

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Сергачская средняя общеобразовательная школа № 2»
г. Сергач, Нижегородская обл., 607513, ул. Краснодонцев, 38а,
тел. 5 90 67, факс (83191) 5 90 67
skola2serga45@mail.ru

Принята на заседании
педагогического совета
от 27.08.2021 г
протокол № 1

Утверждена
приказом директора школы
от 27.08.2021 г № 180-о

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая
программа физкультурно- спортивной направленности по мини-футболу
«Мини-футболист»

Возраст обучающихся: с 11 лет

Срок реализации: 3 года

Николаевич,

Автор-составитель:
Антонов Тимофей

учитель физической культуры

г.Сергач,2021г.

Содержание.

- 1.Пояснительная записка
2. Учебный план
- 3.Содержание учебного плана
- 4.Календарный учебный план
5. Формы аттестации
- 6.Оценочные материалы
- 7.Методические материалы
- 8.Условия реализации программы
9. Список литературы

1.Пояснительная записка

Актуальность настоящей программы обусловлена необходимостью развития спортивного потенциала обучающихся и расширение знаний в области мини-футбола. Мини-футбол – один из любимых и популярных видов спорта - дает широкие возможности в деле физического, эстетического и этического воспитания учеников. Мини-футбол развивает спортивную силу воли к победе, соперничество, состязание. Занятия в спортивном коллективе приучают обучающихся к самодисциплине, ответственности, раскрывают как коллективные так и индивидуальные возможности. Тематическая направленность программы позволяет наиболее полно реализовать спортивный потенциал обучающихся. Занятие мини-футболом позволяют развить не только выносливость и силу, но и раскрыть индивидуальность каждого футболиста и его уникальность.

Направленность программы: физкультурно-спортивная

Отличительная особенность программы - овладение технической и тактической направленностью, что в будущем поможет создать отличного мини-футболиста, способного справиться с любыми задачами, поставленными перед ним педагогом.

Адресат программы – программа рассчитана для детей старшего школьного возраста с 11 лет. Прием осуществляется по желанию. Состав группы 15 человек

Цель программы: формирование активной жизненной позиции посредством приобщения к спортивной направленности.

Задачи программы:

Задачи первого года обучения:

Обучающие задачи:

- обучить навыкам техники владения мячом;
- обучить основам игры в мини-футбол;
- обучить основным принципам концепции мини-футбола;

-познакомить с основными элементами мини-футбола.

Развивающие задачи:

- развивать координацию и выносливость;
- развивать силу мышц, осанку, ;
- развивать спортивно-двигательную память;

Воспитывающие задачи:

- воспитывать у детей умение слушать, воспринимать, оценивать упражнения;
- воспитывать чувство коллективизма, товарищества;
- воспитывать чувство спортивного состязания;
- сформировать тягу к самосовершенствованию;
- воспитать умения принимать решения.

Второго года обучения:

Обучающие задачи:

- научить основным движениям технической и тактической направленности;
- научить основным приемам владения мячом .

Развивающие задачи:

- развивать навыки скорости и координации движения;
- развивать навыки исполнения элемента в мини-футболе ;

Воспитывающие задачи:

- воспитывать интерес обучающихся к совместной и коллективной игре;
- воспитывать ответственность, трудолюбие, активность.

Третьего года обучения:

Обучающие задачи:

- формировать у детей спортивного совершенствования ,навыки;
- формировать знания и теоретический аспект;

Развивающие задачи:

- развивать гибкость, скорость, координацию движений;
- развивать .спортивную личность

Воспитывающие задачи:

-воспитывать позитивное отношение к окружающим, стремление к успеху и достижению поставленных целей.

Краткие сведения о программе:

Программа спортивного кружка «Мини-футболист» рассчитана для детей с 11 лет.

Направленность: физкультурно-спортивная.

Набор детей свободный.

Количество обучающихся : 15 человек.

Срок реализации программы: 3 года.

Формы обучения: групповые.

Условия реализации программы: спортивный зал, видео аппаратура, наглядные пособия и методические разработки, специальная литература.

В период дистанционного обучения- компьютер, развивающие игры футбольной направленности.

Режим занятий:

1 год обучения: 108 часов (2 раза в неделю по 1,5 часа).

2 год обучения: 108 часов (2 раз в неделю по 1,5 часа).

3 год обучения: 108 часов (2 раз в неделю по 1,5 часа).

Планируемые (ожидаемые) результаты:

К концу реализации программы, обучающиеся 1-го года должны знать:

Обучающиеся по данной программе получают сведения об игре в футбол, ее специфике и особенностях. По окончании обучения по программе обучающиеся получают представления о футбольной технике и игре в целом во всех ее аспектах, смогут демонстрировать свои умения на мини-футбольной площадке.

К концу реализации программы, обучающиеся 1-го года должны знать:

- Знать технику жонглирования мячом;
- Знать о правилах поведения на поле во время матча;
- Знать большой запас футбольных финтов и уметь с их помощью обыгрывать игроков;
- Знать об особенностях футбольных покрытий;

- Знать о нормах поведения во время матча и вне его;
- Знать и применять навыки работы в команде – находить компромиссы и общие решения, разрешать конфликтные ситуации;

Уметь:

- Оценивать уровень сложности упражнений в соответствии с возможностями своего организма;

Оценивание умений и навыков:

- Наблюдение педагога за обучающимися в ходе тренировочного процесса.
- Промежуточная аттестация проводится в форме контрольного занятия. Занятие проходит в виде контрольного испытания пройденного учебного материала.

1.Показ уровня усвоения учебного материала за прошедший учебный период.

2.Умение правильно выполнять задания преподавателя.

К концу реализации программы обучающиеся 2-го года должны знать:

- Знать об основных правилах игры в футбол;
- Знать о способах движений и передвижений в футболе;
- Знать об особенностях физической подготовки (офп и спф)

Уметь:

- Уметь самостоятельно проводить разминку перед занятием;
- Уметь выполнять удары по воротам с обеих ног;
- Уметь останавливать мяч при передачах и ударах

Оценивание умений и навыков:

- Наблюдение педагога за обучающимися в ходе тренировочного процесса;
- Промежуточная аттестация проводится в форме контрольного испытания;

1.Показ уровня усвоения учебного материала за прошедший учебный период;

2.Умение правильно выполнять задания преподавателя.

К концу реализации программы, обучающиеся 3-го года должны:

- Самостоятельно развивать дисциплинированность, внимательность, а также трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- Позитивно оценивать свои способности и навыки в футболе;

- Быть ориентированным на творческий подход в решении различных задач;
- Иметь навык сотрудничества с взрослыми людьми и сверстниками;
- Выполнять различные игровые комбинации с мячом.

Оценивание умений и навыков:

- Наблюдение педагога за обучающимися в ходе тренировочного процесса.
- Промежуточная аттестация проводится в форме контрольного испытания.

2.Учебный план

1-го года обучения

№ п/п	Раздел, темы	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Основы знаний мини-футбола	8	2	8	Обсуждение
2.	ОФП(Общая- физическая подготовка)	10	2	6	Педагогическое наблюдение, опрос
3.	СФП(Специальная- физическая подготовка)	10	2	6	Учебная игра, педагогическое наблюдение
4.	Техническая и произвольная программа	40	2	40	Наблюдение, самоконтроль, выполнение указаний педагога
5.	Соревновательная подготовка. Итоговое занятие (игра)	4	0	4	Педагогическое наблюдение, промежуточная аттестация в форме игры
	Итого:	72	8	64	

2-го года обучения

№ п/п	Раздел, темы	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Основы знаний. История и развитие мини-футбола	6	1,5	4,5	Обсуждение
2.	Технические характеристики мини- футбола	7,5	1,5	6	Наблюдение, опрос
3.	Тактическая направленность в мини-футболе	13,5	1,5	12	Наблюдение, опрос
4.	СФП(Специальная- физическая подготовка)	42	1,5	40,5	Наблюдение, учебная игра
5.	Соревновательная подготовка. Промежуточная аттестация обучающихся.	3	0	3	Контрольное испытание. Опрос.
	Итого:	72	6	66	

3-го года обучения

№ п/п	Раздел, темы	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Основы знаний мини-футбола	6	1,5	4,5	Обсуждение
2.	ОФП(Общая-физическая подготовка)	7,5	1,5	6	Наблюдение
3.	СФП(Специальная-физическая подготовка)	13,5	1,5	12	Наблюдение
4.	Совершенствование и овладение игры в мини-футбол	42	1,5	40,5	Наблюдение, учебная игра
5.	Соревновательные испытания. Промежуточная аттестация обучающихся.	3	0	3	Контрольное испытание. Опрос.
	Итого:	72	6	66	

3. Содержание учебного плана

1-го года обучения:

№ п/п	Раздел	Теория	Практика
1.	Основы знаний мини-футбола	Формировать навыки страховки и само страховки.	Значение правильного режима дня юного

		Обеспечение личной безопасности во время самостоятельных занятий физической культурой и спортом.	спортсмена; Разбор и изучение правил игры в мини-футбол; роль капитана команды, его права и обязанности; Правила использования спортивного инвентаря.
2.	ОФП(Общая-физическая подготовка)	Формировать развитие силовых упражнений у ученика, укрепления здоровья.	Маховые упражнения, круговые вращения рук в сочетании с движениями ног и туловища. Разгибание рук в упоре лёжа. Круговые движения туловищ, повороты и наклоны с одноимёнными движениями рук и ног, разноимённые движения на координацию. Отведение, приведение и маховые движения ноги вперёд, в стороны, назад.
3.	СФП(Специальная-физическая подготовка)	Способность к приобретению и умения игры в мини-футбол и эффективному их использованию в этой деятельности.	Бег на 10 – 15 м. из различных стартовых положений – сидя, бега на месте, лёжа.
4.	Техническая и произвольная программа	Выполнение технической и произвольной программы. -удары; -удары подъемом; -удары носком и пяткой.	Удары по мячу ногой. Удары серединой и внешней частью подъёма по неподвижному и катящемуся мячу. Удары подъёмом по прыгающему и летящему мячу. Удары носком, пяткой (назад).

5.	Соревновательные испытания	Выполнение и подборка соревновательных действий у ученика.	Товарищеская встреча внутри объединения. Контрольные испытания.
----	----------------------------	--	---

2-го года обучения.

<i>№ п/п</i>	<i>Раздел</i>	<i>Теория</i>	<i>Практика</i>
1.	История и развития мини-футбола	Беседа ,объяснение и показ педагогом видео уроки.	Выполнение учениками теоретической практики в учебнике
2.	Техническая характеристика мини-футбола	Умение выполнения техники владения мячом на месте и в движении	Комплекс упражнений (ходьба с мячом, переступания, бег)
3.	Тактическая направленность в мини-футболе	Видео показ тактики игры	<i>Упражнения для развития умения «видеть поле».</i> Выполнение заданий по зрительному сигналу (поднятая вверх или в сторону рука, шаг вправо или влево): во время передвижения шагом или бегом – подпрыгнуть, имитировать удар ногой.
4.	СФП(Специальная-физическая подготовка)		Обучение финтам: после замедления бега или остановки – неожиданный рывок с мячом (прямо или в сторону): во время ведения внезапная отдача мяча назад откатывая его подошвой партнёру, находящемуся сзади.
5.	Соревновательные испытания. Промежуточная аттестация обучающихся.	Учебная игра	Соревновательные испытания.

3-го обучения

<i>№ п/п</i>	<i>Раздел</i>	<i>Теория</i>	<i>Практика</i>
1.	Основные знания в игре мини-футбол	Учебный материал	Выполнять практическую часть с занимающимися схем и тактик, наглядный пример.
2.	ОФП(Общая-физическая подготовка)	Повторения общих физических упражнений на скорость, выносливость и координацию.	Бег: по прямой, изменяя скорость и направление; приставным и скрестным шагом (влево и вправо). Прыжки вверх толчком двух ног с места и толчком одной и двух ног с разбега. Повороты во время бега налево и направо. Остановки во время бега (выпадом и прыжками на ноги).Кросс по залу 10 мин.
3.	СФП(Специальная-физическая подготовка)	Структурная часть с выполнением различных упражнений.	Ведение внешней частью, внутренней частью подъёма и внутренней стороной стопы: правой, левой ногой и поочерёдно; по прямой, меняя направления, между стоек и движущихся партнёров; изменяя скорость (выполняя

			ускорения и рывки), не теряя контроль над мячом, на выполнение упражнения 5 мин.
4.	Совершенствование и овладение игры в мини-футбол	Правила игры. Просмотр и анализ видеозаписей игр. Преодоление более высоких нормативов в мини-футболе и овладения.	Овладения и совершенствования комбинации «стенка». Взаимодействие игроков при розыгрыше противником стандартных комбинаций.
5.	Соревновательные испытания. Промежуточная аттестация обучающихся.	Учебная игра	Соревновательные испытания.

4.Календарный учебный график

Календарный учебный график является единым для образовательной организации

(ссылка: <http://skola2serga.ucoz.ru/index/obrazovanie/0-40>)

5.Формы аттестации

Текущий контроль осуществляется по итогам проведения занятий, изучения тем, разделов. Основными способами контроля результатов обучения являются: выполнение контрольных испытаний и нормативов.

Формы промежуточной аттестации по программе представляются согласно учебного плана дополнительной образовательной программы МБОУ «Сергачская СОШ №2». К промежуточной аттестации допускаются все обучающиеся, занимающиеся по программе дополнительного образования, вне зависимости от того, насколько систематично они посещали занятия.

Промежуточная аттестация проводится в конце года.

Промежуточная аттестация проводится в форме контрольного занятия (испытания), игры.

Формы отслеживания и фиксации результатов представляются в виде

протоколов промежуточной аттестации обучающихся согласно Положения о формах, периодичности и порядке текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся МБОУ «Сергачская СОШ №2».

6.Оценочные материалы

№ п.п	Форма контроля	Критерии оценивания	Система оценивания
1 год обучения			
1	Промежуточная аттестация проводится в форме контрольного занятия (испытания)	Обучающийся свободно владеет навыками тактических и технических элементов игры в мини-футбол; выполняет комбинации различных передвижений с мячом исполняет уверенно, без ошибок. демонстрирует хорошую физическую готовность и опорно-двигательного аппарата к дальнейшему обучению.	Зачет/не зачет
2 год обучения			
1	Промежуточная аттестация проводится в форме учебной игры.	Движения выполнены полностью, безошибочно, самостоятельно.	Зачет/не зачет
3 год обучения			
1	Промежуточная аттестация проводится в форме учебной игры.	Отличные видения игры в мини-футбол выполнены полностью, безошибочно, самостоятельно, в характере исполнения в полном объеме.	Зачет/не зачет

7.Методические материалы.

1 -го года обучения

Тема раздела	Форма занятия	Приемы и методы организации образовательной деятельности	Дидактический материал	Техническое оснащение занятий	Формы подведения итогов
1. Основы знаний мини-футбола	Учебно-практическое занятие	Словесный: рассказ, объяснение, показ	Видео-аудио-записи, иллюстрации	Освещенный спортзал, ноутбук	Обсужден
2. ОФП(общая-физическая подготовка)	Практическое занятие	Словесный, наглядный, практический: объяснение, показ	Аудиозаписи	Спортивный зал, музыкальная аппаратура, USB накопитель	Наблюден опрос
3. СФП(Специальная-физическая подготовка)	Практическое занятие	Словесный, наглядный, практический: объяснение, показ, игра	Аудиозаписи	Спортивный зал	Наблюден игра
4. Техническая и произвольная программа	Учебно-практическое занятие	Словесный, наглядный, практический: объяснение, показ, игра		Спортивный зал, освещенный кабинет	Наблюден выполнен указаний педагога
5. Соревновательная подготовка.	Практическое занятие	Практический показ		Спортивный зал	Наблюден игра

2 -го года обучения

Тема раздела	Форма занятия	Приемы и методы организации образовательной деятельности	Дидактический материал	Техническое оснащение занятий	Формы подведения итогов
1. История и развитие мини-футбола	Учебно-практическое занятие	Словесный: рассказ, объяснение, показ	Видео-аудио-записи	Освещенный кабинет, ноутбук	Обсужден
2. Техническая характеристика мини-футбола	Учебно-практическое занятие	Словесный, наглядный, практический:		Спортивный зал, ноутбук	Наблюден

		объяснение, показ, игра			
3. Тактическая направленность в мини-футболе	Практическое занятие	Словесный, наглядный, практический: объяснение, показ, игра		Спортивный зал, тактическая доска	Наблюдение, опрос
4. СФП(Специальная –физическая подготовка)	Учебно-практическое занятие	Словесный, наглядный, практический: объяснение, показ, игра		Спортивный зал	Наблюдение, уч.игра
5. Соревновательная подготовка.	Практическое занятие	Практический показ		Спортивный зал	Контроль, испытание

3 -го года обучения

Тема раздела	Форма занятия	Приемы и методы организации образовательной деятельности	Дидактический материал	Техническое оснащение занятий	Формы подведения итогов
1. Основы знаний мини-футбола	Учебно-практическое занятие	Словесный: рассказ, объяснение, показ	Видео-аудио-записи	Спортивный зал, освещенный кабинет, Ноутбук	Обсуждение
2.ОФП(Общая-физическая подготовка)	Учебно-практическое занятие	Словесный, наглядный, практический: объяснение, показ, игра		Спортивный зал	Наблюдение
3.СФП(Специальная-физическая подготовка)	Практическое занятие	Словесный, наглядный, практический: объяснение, показ, игра		Спортивный зал	Наблюдение
4.Совершенствование и овладение игры в мини-футбол	Практическое занятие	Словесный, наглядный, практический: объяснение,		Спортивный зал	Наблюдение, уч.игра

		показ, игра			
5. Соревновательные испытания.	Практическое занятие	Игровой показ		Спортивный зал	Контроль испытаний, опрос

8. Условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение:

- Спортивный зал со специальным покрытием пола (паркет, линолеум);
- Коврики;
- Наличие игровой и тренировочной формы;
- Видео материал для проведения занятий;
- Наличие схем и тактических досок
- Наглядные пособия и методические разработки, специальная литература

9. Список литературы.

Список литературы для педагога.

1. Акимов А.М. Игра футбольного вратаря. – М.: ФиС, 1978.
2. Андреев С.Н. Мини-футбол. – М.: ФиС, 1978.
3. Буйлин Ю.Ф., Курамшин Ю.Ф. Теоретическая подготовка юных спортсменов. – М.: ФиС, 1985.
4. Бриль М.С. Отбор в спортивных играх. – М.: ФиС, 1980.
5. Гагаева Г.М. Психология футбола. – М.: ФиС, 1979.
6. Гриндлер К. и др. Техническая и тактическая подготовка футболистов. – М.: ФиС, 1976.
7. Гриндлер К. и др. Физическая подготовка футболистов. – М.: ФиС, 1976.
8. Правила игры в футбол. М.: ФиС (последний выпуск).

- 9.Рогальский Н., Дегель Э. Футбол для юношей. – М.: ФиС, 1981.
- 10.Чанади А. Футбол. Техника. – М.: ФиС, 1978.
- 11.Чанади А. Футбол. Стратегия. – М.: ФиС, 1981.
- 12.Филин В.П. Воспитание физических качеств у юных спортсменов. – М., 1974.
- 13.Голомазов С. В., Чирва П. Г. «Теория и практика футбол» 2008 г.
- 14.Антипов А., Губов В. «Диагностика и тренировка двигательных способностей» 2008 г.
- 15.Голомазов С. В., Чирва П. Г. «Методика тренировки техники игры головой» 2006 г.

Список литературы для учащегося:

1. Андреев С.Н., Алиев Э.Г. Мини-футбол в школе 2006.
2. Верхошанский Ю.В. Программирование и организация тренировочного процесса.- М.: ФиС, 1985.
3. Дьячков В.М. Методы совершенствования физической подготовки. – М.: Физкультура и спорт,1973.
- 4.Связь физической и тактической подготовки спортсменов в игровых видах спорта: Автореф. дис...канд.пед. наук. – М.,2002.
5. Тюленьков С.Ю. , Федоров А.А. Футбол в зале: система подготовки.- М.: Terra-Спорт,2000
6. Юный футболист: Учеб. пособие для тренеров / Под общей ред. А.П. Лаптева и А.А. Сучилина. - М.: Ф и С, 1983. Богин М.М. Обучение двигательным действиям. – М.: Физкультура и спорт, 1985.

