты с элементами старта.

Бег с изменением направления.

Ускорение и рывки с мячом.

***Упражнения для развития скоростно-силовых качеств***

Прыжки на одной и на обеих ногах с продвижением.

Броски набивного мяча на дальность.

Толчки плечом в плечо партнера в борьбе за мяч.

**3. *Техническая подготовка***

***Теоретическая подготовка***

Понятие о спортивной технике.

Взаимосвязь технической, тактической и физической подготовки футболистов.

Классификация и терминология технических приемов.

***Практическая подготовка***

**Техника передвижения**

Бег обычный, спиной вперед, скрестным и приставным шагом.

Бег по прямой, изменением направления и скорости.

**Удары по мячу ногой:**

- внутренней стороной стопы;

- средней частью подъема;

- внутренней частью подъема по неподвижному и катящемуся мячу;

- удары внешней частью подъема.

Выполнение ударов после ведения, обвода стоек.

**Удары по мячу головой:**

- средней частью лба без прыжка;

- боковой частью лба без прыжка.

**Остановка мяча:**

- подошвой;

- внутренней частью стопы.

***Ведение мяча:***

- внешней частью стопы;

- внутренней частью стопы;

- правой, левой ногой по прямой, по кругу, а также с изменением направления.

***Вбрасывание мяча***

Вбрасывание мяча с места из положения ноги вместе.

**4. Тактическая подготовка**

**Теоретическая подготовка**

Понятие о тактике, тактические системы и расстановка игроков.

Основные функции вратаря, защитников, полузащитников, нападающих.

**Практическая подготовка**

Упражнения для развития умения «видеть поле».

Игра в «пятнашки» в парах на ограниченной площадке.

Выполнение заданий по зрительному сигналу.

**Тактика нападения**

Групповые действия. Умение взаимодействовать с партнерами, используя короткие и средние передачи.

Командные действия. Умение выполнять свои обязанности в атаке на своем игровом месте.

**Тактика защиты**

Индивидуальные действия: выбор позиции, взаимодействие с вратарем.

Умение оценить игровую ситуацию и осуществить отбор мяча.

**ОРГАНИЗАЦИОННО- ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ**

При оценивании успеваемости учитываются индивидуальные возможности, уровень физического развития и двигательные возможности, последствия заболеваний учащихся.

Мелкими ошибками считаются такие, которые не влияют на качество и результат выполнения. К мелким ошибкам в основном относятся неточность удара битой, передача мяча, нарушение ритма, неправильное исходное положение, «заступ» во время перебежки.

Значительные ошибки – это такие, которые не вызывают особого искажения структуры движений, но влияют на качество выполнения, хотя количественный показатель ниже предполагаемого ненамного. К значительным ошибкам относятся:

* старт не из требуемого положения;
* осаливание и переосаливание;

грубые ошибки – это такие, которые влияют на качество и результат выполнения упражнения.

**Календарный учебный график**

Срок реализации программы - 1 год (с 01.09.2021 по 25.05.2022) во время каникул ДОП не реализуется.

Занятия проводятся 1 раз в неделю по два академическому часу.

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| №  Дата | Время проведения | Форма занятия | Количество часов | Название темы | Место проведения | Форма контроля |
| 1 | 03.09 | Тренировка | 1 | Техника безопасности на занятиях по мини-футболу. | Спортивная площадка | Опрос |
| 2 | 10.09 | Тренировка | 1 | Обучение передаче мяча. | Спортивная площадка | Беседа |
| 3 | 17.09 | Тренировка | 1 | Обучение передаче мяча. | Спортивная площадка |  |
| 4 | 24.09 | Тренировка | 1 | Обучение остановке мяча. | Спортивная площадка | Тест |
| 5 | 01.10 | Тренировка | 1 | Обучение остановке мяча. | Спортивная площадка | Презентация |
| 6 | 08.10 | Тренировка | 1 | Обучение передаче мяча. | Спортивная площадка | Тестовые задания |
| 7 | 15.10 | Тренировка | 1 | Совершенствование навыков остановке мяча. | Спортивная площадка | Тестовые задание |
| 8 | 22.10 | Тренировка | 1 | Совершенствование навыков передаче мяча. | Спортивный зал |  |
| 9 | 28.10 | Тренировка | 1 | Обучение остановки мяча бедром. | Спортивный зал | Тест |
| 10 | 12.11 | Тренировка | 1 | Обучение ударам мяча. | Спортивный зал | Беседа |
| 11 | 19.11 | Тренировка | 1 | Совершенствование навыков удара мяча. | Спортивный зал |  |
| 12 | 26.11 | Тренировка | 1 | Обучение удару мяча слета. | Спортивный зал |  |
| 13 | 03.12 | Тренировка | 1 | Совершенствование навыков удара мяча с лета. | Спортивный зал |  |
| 14 | 10.12 | Тренировка | 1 | Обучение остановке мяча после отскока. | Спортивный зал |  |
| 15 | 17.12 | Тренировка | 1 | Обучение удару мяча головой. | Спортивный зал | Тестовые задание |
| 16 | 24.12 | Тренировка | 1 | Совершенствование навыков удара мяча головой. | Спортивный зал |  |
| 17 | 14.01 | Тренировка | 1 | Обучение отбору мяча у соперника. | Спортивный зал |  |
| 18 | 21.01 | Тренировка | 1 | Обучение отбору мяча у соперника. | Спортивный зал |  |
| 19 | 28.01 | Тренировка | 1 | Обучение розыгрышу мяча в стандартных положениях (штрафной). | Спортивный зал | Тестовые задание |
| 20 | 04.02 | Тренировка | 1 | Обучение розыгрышу мяча в стандартных положениях (штрафной). | Спортивный зал | Беседа |
| 21 | 11.02 | Тренировка | 1 | Обучение розыгрышу мяча в стандартных положениях (штрафной). | Спортивный зал |  |
| 22 | 18.02 | Тренировка | 1 | Совершенствование навыков розыгрыша мяча в стандартных положениях. | Спортивный зал |  |
| 23 | 25.02 | Тренировка | 1 | Совершенствование исполнения технических элементов. | Спортивный зал |  |
| 24 | 04.03 | Тренировка | 1 | Совершенствование ударов мяча по воротам. | Спортивный зал |  |
| 25 | 11.03 | Тренировка | 1 | Совершенствование ударов мяча по воротам. | Спортивный зал | Беседа |
| 26 | 18.03 | Тренировка | 1 | Обводка с помощью обманных движений(финтов) | Спортивный зал |  |
| 27 | 01.04 | Тренировка | 1 | Обводка с помощью обманных движений(финтов) | Спортивный зал |  |
| 28 | 08.04 | Тренировка | 1 | Игры развивающие физические способности. | Спортивный зал | Презентация |
| 29 | 15.04 | Тренировка | 1 | Развитие скоростно силовых качеств. | Спортивный зал |  |
| 30 | 22.04 | Тренировка | 1 | Учебная игра. | Спортивный зал |  |
| 31 | 29.04 | Тренировка | 1 | Учебная игра. | Спортивный зал | Тестовые задания |
| 32 | 06.05 | Тренировка | 1 | Учебная игра. | Спортивный зал |  |
| 33 | 13.05 | Тренировка | 1 | Учебная игра. | Спортивный зал | Презентация |
| 34 | 20.05 | Тренировка | 1 | Участие в районных соревнованиях по футболу. | Спортивный зал |  |

**Материально-техническое обеспечение программы**

*Оборудование: набор мячей для каждого занимающегося, фишки, ворота, координационная лестница, накидки для отличие команд(1-2 комплекта по 7-8 штук),информационное табло.*

**Контроль и учет освоения программы**

Тщательное программирование процесса подготов­ки игроков в футбол дает необходимый эффект только при наличии столь же тщатель­ной системы контроля за ходом подготовки.После окончания этапа начальной подготовки делаются заключе­ния относительно перспективности в футболе занимающихся, прошедших начальный курс, их возможностей с точки зрения овладе­ния в совершенстве техникой и тактикой игры в футбол на последующем этапе.

После окончания учебно-тренировочного этапа на основании ре­зультатов воспитанников судят о потенциальных возможнос­тях занимающихся в овладении высоким уровнем спортивного мастер­ства в футболе и соответствии уровней их подготовленности требованиям этапа спортивного совершенствования.

По окончании этапа спортивного совершенствования игрок в футбол должен отвечать требованиям, предъявляемым к профессиональным спортсменам.

**Оценочные материалы** устный опрос, индивидуальный опрос, педагогическое наблюдение, творческая работа, фронтальный опрос, выставка готовых работ.

**Методические материалы:**

-Инструкции по ТБ;

- Методические разработки занятий

- Презентации

- Тестовые задания

**Список литературы**

1. Андреев С. Н. Футбол - твоя игра. - М.: Просвещение, 2006..
2. Гогунов Е. Н., Мартьянов Б. И, Психология физического воспитания и спорта. - М.: АСАDЕМIА, 2000..
3. Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов. – М.: Просвещение, 2006. -127 с.
4. Коротков И. М. Подвижные игры в школе: В помощь учителям физ. культуры. – М.: Просвещение, 2012. -190 с.

5. Андреев С.Н., Левин В.С., Алиев Э.Г., Мини футбол ( многолетняя подготовка юных футболистов в спортивных школах)- ОАО Издательство « Советский спорт» 2008.

**Список литературы для детей:**

1. Андреев С. Н. Мини-футбол. Правила соревнований. -М.:КННВС России, 2008. -20 с

**Ссылки на вебстраницы**

1.https://nsportal.ru/

Приложение

**Система формы контроля уровня достижений учащихся**

Подведение итогов по технической и общефизической подготовке 2 раза в год (декабрь, май), учащиеся выполняют контрольные нормативы.

**Нормативы по физической и технической подготовке игры в русскую лапту**

|  |  |
| --- | --- |
| Упражнения | 7-8 лет |
| Бег 30м (сек) | 5,2 |
| Бег 60 м (сек) | 10.0 |
| 6-минутный бег (м) | 900м |
| Прыжок в длину с/м (см) | 140 |
| Ведения мяча на скорость через фишки (с) | 6.1 |
| Удары по мячу в ворота на точность 5 попыток | 3 |
| Жонглирования мяча | 8 раз |