

Муниципальное казенное учреждение «Управление образования»
администрации городского округа «город Каспийск»
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Каспийский лицей №8 имени Амет-Хана Султана»

Принята на заседании
педагогического совета от
«31» 08 2023г.

Протокол №2192023г.



Утверждаю директор МБОУ
«Каспийский лицей №8»

Абдулаев Р.М.

«31» 08 2023г.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Мини-футбол»

Возраст детей: 9-12 лет

Срок реализации программы: 1 год

Руководитель: Музаев А.И.

Каспийск 2023г.

ИНФОРМАЦИОННАЯ КАРТА ПРОГРАММЫ

1. Учреждение	МБОУ «КАСПИЙСКИЙ ЛИЦЕЙ №8 ИМЕНИ АМЕТ-ХАНА СУЛТАНА»
2. Полное название программы	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа Мини-футбол (девочки) (стартовый уровень)
3. Сведения об авторе-составителе:	
3.1. Ф.И.О., должность	Музаев Артур Исламович
4.1. Нормативная база	<p>-Федерального Закона от 29.12.2012г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;</p> <p>-Приказа Минобрнауки России от 09.11.2018г. №196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;</p> <p>-Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 04.07.2014г. «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14»;</p> <p>-Распоряжением Правительства РФ от 04.09.2014г. № 1726-р Концепция развития дополнительного образования детей.</p> <p>- Рекомендации по реализации внеурочной деятельности, программы воспитания и социализации и дополнительных общеобразовательных программ с применением дистанционных образовательных технологий Минпросвещения России от 07.05.2020</p> <p>- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ 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 молодёжи»</p> <p>-Приказ Министерства Просвещения Российской Федерации от 30 сентября 2020 г. № 533 «О внесении изменений в порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»</p>
4.2. Область применения	Дополнительное образование
4.3. Вид программы	модифицированная
4.4. Тип программы	общеразвивающая
4.5. Образовательная область	спорт
4.6. Направленность	Физкультурно-спортивная

деятельности	
4.7. Способ освоения содержания образования	практический
4.8. Уровень освоения содержания образования	стартовый
4.9. Уровень реализации программы	основное общее образование
4.10. Форма реализации программы	групповая
4.11. Возраст учащихся	9-12 лет
4.12. Продолжительность реализации программы	1 год

1. Структура дополнительной общеобразовательной - общеразвивающей программы

1.1. Пояснительная записка.

Базовая программа "**Мини-футбол**" имеет физкультурно-спортивную направленность. Программа разработана для оздоровления и физического развития детей школьного возраста (9 – 12 лет) путем обучения их игре в (мини-футбол). Программа способствует развитию кругозора, знакомит с историей футбола и появлением мини-футбола, с правилами игры, с историей спортивных соревнований, а также с выдающимися спортсменами и известными людьми в мире футбола.

Сегодня дополнительное образование детей по праву рассматривается как важнейшая составляющая образовательного пространства, сложившегося в современном российском обществе, оно социально востребовано и требует постоянного внимания и поддержки со стороны общества и государства. Занимаясь по программе, дети активно участвуют в городских соревнованиях и турнирах по мини-футболу.

Актуальность. Проблема формирования привычек здорового образа жизни выступает на всех возрастных этапах как проблема современности, которая должна решаться за счет новых подходов к системе физического воспитания, изменения содержания, форм и методов работы. Формирование здорового образа жизни у подрастающего поколения доступно и возможно через развитие футбола, как популярного и предпочтительного вида спорта среди детей.

Мини-футбол, которым сегодня увлекаются не только мальчики и юноши, но и девочки и девушки, как нельзя лучше приспособлен для распространения его в спортивных залах и, следовательно, для кардинального решения проблем двигательной активности и здоровья подрастающего поколения нации.

Новизна данной программы заключается в её комплексном планировании.

Основные показатели продуктивности работы – стабильность состава занимающихся,

динамика прироста индивидуальных показателей, результаты выступлений в матчах.

Педагогическая целесообразность.

С помощью учебных занятий объединения «Мини-футбол» можно развить не только быстроту, ловкость, силу и выносливость, но еще и такие черты характера, как взаимовыручку, коллективизм, ответственность, чувство уважения к соперникам. Занятия позволяют решить проблему занятости свободного времени детей, формированию физических качеств, пробуждению интереса детей к новой деятельности в области физической культуры и спорта. Формирует установку на здоровый образ жизни, на бережное отношение к своему здоровью.

Отличительные особенности программы. Данная программа создана с учетом новых требований к дополнительным общеразвивающим программам. Отличается от предыдущей программы модулями: первый год обучения «Основы мини-футбола», второй год «Тактика игры», третий год обучения «Мяч капитану», четвертый и пятый год обучения «Тренировка – путь к успеху». Программа отличается от школьных программ. Направлена на развитие игры по мини – футболу, на социализацию личности, на здоровый образ жизни.

Адресат программы.

Возраст обучающихся 9 – 12 лет.

Вид программы по уровню освоения:

модифицированная базовая дополнительная общеобразовательная - общеразвивающая программа.

Направленность - физкультурно-спортивная

Срок реализации: 1 год.

По возрастному принципу – разновозрастная.

По масштабу действия – учрежденческая.

Форма обучения: очная

Объём программы:

Год обучения	Часы в неделю	Количество недель в году	Всего в год
1	4	36	144
		Всего:	144часа

Периодичность занятий:

Год обучения	Продолжительность занятий в неделю	Периодичность занятий в неделю	Количество занятий в неделю
1	2 часа	2 раза	4 часа

Особенности образовательного процесса.

Основной формой является учебное занятие. Оно приводится по общепринятой структуре согласно расписанию.

Продолжительность занятий: для детей в возрасте 9-12 лет составляет – 2 часа по 40 минут с 10 минутным перерывом.

Первый год обучения ознакомительный (начальный период) учащиеся будут иметь представление о правилах игры по мини-футболу. К концу учебного года научатся играть по правилам. Получив начальные знания и умения, учащийся может перейти на последующий год обучения для совершенствования игры в мини-футбол, а также использовать свои знания в других спортивных кружках.

1.2. Цель программы: развитие и совершенствование физических качеств и двигательных способностей, улучшение физической подготовленности и физического развития посредством занятий мини-футболом; обеспечение прав ребенка на развитие, личностное самоопределение и самореализацию.

Основными задачами являются:

Обучающие:

- ознакомить с принципами здорового образа жизни;
- ознакомить детей с принципами и правилами игры;
- ознакомить с правилами поведения спортсменов и со способами разрешения нестандартных ситуаций на соревнованиях;
- научить основам тактики и техники игры в мини-футбол;
- обучить игре в мини-футбол;
- ознакомить детей с правилами проведения соревнований по мини-футболу;
- обучить правилам восстановления организма после тренировок;
- ознакомить с назначением упражнений на развитие координации движений, ловкости, реакции;
- научить правильно выполнять комплекс общеразвивающих и специальных упражнений;
- выявление способностей занимающихся;
- обучить знаниям теоретических сведений о мини-футболе;
- ознакомить с технико-тактическими действиями и правилами игры в мини-футбол;

Развивающие:

- развивать координацию движений, ловкость, быстроту реакции, выносливость;
- укреплять здоровье учащихся;

- развивать кругозор учащихся: ознакомить с историей мини-футбола;
- развивать интерес к мини-футболу как виду спорта
- **Воспитательные:**
- воспитание волевых и моральных качеств;
- мотивация на здоровый образ жизни;
- воспитывать положительного отношения к физической культуре в целом;
- воспитывать у учащихся волю, целеустремленность, стремление к достижению цели;
- формировать интерес к активному образу жизни.
- воспитывать у детей: умение играть в команде, чувство коллективизма, Толерантность.

1.3. Содержание программы.

1 год обучения.

«Основы мини-футбола»

Цель: формирование личностных качеств и первоначальные знания игры мини-футбол.

Задачи:

воспитательные:

- воспитывать личностные качества: уважительное отношение к другому мнению, истории, культуре других народов;
- воспитывать трудолюбие, бережное отношение к своему здоровью, к духовным ценностям;

развивающие:

- развивать потребность к занятию спортом, к здоровому образу жизни;
- умению составлять свой распорядок дня;
- развивать навыки работы;
- развивать тактические действия игры в нападении;
- обучить правилам личной гигиены спортсмена- футболиста;

обучающие:

- научить правилам розыгрыша стандартных положений;
- научить выполнять технические и тактические приёмы игры.
- обучить игре в мини-футбол соревнований.

Учебно-тематическое планирование 1 года обучения

№	Название разделов и тем	Общее количество часов		
		теория	практика	Всего
1	Вводное занятие. Инструктажи по техника безопасности.	2	-	2

2.	История возникновения мини-футбола. Основные правила	3	1	4
3.	Базовая техника мини-футбола	4	26	30
4.	Базовая тактика мини-футбола	2	28	30
5	Здоровый образ жизни спортсмена	3	1	4
6	Общеразвивающие занятия	2	28	30
7.	Тренировочные занятия	2	38	40
8.	Итоговое занятие	2	2	4
	Всего:	20	124	144

Содержание программы «Мини-футбол».

Вводная тема

Ознакомление с образовательной программой на учебный год.

Планы на текущий учебный год. Техника безопасности в спортивном зале.

Практическая часть

Знакомство с группой. Организационные вопросы.

Инструктажи по технике безопасности.

История возникновения мини-футбола как игры

Мини-футбол. Особенности игры, отличие от футбола. Спортивное оборудование для игры в мини-футбол.

Возникновение игры.

Макет игры.

Практическая часть

Просмотр фото и видеоматериалов.

Ознакомление с макетом. Обсуждение игры на макете.

Базовая техника мини-футбола

Ознакомление с техникой выполнения ударов по воротам, ведения мяча, передачи мяча

Практическая часть

Тренировочные занятия.

Базовая тактика мини-футбола

Знакомство с правилами разнообразных комбинаций.

Знакомство с правилами тактики игры.

Практическая часть

Выполнение упражнений на развитие скорости, силы, гибкости и выносливости.

Тренировочные занятия.

Здоровый образ жизни спортсмена

Беседы о здоровье.

Практическая часть

Обсуждение принципов здорового образа жизни

Общеразвивающие занятия

Ознакомление с основными видами общеразвивающих упражнений:
на развитие силы, выносливости, гибкости, скорости.

Практическая часть

Тренировочные занятия на развитие индивидуальных качеств футболиста.

Тренировочные занятия

Практическая часть

Игра на счет

Итоговое занятие

Подведение итогов года. Награждение грамотами за успешные занятия. Обсуждение планов на лето.

Теоретические занятия. Применяемые методы обучения. Беседа, дискуссии, просмотр соревнований с последующим обсуждением, в виде разбора тактики проведенных игр или обсуждения и анализа тактики игры с предстоящими соперниками.

Тема 1. Техника безопасности на учебных занятиях в объединении «Мини-футбол».

Вводное занятие. Причины, вызывающие травматизм, потертости. Профилактика травматизма. Требования к местам проведения занятий, инвентарю, одежде, обуви. Безопасность при организации и проведении тренировки. Меры обеспечения безопасности во время соревнований.

Тема 2. История развития мини-футбола в РФ и за рубежом.

Краткие исторические сведения о возникновении футбола. Зарождение футбола в Европе, его основатели. Первые шаги футбола. Развитие мини-футбола среди школьников. Соревнования по мини-футболу.

Тема 3. Гигиена, врачебный контроль, предупреждение травматизма.

Общие понятия о гигиене. Личная и общественная гигиена. Гигиенические основы режима учебы, отдыха, занятий спортом. Значение режима дня для занимающихся. Гигиенические требования, предъявляемые к местам занятий по мини-футболу. Гигиенические требования к спортивной одежде и обуви футболиста. Зависимость появления травматизма от неправильного отношения к гигиеническим требованиям. Предупреждение травм при занятиях мини-футболом.

Тема 4. Оборудование и инвентарь.

Футбольные мячи и их виды. Футбольные ворота. Фишки для обводки. Разноцветные накидки.

Тема 5. Техничко-тактическая подготовка в мини-футболе.

Понятие о спортивной технике. Передача мяча – верхняя, нижняя. Техника удара при верхней передаче. Приём снизу сильных ударов. Техника нападающего удара. Техника блокирующих действий. Игра в зонах.

Понятие об индивидуальной и групповой тактике. Индивидуальная тактика, ее содержание и значение для игры. Целесообразность и особенности применения основных технических приемов в различных ситуациях и разными игроками. Групповая тактика, ее понятие и содержание. Групповые задачи командной игры. Тактика игры вратаря: выбор места, взаимодействие с партнерами.

Тема 6. Правила соревнований по мини-футболу.

Состав команды. Замена игроков. Форма игрока. Основы судейской терминологии

и жеста. Виды соревнований. Понятие о методике судейства.

Практические занятия. Занятия проходят в виде: выполнения тренировочных заданий, соревнований, инструкторская и судейская практика, подвижных игр, эстафет, спортивных игр.

Тема 1. Общая физическая подготовка.

Строевые упражнения. Шеренга, колонна, фланг, интервал, дистанция. Команды предварительные и исполнительные. Построение, расчет. Повороты на месте и в движении. Ходьба в строю. Размыкания, смыкания строя, перестроение. Обозначение шага на месте, переход на ходьбу, бег и с бега на шаг. Остановка. Изменение скорости движения строя.

Упражнения для укрепления мышц, костно-связочного аппарата и улучшения подвижности в суставах.

Для рук и плечевого пояса: сгибание и разгибание рук, махи, вращения, отведения и приведения, поднимание и опускание, движения рывками. Упражнения, выполняемые в различных положениях: стоя, сидя, лежа, на месте и в движении, в прыжке, самостоятельно и с партнером.

Для шеи и туловища: наклоны, повороты и вращения головы в разных направлениях. Наклоны, повороты и вращения туловища, вращение таза. Поднимание и опускание прямых и согнутых ног в положении лежа на спине, на животе, сидя, в висе; переход из положения лежа в сед и обратно; разнообразные сочетания этих упражнений; упражнения, способствующие формированию правильной осанки.

Для ног: поднимание на носки, ходьба на носках, пятках, внутренней и внешней сторонах стопы. Вращения в голеностопных суставах; сгибание и разгибание ног в тазобедренном, голеностопном и коленном суставах; приседания, отведения и приведения; махи ногой в различных направлениях. Выпады, пружинистые покачивания в выпаде, подскоки из различных исходных положений ног (на ширине плеч, одна впереди другой и т.п.). Сгибание и разгибание ног в висах и упорах. Прыжки, многоскоки, ходьба в полном приседе и полуприседе.

Упражнения для воспитания быстроты. Повторное прибегание коротких отрезков от 5 до 40м из различных исходных положений в различных направлениях. Бег с максимальной скоростью и резкими остановками, с внезапным изменением скорости и направления движения по звуковому, зрительному и тактильному сигналам. Ускорения. Эстафеты и игры с применением беговых упражнений. Ловля и быстрая передача мяча. Упражнения с мячами футбольными, связанные с бросками и ловлей отскочившего мяча в максимально быстром темпе. Игры и игровые упражнения, построенные на опережении действий партнера (овладение мячом, предугадывание маневра.), требующие мгновенных ответов на звуковые, зрительные, тактильные сигналы. Челночный бег 3x10 м на время. Упражнения на расслабление определенных групп мышц.

Упражнения для воспитания силы. Подвижные и спортивные игры (по упрощенным правилам) с применением силовых приемов.

Упражнения для воспитания скоростно-силовых качеств. Прыжки в высоту, в длину, тройной с места и с разбега. Многоскоки. Подвижные игры с использованием отягощений малого веса. Эстафеты простые и комбинированные с бегом, прыжками, метаниями и переноской грузов. Игры и эстафеты с переноской предметов и т.д.

Упражнения для воспитания выносливости. Равномерный бег с невысокой скоростью, подвижные игры.

При воспитании физических качеств у юных футболистов необходимо развивать способность к расслаблению различных мышечных групп.

Примерный комплекс упражнений для расслабления различных мышечных групп:

1. Встряхивание рук, мышцы расслаблены.
2. Поднять руки вверх и "бросить" вниз с одновременным наклоном туловища вперед.
3. Бег "трусцой" на месте, руки расслаблены.
4. Наклониться вперед, руки вперед. Расслабить мышцы, "уронить" руки, выпрямиться.
5. Потряхивание кистей рук над головой.
6. Руки в стороны. Выпад ногой в стороны — руки "уронить". Вернуться в исходное положение.
7. Прогнуться назад, затем вперед, руки расслабить.
8. Маховые движения ног в стороны.
9. Потряхивание ног попеременно.
10. Маховые движения ног вперед-назад.
11. Лежа на спине, поднять ноги и медленно опустить их на землю, расслабиться.
12. Прыжки ноги врозь — вместе с хлопками в ладоши над головой.
13. Передвижение приставными шагами правым и левым боком.
14. Висы.

Тема 2. Специальная физическая подготовка.

Включает в себя комплексы упражнений направленных на развитие специфических физических качеств.

Тема 3. Техничко-тактическая подготовка.

Техника удара по мячу. Удар внутренней стороной стопы – передача мяча на короткие и средние расстояния, взятие ворот с близкого расстояния. Удар серединой подъема – передача мяча и обстрел ворот соперника. Удар носком – обстрел ворот соперника, внезапно для вратаря. Удар внутренней частью подъема – применяется в игре. Удар внешней частью подъема – обстрел ворот, угловой, штрафной удары, выполнение скрытой передачи партнеру. Удар пяткой – скрытая передача мяча назад. Внутренней частью подъема. Резанный удар внешней частью подъема. Удары с полулета, с лета.

Остановка мяча. Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы. Остановка катящегося мяча подошвой. Серединой подъема.

Удары по мячу головой. Удар головой с места. Удар головой в прыжке. Удар головой – удар в броске. Удар боковой частью головы.

Ведение мяча. Удар внешней частью подъема.

Отбор мяча. Отбор мяча толчком. Отбор мяча подкатом.

После освоения основных элементов техники владения мячом следует ознакомить юных футболистов с выполнением некоторых финтов. Для освоения финтов сначала выполняйте такие упражнения без мяча:

1. После медленного бега сделайте рывок вправо (влево) или вперед.
2. После быстрого бега резко остановитесь и вновь совершите рывок, но в другом направлении.
3. Побегайте между деревьями, все время меняя направление движения.

4. Сделайте рывок, затем неожиданно выполните выпад в сторону и вновь сделайте рывок.

5. Поставьте на площадке одну за другой 6–7 стоек. Расстояние между ними 2–3 шага. Выполняйте бег между стойками зигзагообразно.

6. Совершив ускорение, выполните остановку, предварительно сделав обманное движение туловищем.

Обучение тактическим действиям проводится в следующей последовательности и включает в себя:

1. Индивидуальные действия.

Игра в нападении: умение ориентироваться с мячом и без него. Выбор места для атакующих действий на определенном участке поля. Обучение игровым амплуа в команде. Умение выбрать тот или иной технический прием для эффективного решения технической задачи.

Игра в защите: выбор места для оборонительного действия. Опека игрока с мячом и без него. Перехват паса, отбор мяча. Целесообразный выбор того или иного технического приема для решения оборонительной задачи в данной игровой ситуации.

2. Командные взаимодействия.

Игра в нападении: передачи мяча в парах, тройках, на месте и в движении, без смены и со сменой мест. Взаимодействие в парах с целью выхода на свободное место: "отдай — откройся", "скрестный выход". Умение выполнять групповые взаимодействия в различных фазах развития атаки.

Игра в защите: умение подстраховать партнера, переключиться. Взаимодействия двух игроков против двух, трех нападающих. Умение правильно оценить создавшуюся игровую ситуацию и выбрать целесообразный способ противодействия атакующим соперникам.

Обучение технике в спортивных играх представляет собой довольно сложную проблему. Сложность заключается в том, что необходимо сформировать много специфических двигательных действий, которые в зависимости от игровой ситуации могли бы трансформироваться в целенаправленные игровые приемы (комплексы технических приемов).

Задача каждого инструктора в игровом виде спорта научить занимающегося «командной игре», взаимодействию с партнерами, интуитивному предугадыванию того или иного игрового момента, молниеносному принятию решения для наиболее эффективного выхода из сложившейся игровой ситуации.

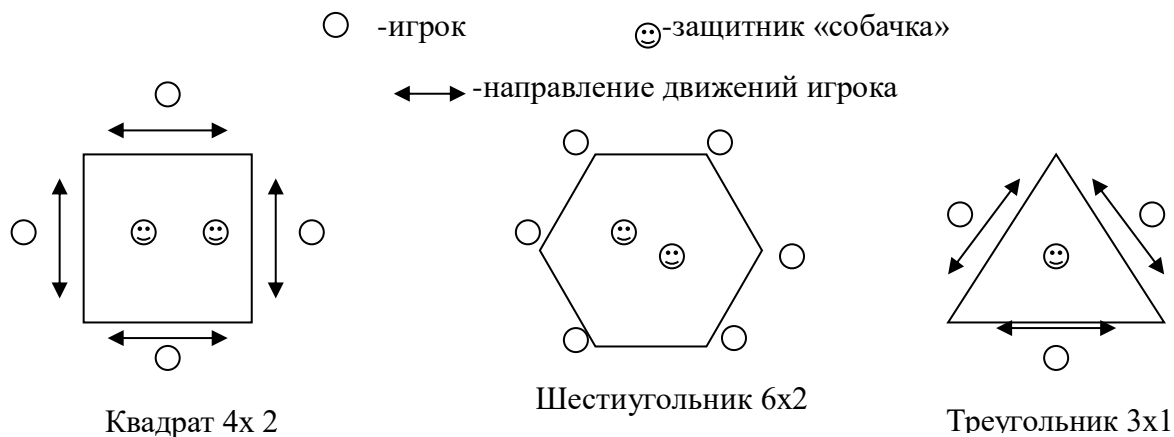
Для решения таких задач необходимо применять специальные упражнения, направленные на развитие технико-тактических действий игроков.

«Квадрат» 4x2 – самое распространенное упражнение, направленное на совершенствование технико-тактических действий футболистов в условиях приближенных к соревновательным. Помимо совершенствования технических элементов прием и передача мяча, перехват мяча, финты футболисты отрабатывают тактические приемы - выбор адресата для передачи, открывание или предложение для приема передачи, выбор позиции для перехвата мяча, взаимодействия с партнером в обороне и др. Выполняют упражнение 6 человек, у ребят это задание носит название – «собачка». Четыре игрока располагаются на линиях в форме квадрата (размер 8 на 8м) их задача передавать мяч друг другу используя не более двух касаний мяча, двое защитников «собачки», располагаются внутри квадрата их задача перехватить мяч.

Смена защитников происходит после перехвата мяча или после того, как игроки упустят мяч за размеченную зону. Размеры квадрата и количество допустимых касаний мяча меняется в зависимости от подготовленности занимающихся, чем выше уровень, тем сложнее требования. Основные тактические ошибки при выполнении данного упражнения, это неправильно выбранный адресат для передачи, не оправданное количество касаний мяча, несвоевременное открывание для получения передачи, ограниченность передвижений по линии за которую отвечаешь, неправильное взаимодействие защитников при перехвате мяча и д.р. Инструктор постоянно должен следить за действиями футболистов и указывать на успешные решения и ошибки футболистов, как тактические, так и технические.

Упр. №2 «Треугольник 3х1» - практически напоминает упражнение №1, но в данном задании три игрока располагаются по сторонам треугольника и всего лишь один защитник старается перехватить мяч. Это упражнение эффективно только для технически-подготовленных футболистов, так как лишь одно касание мяча допускается при выполнении передачи мяча. Инструктор должен обращать внимание игроков на применение ложных замахов, работу корпусом игроков для наиболее эффективного результата при выполнении этого упражнения.

Упр. №3 «Шестиугольник» 6х2 напоминает «квадрат», игроков 6 и защитников 2, но передачи выполняются двумя мячами. Игроки практически не перемещаются. Правила те же, что и в упр. №1 добавляется лишь новое, игрок не имеет права принимать одновременно два мяча. Упражнение также выполняется с более подготовленными юными футболистами, применяется перед двусторонней игрой для поднятия эмоционального фона, так как игроки его выполняют задорно.



Упр. №4 «Удержание мяча» - упражнение, направленное на совершенствование взаимодействия игроков в условиях приближенных к игровым. Две команды с равным количеством игроков, стараются, как можно дольше контролировать мяч, выполняя передачи своим партнерам. Данное упражнение применяют и во время разминки перед матчем.

Упр. №5 «Удержание мяча с нейтральным игроком» - тоже, что и упражнение №4, но помимо двух равных команд в упражнении участвует нейтральный игрок, роль которого выполняет либо тренер, либо наиболее подготовленный спортсмен. Задача нейтрального «играть» за ту команду, которая в данный момент контролирует мяч. Это упражнение развивает способность разыгрывать лишнего игрока, создавая численный

перевес.

Упр. № 6 «**Защита против нападения**» - в данном упражнении участвуют две равные по составам команды- «нападающие», задача которых за отведенный промежуток времени (тайм) максимальное количество раз поразить ворота, которые оберегают «защитники» и вратарь. Упражнение выполняется в зависимости от условий либо на одной половине зала, либо на всей площадке, но атака производится только по одним воротам.

Упр №7 «**Двусторонняя игра с ограниченным количеством касаний**» - применяется практически в каждом занятии. Ограничение количества допустимых касаний мяча с одной стороны усложняет действия юных футболистов и приводит к увеличению числа технических ошибок (особенно у начинающих спортсменов), так как в зависимости от игровой ситуации, необходимо используя минимум касаний контролировать мяч и проводить атаки или выходить из обороны, вести позиционное нападение, провести быструю контр атаку. В конце двухсторонней игры ограничения допустимых касаний снимаются, и ребята проводят обычную игру.

Тема 4. Участие в соревнованиях.

Установка на предстоящую игру. Технический план игры команды и задания отдельным игрокам. Разбор на схеме игрового поля позиций каждого игрока при нападении, при игре в защите, а также при розыгрыше стандартных ситуаций. Характеристика команды противника. Разбор проведенной игры.

Тема 5. Инструкторская и судейская практика.

Составление комплекса упражнений по физической, технической и тактической подготовке и проведение его с группой. Проведение подготовительной и основной частей занятия по начальному обучению технике игры. Проведение занятий в общеобразовательной школе по обучению навыкам игры в футбол. Проведение соревнований по футболу. Выполнение обязанностей главного судьи.

Подготовка вратаря

Программа подготовки вратаря на данном этапе предусматривает обучение: основной стойке вратаря, принятию основной стойки по сигналу, после бега лицом и спиной вперед, после выполнения упражнения (например, выпад влево — основная стойка); передвижению приставными шагами; ловле мяча, отскочившего от отражающей стенки в различных направлениях; передвижению в воротах в основной стойке; отбиванию высоко летящего мяча руками или грудью.

Тактическая подготовка вратаря предусматривает обучение: правильному и своевременному выбору места в воротах при атаке; ориентированию во вратарской площадке и взаимодействию с защитниками; умению концентрировать внимание на игроке, угрожающем воротам.

Воспитательная работа

Воспитательная работа с юными футболистами носит систематический и планомерный характер. Она теснейшим образом связана с практическими занятиями и проводится повседневно. Воспитательная работа предусматривается связь с родителями, школьными учителями.

В качестве средств и форм воспитательного воздействия используют: тренировочные занятия, лекции, собрания, беседы, встречи с интересными людьми.

1.4. Планируемые результаты.

1 года обучения.

Личностные:

- овладеют начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;
- сформируется установка на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям;
- формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;

Метапредметные:

- правильно выполнять комплекс общеразвивающих упражнений;
- правильно выполнять специальные упражнения;
- правильно восстанавливаться после тренировок;
- правильно составлять свой распорядок дня;
- применять тактические и технические приемы в игре;
- играть с пятым полевым игроком и с нейтральным игроком;

Предметные:

- выполнять розыгрыши стандартных положений;
- выполнять базовые технические и базовые тактические приемы игры;
- выполнять отдельные общеразвивающие упражнения;
- играть в мини-футбол на уровне соревнований учреждения и района.

Раздел 2.

«Комплекс организационно – педагогических условий

2.1.

Этапы образовательного процесса	1год обучения
Начало учебного года	1 сентября
Продолжительность учебного года	36 недель
Продолжительность занятия	40 минут
Промежуточная аттестация	15 – 25 декабря
Итоговая аттестация	май
Окончание учебного года	31 мая
Зимние каникулы (праздничные дни)	01. – 08.01
Летние каникулы	С 1 июня

Списочный состав формируется по возрастным особенностям:

1 год обучения – не менее 15 человек;

Возрастной состав обучающихся 9 – 12 лет.

В объединении могут обучаться девочки.

Продолжительность учебных занятий установлена с учетом возрастных особенностей учащихся.

Календарный учебный график – это составная часть образовательной программы (Закон № 273 – ФЗ, гл.1, ст.2, п.9) определяющая:

- количество учебных недель,
- количество учебных дней,
- даты начала и окончания учебных периодов.

2.2. Условия реализации программы

В зимний период занятия проводятся в оборудованном светлом хорошо проветриваемом спортивном зале, освещение дневное и искусственное, имеется спортивное оснащение. Помещение с отоплением, с раковиной для мытья рук, раздевалкой.

Оснащение:

- ворота для игры – 2 штуки;
- сетки для ворот – 2 штуки;
- футбольные мячи – 17 штук.

Учащиеся приходят на занятия в спортивной одежде и обуви.

Для выполнения упражнений необходимы:

- скакалки – 15 штук;
- коврики – 15 штук.
- гимнастические скамейками,
- гимнастические маты.

В теплый период занятия проводятся на универсальной спортивной площадке с искусственным покрытием.

2.3. Педагогический контроль.

Формы контроля.

Педагогический контроль по направленности и содержанию охватывает три основных раздела:

1. Контроль уровня подготовленности футболистов.
2. Контроль соревновательной деятельности.
3. Контроль тренировочной деятельности.

Способы проверки: опрос, сдача контрольно-переводных нормативов.

Учебное занятие не может быть эффективным без получения своевременной объективной информации о развитии различных физических качеств, технической подготовленности футболистов. Этапный контроль предназначен для оценки устойчивого состояния учащихся, проводится в конце конкретного этапа.

Подведение итогов реализации программы проводится в виде контрольных соревнований.

В программу этапного контроля входят:

- тестирование уровня физической подготовленности;
- тестирование технико-тактической подготовленности;
- анализ индивидуальных и групповых соревновательных действий.

Текущий контроль проводится для получения информации о состоянии футболиста после серии занятий и игр для внесения соответствующих коррекций в тренировочную и соревновательную деятельность.

Формы подведения итогов реализации дополнительной общеобразовательной программы:

- сдача нормативов;
- результативность товарищеских игр и соревнований.

В конце изучения рабочей программы планируется снижение уровня заболеваемости детей, социальной адаптации учащихся, сформирование коммуникативных способностей, то есть умение играть в команде. Формирование здорового образа жизни учащихся, участие в общешкольных, районных и краевых мероприятиях, качественное освоение практических и теоретических навыков игры в футбол (мини-футбол), привитие любви к спортивным играм.

2.4. Оценочные материалы. (см. приложение 2.)

Знания и умения оцениваются по уровням.

Высокий:

- четкое выполнение полученных знаний в соответствии с требованиями учебной программы;
- допускаются несущественные ошибки, самостоятельно исправленные учащимися;
- учитывается оригинальность, умение применять не стандартный метод решения поставленной задачи.
 - выполняет самостоятельно, применяет полученные знания в комплексе.

Средний:

- знания по мини-футболу излагаются в соответствии с требованиями учебной программы;
- допускаются отдельные ошибки, не исправленные учащимися, но указаны тренером;
- ошибочная подача мяча.

Допустимый:

- изложение полученных знаний не полное;
 - допускаются отдельные существенные ошибки и попытка самостоятельного их исправления;
- Не отработаны правила подачи мяча.

При работе с учащимися решаются следующие задачи:

1. Укрепление здоровья.
2. Овладение широким кругом двигательных умений и навыков, в частности, освоение техники естественных движений (бег, прыжки, метания и т.д.).
3. Обучение основам техники владения мячом.
4. Развитие физических качеств с акцентом на быстроту, ловкость и координационные

способности.

5. Овладение знаниями о физической культуре и спорте в России, об истории развития мини-футбола; о гигиене, закаливании, режиме и питании спортсмена.

6. Овладение теоретическими и практическими технико-тактическими навыками.

7. Выполнение нормы общей и специальной физической подготовки.

Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья (рост, масса тела и др.), показателями развития основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости). Умения и навыки проверяются во время участия учащихся в школьном этапе соревнований. Подведение итогов по технической и общефизической подготовке 2 раза в год (сентябрь, май), учащиеся выполняют контрольные нормативы.

Контрольные нормативы по общей и специальной физической подготовке.

№ п/п	Контрольные упражнения	1- год
<i>Общая физическая подготовка (на земле)</i>		
1.	Бег 30м (с)	5,2
2.	Тройной прыжок (м)	5,20
3.	Отжимание (кол-во)	15
4.	Бег 30м спиной вперед (с)	6,5
5.	Челночный бег 6*9 (с)	14,8
<i>Специальная физическая подготовка</i>		
1.	Бег 30м (с)	5,2
2.	Бег спиной вперед 30м (с)	7,1
3.	Челночный бег 6*9 (с)	16,8
4.	Бег по кругу (с)	19,2
5.	Ведение мяча спиной вперед 30м (с)	8,2
6.	Удар по воротам (балл)	4
7.	Обводка 5-ти стоек с последующим ударом по воротам (с)	7,6

2.5. Методическое обеспечение программы

-
- индивидуальная работа;
- групповая работа;
- консультативная работа;

В основу разработки

программы использованы технологии, ориентированные на формирование общекультурных ценностей учащихся:

- технология развивающего обучения;
- лично-но – ориентированная;
- интерактивная;

Основной формой организации учебного процесса является учебное занятие.

Используется принцип дифференцированного и индивидуального подхода обучения с учётом интересов учащихся. Программа построена по принципу «спирали»: изучение новой темы начинается с повторения пройденного материала и постепенного усложнения.

В программу включены беседы и лекции по футболу фотографии и выдающихся футболистов, тренинги, беседы по этике и эстетике для третьего года обучения соревнования.

Большие возможности для учебно-воспитательной работы заложены в принципе совместной деятельности педагог – учащийся. Занятия строятся так, чтобы учащиеся сами находили нужное решение, опираясь на свой опыт. Применяются разнообразные формы и методы проведения занятий от простого к сложному.

Словесные методы: создают у учащихся предварительные представления об изучаемом движении. Для этой цели используются: объяснение, рассказ, замечание, команды, указание.

Наглядные методы: применяются главным образом в виде показ упражнения, наглядных пособий, видеофильмов.

Эти методы помогают создать у учеников конкретные представления об изучаемых действиях.

Практические методы:

- методы упражнений;
- игровой;
- соревновательный;
- круговой тренировки.

Главным из них является метод упражнений, который предусматривает многократное повторение упражнений. Разучивание упражнений осуществляется двумя методами:

- в целом;
- по частям.

Игровой и соревновательный методы применяются после того, как у учащихся образовались некоторые навыки игры.

Метод круговой тренировки предусматривает выполнение заданий на специально подготовленных местах (станциях). Упражнения выполняются с учётом технических и физических способностей занимающихся.

Формы обучения: индивидуальная, фронтальная, групповая, поточная.

2.6. Список литературы.

1. Андреев С.Н., Алиев Э.Г.. Мини-футбол в школе. – М.: Советский спорт, 2006.
2. Иванченко В.И. Занятия в системе дополнительного образования детей. – Ростов н/Д: Учитель, 2007.
3. Мини-футбол на уроке физической культуры. М.: ТВТ Дивизион, 2006.
4. Мини-футбол: новые технологии в подготовке команд. Под редакцией Полозова А.А. – М.: Советский спорт, 2006.
5. Мини-футбол: правила игры. Издательство М.: Регион-Про, 2007.
6. Савостьянов А. Физическое здоровье школьников. Учебное пособие. – М.: Изд-во педагогического общества России, 2006.

Сайты:

<http://festival.1>

<http://www.ffmo.ru> официальный сайт ФФМО

www.football-trener.ru объединение отечественных тренеров по футболу

<http://atmrfs.ru/> академия тренерского мастерства

<http://footballtrainer.ru> уроки футбола

<http://football-web.ru> для проекта «Мини-футбол в школу»

<http://subscribe.ru/archive/sport.soccer.school/201004/30131359.html> Футбольный-Тренер.Ру

Мини-футбол в школу

Список литературы для детей

1. Волков В.М., Филин В.П. Спортивный отбор. – М.: ФиС, 1983.
2. Гриндлер К. Техническая и тактическая подготовка футболистов. – М.: ФиС, 1976.
3. Качани Л., Горский Л. Тренировка футболистов. – М.: ФиС, 1984.
4. Коротков И.М. Подвижные игры в занятиях спортом. – М.: ФиС, 1971.
5. Рогальский Н., Дегель Э. Футбол для юношей. – М.: ФиС, 1971.

Приложение 1.

Календарно-тематическое планирование 1 года обучения

№ п/п занятия	Наименование и содержание темы	Количество часов			Форма контроля
		теория	практика	всего	
1.	Вводное занятие. Правила техники безопасности.	2	-	2	Собеседование
	История возникновения мини-футбола.	3	1	4	
2	Особенности игры мини-футбола, отличие от футбола	2	-	2	
3	Обсуждение игры на макете	1	1	2	
	Базовая техника мини-футбола	4	26	30	Игра
4	Знакомство с правилами игры	1	1	2	
5	Способы ведения мяча	1	1	2	
6	Виды ударов по мячу	1	1	2	
7	Приём, остановка и передача мяча	1	1	2	Опрос
8	Отработка розыгрыша стандартных положений	-	2	2	
9	Отработка розыгрыша	-	2	2	Игра

	стандартных положений				
10	Отработка передач в парах левой ногой	-	2	2	
11	Отработка передач в парах правой ногой	-	2	2	
12	Способы остановки и обработки мяча	-	-	2	
13	Остановка мяча подошвой	-	2	2	
14	Остановка мяча внутренней стороной стопы	-	2	2	
15	Остановка мяча грудью	-	2	2	
16	Удары серединой подъёма по неподвижному и катящему мячу	-	2	2	
17	Удары внешней частью подъёма по неподвижному и катящему мячу	-	2	2	
18	Итоговое занятие			2	Игра на проверку знаний, навыков
	Базовая тактика мини-футбола	2	28	30	Зачет
19	Тактическое разнообразие игры в мини-футбол	1	1	2	
20	Игровые комбинации	1	1	2	
21	Отработка передачи движений, передача мяча на пол	-	2	2	
22	Отработка передачи движений, передача мяча на пол	-	2	2	
23	Индивидуальные тактические действия в нападении	-	2	2	
24	Индивидуальные тактические в защите	-	2	2	
25	Двухсторонняя учебная игра на совершенствование тактических действий	-	2	2	
26	Двухсторонняя учебная игра на совершенствование тактических действий	-	2	2	
27	Позиционное нападение	-	2	2	

28	Ведение мяча + удары по воротам	-	2	2	
29	Упражнение «квадрат»	-	2	2	
30	Ведение мяча в «змейку» + удар	-	2	2	
31	Товарищеская игра в смешанных составах по упрощённым правилам	-	2	2	
32	Тактика обманных движений	-	2	2	
33	Заключительное занятие	2	-	2	Проверочное занятие
	Здоровый образ жизни спортсмена	3	1	4	Собеседование
34	Беседа «В здоровом теле, здоровый дух»	2	-	2	
35	Обсуждение принципов здорового образа жизни	1	1	2	Опрос
	Общеразвивающие занятия	2	28	30	
36	Назначение общеразвивающих упражнений: подготовка суставов к основным упражнениям.	2	-	2	Опрос
37	Разучивание отдельных общеразвивающих упражнений на выносливость.	-	2	2	
38	Разучивание отдельных общеразвивающих упражнений на скорость	-	2	2	
39	Разучивание отдельных общеразвивающих упражнений на гибкость	-	2	2	
40	Упражнение на развитие силы рук	-	2	2	
41	Упражнение на развитие силы ног	-	2	2	
42	Развитие скостно-силовых способностей	-	2	2	
43	Тренировочное занятие на силу ног	-	2	2	
44	Тренировочное	-	2	2	Зачет

	занятие на развитие скорости				
45	Тренировочное занятие на развитие выносливости	-	2	2	
46	Тренировочное занятие на развитие на гибкость	-	2	2	
47	Разучивание отдельных общеразвивающих упражнений с мячом	-	2	2	
48	Разучивание отдельных общеразвивающих упражнений с мячом	-	2	2	Зачёт
49	Разучивание отдельных общеразвивающих упражнений стартовой скорости	-	2	2	
50	Заключительное занятие	-	2	2	Проверочное занятие
	Тренировочные занятия	2	38	40	Соревнование
51	Тренированный человек. Тренировка футболиста	1	1	2	Опрос
52	Тренировка ведения мяча	-	2	2	
53	Тренировка приёма и остановки мяча	-	2	2	
54	Тренировка передачи мяча в паре	-	2	2	
55	Ведение мяча с передачей другому	-	2	2	
56	Отработка передачи в парах левой и правой ногой	-	2	2	
57	Тренировка обманных действий	-	2	2	
58	Обводка с помощью обманных движений	-	2	2	
59	Тренировка ударов по мячу ногой	-	2	2	
60	Тренировка ударов по мячу головой	-	2	2	
61	Удары ногой по неподвижному и катящему мячу	-	2	2	Зачет
62	Учебная двухсторонняя игра	-	2	2	
63	Учебная	-	2	2	

	двухсторонняя игра				
64	Тренировка на развитие игрового мышления	1	1	2	
65	Чеканка мяча через стойку	-	2	2	
66	Ведение мяча руками вратаря	-	2	2	
67	Удары по воротам из различных комбинаций	-	2	2	
68	Угловые удары	-	2	2	
69	Ведение мяча после аута	-	2	2	
70	Подготовка к итоговому занятию				Игра
	Итоговое занятие	2	2	4	Соревнование
71	Подготовка к соревнованиям Знание правил игры.	1	1	2	Опрос Итоговая аттестация
72	Игра. подведение итогов за год.	1	1	2	Игра

Приложение 2

Программа «Мини - футбол» 1 года обучения

Целью педагогического контроля является выявление уровня полученных знаний, умений, навыков по освоению программы.

№	Вид	Цель	Содержание	Форма проведения	Критерии
1	Вводный	Выявление первичных знаний, готовности к работе по программе	Введение в деятельность	Собеседование	об-ся готовы к освоению программы
2	Текущий в течении всего года	Соблюдение правил безопасного труда	Правила пожарной безопасности; осторожно террор; Правила дорожного движения.	Инструктажи. Викторина	Высокий- 100% - зачёт, Средний- 51-79%
3	Тематический октябрь-ноябрь январь, апрель.	Выявление уровня овладения основными приёмами владения мяча	Отдельные общеразвивающие упражнения с мячом, упражнений развития для мышц, удары по прыгающему мячу.	Зачет	Высокий- 80-100 % Средний- 51-79%
4	Текущий Декабрь,	Выявление освоенности	Ведение мяча. Защита ворот и	Контрольные упражнения	<u>Высокий</u> – 80-100%

	Май.	программы за 1 и 2 полугодие. первого года обучения	обстрел ворот. Пошаговый бег, бег на месте, разминка ног.	наведение мяча.	<u>средний</u> – 51-79%
5	Рубежный Май	способность самостоятельно выполнить практическое задание.	Комплекс упражнений по темам программы. Освоение на начальном этапе игры мини-футбол. Знание техники безопасности.	Соревнование между группами по возрастным особенностям. Зачет по технике безопасности.	<u>Высокий</u> – 80-100% <u>средний</u> – 51-79%

Приложение 3.

Диагностические материалы Мониторинг результатов обучения

Критерии	Степень выраженности оцениваемого качества	Уровень обученности	Метод диагностики
Теоретическая подготовка			
Способность ответить на вопросы	об-ся овладел менее чем 0,5 объема знаний	Допустимый уровень	Собеседование, Соревнование. Опрос по темам программы
	об-ся способен ответить на половину и более вопросов	Средний уровень	
	об-ся усвоил полный объем знаний	Высокий уровень	
Практическая подготовка			
Владение техническими действиями Игры Мини-футбол	об-ся владеет менее половины используемых приемов и способов	Допустимый уровень	Практическое задание: Зачет на выполнение двигательных упражнений Зачет на ведение мяча.
	об-ся владеет половиной и более используемых приемов и способов	Средний уровень	
	об-ся владеет всеми используемыми приемами и способами	Высокий уровень	
Общеучебные умения и навыки ребенка			
Способность самостоятельно выполнить	об-ся испытывает затруднения при выполнении всех заданий	Допустимый уровень	Наблюдение

практические задания	об-ся выполняет некоторые задания с помощью педагога	Средний уровень	Зачет. Выполнение контрольных упражнений
	об-ся умеет самостоятельно выполнить задания	Высокий уровень	