


**МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СРЕДНЯЯ ШКОЛА № 9» г. ЕНИСЕЙСКА КРАСНОЯРСКОГО КРАЯ**

ПРИНЯТО

решением методического объединения
учителей ДО
протокол от «24» 08. 2023г. № 1

СОГЛАСОВАНО

заместителем директора по ВР
 \ Дуракова О.В.
«25» 08.2023г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«Мини-футбол »**

Направленность: Физкультурно-спортивная

Уровень: Стартовый

Возраст обучающихся: 7-12

Срок реализации: 1 год

СОСТАВИТЕЛЬ:

Агапкин Владимир Викторович
Педагог дополнительного образования

**Енисейск,
2023 год**

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа составлена на основании следующих нормативно-правовых актов:

- Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. №273ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (ред. от 29.07.2017);
- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации до 2025 г., утвержденная распоряжением Правительства РФ от 29.05.2015г.№996-р.;
- Приказ Минпросвещения РФ от 30.09.2020 N 533 “О внесении изменений в Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утвержденный приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 9.11.2018 N 196”;
- Приказ Минпросвещения РФ от 03.09.2019г. №467 « Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»
- Приказ Минпросвещения РФ от 09.11. с2018г. и №196 « Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по доп. общ-м программам»;
- Приказ Министерства образования и науки РФ от 09.01.2014г. №2 « Об утв-и Порядка применения орг-ми, осуществляющими образ. д-ть, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации дополнительных программ»;
- Письмо Минобрнауки России от 29.03.2016г. №ВК- 641/09 « Метод. рек-и по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ»;
- Письмо Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015г.№09-3242 « О направлении мет. рек-й по проектированию дополнительных общеразвивающих программ»;
- Письмо Министерства образования и науки РФ от 28.08.2015г. № АК-2563/05 « О мет. рек-х по организации образовательной деятельности с использованием сетевых форм»;
- Постановление Главного гос.сан. врача РФ от 28.09.2020г.№28 « Об утверждении СанПиН 2.4.3648-20 « Санитарно- эпидемиологические треб-я к орг-м воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи.

Направленность программы

Программа «Мини-футбол» является программой стартового уровня и имеет физкультурно – спортивную направленность.

Актуальность программы

Актуальность данной программы 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. Программа способствует развитию мышления, воображения и творческих способностей детей, их умению действовать в коллективе и одновременно принимать самостоятельные решения.

Содержание программы

Практическая деятельность учащихся: наблюдения, учебные игры, участие в соревнованиях, проведение мастер-классов, выполнение и сдача нормативов.

Срок реализации программы - 1 год

Цель программы: Формирование у школьников 10-13 лет способности и стремления действовать сообща с участниками команды для достижения общей цели в игре мини - футбол.

Задачи программы:

- способствовать овладению основными приемами техники и тактики игры;
- способствовать воспитанию воли, смелости, настойчивости, дисциплинированности, коллективизма, чувства дружбы;
- способствовать привитию ученикам организаторских навыков;
- учить распределять обязанности в команде с учётом пожеланий и возможностей.
- формировать навыки согласованного взаимодействия с участниками команды в рамках соревнований.
- учить проводить рефлексию действий команды и каждого участника.

Виды деятельности:

- Игровая;
- Соревновательная;
- Тренировочная;
- Подготовительная;
- Сдача нормативов.

Формы организации учебного занятия:

- беседа;
- игра;
- конкурс;
- мастер-класс;
- Наблюдение;
- Практическое занятие;
- Соревнования;
- Нормативы.

ОЖИДАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Личностные результаты:

- навыки формирования собственной культуры здорового образа жизни;
- готовность и способность к саморазвитию и самообучению;
- уважительное отношение к иному мнению;
- овладение навыками сотрудничества с взрослыми людьми и сверстниками;
- этические чувства доброжелательности, толерантности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам и обстоятельствам других людей;
- положительные качества личности и умение управлять своими эмоциями;

- дисциплинированность, внимательность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- навыки творческого подхода в решении различных задач, к работе на результат;
- оказание бескорыстной помощи окружающим.

Метапредметные результаты:

- владение широким арсеналом двигательных действий и физических упражнений и оздоровительной физической культуры, активное их использование в самостоятельно организуемой спортивно-оздоровительной деятельности.
- владения способами наблюдения за показателями индивидуального здоровья, физического развития и физической подготовленности организации активного отдыха и профилактики вредных привычек;
- основы формирования двигательных действий и развития физических качеств;
- использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни.

Предметные результаты:

- уметь организовать самостоятельные занятия по футболу с соблюдением правил техники безопасности;
- уметь оказывать первую помощь при легких травмах;
- уметь вести наблюдение за динамикой развития своих физических качеств;
- уметь выполнять комплексы общеразвивающих и специальных упражнений с мячами;
- владеть основами технических действий, приемами и физическими упражнениями по футболу, уметь использовать их в разнообразных формах игровой и соревновательной деятельности

Учебный план

№ п/п	Наименование разделов и тем	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		теория	практика	всего	
1.	Входящий контроль	-	2	2	Нормативы
2.	Теоретическая подготовка	2	-	2	Тест
3.	Общая физическая подготовка	2	12	16	Нормативы
4.	Специальная физическая подготовка	2	14	16	Нормативы
5.	Техническая подготовка	4	12	16	Упражнения
6.	Тактическая подготовка	4	14	18	Работа в команде
		14	54	68	

Содержание учебного плана программы

Раздел 1. Теоретическая подготовка

Физическая культура и спорт в России. Развитие футбола в России и за рубежом. Сведения о строении и функциях организма человека. Гигиенические занятия и навыки.

Раздел 2. Теоретическая подготовка

Общая физическая подготовка для всех возрастных групп (развитие быстроты, силы, ловкости, выносливости, гибкости). Строевые упражнения. Общеразвивающие упражнения с предметами и без предметов. Акробатические упражнения. Подвижные игры и эстафеты. Легкоатлетические упражнения. Спортивные игры. Лыжная подготовка.

Раздел 3. Специальная физическая подготовка

Значение специальной физической подготовки – повышения функциональных возможностей органов и систем воспитания двигательных качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости, ловкости) спортсмена.

Раздел 4. Техническая подготовка

Техника передвижения. Удары по мячу ногой. Удары по мячу головой. Остановка и ведение мяча.

Раздел 5. Тактическая подготовка

Тактика нападения и защиты. Индивидуальные действия. Групповые действия. Командные действия. Тактика вратаря.

КАЛЕНДАРНО-УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

№	ТЕМА	Теория\ практика
1	Инструктаж по технике безопасности. Инструктаж по правилам игры.	Теория
2	Сдача вводных нормативов	Практика
3	Сдача вводных нормативов	Практика
4	Правила соревнований по мини-футболу. Техника передвижений игрока (бег, прыжки, повороты, остановки).	Теория
5	Правила соревнований по мини-футболу. Техника передвижений игрока (бег, прыжки, повороты, остановки).	Практика
6	Инструкторская и судейская практика. Техника передвижений игрока (бег, прыжки, повороты, остановки).	Теория
7	Инструкторская и судейская практика. Техника передвижений игрока (бег, прыжки, повороты, остановки).	Практика
8	Упражнения для мышц плечевого пояса и рук, развития выносливости. Остановки мяча.	Практика
9	Упражнения для развития мышц ног и таза. Ведение мяча.	Практика
10	Упражнения для развития скоростно-силовых качеств. Ведение мяча.	Практика
11	Упражнения для развития мышц брюшного пресса. Ведение мяча.	Практика
12	Упражнения для развития быстроты. Ведение мяча с обводкой.	Практика
13	Упражнения для мышц шеи и туловища. Ведение мяча с обводкой.	Практика
14	Упражнения для развития гибкости. Ведение мяча с обводкой.	Практика
15	Упражнения с теннисными мячами. Удары по мячу	Практика

	ногой.	
16	Упражнения для развития быстроты. Удары по мячу ногой после выполнения технических действий.	Практика
17	Бег с препятствиями. Кросс. Удары по мячу ногой на точность и на дальность.	Практика
18	Упражнения для развития выносливости. Удары по мячу ногой на точность и на дальность	Практика
19	Упражнения в висах и упорах. Удары по мячу ногой на точность и на дальность.	Практика
20	Упражнения для развития силовых качеств. Удары по мячу ногой на точность и на дальность.	Практика
21	Прыжок в длину с места, с разбега способом «согнув ноги». Передачи в парах.	Практика
22	Контрольная игра.	Практика
23	Общая физическая подготовка	Теория
24	Общая физическая подготовка	Теория
25	Упражнения для мышц шеи и туловища. Отбор мяча.	Практика
26	Упражнения для развития гибкости. Отбор мяча.	Практика
27	Упражнения с набивными мячами. Отбор мяча.	Практика
28	Контрольная игра.	Практика
29	Упражнения для развития быстроты. Отбор мяча.	Практика
30	Техническая подготовка	Теория
31	Упражнения для развития мышц плечевого пояса и рук. Тактика защиты: групповые действия. Тактика вратаря.	Практика
32	Техническая подготовка	Теория
33	Акробатические упражнения. Тактика нападения: групповые действия. Тактика вратаря.	Практика
34	Тактическая подготовка	Практика
35	Техническая подготовка	Теория
36	Упражнения для развития мышц плечевого пояса и рук. Тактика защиты: групповые действия. Тактика вратаря.	Практика
37	Тактическая подготовка	Практика
38	Упражнения для развития мышц плечевого пояса и рук. Тактика защиты: групповые действия. Тактика вратаря.	Практика
39	Тактическая подготовка	Теория
40	Тактика нападения: индивидуальные действия без мяча. Тактика вратаря. Прыжок в высоту способом.	Практика
41	Тактическая подготовка	Теория
42	Легкоатлетические упражнения: низкий старт, бег на короткие дистанции. Введение мяча из-за боковой линии.	Практика
43	Тактическая подготовка	Теория
44	Упражнения для развития прыгучести. Тактика нападения: индивидуальные действия без мяча. Тактика вратаря.	Практика
45	Упражнения для развития ловкости. Учебно-	Практика

	тренировочная игра с заданиями.	
46	Упражнения для развития ловкости. Учебно-тренировочная игра с заданиями.	Практика
47	Контрольные нормативы: СФП	Практика
48	Контрольные нормативы: ОФП.	Практика
49	Упражнения для развития ловкости. Учебно-тренировочная игра с заданиями.	Практика
50	Упражнения для развития гибкости. Учебно-тренировочная игра с заданиями.	Практика
51	Упражнения для развития мышц плечевого пояса и рук. Тактика защиты: групповые действия. Тактика вратаря.	Практика
52	Упражнения для развития мышц плечевого пояса и рук. Тактика защиты: групповые действия. Тактика вратаря.	Практика
53	Специальная физическая подготовка	Теория
54	Упражнения для развития силовых качеств. Финты (обманные действия).	Практика
55	Упражнения для развития силовых качеств. Финты (обманные действия).	Практика
56	Специальная физическая подготовка	Теория
57	Упражнения для развития быстроты. Отбор мяча.	Практика
58	Упражнения для мышц шеи и туловища. Отбор мяча.	Практика
59	Упражнения для развития гибкости. Отбор мяча.	Практика
60	Упражнения с набивными мячами. Отбор мяча.	Практика
61	Тактическая подготовка	Теория
62	Упражнения для развития гибкости. Учебно-тренировочная игра с заданиями.	Практика
63	Учебная игра	Практика
64	Учебная игра	Практика
65	Учебная игра	Практика
66	Учебная игра	Практика
67	Контрольная игра.	Практика
68	Контрольная игра.	Практика

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

Рекомендуемый педагогу

- Андреев « Мини-футбол в школе» ОАО Издательство « Советский спорт» 2008 г.
- Андреев С.Н., Алиев Э.Г. Мини-футбол в школе 2006.
- Андреев С.Н., Алиев Э.Г., Левин В.С. МИНИ-ФУТБОЛ (футзал). примерная программа спортивной подготовки для ДЮСШ и СДЮШОР. – М.: Советский спорт , 2010.
- Верхошанский Ю.В. Программирование и организация тренировочного процесса.- М.: ФиС, 1985,
- Дьячков В.М. Методы совершенствования физической подготовки. – М.:

- Физкультура и спорт,1973.
- Конуров Д.М. Связь физической и тактической подготовки спортсменов в игровых видах спорта: Автореф. дис...канд.пед. наук. – М.,2002.
 - Матвеев Л.П. Основы спортивной тренировки. М.: ФиС, 1977.
 - Волков С.В. «Теория и методика детского и юношеского спорта» Олимпийская литература 2002 г.Ж-Л Чесно «Футбол. Обучение базовой техники» Спорт Академ. Пресс 1998г
 - Мини-футбол (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, рекомендуемый учащимся и родителям

- Мини-футбол – игра для всех. В.Л. Мутко, С.Н. Андреев, Э.Г. Алиев. – М.: Советский спорт, 2007.
- Правила игры в мини-футбол