

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Детско-юношеская спортивная школа с.Анучино Анучинского
муниципального округа Приморского края»

«Утверждаю»
Директор ДЮСШ с. Анучино
Т.Г. Хондошко
Приказ № _____
от 27.08.2021



**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая
Программа
физкультурно – спортивной направленности
«Мини-футбол»**

Возраст обучающихся: 6-18 лет

Срок реализации: 7 лет

с. Анучино
2021 год

Модуль 1 (Стартовый)

РАЗДЕЛ 1. ОСНОВНЫЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ ПРОГРАММЫ

1.1 Пояснительная записка

Дополнительная образовательная программа по мини – футболу по своему содержанию является физкультурно-оздоровительной, по функциональному предназначению – специальной, по форме организации – секционной. Программа составлена на основе программы по мини – футболу для детско-юношеских спортивных школ. Программа дополнительного образования по мини - футболу имеет физкультурно-оздоровительную направленность.

Новизна программы заключается в комплексности планирования, обобщении передового опыта. Программа по мини – футболу направлена на содействие улучшению здоровья учащихся и на этой основе обеспечения нормального физического развития растущего организма и разностороннюю физическую подготовленность. Приобретение учащимися необходимых знаний, умений, навыков для самостоятельного использования физических упражнений с целью поддержания высокой работоспособности во всех периодах жизни, а также воспитания навыков для самостоятельных занятий и умения вести здоровый образ жизни. Развивать физические качества, необходимые для овладения игрой мини – футбол, придерживаться принципов гармоничности, оздоровительной направленности учебного процесса. Данная программа направлена на привитие учащимся умения правильно выполнять основные технические приемы и тактические действия, обеспечение разносторонней физической подготовки.

Программа призвана подготовить детей к сдаче учебных нормативов по физической и технической подготовке в соответствии с их возрастом, сообщить элементарные теоретические сведения. Наше образовательное учреждение, стремится к укреплению здоровья обучающихся школы, в том числе и через Мини-футбол. Программа является модифицированной.

Данная программа разработана на основе типовой программы для спортивных школ и включает в себя следующие годы обучения:

- 1- Модуль 1 (Стартовый)
- 2-Модуль 2 (ОФП-1)
- 3- Модуль 3 (ОФП-2)
- 4- Модуль 4 (ОФП-3)
- 5- Модуль 5 (Углубленный 1 год)
- 6 Модуль 6 (Углубленный 2 год)
- 7- Модуль 7 (Углубленный 3 год)

Программа имеет, спортивно-массовую направленность (вид спорта - футбол) и призвана осуществлять 3 исключительно важных функции:

- 1-создавать эмоционально значимую среду для развития обучающегося и переживания им «ситуации успеха»;
- 2-способствовать осознанию и дифференциации личностно-значимых интересов личности;
- 3-выполнять защитную функцию по отношению к личности, компенсируя ограниченные возможности индивидуального развития обучающегося в

условиях общеобразовательной школы реализацией личностного потенциала в условиях дополнительного образования.

Направленность программы

Физкультурно-спортивная

Уровень освоения

Общекультурный, базовый до углубленного

Отличительные особенности

мини-футбол является то, что ее основой станет не только технико-тактическая подготовка юных футболистов, но и общее физическое развитие детей. Помимо этого программа способствует расширению спортивного кругозора, активизирует интерес детей к спорту как таковому.

Адресат программы

Программа адресована учащимся 6– 18 лет

В коллектив принимаются все желающие, не имеющие медицинских противопоказаний.

Актуальность

Актуальность программы состоит в том, что в настоящее время значительная часть школьников занимается физическими упражнениями лишь на уроках физической культуры. Слабая физическая подготовка не позволяет им успешно сдавать учебные нормативы по физической культуре в школе. Поэтому одной из важнейших задач стоящих перед тренером является привлечение как можно большего числа школьников к систематическим занятиям в различных секциях для повышения уровня физической подготовленности. Данная программа отличается от других тем, что основой подготовки занимающихся в секции является не только технико–тактическая подготовка юных футболистов, но и общефизическая подготовка, направленная на более высокий показатель физического развития школьников. Расширяется кругозор и интерес занимающихся к данному виду спорта.

1.2 Цель и задачи программы

Цель программы:

формирование устойчивых мотивов и потребностей бережного отношения к собственному здоровью, стремления к активным занятиям физической культурой и спортом, физической красоте, через занятия мини-футболом.

Задачи программы:

Обучить технике и тактике игры в футбол;

2. Развивать у учащихся двигательные качества, способность к оценке силовых,

пространственных и временных параметров движений, формировать умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями;

3. Воспитывать у школьников нравственные и волевые качества, потребность в личном физическом совершенствовании.

1.3 Содержание программы

Учебный план 1 года обучения

№ п/п	Названия раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Знакомство обучающихся друг с другом. Выявление уровня первичной подготовки детей в данном виде деятельности	5	5	0	Анкетирование, опрос
2	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности	10	10	0	Опрос
3	Техническая подготовка	37	7	30	Нормативы
4	Тактическая подготовка	37	7	30	Опрос
5	Общая физическая подготовка	37	7	30	Нормативы
6	Специальная физическая подготовка	37	7	30	Нормативы
7	Игровая подготовка	37	7	30	
8	Итоговое занятие. Сдача контрольных нормативов	28	0	28	Нормативы, Тестирование
	Итого:	228	50	178	

Содержание учебного плана 1 года обучения

1. Знакомство обучающихся друг с другом. Выявление уровня первичной подготовки детей в данном виде деятельности.

2. Вводное занятие.

Вводное занятие. ТБ

Теория: Знакомство с программой. Беседа о технике безопасности.

Беседа о здоровом образе жизни

Теория: Значение здорового образа жизни. Базовые представления о приемах самоконтроля.

Личная гигиена: уход за телом, закаливание, простейшие приемы самомассажа.

История и развитие мирового и отечественного футбола.

Теория: Лекция об истории и развитии футбола. Краткий обзор возникновения и развития мини-футбола. Год рождения мини-футбола. Основатель игры в футбол.

Родина мини-футбола. Первые шаги мини-футбола в мире и у нас в стране. Развитие мини-футбола среди школьников. Описание игры. Показ наглядных материалов.

Правила игры.

Теория: Состав команды, замена игроков. Права и обязанности игроков.

Правила игры.

Основы судейской терминологии и жеста. Виды соревнований. Понятие о методике судейства.

Соревнования по мини-футболу среди школьников.

3. Техническая подготовка.

Передвижения без мяча.

Теория: Способы передвижения без мяча.

Практика: Бег - по прямой, изменяя направление и скорость, приставным и крестным шагом (вправо, влево). Прыжки: вверх толчком двух ног с места и толчком двух ног с места и с разбега. Повороты во время бега налево и направо. Остановки во время бега:

выпадом и прыжками (на обе ноги).

Приемы владения мячом ногами.

Теория: Классификация ударов по мячу. Строение нижних конечностей.

Практика: Удары по мячу серединой подъема ноги. Удары по мячу внутренней частью подъема ноги. Удары по мячу внешней частью подъема ноги. Удары по мячу внутренней стороной стопы. Удары по мячу внешней стороной стопы. Удар носком.

Удар пяткой. Жонглирование мячом.

Приемы игры головой.

Теория: Правила безопасности при ударе по мячу головой.

Практика: Удары по мячу лобной частью головы (с места, в броске, в прыжке). Удары по мячу боковой частью головы.

Остановка мяча.

Теория: Способы остановки мяча. Запрещенные приемы обработки мяча.

Практика: Остановка мяча подошвой. Остановка мяча внутренней стороной стопы.

Остановка мяча серединой подъема. Остановка мяча голенью. Остановка мяча бедром.

Остановка мяча грудью. Остановка мяча головой.

Ведение мяча.

Теория: Различные способы ведения мяча.

Практика: Ведение внутренней и внешней стороной стопы: правой, левой ногой и поочередно; по прямой, меняя направление, между стоек и движущихся партнеров.

Ведение серединой подъема и носком. Ведение мяча по «восьмерке». Ведение мяча с обводкой движущихся и противоборствующих соперников. *Обманные движения (финты).*

Теория: Виды и способы обманных движений.

Практика: Обучение финтам после замедления бега или остановки – неожиданный

рывок с мячом (прямо или в сторону), во время ведения мяча внезапная отдача мяча назад, откидывая его подошвой партнеру, находящемуся сзади: показать ложный запах для сильного удара по мячу, а вместо удара захватить мяч ногой и уйти с ним рывком, имитируя передачу партнеру, находящемуся слева, перенести правую ногу через мяч и, наклонив туловище влево, захватить мяч внешней частью подъема правой ноги и резко уйти вправо, этот же финт в другую сторону. При ведении показать остановку мяча подошвой (без касания или с касанием мяча подошвой) или удар пяткой назад – неожиданным рывком уйти с мячом; быстро отвести мяч подошвой под себя – рывком с мячом уйти вперед; при ведении неожиданно остановить мяч и оставить его партнеру, который движется за спиной, а самому без мяча уйти вперед, увлекая соперника («скрещивание») и др.

Отбор мяча.

Теория: Приемы отбора мяча. Способы отбора мяча перехватом и подкатом. Запрещенные способы отбора мяча.

Практика: Перехват мяча – быстрый выход на мяч с целью опередить соперника,

которому адресована передача мяча. Обучение умению выбрать момент для отбора

мяча, выполняя ложные движения и вызывая соперника, владеющего мячом, на

определенные действия с мячом. Отбор в подкате – выбивая и останавливая мяч ногой.

Вбрасывание мяча.

Теория: Техника вбрасывания мяча вратарем после ловли.

Практика: Вбрасывание одной рукой из-за плеча, сбоку, снизу.

Техника игры вратаря

Теория: Форма вратаря. Профилактика травматизма.

Практика: Ловля катящихся и низколетающих мячей, ловля полувысоких мячей, ловля высоколетающих мячей, отбивание мяча кулаком, отбивание мяча двумя руками.

Отбивание мячей ногой. Ловля мячей, катящихся в стороне от вратаря. Ловля низких, полувысоких и высоких мячей, летящих в стороне от вратаря.

4. Tактическая подготовка

Индивидуальные действия

Теория: Роль игрока на поле. Учет индивидуальных особенностей личности при

распределении игроков на поле.

Практика: Выбор места на поле. Ведение мяча и обводка. Отбор мяча.

Групповые действия

Теория: Роль групповых действий на поле.

Практика: Взаимодействие двух и более игроков. Умение точно выполнять передачу в ноги партнеру, на свободное место. Комбинации в парах: «стенка», «скрещивание», «пропуск мяча».

Позиционные действия

Теория: Выбор правильной позиции на поле.

Практика: Выбор позиции и взаимодействия игроков при атаке противника флангом и через центр.

Командные действия

Теория: Роль слаженных совместных действий команды.

Практика: Тактика защитников. Тактика игроков полузащиты. Тактика игроков нападения.

Тактическая подготовка в двусторонней игре.

5. Общая физическая подготовка.

Строевые упражнения.

Теория: Понятие о строе и командах. Классификация строевых упражнений

Практика: Строевые приемы (команды для управления группой).

Построения

(шеренга, колонна, фланг, дистанция и интервал). Перестроения (в одну, в две

шеренги, в колонну по одному, по два). Предварительная и исполнительная части

команд. Основная стойка. Повороты и передвижения (сомкнутый и разомкнутый

строй, виды размыкания, перестроения, действия в строю на месте и в движении:

построение, выравнивание строя, расчет в строю, повороты и полуобороты, размыкание и смыкание строя, перестроение шеренги и колонны в строю).

Переход с шага на бег и с бега на шаг. Изменение скорости движения.

Остановка во время

движения шагом и бегом.

Элементы ходьбы и бега

Теория: Виды спортивной формы ходьбы и спортивной формы бега.

Практика: Походный шаг, строевой шаг, шаг на носках и на пятках, на внешнем своде стопы, перекатом с пятки на носок, с высоким подъемом бедер, в полуприседе, выпадами, ходьба на руках, ходьба в упоре присев сзади, в седе. Обычный бег, бег спиной вперед, бег с ускорением и замедлением темпа, бег с внезапной остановкой и сменой направления, семенящий бег, бег с высоким подниманием бедра, бег с захлестыванием голени назад, бег с отведением голени назад и наружу, бег выпадами.

Гимнастические упражнения

Теория: Виды гимнастики. Утренняя гимнастика. Спортивная гимнастика.

Общеразвивающие упражнения (общая характеристика, классификация, типовые исходные положения). Практика: Упражнения без предметов: для рук и плечевого пояса, для мышц предплечья и плеча, для плечевого сустава, для мышц ног и тазового пояса, брюшного пресса, тазобедренного сустава, туловища и шеи. Упражнения с предметами: со скакалками, резиновыми мячами, набивными мячами (1-2 кг), гантелями. Упражнения в парах, держась за мяч, упражнения в сопротивлении. Чередование упражнений руками, ногами - различные броски, выпрыгивание вверх с мячом, зажатым голеностопными суставами; в положении сидя, лежа - поднятие ног с мячом. Упражнения на гимнастических снарядах. Лазанье по гимнастической стенке, канату. Ходьба по скамейке. Смешанные висы.

Л/а упражнения

Теория: Общая характеристика и классификация основных видов л/а упражнений.

Практика: Бег: бег с ускорением 30-40 м. Низкий старт и стартовый разбег до 60 м.

Челночный бег (3x10м). Эстафетный бег с этапами до 40м. Бег с препятствиями от 60 до 100 м (количество препятствий от 4 до 10), в качестве препятствий используются набивные мячи, учебные барьеры, условные окопы. Бег в чередовании с ходьбой до 400 м. Бег медленный до 3

6. Специальная физическая подготовка.

Развитие физических качеств

Теория: Определения «сила», «гибкость», «ловкость», «быстрота», «выносливость».

Практика: Упражнения на развития быстроты (бег на 5, 10, 15 м из различных

исходных положений, бег с остановками и изменением направления, челночный бег, бег с отягощением, набивными мячами, бег «змейкой» между расставленными в различном положении стойками для обводки, обводка стоек на скорость, бег с быстрым изменением скорости, бег с изменением направления до 180 градусов, бег боком и спиной вперед и на перегонки).

Упражнения на развитие силовых качеств (подъемы туловища, отжимания, приседания, висы, выпрыгивание вверх с двух ног в заданном темпе).

Упражнения на выносливость (бег, прыжки через скакалку, напрыгивание на предметы различной высоты, серия прыжков с преодолением препятствий.).

ОРУ на развитие гибкости (махи, статические упражнения, шпагат).

7. Игровая подготовка.

Участие в турнирах, соревнованиях и в товарищеских матчах.

Практика: Просмотры футбольных матчей, видеозаписей матча. Внутри школьные и районные соревнования. Подвижные игры. Спортивные игры.

8. Итоговое занятие.

Теория: Отгадывание кроссворда «Футбол».

Практика: Тестирование физической подготовленности. Показательные матчи.

Планируемые результаты освоения программы

Личностными результатами освоения, обучающимися программы являются следующие умения:

- устанавливать межличностную коммуникацию, основанную на принципах доброжелательности и уважения в процессе освоения учебных навыков, оказывать помощь и поддержку партнерам и соперникам по игровому взаимодействию;
- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в условиях тренировочной и соревновательной деятельности;
- проявлять концентрацию и устойчивость внимания во время тренировочных занятий и в условиях соревнования;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.

Метапредметными результатами освоения обучающимися программы являются следующие умения:

- характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;
- организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- планировать и проводить самостоятельные занятия, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;
- анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность.

Предметными результатами освоения учащимися программы являются следующие умения:

- выбирать и подготавливать инвентарь для занятий;
- правильно выполнять технические приемы, использовать их в игровой и соревновательной деятельности;
- применять простейшие тактические приемы и схемы;
- осуществлять судейство соревнований в спортивных играх.

РАЗДЕЛ 2. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ

2.1 Условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение:

Для успешной реализации программы необходим спортивный зал, в котором установлено следующее оборудование:

- ворота для игры – не менее 2;
- сетки для ворот – не менее 2 штук;
- футбольные мячи – не менее 10 штук.

Учащиеся приходят на занятия в спортивной одежде и обуви.

Для выполнения упражнений необходимы:

- скакалки;
- коврики.

Учебно-методическое и информационное обеспечение:

Для усиления интереса детей к занятиям в объединении «Мини-футболе» наиболее эффективным является построение учебного процесса следующим образом: в начале освоения каждого нового приема игры обучающихся знакомятся с правильным его выполнением и применением в игре.

Учащиеся просматривают предлагаемые фотоматериалы и показ приема Тренером-преподавателем. Каждый учащийся осваивает и отрабатывает новый прием игры с другими участниками команды.

Информационное обеспечение:

1. Библиотека международной спортивной информации. // <http://bmsi.ru>
2. Консультант Плюс www.consultant.ru;
3. Минспорта РФ <http://www.minsport.gov.ru/sport/>
4. Всероссийский реестр видов спорта.
<http://www.minsport.gov.ru/sport/highsport/priznanie-vidov-sport/>

2.2 Оценочные материалы и формы аттестации

Текущий контроль

проводится на занятиях в виде наблюдения за успехами каждого учащегося. Часто применяется такой прием, как обсуждение тактических действий предстоящей игры на макете, а также разбор и анализ проведенной игры на макете.

Промежуточный контроль

проводится в виде соревнований по мини-футболу в объединении перед зимними и весенними каникулами.

Итоговый контроль

проводится в середине мая ко Дню спорта в виде итогового турнира по мини-футболу.

Возможные формы фиксации результатов

- Протокол результатов аттестации учащихся;
- Карта учета достижений обучающегося;
- Бланки тестовых заданий по темам программ;
- Видеозапись и фотографии выступлений, участия в соревнованиях.

Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов:
информационная карта, аналитический материал, видеозапись, грамота, диплом, портфолио, протокол соревнований, фото.

Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов:
открытое занятие, портфолио, соревнование.

2.3 Методические материалы

- *технические (механические) визуальные средства:* виды проекторов, видеоплэер, интерактивная доска, а также используемые с ними носители информации (оптические диски, слайды, диапозитивы и т.д.) и мультимедийные электронные средства

2.4.Календарный учебный график

Год обучения	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Кол-во учебных недель	Кол-во учебных дней	Кол-во учебных часов	Режим занятий
1 год	01.09.21	31.05.2022	38	152	228	В соответствии с расписанием

№	Недели	Тема	Учебно-тренировочные задания	Часы	Результат
1	1 Неделя	Ознакомление с игрой «Футбол»	1.Создание игры «Футбол» 2.Техника безопасности на занятиях футболом 3.Правила игры в футбол	6	Знания о создании игры в футбол, правил игры и технику безопасности игры
2	2 Неделя	Ведение мяча внутренней стороной стопы (правой и левой ногой)	1.Ведение мяча по прямой внутренней стороной стопы 2.Ведения мяча с изменением направления внутренней стороной стопы 3.Ведение мяча с изменением скорости внутренней стороной стопы	6	Формирование навыка
3	3 Неделя	Ведение мяча внешней	1. Ведение мяча по прямой внешней	6	Формирование навыка

		стороной стопы(правой и левой ногой)	стороной стопы		
			2. Ведения мяча с изменением направления внешней стороной стопы		
			3. Ведение мяча с изменением скорости внешней стороной стопы		
4	4 Неделя	Ведение мяча подъемом (правой и левой ногой)	1. Ведение мяча по прямой подъемом	6	Формирование навыка
			2. Ведения мяча с изменением направления подъемом		
			3. Ведение мяча с изменением скорости подъемом		
5	5 Неделя	Прием мяча внутренней стороной стопы (правой и левой ногой)	1. Прием мяча внутренней стороной стопы на месте	6	Формирование навыка
			2. Прием мяча внутренней стороной стопы с передвижением в стороны		
			3. Прием мяча внутренней стороной стопы с поворотами		
6	6 Неделя	Прием мяча подошвой (правой и левой ногой)	1. Прием мяча подошвой на месте	6	Формирование навыка
			2. Прием мяча подошвой с передвижением в стороны		
			3. Прием мяча подошвой с поворотами		
7	7 Неделя	Ведение мяча с обводкой фишек (правой и левой ногой)	1. Ведение мяча по прямой обводя фишки правой и левой ногой по очереди	6	Формирование навыка
			2. Ведение мяча по прямой с изменением скорости обводя фишки правой и левой ногой по		

			очередно		
			3. Ведение мяча с изменением направления обводя фишки правой и левой ногой по очередно		
8	8 Неделя	Удары по мячу внутренней стороной стопы правой и левой ногой (правой и левой ногой)	1. Удары по мячу внутренней стороной стопы правой и левой ногой с места 2. Удары по мячу внутренней стороной стопы правой и левой ногой с 2-х, 3-х шагов 3. Удары по мячу внутренней стороной стопы правой и левой ногой с разбега	6	Формирование навыка
9	9 Неделя	Удары по мячу с подъема правой и левой ногой	1. Удары по мячу с подъема правой и левой ногой с места 2. Удары по мячу с подъема правой и левой ногой с 2-х, 3-х шагов 3. Удары по мячу с подъема правой и левой ногой с разбега	6	Формирование навыка
10	10 Неделя	Удары по мячу внешней стороной стопы правой и левой ногой	1. Удары по мячу внешней стороной стопы правой и левой ногой с места 2. Удары по мячу внешней стороной стопы правой и левой ногой с 2-х, 3-х шагов 3. Удары по мячу внешней стороной стопы правой и левой ногой с разбега	6	Формирование навыка
			1. Удары по котящемуся		

11	11 Неделя	Удары по котящемуся мячу правой и левой ногой	мячу внутренней стороной стопы правой и левой ногой	6	Формирование навыка
			2. Удары по котящемуся мячу внешней стороной стопы правой и левой ногой		
			3. Удары по котящемуся мячу с подъема правой и левой ногой		
12	12 Неделя	Удары по летящему мячу правой и левой ногой	1. Удары по летящему мячу внутренней стороной стопы правой и левой ногой	6	Формирование навыка
			2. Удары по летящему мячу с подъема правой и левой ногой		
			3. Удары по летящему мячу внутренней стороной стопы и подъема с 2-х, 3-х шагов правой и левой ногой		
13	13 Неделя	Удары по мячу головой	1. Удары по мячу головой с места	6	Формирование навыка
			2. Удары по мячу головой с 2-х, 3-х шагов		
			3. Удары по мячу головой с разбега		
14	14 Неделя	Повторение ведение мяча внутренней стороной стопы (правой и левой ногой)	1. Ведение мяча по прямой внутренней стороной стопы	6	Отработка навыка
			2. Ведения мяча с изменением направления внутренней стороной стопы		
			3. Ведение мяча с изменением скорости внутренней стороной стопы		
	15	Повторение ведение мяча	1. Ведение мяча по прямой внешней стороной стопы		

15	Неделя	внешней стороной стопы(правой и левой ногой)	2. Ведения мяча с изменением направления внешней стороной стопы	6	Отработка навыка
			3. Ведение мяча с изменением скорости внешней стороной стопы		
16	16 Неделя	Повторение ведение мяча подъемом (правой и левой ногой)	1. Ведение мяча по прямой подъемом	6	Отработка навыка
			2. Ведения мяча с изменением направления подъемом		
			3. Ведение мяча с изменением скорости подъемом		
17	17 Неделя	Повторение приема мяча внутренней стороной стопы (правой и левой ногой)	1. Прием мяча внутренней стороной стопы на месте	6	Отработка навыка
			2. Прием мяча внутренней стороной стопы с передвижением в стороны		
			3. Прием мяча внутренней стороной стопы с поворотами		
18	18 неделя	Повторение приема мяча подошвой (правой и левой ногой)	1. Прием мяча подошвой на месте	6	Отработка навыка
			2. Прием мяча подошвой с передвижением в стороны		
			3. Прием мяча подошвой с поворотами		
19	19 неделя	Повторение ведение мяча с обводкой фишек (правой и левой ногой)	1. Ведение мяча по прямой обводя фишки правой и левой ногой по очереди	6	Отработка навыка
			2. Ведение мяча по прямой с изменением скорости обводя фишки правой и левой ногой по очереди		
			3. Ведение мяча с		

			изменением направления обводя фишки правой и левой ногой по очередно		
20	20 неделя	Повторение удара по мячу внутренней стороной стопы правой и левой ногой (правой и левой ногой)	1. Удары по мячу внутренней стороной стопы правой и левой ногой с места	6	Отработка навыка
			2. Удары по мячу внутренней стороной стопы правой и левой ногой с 2-х, 3-х шагов		
			3. Удары по мячу внутренней стороной стопы правой и левой ногой с разбега		
21	21 неделя	Повторение удара по мячу с подъема правой и левой ногой	1. Удары по мячу с подъема правой и левой ногой с места	6	Отработка навыка
			2. Удары по мячу с подъема правой и левой ногой с 2-х, 3-х шагов		
			3. Удары по мячу с подъема правой и левой ногой с разбега		
22	22 неделя	Повторение удара по мячу внешней стороной стопы правой и левой ногой	1. Удары по мячу внешней стороной стопы правой и левой ногой с места	6	Отработка навыка
			2. Удары по мячу внешней стороной стопы правой и левой ногой с 2-х, 3-х шагов		
			3. Удары по мячу внешней стороной стопы правой и левой ногой с разбега		
		Повторение	1. Удары по котящемуся мячу внутренней стороной стопы правой		

23	23 неделя	удара по котящемуся мячу правой и левой ногой	и левой ногой	6	Отработка навыка
			2. Удары по котящемуся мячу внешней стороной стопы правой и левой ногой		
			3. Удары по котящемуся мячу с подъема правой и левой ногой		
24	24 неделя	Повторение удара по летящему мячу правой и левой ногой	1. Удары по летящему мячу внутренней стороной стопы правой и левой ногой	6	Отработка навыка
			2. Удары по летящему мячу с подъема правой и левой ногой		
			3. Удары по летящему мячу внутренней стороной стопы и подъема с 2-х, 3-х шагов правой и левой ногой		
25	25 неделя	Повторить удары по мячу головой	1. Удары по мячу головой с места	6	Отработка навыка
			2. Удары по мячу головой с 2-х, 3-х шагов		
			3. Удары по мячу головой с разбега		
26	26 неделя	Закрепление ведение мяча внутренней стороной стопы (правой и левой ногой)	1. Ведение мяча по прямой внутренней стороной стопы	6	Сформированный навык
			2. Ведения мяча с изменением направления внутренней стороной стопы		
			3. Ведение мяча с изменением скорости внутренней стороной стопы		
27	27 неделя	Закрепление ведение мяча внешней стороной	1. Ведение мяча по прямой внешней стороной стопы	6	Сформированный навык
			2. Ведения мяча с изменением		

		стопы(правой и левой ногой)	направления внешней стороной стопы 3. Ведение мяча с изменением скорости внешней стороной стопы		
28	28 неделя	Закрепление ведение мяча подъемом (правой и левой ногой)	1. Ведение мяча по прямой подъемом 2. Ведения мяча с изменением направления подъемом 3. Ведение мяча с изменением скорости подъемом	6	Сформированный навык
29	29 неделя	Закрепление приема мяча внутренней стороной стопы (правой и левой ногой)	1. Прием мяча внутренней стороной стопы на месте 2. Прием мяча внутренней стороной стопы с передвижением в стороны 3. Прием мяча внутренней стороной стопы с поворотами	6	Сформированный навык
30	30 неделя	Закрепление приема мяча подошвой (правой и левой ногой)	1. Прием мяча подошвой на месте 2. Прием мяча подошвой с передвижением в стороны 3. Прием мяча подошвой с поворотами	6	Сформированный навык
31	31 неделя	Закрепление ведение мяча с обводкой фишек (правой и левой ногой)	1. Ведение мяча по прямой обводя фишки правой и левой ногой по очереди 2. Ведение мяча по прямой с изменением скорости обводя фишки правой и левой ногой по очереди 3. Ведение мяча с изменением направления обводя	6	Сформированный навык

			фишки правой и левой ногой по очередно		
32	32 неделя	Закрепление ударов по мячу внутренней стороной стопы правой и левой ногой (правой и левой ногой)	1. Удары по мячу внутренней стороной стопы правой и левой ногой с места	6	Сформированный навык
			2. Удары по мячу внутренней стороной стопы правой и левой ногой с 2-х, 3-х шагов		
			3. Удары по мячу внутренней стороной стопы правой и левой ногой с разбега		
33	33 неделя	Закрепление ударов по мячу с подъема правой и левой ногой	1. Удары по мячу с подъема правой и левой ногой с места	6	Сформированный навык
			2. Удары по мячу с подъема правой и левой ногой с 2-х, 3-х шагов		
			3. Удары по мячу с подъема правой и левой ногой с разбега		
34	34 неделя	Закрепление ударов по мячу внешней стороной стопы правой и левой ногой	1. Удары по мячу внешней стороной стопы правой и левой ногой с места	6	Сформированный навык
			2. Удары по мячу внешней стороной стопы правой и левой ногой с 2-х, 3-х шагов		
			3. Удары по мячу внешней стороной стопы правой и левой ногой с разбега		
35	35 неделя	Закрепление ударов по котящемуся	1. Удары по котящемуся мячу внутренней стороной стопы правой и левой ногой	6	Сформированный навык
			2. Удары по котящемуся		

		мячу правой и левой ногой	мячу внешней стороной стопы правой и левой ногой		
			3. Удары по котящемуся мячу с подъема правой и левой ногой		
36	36 неделя	Закрепление ударов по летящему мячу правой и левой ногой	1. Удары по летящему мячу внутренней стороной стопы правой и левой ногой 2. Удары по летящему мячу с подъема правой и левой ногой 3. Удары по летящему мячу внутренней стороной стопы и подъема с 2-х, 3-х шагов правой и левой ногой	6	Сформированный навык
37	37 неделя	Закрепление ударов по мячу головой	1. Удары по мячу головой с места 2. Удары по мячу головой с 2-х, 3-х шагов 3. Удары по мячу головой с разбега	6	Сформированный навык
38	38 неделя	Выполнения видов испытаний комплекса ГТО	1. Выполнения видов комплекса ГТО 2. Выполнения видов комплекса ГТО 3. Выполнения видов комплекса ГТО	6	Успешное выполнение норм комплекса ГТО
Итого:				228	

2.5 Календарный план воспитательных работ

№	Время проведения	Содержание	Объем (час)
1	Сентябрь	1.Профилактика антитеррористического движения, пожарная безопасность. 2.Правила дорожного движения.	1
2	Декабрь	1.Совершенствование нравственных качеств	1

		<p>личности, умение пользоваться полученными знаниями в межличностном общении.</p> <p>2. Умение пользоваться знаниями о здоровом образе жизни, жить по принципу «В здоровом теле - здоровый дух».</p>	
3	Март	<p>1. встреча учащихся отделений с сотрудниками ГИБДД, беседа на тему: "Профилактика травматизма и несчастных случаев с детьми на дорогах".</p> <p>2. Встреча с инспектором ОДН с целью профилактики правонарушений, курения, наркомании и алкоголизма среди несовершеннолетних.</p>	1

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Андреев С. Н., Алиев Э. Г. Мини-футбол в школе.- М.: Советский спорт, 2008.
2. А. В.Кенеман. Детские народные подвижные игры. М. Просвещение,1995.
3. Андреев С.Н., Алиев Э.Г.. Мини-футбол в школе. – М.: Советский спорт, 2006.
4. Г. А.Колодницкий, В. С.Кузнецов, М. В. Маслов. Внеурочная деятельность. Футбол. - Москва, «Просвещение», 2011.
5. Богин М. М. Обучение двигательным действиям. – М.: Физкультура и спорт, 1985.
6. Иванченко В.И. Занятия в системе дополнительного образования детей. – Ростов н/Д: Учитель, 2007.
7. Лях В. И., Зданевич А. А. Программы общеобразовательных учреждений. Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов. – М.: «Просвещение», 2006.
8. Мини-футбол на уроке физической культуры. М.: ТВТ Дивизион, 2006.
9. Мини-футбол: правила игры. Издательство М.: Регион-Про, 2007.
10. Савостьянов А. Физическое здоровье школьников. Учебное пособие. – М.: Изд-во педагогического общества России, 2006.
11. Юный футболист: Учеб. пособие для тренеров / Под ред. А. П. Лаптева и А. А. Сучилина. – М.: Физкультура и спорт, 1983.

Модуль 2 (ОФП-1)

Модуль 1 (Стартовый)

РАЗДЕЛ 1. ОСНОВНЫЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ ПРОГРАММЫ

1.1 Пояснительная записка

Дополнительная образовательная программа по мини – футболу по своему содержанию является физкультурно-оздоровительной, по функциональному предназначению – специальной, по форме организации – секционной. Программа составлена на основе программы по мини – футболу для детско-юношеских спортивных школ. Программа дополнительного образования по мини - футболу имеет физкультурно-оздоровительную направленность.

Новизна программы заключается в комплексности планирования, обобщении передового опыта. Программа по мини – футболу направлена на содействие улучшению здоровья учащихся и на этой основе обеспечения нормального физического развития растущего организма и разностороннюю физическую подготовленность. Приобретение учащимися необходимых знаний, умений, навыков для самостоятельного использования физических упражнений с целью поддержания высокой работоспособности во всех периодах жизни, а также воспитания навыков для самостоятельных занятий и умения вести здоровый образ жизни. Развивать физические качества, необходимые для овладения игрой мини – футбол, придерживаться принципов гармоничности, оздоровительной направленности учебного процесса. Данная программа направлена на привитие учащимся умения правильно выполнять основные технические приемы и тактические действия, обеспечение разносторонней физической подготовки.

Программа призвана подготовить детей к сдаче учебных нормативов по физической и технической подготовке в соответствии с их возрастом, сообщить элементарные теоретические сведения. Наше образовательное учреждение, стремится к укреплению здоровья обучающихся школы, в том числе и через Мини-футбол. Программа является модифицированной.

Данная программа разработана на основе типовой программы для спортивных школ и включает в себя следующие годы обучения:

- 1- Модуль 1 (Стартовый)
- 2-Модуль 2 (ОФП-1)
- 3- Модуль 3 (ОФП-2)
- 4- Модуль 4 (ОФП-3)
- 5- Модуль 5 (Углубленный 1 год)
- 6 Модуль 6 (Углубленный 2 год)
- 7- Модуль 7 (Углубленный 3 год)

Программа имеет, спортивно-массовую направленность (вид спорта - футбол) и призвана осуществлять 3 исключительно важных функции:

- 1-создавать эмоционально значимую среду для развития обучающегося и переживания им «ситуации успеха»;
- 2-способствовать осознанию и дифференциации личностно-значимых интересов личности;
- 3-выполнять защитную функцию по отношению к личности, компенсируя

ограниченные возможности индивидуального развития обучающегося в условиях общеобразовательной школы реализацией личностного потенциала в условиях дополнительного образования.

Направленность программы

Физкультурно-спортивная

Уровень освоения

Общекультурный, базовый до углубленного

Отличительные особенности

мини-футбол является то, что ее основой станет не только технико-тактическая подготовка юных футболистов, но и общее физическое развитие детей. Помимо этого программа способствует расширению спортивного кругозора, активизирует интерес детей к спорту как таковому.

Адресат программы

Программа адресована учащимся 6– 18 лет

В коллектив принимаются все желающие, не имеющие медицинских противопоказаний.

Актуальность

Актуальность программы состоит в том, что в настоящее время значительная часть школьников занимается физическими упражнениями лишь на уроках физической культуры. Слабая физическая подготовка не позволяет им успешно сдавать учебные нормативы по физической культуре в школе. Поэтому одной из важнейших задач стоящих перед тренером является привлечение как можно большего числа школьников к систематическим занятиям в различных секциях для повышения уровня физической подготовленности. Данная программа отличается от других тем, что основой подготовки занимающихся в секции является не только технико–тактическая подготовка юных футболистов, но и общефизическая подготовка, направленная на более высокий показатель физического развития школьников. Расширяется кругозор и интерес занимающихся к данному виду спорта.

1.2 Цель и задачи программы

Цель программы:

формирование устойчивых мотивов и потребностей бережного отношения к собственному здоровью, стремления к активным занятиям физической культурой и спортом, физической красоте, через занятия мини-футболом.

Задачи программы:

1. Обучить технике и тактике игры в футбол;
2. Развивать у учащихся двигательные качества, способность к оценке силовых, пространственных и временных параметров движений, формировать умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями;
3. Воспитывать у школьников нравственные и волевые качества, потребность в личном физическом совершенствовании.

1.3 Содержание программы

Учебный план 2 года обучения

№ п/п	Названия раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Знакомство обучающихся друг с другом. Выявление уровня первичной подготовки детей в данном виде деятельности	5	5	0	Анкетирование, опрос
2	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности	10	10	0	Опрос
3	Техническая подготовка	60	15	45	Нормативы
4	Тактическая подготовка	60	15	45	Опрос
5	Общая физическая подготовка	60	15	45	Нормативы
6	Специальная физическая подготовка	60	15	45	Нормативы
7	Игровая подготовка	60	15	45	
8	Итоговое занятие. Сдача контрольных нормативов	27	0	27	Нормативы, Тестирование
	Итого:	342	90	252	

Содержание учебного плана 2 год обучения

1. Знакомство обучающихся друг с другом. Выявление уровня первичной подготовки детей в данном виде деятельности.

2. Вводное занятие.

Вводное занятие. ТБ

Теория: Знакомство с программой. Беседа о технике безопасности.

Беседа о здоровом образе жизни

Теория: Значение здорового образа жизни. Базовые представления о приемах самоконтроля.

Личная гигиена: уход за телом, закаливание, простейшие приемы самомассажа.

История и развитие мирового и отечественного футбола.

Теория: Лекция об истории и развитии футбола. Краткий обзор возникновения и развития мини-футбола. Год рождения мини-футбола.

Основатель игры в футбол.

Родина мини-футбола. Первые шаги мини-футбола в мире и у нас в стране.

Развитие мини-футбола среди школьников. Описание игры. Показ наглядных материалов.

Правила игры.

Теория: Состав команды, замена игроков. Права и обязанности игроков.

Правила игры.

Основы судейской терминологии и жеста. Виды соревнований. Понятие о методике судейства.

Соревнования по мини-футболу среди школьников.

3. Техническая подготовка.

Передвижения без мяча.

Теория: Способы передвижения без мяча.

Практика: Бег - по прямой, изменяя направление и скорость, приставным и крестным шагом (вправо, влево). Прыжки: вверх толчком двух ног с места и толчком двух ног с места и с разбега. Повороты во время бега налево и направо. Остановки во время бега: выпадом и прыжками (на обе ноги).

Приемы владения мячом ногами.

Теория: Классификация ударов по мячу. Строение нижних конечностей.

Практика: Удары по мячу серединой подъема ноги. Удары по мячу внутренней частью подъема ноги. Удары по мячу внешней частью подъема ноги. Удары по мячу внутренней стороной стопы. Удары по мячу внешней стороной стопы. Удар носком.

Удар пяткой. Жонглирование мячом.

Приемы игры головой.

Теория: Правила безопасности при ударе по мячу головой.

Практика: Удары по мячу лобной частью головы (с места, в броске, в прыжке). Удары по мячу боковой частью головы.

Остановка мяча.

Теория: Способы остановки мяча. Запрещенные приемы обработки мяча.

Практика: Остановка мяча подошвой. Остановка мяча внутренней стороной стопы.

Остановка мяча серединой подъема. Остановка мяча голенью. Остановка мяча бедром.

Остановка мяча грудью. Остановка мяча головой.

Ведение мяча.

Теория: Различные способы ведения мяча.

Практика: Ведение внутренней и внешней стороной стопы: правой, левой ногой и

поочередно; по прямой, меняя направление, между стоек и движущихся партнеров.

Ведение серединой подъема и носком. Ведение мяча по «восьмерке».

Ведение мяча с обводкой движущихся и противоборствующих соперников.

Обманные движения (финты).

Теория: Виды и способы обманных движений.

Практика: Обучение финтам после замедления бега или остановки – неожиданный

рывок с мячом (прямо или в сторону), во время ведения мяча внезапная отдача мяча назад, откидывая его подошвой партнеру, находящемуся сзади: показать ложный запах для сильного удара по мячу, а вместо удара захватить мяч ногой и уйти с ним рывком, имитируя передачу партнеру, находящемуся слева, перенести правую ногу через мяч и, наклонив туловище влево, захватить мяч внешней частью подъема правой ноги и резко уйти вправо, этот же финт в другую сторону. При ведении показать остановку мяча подошвой (без касания или с касанием мяча подошвой) или удар пяткой назад – неожиданным рывком уйти с мячом; быстро отвести мяч подошвой под себя – рывком с мячом уйти вперед; при ведении неожиданно остановить мяч и оставить его партнеру, который движется за спиной, а самому без мяча уйти вперед, увлекая соперника («скрещивание») и др.

Отбор мяча.

Теория: Приемы отбора мяча. Способы отбора мяча перехватом и подкатом. Запрещенные способы отбора мяча.

Практика: Перехват мяча – быстрый выход на мяч с целью опередить соперника, которому адресована передача мяча. Обучение умению выбрать момент для отбора мяча, выполняя ложные движения и вызывая соперника, владеющего мячом, на определенные действия с мячом. Отбор в подкате – выбивая и останавливая мяч ногой.

Вбрасывание мяча.

Теория: Техника вбрасывания мяча вратарем после ловли.

Практика: Вбрасывание одной рукой из-за плеча, сбоку, снизу.

Техника игры вратаря

Теория: Форма вратаря. Профилактика травматизма.

Практика: Ловля катящихся и низколетящих мячей, ловля полуввысоких мячей, ловля высоколетящих мячей, отбивание мяча кулаком, отбивание мяча двумя руками.

Отбивание мячей ногой. Ловля мячей, катящихся в стороне от вратаря. Ловля низких, полувысоких и высоких мячей, летящих в стороне от вратаря.

4. Тактическая подготовка

Индивидуальные действия

Теория: Роль игрока на поле. Учет индивидуальных особенностей личности при распределении игроков на поле.

Практика: Выбор места на поле. Ведение мяча и обводка. Отбор мяча.

Групповые действия

Теория: Роль групповых действий на поле.

Практика: Взаимодействие двух и более игроков. Умение точно выполнять передачу в ноги партнеру, на свободное место. Комбинации в парах: «стенка», «скрещивание», «пропуск мяча».

Позиционные действия

Теория: Выбор правильной позиции на поле.

Практика: Выбор позиции и взаимодействия игроков при атаке противника флангом и через центр.

Командные действия

Теория: Роль слаженных совместных действий команды.

Практика: Тактика защитников. Тактика игроков полузащиты. Тактика игроков нападения.

Тактическая подготовка в двусторонней игре.

5. Общая физическая подготовка.

Строевые упражнения.

Теория: Понятие о строе и командах. Классификация строевых упражнений

Практика: Строевые приемы (команды для управления группой).

Построения (шеренга, колонна, фланг, дистанция и интервал). Перестроения (в одну, в две шеренги, в колонну по одному, по два). Предварительная и исполнительная части команд. Основная стойка. Повороты и передвижения (сомкнутый и разомкнутый строй, виды размыкания, перестроения, действия в строю на месте и в движении: построение, выравнивание строя, расчет в строю, повороты и полубороты, размыкание и смыкание строя, перестроение шеренги и колонны в строю). Переход с шага на бег и с бега на шаг. Изменение скорости движения. Остановка во время движения шагом и бегом.

Элементы ходьбы и бега

Теория: Виды спортивной формы ходьбы и спортивной формы бега.

Практика: Походный шаг, строевой шаг, шаг на носках и на пятках, на внешнем своде стопы, перекатом с пятки на носок, с высоким подъемом бедер, в полуприседе, выпадами, ходьба на руках, ходьба в упоре присев сзади, в седе. Обычный бег, бег спиной вперед, бег с ускорением и замедлением темпа, бег с внезапной остановкой и сменой направления, семенящий бег, бег с высоким подниманием бедра, бег с захлестыванием голени назад, бег с отведением голени назад и наружу, бег выпадами.

Гимнастические упражнения

Теория: Виды гимнастики. Утренняя гимнастика. Спортивная гимнастика.

Общеразвивающие упражнения (общая характеристика, классификация, типовые исходные положения). *Практика:* Упражнения без предметов: для рук и плечевого пояса, для мышц предплечья и плеча, для плечевого сустава, для мышц ног и тазового пояса, брюшного пресса, тазобедренного сустава, туловища и шеи.

Упражнения с предметами: со скакалками, резиновыми мячами, набивными мячами (1-2 кг), гантелями. Упражнения в парах, держась за мяч, упражнения в сопротивлении. Чередование упражнений руками, ногами - различные броски, выпрыгивание вверх с мячом, зажатым голеностопными суставами; в положении сидя, лежа - поднимание ног с мячом. Упражнения на гимнастических снарядах. Лазанье по гимнастической стенке, канату. Ходьба по скамейке. Смешанные висы.

Л\а упражнения

Теория: Общая характеристика и классификация основных видов л\а упражнений.

Практика: Бег: бег с ускорением 30-40 м. Низкий старт и стартовый разбег до 60 м.

Челночный бег (3x10м). Эстафетный бег с этапами до 40м. Бег с препятствиями от 60 до 100 м (количество препятствий от 4 до 10), в качестве препятствий используются набивные мячи, учебные барьеры, условные окопы. Бег в чередовании с ходьбой до 400 м. Бег медленный до 3

6. Специальная физическая подготовка.

Развитие физических качеств

Теория: Определения «сила», «гибкость», «ловкость», «быстрота», «выносливость».

Практика: Упражнения на развития быстроты (бег на 5, 10, 15 м из различных исходных положений, бег с остановками и изменением направления, челночный бег, бег с отягощением, набивными мячами, бег «змейкой» между расставленными в различном положении стойками для обводки, обводка стоек на скорость, бег с быстрым изменением скорости, бег с изменением направления до 180 градусов, бег боком и спиной вперед и на перегонки). Упражнения на развитие силовых качеств (подъемы туловища, отжимания, приседания, висы, выпрыгивание вверх с двух ног в заданном темпе). Упражнения на выносливость (бег, прыжки через скакалку, напрыгивание на предметы различной высоты, серия прыжков с преодолением препятствий.). ОРУ на развитие гибкости (махи, статические упражнения, шпагат).

7. Игровая подготовка.

Участие в турнирах, соревнованиях и в товарищеских матчах.

Практика: Просмотры футбольных матчей, видеозаписей матча. Внутри школьные и районные соревнования. Подвижные игры. Спортивные игры.

8. Итоговое занятие.

Теория: Отгадывание кроссворда «Футбол».

Практика: Тестирование физической подготовленности. Показательные матчи.

Планируемые результаты освоения программы

Личностными результатами освоения, обучающимися программы являются следующие умения:

- устанавливать межличностную коммуникацию, основанную на принципах доброжелательности и уважения в процессе освоения учебных навыков, оказывать помощь и поддержку партнерам и соперникам по игровому взаимодействию;
- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в условиях тренировочной и соревновательной деятельности;
- проявлять концентрацию и устойчивость внимания во время тренировочных занятий и в условиях соревнования;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.

Метапредметными результатами освоения обучающимися программы являются следующие умения:

- характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;

- находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;
- организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- планировать и проводить самостоятельные занятия, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;
- анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность.

Предметными результатами освоения учащимися программы являются следующие умения:

- выбирать и подготавливать инвентарь для занятий;
- правильно выполнять технические приемы, использовать их в игровой и соревновательной деятельности;
- применять простейшие тактические приемы и схемы;
- осуществлять судейство соревнований в спортивных играх.

РАЗДЕЛ 2. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ

2.1 Условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение:

Для успешной реализации программы необходим спортивный зал, в котором установлено следующее оборудование:

- ворота для игры – не менее 2;
- сетки для ворот – не менее 2 штук;
- футбольные мячи – не менее 10 штук.

Учащиеся приходят на занятия в спортивной одежде и обуви.

Для выполнения упражнений необходимы:

- скакалки;
- коврики.

Учебно-методическое и информационное обеспечение:

Для усиления интереса детей к занятиям в объединении «Мини-футболе» наиболее эффективным является построение учебного процесса следующим образом: в начале освоения каждого нового приема игры обучающихся знакомятся с правильным его выполнением и применением в игре.

Обучающиеся просматривают предлагаемые фотоматериалы и показ приема Тренера-преподавателя. Каждый обучающийся осваивает и отрабатывает новый прием игры с другими участниками команды.

Информационное обеспечение:

1. Библиотека международной спортивной информации. //http://bmsi.ru
2. Консультант Плюсwww.consultant.ru:
3. Минспорта РФ Минспорта РФ //http://www.minsport.gov.ru/sport/
- 4.Всероссийский реестр видов спорта.
//http://www.minsport.gov.ru/sport/highsport/

2.2 Оценочные материалы и формы аттестации

Текущий контроль

проводится на занятиях в виде наблюдения за успехами каждого учащегося. Часто применяется такой прием, как обсуждение тактических действий предстоящей игры на макете, а также разбор и анализ проведенной игры на макете.

Промежуточный контроль

проводится в виде соревнований по мини-футболу в объединении перед зимними и весенними каникулами.

Итоговый контроль

проводится в середине мая ко Дню спорта в виде итогового турнира по мини-футболу.

Возможные формы фиксации результатов

- Протокол результатов аттестации учащихся;
- Карта учета достижений обучающегося;
- Бланки тестовых заданий по темам программ;
- Видеозапись и фотографии выступлений, участия в соревнованиях.

Формы отслеживания и фиксация образовательных результатов:

информационная карта, аналитический материал, видеозапись, грамота, диплом, портфолио, протокол соревнований, фото.

Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов:
открытое занятие, портфолио, соревнование.

2.3 Методические материалы

- *технические (механические) визуальные средства*: виды проекторов, видеоплэер, интерактивная доска, а также используемые с ними носители информации (оптические диски, слайды, диапозитивы и т.д.) и мультимедийные электронные средства

2.4.Календарный учебный график

Год обучения	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Кол-во учебных недель	Кол-во учебных дней	Кол-во учебных часов	Режим занятий
1 год	01.09.21	31.05.2022	38	152	342	В соответствии с расписанием

№	Недели	Тема	УТЗ	Часы	Результат
1	1 Неделя	Прием нормативов на начало учебного года	1. Прием нормативов	9	Успешная удача нормативов
			2. Прием нормативов		
			3. Прием нормативов		
2	2 Неделя	Ведение мяча внутренней стороной стопы (правой и левой ногой)	1. Ведение мяча по прямой внутренней стороной стопы	9	Сформированный навык
			2. Ведения мяча с изменением направления внутренней стороной стопы		
			3. Ведение мяча с изменением скорости внутренней стороной стопы		
3	3 Неделя	Ведение мяча внешней стороной стопы (правой и левой ногой)	1. Ведение мяча по прямой внешней стороной стопы	9	Устойчивый навык
			2. Ведения мяча с изменением направления внешней стороной стопы		
			3. Ведение мяча с изменением скорости внешней стороной стопы		
4	4 Неделя	Ведение мяча подъемом (правой и левой ногой)	1. Ведение мяча по прямой подъемом	9	Сформированный навык
			2. Ведения мяча с изменением направления подъемом		
			3. Ведение мяча с изменением скорости подъемом		
5	5 Неделя	Прием мяча внутренней стороной стопы (правой	1. Прием мяча внутренней стороной стопы на месте	9	Устойчивый навык
			2. Прием мяча внутренней стороной стопы с		

		и левой ногой)	передвижением в стороны		
			3. Прием мяча внутренней стороной стопы с поворотами		
6	6 Неделя	Прием мяча подошвой (правой и левой ногой)	1. Прием мяча подошвой на месте	9	Сформированный навык
			2. Прием мяча подошвой с передвижением в стороны		
			3. Прием мяча подошвой с поворотами		
7	7 Неделя	Ведение мяча с обводкой фишек (правой и левой ногой)	1. Ведение мяча по прямой обводя фишки правой и левой ногой по очереди	9	Устойчивый навык
			2. Ведение мяча по прямой с изменением скорости обводя фишки правой и левой ногой по очереди		
			3. Ведение мяча с изменением направления обводя фишки правой и левой ногой по очереди		
8	8 Неделя	Удары по мячу внутренней стороной стопы правой и левой ногой (правой и левой ногой)	1. Удары по мячу внутренней стороной стопы правой и левой ногой с места	9	Сформированный навык
			2. Удары по мячу внутренней стороной стопы правой и левой ногой с 2-х, 3-х шагов		
			3. Удары по мячу внутренней стороной стопы правой и левой ногой с разбега		

9	9 Неделя	Удары по мячу с подъема правой и левой ногой	1. Удары по мячу с подъема правой и левой ногой с места	9	Устойчивый навык
			2. Удары по мячу с подъема правой и левой ногой с 2-х, 3-х шагов		
			3. Удары по мячу с подъема правой и левой ногой с разбега		
10	10 Неделя	Удары по мячу внешней стороной стопы правой и левой ногой	1. Удары по мячу внешней стороной стопы правой и левой ногой с места	9	Сформированный навык
			2. Удары по мячу внешней стороной стопы правой и левой ногой с 2-х, 3-х шагов		
			3. Удары по мячу внешней стороной стопы правой и левой ногой с разбега		
11	11 Неделя	Удары по котящемуся мячу правой и левой ногой	1. Удары по котящемуся мячу внутренней стороной стопы правой и левой ногой	9	Устойчивый навык
			2. Удары по котящемуся мячу внешней стороной стопы правой и левой ногой		
			3. Удары по котящемуся мячу с подъема правой и левой ногой		
12	12 Неделя	Удары по летящему мячу правой	1. Удары по летящему мячу внутренней стороной стопы правой и левой ногой	9	Сформированный навык
			2. Удары по летящему мячу с подъема		

		и левой ногой	правой и левой ногой 3. Удары по летящему мячу внутренней стороной стопы и подъема с 2-х, 3-х шагов правой и левой ногой		
13	13 Неделя	Удары по мячу головой	1. Удары по мячу головой с места 2. Удары по мячу головой с 2-х, 3-х шагов 3. Удары по мячу головой с разбега	9	Устойчивый навык
14	14 Неделя	Повторение ведение мяча внутренней стороной стопы (правой и левой ногой)	1. Ведение мяча по прямой внутренней стороной стопы 2. Ведения мяча с изменением направления внутренней стороной стопы 3. Ведение мяча с изменением скорости внутренней стороной стопы	9	Отработка навыка
15	15 Неделя	Повторение ведение мяча внешней стороной стопы(правой и левой ногой)	1. Ведение мяча по прямой внешней стороной стопы 2. Ведения мяча с изменением направления внешней стороной стопы 3. Ведение мяча с изменением скорости внешней стороной стопы	9	Отработка навыка
16	16 Неделя	Повторение ведение мяча подъемом (правой и левой ногой)	1. Ведение мяча по прямой подъемом 2. Ведения мяча с изменением направления подъемом	9	Отработка навыка

			3. Ведение мяча с изменением скорости подъемом		
17	17 Неделя	Повторение приема мяча внутренней стороной стопы (правой и левой ногой)	1. Прием мяча внутренней стороной стопы на месте	9	Отработка навыка
			2. Прием мяча внутренней стороной стопы с передвижением в стороны		
			3. Прием мяча внутренней стороной стопы с поворотами		
18	18 неделя	Повторение приема мяча подошвой (правой и левой ногой)	1. Прием мяча подошвой на месте	9	Отработка навыка
			2. Прием мяча подошвой с передвижением в стороны		
			3. Прием мяча подошвой с поворотами		
19	19 неделя	Повторение ведение мяча с обводкой фишек (правой и левой ногой)	1. Ведение мяча по прямой обводя фишки правой и левой ногой по очереди	9	Отработка навыка
			2. Ведение мяча по прямой с изменением скорости обводя фишки правой и левой ногой по очереди		
			3. Ведение мяча с изменением направления обводя фишки правой и левой ногой по очереди		
20		Повторение	1. Удары по мячу внутренней стороной стопы правой и левой		

	20 неделя	удара по мячу внутренней стороной стопы правой и левой ногой (правой и левой ногой)	ногой с места	9	Отработка навыка
			2. Удары по мячу внутренней стороной стопы правой и левой ногой с 2-х, 3-х шагов		
			3. Удары по мячу внутренней стороной стопы правой и левой ногой с разбега		
21	21 неделя	Повторение удара по мячу с подъема правой и левой ногой	1. Удары по мячу с подъема правой и левой ногой с места	9	Отработка навыка
			2. Удары по мячу с подъема правой и левой ногой с 2-х, 3-х шагов		
			3. Удары по мячу с подъема правой и левой ногой с разбега		
22	22 неделя	Повторение удара по мячу внешней стороной стопы правой и левой ногой	1. Удары по мячу внешней стороной стопы правой и левой ногой с места	9	Отработка навыка
			2. Удары по мячу внешней стороной стопы правой и левой ногой с 2-х, 3-х шагов		
			3. Удары по мячу внешней стороной стопы правой и левой ногой с разбега		
23	23 неделя	Повторение удара по котящемуся мячу правой и левой ногой	1. Удары по котящемуся мячу внутренней стороной стопы правой и левой ногой	9	Отработка навыка
			2. Удары по котящемуся мячу внешней стороной стопы правой и левой ногой		

			3. Удары по котящемуся мячу с подъема правой и левой ногой		
24	24 неделя	Повторение удара по летящему мячу правой и левой ногой	1. Удары по летящему мячу внутренней стороной стопы правой и левой ногой	9	Отработка навыка
			2. Удары по летящему мячу с подъема правой и левой ногой		
			3. Удары по летящему мячу внутренней стороной стопы и подъема с 2-х, 3-х шагов правой и левой ногой		
25	25 неделя	Повторить удары по мячу головой	1. Удары по мячу головой с места	9	Отработка навыка
			2. Удары по мячу головой с 2-х, 3-х шагов		
			3. Удары по мячу головой с разбега		
26	26 неделя	Закрепление ведение мяча внутренней стороной стопы (правой и левой ногой)	1. Ведение мяча по прямой внутренней стороной стопы	9	Сформированный навык
			2. Ведения мяча с изменением направления внутренней стороной стопы		
			3. Ведение мяча с изменением скорости внутренней стороной стопы		
27	27 неделя	Закрепление ведение мяча внешней стороной стопы(правой	1. Ведение мяча по прямой внешней стороной стопы	9	Сформированный навык
			2. Ведения мяча с		

		и левой ногой)	изменением направления внешней стороной стопы		
			3. Ведение мяча с изменением скорости внешней стороной стопы		
28	28 неделя	Закрепление ведение мяча подъемом (правой и левой ногой)	1. Ведение мяча по прямой подъемом	9	Сформированный навык
			2. Ведения мяча с изменением направления подъемом		
			3. Ведение мяча с изменением скорости подъемом		
29	29 неделя	Закрепление приема мяча внутренней стороной стопы (правой и левой ногой)	1. Прием мяча внутренней стороной стопы на месте	9	Сформированный навык
			2. Прием мяча внутренней стороной стопы с передвижением в стороны		
			3. Прием мяча внутренней стороной стопы с поворотами		
30	30 неделя	Закрепление приема мяча подошвой (правой и левой ногой)	1. Прием мяча подошвой на месте	9	Сформированный навык
			2. Прием мяча подошвой с передвижением в стороны		
			3. Прием мяча подошвой с поворотами		
31	31 неделя	Закрепление ведение мяча с обводкой фишек (правой и	1. Ведение мяча по прямой обводя фишки правой и левой ногой по очереди	9	Сформированный навык
			2. Ведение мяча по		

		левой ногой)	<p>прямой с изменением скорости обводя фишки правой и левой ногой по очереди</p> <p>3. Ведение мяча с изменением направления обводя фишки правой и левой ногой по очереди</p>		
32	32 неделя	Закрепление ударов по мячу внутренней стороной стопы правой и левой ногой (правой и левой ногой)	<p>1. Удары по мячу внутренней стороной стопы правой и левой ногой с места</p> <p>2. Удары по мячу внутренней стороной стопы правой и левой ногой с 2-х, 3-х шагов</p> <p>3. Удары по мячу внутренней стороной стопы правой и левой ногой с разбега</p>	9	Сформированный навык
33	33 неделя	Закрепление ударов по мячу с подъема правой и левой ногой	<p>1. Удары по мячу с подъема правой и левой ногой с места</p> <p>2. Удары по мячу с подъема правой и левой ногой с 2-х, 3-х шагов</p> <p>3. Удары по мячу с подъема правой и левой ногой с разбега</p>	9	Сформированный навык
34	34 неделя	Закрепление ударов по мячу внешней стороной стопы правой и левой ногой	<p>1. Удары по мячу внешней стороной стопы правой и левой ногой с места</p> <p>2. Удары по мячу внешней стороной стопы правой и левой ногой с 2-х, 3-х шагов</p> <p>3. Удары по мячу внешней стороной</p>	9	Сформированный навык

			стопы правой и левой ногой с разбега		
35	35 неделя	Закрепление ударов по котящемуся мячу правой и левой ногой	1. Удары по котящемуся мячу внутренней стороной стопы правой и левой ногой	9	Сформированный навык
			2. Удары по котящемуся мячу внешней стороной стопы правой и левой ногой		
			3. Удары по котящемуся мячу с подъема правой и левой ногой		
36	36 неделя	Закрепление ударов по летящему мячу правой и левой ногой	1. Удары по летящему мячу внутренней стороной стопы правой и левой ногой	9	Сформированный навык
			2. Удары по летящему мячу с подъема правой и левой ногой		
			3. Удары по летящему мячу внутренней стороной стопы и подъема с 2-х, 3-х шагов правой и левой ногой		
37	37 неделя	Закрепление ударов по мячу головой	1. Удары по мячу головой с места	9	Сформированный навык
			2. Удары по мячу головой с 2-х, 3-х шагов		
			3. Удары по мячу головой с разбега		
38	38 неделя	Выполнения видов испытаний комплекса ГТО	1. Выполнения видов комплекса ГТО	9	Успешное выполнение норм комплекса ГТО
			2. Выполнения видов комплекса ГТО		
			3. Выполнения видов комплекса ГТО		
Итого:				342	

2.5 Календарный план воспитательных работ

№	Время проведения	Содержание	Объем (час)
1	Сентябрь	1.Профилактика антитеррористического движения, пожарная безопасность. 2.Правила дорожного движения.	1
2	Декабрь	1.Совершенствование нравственных качеств личности, умение пользоваться полученными знаниями в межличностном общении. 2. Умение пользоваться знаниями о здоровом образе жизни, жить по принципу «В здоровом теле - здоровый дух».	1
3	Март	1.встреча учащихся отделений с сотрудниками ГИБДД, беседа на тему: "Профилактика травматизма и несчастных случаев с детьми на дорогах". 2. Встреча с инспектором ОДН с целью профилактики правонарушений, курения, наркомании и алкоголизма среди несовершеннолетних.	1

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Андреев С. Н., Алиев Э. Г. Мини-футбол в школе.- М.: Советский спорт, 2008.
2. А. В.Кенеман. Детские народные подвижные игры. М. Просвещение,1995.
3. Андреев С.Н., Алиев Э.Г.. Мини-футбол в школе. – М.: Советский спорт, 2006.
4. Г. А.Колодницкий, В. С.Кузнецов, М. В. Маслов. Внеурочная деятельность. Футбол. - Москва, «Просвещение», 2011.
5. Богин М. М. Обучение двигательным действиям. – М.: Физкультура и спорт, 1985.
6. Иванченко В.И. Занятия в системе дополнительного образования детей. – Ростов н/Д: Учитель, 2007.
7. Лях В. И., Зданевич А. А. Программы общеобразовательных учреждений. Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов. – М.: «Просвещение», 2006.
8. Мини-футбол на уроке физической культуры. М.: ТВТ Дивизион, 2006.
9. Мини-футбол: правила игры. Издательство М.: Регион-Про, 2007.
10. Савостьянов А. Физическое здоровье школьников. Учебное пособие. – М.: Изд-во педагогического общества России, 2006.
11. Юный футболист: Учеб. пособие для тренеров / Под ред. А. П. Лаптева и А. А. Сучилина. – М.: Физкультура и спорт, 1983.

Модуль 3 (ОФП-2)

РАЗДКЛ 1. ОСНОВНЫЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ ПРОГРАММЫ

1.1 Пояснительная записка

Дополнительная образовательная программа по мини – футболу по своему содержанию является физкультурно-оздоровительной, по функциональному предназначению – специальной, по форме организации – секционной. Программа составлена на основе программы по мини – футболу для детско-юношеских спортивных школ. Программа дополнительного образования по мини - футболу имеет физкультурно-оздоровительную направленность.

Новизна программы заключается в комплексности планирования, обобщении передового опыта. Программа по мини – футболу направлена на содействие улучшению здоровья учащихся и на этой основе обеспечения нормального физического развития растущего организма и разностороннюю физическую подготовленность. Приобретение учащимися необходимых знаний, умений, навыков для самостоятельного использования физических упражнений с целью поддержания высокой работоспособности во всех периодах жизни, а также воспитания навыков для самостоятельных занятий и умения вести здоровый образ жизни. Развивать физические качества, необходимые для овладения игрой мини – футбол, придерживаться принципов гармоничности, оздоровительной направленности учебного процесса. Данная программа направлена на привитие учащимся умения правильно выполнять основные технические приемы и тактические действия, обеспечение разносторонней физической подготовки.

Программа призвана подготовить детей к сдаче учебных нормативов по физической и технической подготовке в соответствии с их возрастом, сообщить элементарные теоретические сведения. Наше образовательное учреждение, стремится к укреплению здоровья обучающихся школы, в том числе и через Мини-футбол. Программа является модифицированной.

Данная программа разработана на основе типовой программы для спортивных школ и включает в себя следующие годы обучения:

- 1- Модуль 1 (Стартовый)
- 2-Модуль 2 (ОФП-1)
- 3- Модуль 3 (ОФП-2)
- 4- Модуль 4 (ОФП-3)
- 5- Модуль 5 (Углубленный 1 год)
- 6 Модуль 6 (Углубленный 2 год)
- 7- Модуль 7 (Углубленный 3 год)

Программа имеет, спортивно-массовую направленность (вид спорта - футбол) и призвана осуществлять 3 исключительно важных функции:

- 1-создавать эмоционально значимую среду для развития обучающегося и переживания им «ситуации успеха»;
- 2-способствовать осознанию и дифференциации личностно-значимых интересов личности;
- 3-выполнять защитную функцию по отношению к личности, компенсируя ограниченные возможности индивидуального развития обучающегося в

условиях общеобразовательной школы реализацией личностного потенциала в условиях дополнительного образования.

Направленность программы

Физкультурно-спортивная

Уровень освоения

Общекультурный, базовый до углубленного

Отличительные особенности

мини-футбол является то, что ее основой станет не только технико-тактическая подготовка юных футболистов, но и общее физическое развитие детей. Помимо этого программа способствует расширению спортивного кругозора, активизирует интерес детей к спорту как таковому.

Адресат программы

Программа адресована учащимся 6– 18 лет

В коллектив принимаются все желающие, не имеющие медицинских противопоказаний.

Актуальность

Актуальность программы состоит в том, что в настоящее время значительная часть школьников занимается физическими упражнениями лишь на уроках физической культуры. Слабая физическая подготовка не позволяет им успешно сдавать учебные нормативы по физической культуре в школе. Поэтому одной из важнейших задач стоящих перед тренером является привлечение как можно большего числа школьников к систематическим занятиям в различных секциях для повышения уровня физической подготовленности. Данная программа отличается от других тем, что основой подготовки занимающихся в секции является не только технико–тактическая подготовка юных футболистов, но и общефизическая подготовка, направленная на более высокий показатель физического развития школьников. Расширяется кругозор и интерес занимающихся к данному виду спорта.

1.2 Цель и задачи программы

Цель программы:

формирование устойчивых мотивов и потребностей бережного отношения к собственному здоровью, стремления к активным занятиям физической культурой и спортом, физической красоте, через занятия мини-футболом.

Задачи программы:

1. Обучить технике и тактике игры в футбол;
2. Развивать у учащихся двигательные качества, способность к оценке силовых, пространственных и временных параметров движений, формировать умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями;
3. Воспитывать у школьников нравственные и волевые качества, потребность в личном физическом совершенствовании.

1.3 Содержание программы

Учебный план 3 года обучения

№ п/п	Названия раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Знакомство обучающихся друг с другом. Выявление уровня первичной подготовки детей в данном виде деятельности	5	5	0	Анкетирование, опрос
2	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности	10	10	0	Опрос
3	Техническая подготовка	60	15	45	Нормативы
4	Тактическая подготовка	60	15	45	Опрос
5	Общая физическая подготовка	60	15	45	Нормативы
6	Специальная физическая подготовка	60	15	45	Нормативы
7	Игровая подготовка	60	15	45	
8	Итоговое занятие. Сдача контрольных нормативов	27	0	27	Нормативы, Тестирование
	Итого:	342	90	252	

Содержание учебного плана 3 года обучения

1. Знакомство обучающихся друг с другом. Выявление уровня первичной подготовки детей в данном виде деятельности.

2. Вводное занятие.

Вводное занятие. ТБ

Теория: Знакомство с программой. Беседа о технике безопасности.

Беседа о здоровом образе жизни

Теория: Значение здорового образа жизни. Базовые представления о приемах самоконтроля.

Личная гигиена: уход за телом, закаливание, простейшие приемы самомассажа.

История и развитие мирового и отечественного футбола.

Теория: Лекция об истории и развитии футбола. Краткий обзор возникновения и развития мини-футбола. Год рождения мини-футбола.

Основатель игры в футбол.

Родина мини-футбола. Первые шаги мини-футбола в мире и у нас в стране.

Развитие мини-футбола среди школьников. Описание игры. Показ наглядных материалов.

Правила игры.

Теория: Состав команды, замена игроков. Права и обязанности игроков. Правила игры.

Основы судейской терминологии и жеста. Виды соревнований. Понятие о методике судейства.

Соревнования по мини-футболу среди школьников.

3. Техническая подготовка.

Передвижения без мяча.

Теория: Способы передвижения без мяча.

Практика: Бег - по прямой, изменяя направление и скорость, приставным и крестным шагом (вправо, влево). Прыжки: вверх толчком двух ног с места и толчком двух ног с места и с разбега. Повороты во время бега налево и направо. Остановки во время бега:

выпадом и прыжками (на обе ноги).

Приемы владения мячом ногами.

Теория: Классификация ударов по мячу. Строение нижних конечностей.

Практика: Удары по мячу серединой подъема ноги. Удары по мячу внутренней частью подъема ноги. Удары по мячу внешней частью подъема ноги. Удары по мячу внутренней стороной стопы. Удары по мячу внешней стороной стопы. Удар носком.

Удар пяткой. Жонглирование мячом.

Приемы игры головой.

Теория: Правила безопасности при ударе по мячу головой.

Практика: Удары по мячу лобной частью головы (с места, в броске, в рыжке).

Удары по мячу боковой частью головы.

Остановка мяча.

Теория: Способы остановки мяча. Запрещенные приемы обработки мяча.

Практика: Остановка мяча подошвой. Остановка мяча внутренней стороной стопы.

Остановка мяча серединой подъема. Остановка мяча голенью. Остановка мяча бедром.

Остановка мяча грудью. Остановка мяча головой.

Ведение мяча.

Теория: Различные способы ведения мяча.

Практика: Ведение внутренней и внешней стороной стопы: правой, левой ногой и поочередно; по прямой, меняя направление, между стоек и движущихся партнеров.

Ведение серединой подъема и носком. Ведение мяча по «восьмерке».

Ведение мяча с обводкой движущихся и противоборствующих соперников.

Обманные движения (финты).

Теория: Виды и способы обманных движений.

Практика: Обучение финтам после замедления бега или остановки – неожиданный рывок с мячом (прямо или в сторону), во время ведения мяча внезапная отдача мяча назад, откидывая его подошвой партнеру, находящемуся сзади: показать ложный запах для сильного удара по мячу, а вместо удара захватить мяч ногой и уйти с ним рывком, имитируя передачу

партнеру, находящемуся слева, перенести правую ногу через мяч и, наклонив туловище влево, захватить мяч внешней частью подъема правой ноги и резко уйти вправо, этот же финт в другую сторону. При ведении показать остановку мяча подошвой (без касания или с касанием мяча подошвой) или удар пяткой назад – неожиданным рывком уйти с мячом; быстро отвести мяч подошвой под себя – рывком с мячом уйти вперед; при ведении неожиданно остановить мяч и оставить его партнеру, который движется за спиной, а самому без мяча уйти вперед, увлекая соперника («скрещивание») и др.

Отбор мяча.

Теория: Приемы отбора мяча. Способы отбора мяча перехватом и подкатом. Запрещенные способы отбора мяча.

Практика: Перехват мяча – быстрый выход на мяч с целью опередить соперника, которому адресована передача мяча. Обучение умению выбрать момент для отбора мяча, выполняя ложные движения и вызывая соперника, владеющего мячом, на определенные действия с мячом. Отбор в подкате – выбивая и останавливая мяч ногой.

Вбрасывание мяча.

Теория: Техника вбрасывания мяча вратарем после ловли.

Практика: Вбрасывание одной рукой из-за плеча, сбоку, снизу.

Техника игры вратаря

Теория: Форма вратаря. Профилактика травматизма.

Практика: Ловля катящихся и низколетящих мячей, ловля полувысоких мячей, ловля высоколетящих мячей, отбивание мяча кулаком, отбивание мяча двумя руками.

Отбивание мячей ногой. Ловля мячей, катящихся в стороне от вратаря. Ловля низких, полувысоких и высоких мячей, летящих в стороне от вратаря.

4. Тактическая подготовка

Индивидуальные действия

Теория: Роль игрока на поле. Учет индивидуальных особенностей личности при распределении игроков на поле.

Практика: Выбор места на поле. Ведение мяча и обводка. Отбор мяча.

Групповые действия

Теория: Роль групповых действий на поле.

Практика: Взаимодействие двух и более игроков. Умение точно выполнять передачу в ноги партнеру, на свободное место. Комбинации в парах: «стенка», «скрещивание», «пропуск мяча».

Позиционные действия

Теория: Выбор правильной позиции на поле.

Практика: Выбор позиции и взаимодействия игроков при атаке противника флангом и через центр.

Командные действия

Теория: Роль слаженных совместных действий команды.

Практика: Тактика защитников. Тактика игроков полузащиты. Тактика игроков нападения.

Тактическая подготовка в двусторонней игре.

5. Общая физическая подготовка.

Строевые упражнения.

Теория: Понятие о строе и командах. Классификация строевых упражнений
Практика: Строевые приемы (команды для управления группой). Построения (шеренга, колонна, фланг, дистанция и интервал). Перестроения (в одну, в две шеренги, в колонну по одному, по два). Предварительная и исполнительная части команд. Основная стойка. Повороты и передвижения (сомкнутый и разомкнутый строй, виды размыкания, перестроения, действия в строю на месте и в движении: построение, выравнивание строя, расчет в строю, повороты и полуобороты, размыкание и смыкание строя, перестроение шеренги и колонны в строю). Переход с шага на бег и с бега на шаг. Изменение скорости движения. Остановка во время движения шагом и бегом.

Элементы ходьбы и бега

Теория: Виды спортивной формы ходьбы и спортивной формы бега.
Практика: Походный шаг, строевой шаг, шаг на носках и на пятках, на внешнем своде стопы, перекатом с пятки на носок, с высоким подъемом бедер, в полуприседе, выпадами, ходьба на руках, ходьба в упоре присев сзади, в седе. Обычный бег, бег спиной вперед, бег с ускорением и замедлением темпа, бег с внезапной остановкой и сменой направления, семенящий бег, бег с высоким подниманием бедра, бег с захлестыванием голени назад, бег с отведением голени назад и наружу, бег выпадами.

Гимнастические упражнения

Теория: Виды гимнастики. Утренняя гимнастика. Спортивная гимнастика. Общеразвивающие упражнения (общая характеристика, классификация, типовые исходные положения).
Практика: Упражнения без предметов: для рук и плечевого пояса, для мышц предплечья и плеча, для плечевого сустава, для мышц ног и тазового пояса, брюшного пресса, тазобедренного сустава, туловища и шеи.
Упражнения с предметами: со скакалками, резиновыми мячами, набивными мячами (1-2 кг), гантелями. Упражнения в парах, держась за мяч, упражнения в сопротивлении. Чередование упражнений руками, ногами - различные броски, выпрыгивание вверх с мячом, зажатым голеностопными суставами; в положении сидя, лежа - поднимание ног с мячом. Упражнения на гимнастических снарядах. Лазанье по гимнастической стенке, канату. Ходьба по скамейке. Смешанные висы.

Л/а упражнения

Теория: Общая характеристика и классификация основных видов л/а упражнений.
Практика: Бег: бег с ускорением 30-40 м. Низкий старт и стартовый разбег до 60 м. Челночный бег (3x10м). Эстафетный бег с этапами до 40м. Бег с препятствиями от 60 до 100 м (количество препятствий от 4 до 10), в качестве препятствий используются набивные мячи, учебные барьеры, условные окопы. Бег в чередовании с ходьбой до 400 м. Бег медленный до 3

6. Специальная физическая подготовка.

Развитие физических качеств

Теория: Определения «сила», «гибкость», «ловкость», «быстрота», «выносливость».

Практика: Упражнения на развития быстроты (бег на 5, 10, 15 м из различных исходных положений, бег с остановками и изменением направления, челночный бег, бег с отягощением, набивными мячами, бег «змейкой» между расставленными в различном положении стойками для обводки, обводка стоек на скорость, бег с быстрым изменением скорости, бег с изменением направления до 180 градусов, бег боком и спиной вперед и на перегонки). Упражнения на развитие силовых качеств (подъемы туловища, отжимания, приседания, висы, выпрыгивание вверх с двух ног в заданном темпе). Упражнения на выносливость (бег, прыжки через скакалку, напрыгивание на предметы различной высоты, серия прыжков с преодолением препятствий.). ОРУ на развитие гибкости (махи, статические упражнения, шпагат).

7. Игровая подготовка.

Участие в турнирах, соревнованиях и в товарищеских матчах.

Практика: Просмотры футбольных матчей, видеозаписей матча. Внутри школьные и районные соревнования. Подвижные игры. Спортивные игры.

8. Итоговое занятие.

Теория: Отгадывание кроссворда «Футбол».

Практика: Тестирование физической подготовленности. Показательные матчи.

Планируемые результаты освоения программы

Личностными результатами освоения, обучающимися программы являются следующие умения:

- устанавливать межличностную коммуникацию, основанную на принципах доброжелательности и уважения в процессе освоения учебных навыков, оказывать помощь и поддержку партнерам и соперникам по игровому взаимодействию;
- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в условиях тренировочной и соревновательной деятельности;
- проявлять концентрацию и устойчивость внимания во время тренировочных занятий и в условиях соревнования;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.

Метапредметными результатами освоения обучающимися программы являются следующие умения:

- характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;
- организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её

безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;

-планировать и проводить самостоятельные занятия, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;

-анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;

-управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность.

Предметными результатами освоения учащимися программы являются следующие умения:

-выбирать и подготавливать инвентарь для занятий;

-правильно выполнять технические приемы, использовать их в игровой и соревновательной деятельности;

-применять простейшие тактические приемы и схемы;

-осуществлять судейство соревнований в спортивных играх.

РАЗДЕЛ 2. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ

2.1 Условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение:

Для успешной реализации программы необходим спортивный зал, в котором установлено следующее оборудование:

-ворота для игры – не менее 2;

- сетки для ворот – не менее 2 штук;

- футбольные мячи – не менее 10 штук.

Учащиеся приходят на занятия в спортивной одежде и обуви.

Для выполнения упражнений необходимы:

- скакалки;

- коврики.

Учебно-методическое и информационное обеспечение:

Для усиления интереса детей к занятиям в объединении «Мини-футболе» наиболее эффективным является построение учебного процесса следующим образом: в начале освоения каждого нового приема игры обучающиеся знакомятся с правильным его выполнением и применением в игре.

Обучающиеся просматривают предлагаемые фотоматериалы и показ приема Тренером-преподавателем. Каждый учащийся осваивает и отрабатывает новый прием игры с другими участниками команды.

Информационное обеспечение:

1. Библиотека международной спортивной информации. //http://bmsi.ru

2. Консультант Плюсwww.consultant.ru:

3. Минспорта РФ Минспорта РФ //http://www.minsport.gov.ru/sport/

4.Всероссийский реестр видов спорта.

//http://www.minsport.gov.ru/sport/highsport/
priznanie-vidov-spor/

2.2 Оценочные материалы и формы аттестации

Текущий контроль

проводится на занятиях в виде наблюдения за успехами каждого учащегося. Часто применяется такой прием, как обсуждение тактических действий предстоящей игры на макете, а также разбор и анализ проведенной игры на макете.

Промежуточный контроль

проводится в виде соревнований по мини-футболу в объединении перед зимними и весенними каникулами.

Итоговый контроль

проводится в середине мая ко Дню спорта в виде итогового турнира по мини-футболу.

Возможные формы фиксации результатов

- Протокол результатов аттестации учащихся;
- Карта учета достижений обучающегося;
- Бланки тестовых заданий по темам программ;
- Видеозапись и фотографии выступлений, участия в соревнованиях.

Формы отслеживания и фиксация образовательных результатов:
информационная карта, аналитический материал, видеозапись, грамота, диплом, портфолио, протокол соревнований, фото.

Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов:
открытое занятие, портфолио, соревнование.

2.3 Методические материалы

- *технические (механические) визуальные средства:* виды проекторов, видеоплэер, интерактивная доска, а также используемые с ними носители информации (оптические диски, слайды, диапозитивы и т.д.) и мультимедийные электронные средства

2.4.Календарный учебный график

Год обучения	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Кол-во учебных недель	Кол-во учебных дней	Кол-во учебных часов	Режим занятий
1 год	01.09.21	31.05.2022	38	152	342	В соответствии с расписанием
№	Недели	Тема	УТЗ		Часы	Результат
1	1 неделя	Прием нормативов на начало учебного года	1. Прием нормативов		9	Успешная сдача нормативов
			2. Прием нормативов			
			3. Прием нормативов			
			4. Прием нормативов			
2	2 неделя		1. Передача мяча в парах на месте правой и левой ногой			Формирование навыка

		Передача мяча в парах правой и левой ногой	с приемом	9	
			2. Передача мяча в парах на месте правой и левой ногой в одно качания		
			3. Передача мяча в парах на месте правой и левой ногой в движении с приемом		
			4. Передача мяча в парах на месте правой и левой ногой в движении в одно касание		
3	3 неделя	Удары по мячу правой и левой ногой	1. Удары по мячу с места правой и левой ногой	9	Формирование навыка
			2. Удары по мячу в движении правой и левой ногой		
			3. Удары по мячу с места после передачи правой и левой ногой		
			4. Удары по мячу в движении после передачи правой и левой ногой		
4	4 неделя	Удары по мячу головой	1. Удары по мячу головой с места	9	Формирование навыка
			2. Удары головой в движении		
			3. Удары головой в падении		
			4. Удары головой в борьбе с защитником		
5	5 неделя	Прием мяча правой, левой ногой, грудью и бедром	1. Прием мяча на месте правой, левой ногой, грудью и бедром	9	Формирование навыка
			2. Прием мяча в движении правой, левой ногой, грудью		

			и бедром		
			3. Прием мяча на месте после дальней передачи правой, левой ногой, грудью и бедром		
			4. Прием мяча в движении после дальней передачи правой, левой ногой, грудью и бедром		
6	6 неделя	Прием мяча правой, левой ногой, грудью и бедром с последующим ударом или передачей на партнера	1. Прием мяча на месте правой, левой ногой, грудью и бедром с последующим ударом	9	Формирование навыка
			2. Прием мяча в движении правой, левой ногой, грудью и бедром с последующим ударом		
			3. Прием мяча на месте правой, левой ногой, грудью и бедром с последующим пасом партнеру		
			4. Прием мяча в движении правой, левой ногой, грудью и бедром с последующим пасом партнеру		
7	7 неделя	Техника защиты	1. Техника защиты два в один	9	Формирование навыка
			2. Техника защиты два в два		
			3. Техника защиты два в два		
			4. Техника защиты два в два		
	8 неделя		1. Техника атаки два		Формирование

8		Техника атаки	<p>в один</p> <p>2. Техника атаки два в два</p> <p>3. Техника атаки два в два</p> <p>4. Техника атаки два в два</p>	9	навыка
9	9 неделя	Техника ловли и отражения мяча вратарем	<p>1. Техника ловли мяча вратарем гося силу мяча об пол</p> <p>2. Техника ловли мяча вратарем прижимая мяч к телу</p> <p>3. Техника отражения мяча вратарем кулоками</p> <p>4. Техника отражения мяча вратарем ладонями в стороны</p>	9	Формирование навыка
10	10 неделя	Игра в стенку с последующим ударом	<p>1.Игра в стенку двумя игроками с последующим ударом</p> <p>2.Игра в стенку двумя игроками на третьего с последующим ударом</p> <p>3. Игра в стенку двумя игроками с последующим ударом (пассивное воздействие защитников)</p> <p>4. Игра в стенку двумя игроками на третьего с последующим ударом (пассивное воздействие</p>	9	Формирование навыка

			защитников)		
11	11 неделя	Обманные движения	1. Обманные движения уход в сторону от защитника использованием корпуса	9	Формирование навыка
			2. Обманные движения разножка и уход в сторону от защитника		
			3. Обманные движения перекладывания мяча с ноги на ногу и уход в сторону от защитника		
			4. Обманные движения убирая мяч под себя на замахи		
12	12 неделя	Обманные движения с последующим ударом по воротам или передачей	1. Обманные движения уход в сторону от защитника использованием корпуса с последующим ударом по воротам или передачей	9	Формирование навыка
			2. Обманные движения разножка и уход в сторону от защитника с последующим ударом по воротам или передачей		
			3. . Обманные движения перекладывания мяча с ноги на ногу и уход в сторону от защитника с последующим ударом по воротам		

			или передачей		
			4. Обманные движения убирая мяч под себя на замахи с последующим ударом по воротам или передачей		
13	13 неделя	Техника розыгрыша стандартных положений	1.Техника розыгрыша углового удара	9	Формирование навыка
			2.Техника розыгрыша штрафного удара		
			3.Техника розыгрыша свободного удара		
			4.Техника розыгрыша в вода мяча из боковой линии		
14	14 неделя	Повторение передачи мяча в парах правой и левой ногой	1. Передача мяча в парах на месте правой и левой ногой с приемом	9	Отработка навыка
			2. Передача мяча в парах на месте правой и левой ногой в одно качания		
			3. Передача мяча в парах на месте правой и левой ногой в движении с приемом		
			4. Передача мяча в парах на месте правой и левой ногой в движении в одно касание		
15	15 неделя	Повторение удара по	1.Удары по мячу с места правой и левой ногой		Отработка навыка
			2.Удары по мячу в движении правой и		

		мячу правой и левой ногой	левой ногой 3. Удары по мячу с места после передачи правой и левой ногой 4. Удары по мячу в движении после передачи правой и левой ногой	9	
16	16 неделя	Повторение удара по мячу головой	1. Удары по мячу головой с места 2. Удары головой в движении 3. Удары головой в падении 4. Удары головой в борьбе с защитником	9	Отработка навыка
17	17 неделя	Повторение приема мяча правой, левой ногой, грудью и бедром	1. Прием мяча на месте правой, левой ногой, грудью и бедром 2. Прием мяча в движении правой, левой ногой, грудью и бедром 3. Прием мяча на месте после дальней передачи правой, левой ногой, грудью и бедром 4. Прием мяча в движении после дальней передачи правой, левой ногой, грудью и бедром	9	Отработка навыка
18	18 неделя	Повторение приема мяча правой, левой ногой, грудью и бедром с последующим ударом или передачей на партнера	1. Прием мяча на месте правой, левой ногой, грудью и бедром с последующим ударом 2. Прием мяча в движении правой, левой ногой, грудью и бедром с	9	Отработка навыка

			<p>последующим ударом</p> <p>3. Прием мяча на месте правой, левой ногой, грудью и бедром с</p> <p>последующим пасом партнеру</p> <p>4. Прием мяча в движении правой, левой ногой, грудью и бедром с последующим пасом партнеру</p>		
19	19 неделя	Повторение Техники защиты	<p>1. Техника защиты два в один</p> <p>2. Техника защиты два в два</p> <p>3. Техника защиты два в два</p> <p>4. Техника защиты два в два</p>	9	Отработка навыка
20	20 неделя	Повторение техники атаки	<p>1. Техника атаки два в один</p> <p>2. Техника атаки два в два</p> <p>3. Техника атаки два в два</p> <p>4. Техника атаки два в два</p>	9	Отработка навыка
21	21 неделя	Повторение техники ловли и отражения мяча вратарем	<p>1. Техника ловли мяча вратарем гося силу мяча об пол</p> <p>2. Техника ловли мяча вратарем прижимая мяч к телу</p> <p>3. Техника отражения мяча вратарем кулоками</p> <p>3. Техника отражения мяча вратарем ладонями в</p>	9	Отработка навыка

			стороны 4.		
22	22 неделя	Повторение игры в стенку с последующим ударом	1.Игра в стенку двумя игроками с последующим ударом 2.Игра в стенку двумя игроками на третьего с последующим ударом 3. Игра в стенку двумя игроками с последующим ударом (пассивное воздействие защитников) 4. Игра в стенку двумя игроками на третьего с последующим ударом (пассивное воздействие защитников)	9	Отработка навыка
23	23 неделя	Повторение обманных движения	1. Обманные движения уход в сторону от защитника использованием корпуса 2.Обманные движения разножка и уход в сторону от защитника 3. Обманные движения перекладывания мяча с ноги на ногу и уход в сторону от защитника 4.Обманные движения убирая мяч под себя на замахи	9	Отработка навыка

24	24 неделя	Повторение Обманных движения с последующим ударом по воротам или передачей	<p>1. Обманные движения уход в сторону от защитника использованием корпуса с последующим ударом по воротам или передачей</p> <p>2. Обманные движения разножка и уход в сторону от защитника с последующим ударом по воротам или передачей</p> <p>3. . Обманные движения переключивания мяча с ноги на ногу и уход в сторону от защитника с последующим ударом по воротам или передачей</p> <p>4. Обманные движения убирая мяч под себя на замахи с последующим ударом по воротам или передачей</p>	9	Отработка навыка
25	25 неделя	Повторение техники розыгрыша стандартных положений	<p>1. Техника розыгрыша углового удара</p> <p>2. Техника розыгрыша штрафного удара</p> <p>3. Техника розыгрыша свободного удара</p> <p>4. Техника розыгрыша в вода мяча из боковой</p>	9	Отработка навыка

			линии		
26	26 неделя	Закрепление передачи мяча в парах правой и левой ногой	<p>1. Передача мяча в парах на месте правой и левой ногой с приемом</p> <p>2. Передача мяча в парах на месте правой и левой ногой в одно качания</p> <p>3. Передача мяча в парах на месте правой и левой ногой в движении с приемом</p> <p>4. Передача мяча в парах на месте правой и левой ногой в движении в одно касание</p>	9	Сформированный навык
27	27 неделя	Закрепление удара по мячу правой и левой ногой	<p>1. Удары по мячу с места правой и левой ногой</p> <p>2. Удары по мячу в движении правой и левой ногой</p> <p>3. Удары по мячу с места после передачи правой и левой ногой</p> <p>4. Удары по мячу в движении после передачи правой и левой ногой</p>	9	Сформированный навык
28	28 неделя	Закрепление удара по мячу головой	<p>1. Удары по мячу головой с места</p> <p>2. Удары головой в движении</p> <p>3. Удары головой в падении</p> <p>4. Удары головой в борьбе с защитником</p>	9	Сформированный навык
29			1. Прием мяча на месте правой, левой		Сформированный

	29 неделя	Закрепление приема мяча правой, левой ногой, грудью и бедром	<p>нагой, грудью и бедром</p> <p>2. Прием мяча в движении правой, левой ногой, грудью и бедром</p> <p>3. Прием мяча на месте после дальней передачи правой, левой ногой, грудью и бедром</p> <p>4. Прием мяча в движении после дальней передачи правой, левой ногой, грудью и бедром</p>	9	ый навык
30	30 неделя	Закрепление приема мяча правой, левой ногой, грудью и бедром с последующим ударом или передачей на партнера	<p>1. Прием мяча на месте правой, левой ногой, грудью и бедром с последующим ударом</p> <p>2. Прием мяча в движении правой, левой ногой, грудью и бедром с последующим ударом</p> <p>3. Прием мяча на месте правой, левой ногой, грудью и бедром с последующим пасом партнеру</p> <p>4. Прием мяча в движении правой, левой ногой, грудью и бедром с последующим пасом партнеру</p>	9	Сформированный навык
31	31 неделя	Закрепление техники защиты	<p>1. Техника защиты два в один</p> <p>2. Техника защиты два в два</p>		Сформированный навык

			3. Техника защиты два в два	9	
			4. Техника защиты два в два		
32	32 неделя	Закрепление техники атаки	1. Техника атаки два в один	9	Сформированный навык
			2. Техника атаки два в два		
			3. Техника атаки два в два		
			4. Техника атаки два в два		
33	33 неделя	Закрепление техники ловли и отражения мяча вратарем	1. Техника ловли мяча вратарем гося силу мяча об пол	9	Сформированный навык
			2. Техника ловли мяча вратарем прижимая мяч к телу		
			3. Техника отражения мяча вратарем кулоками		
			4. Техника отражения мяча вратарем ладонями в стороны		
34	34 неделя	Закрепление игры в стенку с последующим ударом	1. Игра в стенку двумя игроками с последующим ударом	9	Сформированный навык
			2. Игра в стенку двумя игроками на третьего с последующим ударом		
			3. Игра в стенку двумя игроками с последующим ударом (пассивное воздействие защитников)		
			4. Игра в стенку двумя игроками на третьего с		

			последующим ударом (пассивное воздействие защитников)		
35	35 неделя	Закрепление обманных движения	<p>1. Обманные движения уход в сторону от защитника использованием корпуса</p> <p>2. Обманные движения разножка и уход в сторону от защитника</p> <p>3. Обманные движения переключивания мяча с ноги на ногу и уход в сторону от защитника</p> <p>4. Обманные движения убирая мяч под себя на замахи</p>	9	Сформированный навык
36	36 неделя	Закрепление Обманных движения с последующим ударом по воротам или передачей	<p>1. Обманные движения уход в сторону от защитника использованием корпуса с последующим ударом по воротам или передачей</p> <p>2. Обманные движения разножка и уход в сторону от защитника с последующим ударом по воротам или передачей</p> <p>3. . Обманные движения переключивания мяча с ноги на ногу и уход в сторону от</p>	9	Сформированный навык

			защитника с последующим ударом по воротам или передачей		
			4. Обманные движения убирая мяч под себя на замахи с последующим ударом по воротам или передачей		
37	37 неделя	Закрепление техники розыгрыша стандартных положений	1.Техника розыгрыша углового удара 2.Техника розыгрыша штрафного удара 3.Техника розыгрыша свободного удара 4.Техника розыгрыша в вода мяча из боковой линии	9	Сформированный навык
38	38 неделя	Сдача переводных нормативов	1.Сдача нормативов 2. Сдача нормативов 3. Сдача нормативов 4. Сдача нормативов	9	Удачная сдача переводных нормативов
Итого:				342	

2.5 Календарный план воспитательных работ

№	Время проведения	Содержание	Объем (час)
1	Сентябрь	1.Профилактика антитеррористического движения, пожарная безопасность. 2.Правила дорожного движения.	1
2	Декабрь	1.Совершенствование нравственных качеств личности, умение пользоваться полученными знаниями в межличностном общении. 2. Умение пользоваться знаниями о здоровом образе жизни, жить по принципу «В здоровом теле - здоровый дух».	1

3	Март	1. встреча учащихся отделений с сотрудниками ГИБДД, беседа на тему: "Профилактика травматизма и несчастных случаев с детьми на дорогах". 2. Встреча с инспектором ОДН с целью профилактики правонарушений, курения, наркомании и алкоголизма среди несовершеннолетних.	1
---	------	---	---

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Андреев С. Н., Алиев Э. Г. Мини-футбол в школе.- М.: Советский спорт, 2008.
2. А. В.Кенеман. Детские народные подвижные игры. М. Просвещение,1995.
3. Андреев С.Н., Алиев Э.Г.. Мини-футбол в школе. – М.: Советский спорт, 2006.
4. Г. А.Колодницкий, В. С.Кузнецов, М. В. Маслов. Внеурочная деятельность. Футбол. - Москва, «Просвещение», 2011.
5. Богин М. М. Обучение двигательным действиям. – М.: Физкультура и спорт, 1985.
6. Иванченко В.И. Занятия в системе дополнительного образования детей. – Ростов н/Д: Учитель, 2007.
7. Лях В. И., Зданевич А. А. Программы общеобразовательных учреждений. Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов. – М.: «Просвещение», 2006.
8. Мини-футбол на уроке физической культуры. М.: ТВТ Дивизион, 2006.
9. Мини-футбол: правила игры. Издательство М.: Регион-Про, 2007.
10. Савостьянов А. Физическое здоровье школьников. Учебное пособие. – М.: Изд-во педагогического общества России, 2006.
11. Юный футболист: Учеб. пособие для тренеров / Под ред. А. П. Лаптева и А. А. Сучилина. – М.: Физкультура и спорт, 1983.

Модуль 4 (ОФП-3)

РАЗДЕЛ 1. ОСНОВНЫЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ ПРОГРАММЫ

1.1 Пояснительная записка

Дополнительная образовательная программа по мини – футболу по своему содержанию является физкультурно-оздоровительной, по функциональному предназначению – специальной, по форме организации – секционной. Программа составлена на основе программы по мини – футболу для детско-юношеских спортивных школ. Программа дополнительного образования по мини - футболу имеет физкультурно-оздоровительную направленность.

Новизна программы заключается в комплексности планирования, обобщении передового опыта. Программа по мини – футболу направлена на содействие улучшению здоровья учащихся и на этой основе обеспечения нормального физического развития растущего организма и разностороннюю физическую подготовленность. Приобретение учащимися необходимых знаний, умений, навыков для самостоятельного использования физических упражнений с целью поддержания высокой работоспособности во всех периодах жизни, а также воспитания навыков для самостоятельных занятий и умения вести здоровый образ жизни. Развивать физические качества, необходимые для овладения игрой мини – футбол, придерживаться принципов гармоничности, оздоровительной направленности учебного процесса. Данная программа направлена на привитие учащимся умения правильно выполнять основные технические приемы и тактические действия, обеспечение разносторонней физической подготовки.

Программа призвана подготовить детей к сдаче учебных нормативов по физической и технической подготовке в соответствии с их возрастом, сообщить элементарные теоретические сведения. Наше образовательное учреждение, стремится к укреплению здоровья обучающихся школы, в том числе и через Мини-футбол. Программа является модифицированной.

Данная программа разработана на основе типовой программы для спортивных школ и включает в себя следующие годы обучения:

- 1- Модуль 1 (Стартовый)
- 2-Модуль 2 (ОФП-1)
- 3- Модуль 3 (ОФП-2)
- 4- Модуль 4 (ОФП-3)
- 5- Модуль 5 (Углубленный 1 год)
- 6 Модуль 6 (Углубленный 2 год)
- 7- Модуль 7 (Углубленный 3 год)

Программа имеет, спортивно-массовую направленность (вид спорта - футбол) и призвана осуществлять 3 исключительно важных функции:

- 1-создавать эмоционально значимую среду для развития обучающегося и переживания им «ситуации успеха»;
- 2-способствовать осознанию и дифференциации личностно-значимых интересов личности;
- 3-выполнять защитную функцию по отношению к личности, компенсируя ограниченные возможности индивидуального развития обучающегося в

условиях общеобразовательной школы реализацией личностного потенциала в условиях дополнительного образования.

Направленность программы

Физкультурно-спортивная

Уровень освоения

Общекультурный, базовый до углубленного

Отличительные особенности

мини-футбол является то, что ее основой станет не только технико-тактическая подготовка юных футболистов, но и общее физическое развитие детей. Помимо этого программа способствует расширению спортивного кругозора, активизирует интерес детей к спорту как таковому.

Адресат программы

Программа адресована учащимся 6– 18 лет

В коллектив принимаются все желающие, не имеющие медицинских противопоказаний.

Актуальность

Актуальность программы состоит в том, что в настоящее время значительная часть школьников занимается физическими упражнениями лишь на уроках физической культуры. Слабая физическая подготовка не позволяет им успешно сдавать учебные нормативы по физической культуре в школе. Поэтому одной из важнейших задач стоящих перед тренером является привлечение как можно большего числа школьников к систематическим занятиям в различных секциях для повышения уровня физической подготовленности. Данная программа отличается от других тем, что основой подготовки занимающихся в секции является не только технико–тактическая подготовка юных футболистов, но и общефизическая подготовка, направленная на более высокий показатель физического развития школьников. Расширяется кругозор и интерес занимающихся к данному виду спорта.

1.2 Цель и задачи программы

Цель программы:

формирование устойчивых мотивов и потребностей бережного отношения к собственному здоровью, стремления к активным занятиям физической культурой и спортом, физической красоте, через занятия мини-футболом.

Задачи программы:

1. Обучить технике и тактике игры в футбол;
2. Развивать у учащихся двигательные качества, способность к оценке силовых, пространственных и временных параметров движений, формировать умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями;
3. Воспитывать у школьников нравственные и волевые качества, потребность в личном физическом совершенствовании.

1.3 Содержание программы

Учебный план 4 года обучения

№ п/п	Названия раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Знакомство обучающихся друг с другом. Выявление уровня первичной подготовки детей в данном виде деятельности	5	5	0	Анкетирование, опрос
2	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности	10	10	0	Опрос
3	Техническая подготовка	60	15	45	Нормативы
4	Тактическая подготовка	60	15	45	Опрос
5	Общая физическая подготовка	60	15	45	Нормативы
6	Специальная физическая подготовка	60	15	45	Нормативы
7	Игровая подготовка	60	15	45	
8	Итоговое занятие. Сдача контрольных нормативов	27	0	27	Нормативы, Тестирование
	Итого:	342	90	252	

Содержание учебного плана 4 года обучения

1. Знакомство обучающихся друг с другом. Выявление уровня первичной подготовки детей в данном виде деятельности.

2. Вводное занятие.

Вводное занятие. ТБ

Теория: Знакомство с программой. Беседа о технике безопасности.

Беседа о здоровом образе жизни

Теория: Значение здорового образа жизни. Базовые представления о приемах самоконтроля.

Личная гигиена: уход за телом, закаливание, простейшие приемы самомассажа.

История и развитие мирового и отечественного футбола.

Теория: Лекция об истории и развитии футбола. Краткий обзор возникновения и развития мини-футбола. Год рождения мини-футбола.

Основатель игры в футбол.

Родина мини-футбола. Первые шаги мини-футбола в мире и у нас в стране.

Развитие мини-футбола среди школьников. Описание игры. Показ наглядных материалов.

Правила игры.

Теория: Состав команды, замена игроков. Права и обязанности игроков. Правила игры.

Основы судейской терминологии и жеста. Виды соревнований. Понятие о методике судейства.

Соревнования по мини-футболу среди школьников.

3. Техническая подготовка.

Передвижения без мяча.

Теория: Способы передвижения без мяча.

Практика: Бег - по прямой, изменяя направление и скорость, приставным и крестным шагом (вправо, влево). Прыжки: вверх толчком двух ног с места и толчком двух ног с места и с разбега. Повороты во время бега налево и направо. Остановки во время бега: выпадом и прыжками (на обе ноги).

Приемы владения мячом ногами.

Теория: Классификация ударов по мячу. Строение нижних конечностей.

Практика: Удары по мячу серединой подъема ноги. Удары по мячу внутренней частью подъема ноги. Удары по мячу внешней частью подъема ноги. Удары по мячу внутренней стороной стопы. Удары по мячу внешней стороной стопы. Удар носком.

Удар пяткой. Жонглирование мячом.

Приемы игры головой.

Теория: Правила безопасности при ударе по мячу головой.

Практика: Удары по мячу лобной частью головы (с места, в броске, в прыжке). Удары по мячу боковой частью головы.

Остановка мяча.

Теория: Способы остановки мяча. Запрещенные приемы обработки мяча.

Практика: Остановка мяча подошвой. Остановка мяча внутренней стороной стопы.

Остановка мяча серединой подъема. Остановка мяча голенью. Остановка мяча бедром.

Остановка мяча грудью. Остановка мяча головой.

Ведение мяча.

Теория: Различные способы ведения мяча.

Практика: Ведение внутренней и внешней стороной стопы: правой, левой ногой и поочередно; по прямой, меняя направление, между стоек и движущихся партнеров.

Ведение серединой подъема и носком. Ведение мяча по «восьмерке».

Ведение мяча с обводкой движущихся и противоборствующих соперников.

Обманные движения (финты).

Теория: Виды и способы обманных движений.

Практика: Обучение финтам после замедления бега или остановки – неожиданный рывок с мячом (прямо или в сторону), во время ведения мяча внезапная отдача мяча назад, откидывая его подошвой партнеру, находящемуся сзади: показать ложный запах для сильного удара по мячу, а вместо удара захватить мяч ногой и уйти с ним рывком, имитируя передачу партнеру, находящемуся слева, перенести правую ногу через мяч и, наклонив

туловище влево, захватить мяч внешней частью подъема правой ноги и резко уйти вправо, этот же финт в другую сторону. При ведении показать остановку мяча подошвой (без касания или с касанием мяча подошвой) или удар пяткой назад – неожиданным рывком уйти с мячом; быстро отвести мяч подошвой под себя – рывком с мячом уйти вперед; при ведении неожиданно остановить мяч и оставить его партнеру, который движется за спиной, а самому без мяча уйти вперед, увлекая соперника («скрещивание») и др.

Отбор мяча.

Теория: Приемы отбора мяча. Способы отбора мяча перехватом и подкатом. Запрещенные способы отбора мяча.

Практика: Перехват мяча – быстрый выход на мяч с целью опередить соперника, которому адресована передача мяча. Обучение умению выбрать момент для отбора мяча, выполняя ложные движения и вызывая соперника, владеющего мячом, на определенные действия с мячом. Отбор в подкате – выбивая и останавливая мяч ногой.

Вбрасывание мяча.

Теория: Техника вбрасывания мяча вратарем после ловли.

Практика: Вбрасывание одной рукой из-за плеча, сбоку, снизу.

Техника игры вратаря

Теория: Форма вратаря. Профилактика травматизма.

Практика: Ловля катящихся и низколетающих мячей, ловля полувысоких мячей, ловля высоколетающих мячей, отбивание мяча кулаком, отбивание мяча двумя руками.

Отбивание мячей ногой. Ловля мячей, катящихся в стороне от вратаря. Ловля низких, полувысоких и высоких мячей, летящих в стороне от вратаря.

4. Тактическая подготовка

Индивидуальные действия

Теория: Роль игрока на поле. Учет индивидуальных особенностей личности при распределении игроков на поле.

Практика: Выбор места на поле. Ведение мяча и обводка. Отбор мяча.

Групповые действия

Теория: Роль групповых действий на поле.

Практика: Взаимодействие двух и более игроков. Умение точно выполнять передачу в ноги партнеру, на свободное место. Комбинации в парах: «стенка», «скрещивание», «пропуск мяча».

Позиционные действия

Теория: Выбор правильной позиции на поле.

Практика: Выбор позиции и взаимодействия игроков при атаке противника флангом и через центр.

Командные действия

Теория: Роль слаженных совместных действий команды.

Практика: Тактика защитников. Тактика игроков полузащиты. Тактика игроков нападения.

Тактическая подготовка в двусторонней игре.

5. Общая физическая подготовка.

Строевые упражнения.

Теория: Понятие о строе и командах. Классификация строевых упражнений
Практика: Строевые приемы (команды для управления группой). Построения (шеренга, колонна, фланг, дистанция и интервал). Перестроения (в одну, в две шеренги, в колонну по одному, по два). Предварительная и исполнительная части команд. Основная стойка. Повороты и передвижения (сомкнутый и разомкнутый строй, виды размыкания, перестроения, действия в строю на месте и в движении: построение, выравнивание строя, расчет в строю, повороты и полуобороты, размыкание и смыкание строя, перестроение шеренги и колонны в строю). Переход с шага на бег и с бега на шаг. Изменение скорости движения. Остановка во время движения шагом и бегом.

Элементы ходьбы и бега

Теория: Виды спортивной формы ходьбы и спортивной формы бега.
Практика: Походный шаг, строевой шаг, шаг на носках и на пятках, на внешнем своде стопы, перекатом с пятки на носок, с высоким подъемом бедер, в полуприседе, выпадами, ходьба на руках, ходьба в упоре присев сзади, в седе. Обычный бег, бег спиной вперед, бег с ускорением и замедлением темпа, бег с внезапной остановкой и сменой направления, семенящий бег, бег с высоким подниманием бедра, бег с захлестыванием голени назад, бег с отведением голени назад и наружу, бег выпадами.

Гимнастические упражнения

Теория: Виды гимнастики. Утренняя гимнастика. Спортивная гимнастика. Общеразвивающие упражнения (общая характеристика, классификация, типовые исходные положения). Практика: Упражнения без предметов: для рук и плечевого пояса, для мышц предплечья и плеча, для плечевого сустава, для мышц ног и тазового пояса, брюшного пресса, тазобедренного сустава, туловища и шеи.

Упражнения с предметами: со скакалками, резиновыми мячами, набивными мячами (1-2 кг), гантелями. Упражнения в парах, держась за мяч, упражнения в сопротивлении. Чередование упражнений руками, ногами - различные броски, выпрыгивание вверх с мячом, зажатым голеностопными суставами; в положении сидя, лежа - поднятие ног с мячом. Упражнения на гимнастических снарядах. Лазанье по гимнастической стенке, канату. Ходьба по скамейке. Смешанные висы.

Л/а упражнения

Теория: Общая характеристика и классификация основных видов л/а упражнений.

Практика: Бег: бег с ускорением 30-40 м. Низкий старт и стартовый разбег до 60 м. Челночный бег (3x10м). Эстафетный бег с этапами до 40м. Бег с препятствиями от 60 до 100 м (количество препятствий от 4 до 10), в качестве препятствий используются набивные мячи, учебные барьеры, условные окопы. Бег в чередовании с ходьбой до 400 м. Бег медленный до 3

6. Специальная физическая подготовка.

Развитие физических качеств

Теория: Определения «сила», «гибкость», «ловкость», «быстрота», «выносливость».

Практика: Упражнения на развития быстроты (бег на 5, 10, 15 м из различных исходных положений, бег с остановками и изменением направления, челночный бег, бег с отягощением, набивными мячами, бег «змейкой» между расставленными в различном положении стойками для обводки, обводка стоек на скорость, бег с быстрым изменением скорости, бег с изменением направления до 180 градусов, бег боком и спиной вперед и на перегонки). Упражнения на развитие силовых качеств (подъемы туловища, отжимания, приседания, висы, выпрыгивание вверх с двух ног в заданном темпе). Упражнения на выносливость (бег, прыжки через скакалку, напрыгивание на предметы различной высоты, серия прыжков с преодолением препятствий.). ОРУ на развитие гибкости (махи, статические упражнения, шпагат).

7. Игровая подготовка.

Участие в турнирах, соревнованиях и в товарищеских матчах.

Практика: Просмотры футбольных матчей, видеозаписей матча. Внутри школьные и районные соревнования. Подвижные игры. Спортивные игры.

8. Итоговое занятие.

Теория: Отгадывание кроссворда «Футбол».

Практика: Тестирование физической подготовленности. Показательные матчи.

Планируемые результаты освоения программы

Личностными результатами освоения, обучающимися программы являются следующие умения:

- устанавливать межличностную коммуникацию, основанную на принципах доброжелательности и уважения в процессе освоения учебных навыков, оказывать помощь и поддержку партнерам и соперникам по игровому взаимодействию;
- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в условиях тренировочной и соревновательной деятельности;
- проявлять концентрацию и устойчивость внимания во время тренировочных занятий и в условиях соревнования;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.

Метапредметными результатами освоения обучающимися программы являются следующие умения:

- характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;
- организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;

- планировать и проводить самостоятельные занятия, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;
- анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность.

Предметными результатами освоения учащимися программы являются следующие умения:

- выбирать и подготавливать инвентарь для занятий;
- правильно выполнять технические приемы, использовать их в игровой и соревновательной деятельности;
- применять простейшие тактические приемы и схемы;
- осуществлять судейство соревнований в спортивных играх.

РАЗДЕЛ 2. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ

2.1 Условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение:

Для успешной реализации программы необходим спортивный зал, в котором установлено следующее оборудование:

- ворота для игры – не менее 2;
- сетки для ворот – не менее 2 штук;
- футбольные мячи – не менее 10 штук.

Учащиеся приходят на занятия в спортивной одежде и обуви.

Для выполнения упражнений необходимы:

- скакалки;
- коврики.

Учебно-методическое и информационное обеспечение:

Для усиления интереса детей к занятиям в объединении «Мини-футболе» наиболее эффективным является построение учебного процесса следующим образом: в начале освоения каждого нового приема игры обучающимися знакомятся с правильным его выполнением и применением в игре.

обучающиеся просматривают предлагаемые фотоматериалы и показ приема тренером-преподавателем. Каждый осваивает и отрабатывает новый прием игры с другими участниками команды.

Информационное обеспечение:

1. Библиотека международной спортивной информации. //http://bmsi.ru
2. Консультант Плюсwww.consultant.ru:
3. Минспорта РФ Минспорта РФ //http://www.minsport.gov.ru/sport/
- 4.Всероссийский реестр видов спорта.
//http://www.minsport.gov.ru/sport/highsport/
priznanie-vidov-spor/

2.2 Оценочные материалы и формы аттестации

Текущий контроль

проводится на занятиях в виде наблюдения за успехами

каждого учащегося. Часто применяется такой прием, как обсуждение тактических действий предстоящей игры на макете, а также разбор и анализ проведенной игры на макете.

Промежуточный контроль

проводится в виде соревнований по мини-футболу в объединении перед зимними и весенними каникулами.

Итоговый контроль

проводится в середине мая ко Дню спорта в виде итогового турнира по мини-футболу.

Возможные формы фиксации результатов

- Протокол результатов аттестации учащихся;
- Карта учета достижений обучающегося;
- Бланки тестовых заданий по темам программ;
- Видеозапись и фотографии выступлений, участия в соревнованиях.

Формы отслеживания и фиксация образовательных результатов: информационная карта, аналитический материал, видеозапись, грамота, диплом, портфолио, протокол соревнований, фото.

Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов: открытое занятие, портфолио, соревнование.

2.3 Методические материалы

- *технические (механические) визуальные средства:* виды проекторов, видеоплэер, интерактивная доска, а также используемые с ними носители информации (оптические диски, слайды, диапозитивы и т.д.) и мультимедийные электронные средства

2.4.Календарный учебный график

Год обучения	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Кол-во учебных недель	Кол-во учебных дней	Кол-во учебных часов	Режим занятий
1 год	01.09.21	31.05.2022	38	152	342	В соответствии с расписанием

4 год обучения (ОФП-3. 9 часов)

№	Недели	Тема	УТЗ	Часы	Результат
1	1 неделя	Сдача нормативов на начало	1. Сдача нормативов	9	Успешная сдача нормативов на начало учебного
			2. Сдача нормативов		
			3. Сдача нормативов		

		учебного года	4. Сдача нормативов		года
2	2 неделя	Передача мяча в парах правой и левой ногой	1. Передача мяча в парах на месте правой и левой ногой с приемом	9	Устойчивый навык
	2. Передача мяча в парах на месте правой и левой ногой в одно качания				
	3. Передача мяча в парах на месте правой и левой ногой в движении с приемом				
	4. Передача мяча в парах на месте правой и левой ногой в движении в одно касание				
3	3 неделя	Удары по мячу правой и левой ногой	1. Удары по мячу с места правой и левой ногой	9	Сформированный навык
	2. Удары по мячу в движении правой и левой ногой				
	3. Удары по мячу с места после передачи правой и левой ногой				
	4. Удары по мячу в движении после передачи правой и левой ногой				
4	4 неделя	Удары по мячу головой	1. Удары по мячу головой с места	9	Устойчивый навык
	2. Удары головой в движении				
	3. Удары головой в падении				
	4. Удары головой в борьбе с защитником				
5	5 неделя	Прием мяча правой, левой ногой, грудью и бедром	1. Прием мяча на месте правой, левой ногой, грудью и бедром	9	Сформированный навык
	2. Прием мяча в движении правой, левой ногой, грудью и бедром				
	3. Прием мяча на месте после дальней передачи				

			правой, левой ногой, грудью и бедром		
			4. Прием мяча в движении после дальней передачи правой, левой ногой, грудью и бедром		
6	6 неделя	Прием мяча правой, левой ногой, грудью и бедром с последующим ударом или передачей на партнера	1. Прием мяча на месте правой, левой ногой, грудью и бедром с последующим ударом 2. Прием мяча в движении правой, левой ногой, грудью и бедром с последующим ударом 3. Прием мяча на месте правой, левой ногой, грудью и бедром с последующим пасом партнеру 4. Прием мяча в движении правой, левой ногой, грудью и бедром с последующим пасом партнеру	9	Устойчивый навык
7	7 неделя	Техника защиты	1. Техника защиты два в один 2. Техника защиты два в два 3. Техника защиты два в два 4. Техника защиты два в два	9	Сформированный навык
8	8 неделя	Техника атаки	1. Техника атаки два в один 2. Техника атаки два в два 3. Техника атаки два в два 4. Техника атаки два в два	9	Устойчивый навык
9	9 неделя	Прием мяча различными	1. Прием мяча в ограниченном пространстве	9	Сформированный навык

		способами. Передача мяча в движении парами.	2. Передача мяча в движении парами правой и левой ногой		
			3. Передача мяча в движении парами головой		
			4. Двух сторонняя игра		
10	10 неделя	Игра в стенку с последующим ударом	1.Игра в стенку двумя игроками с последующим ударом 2.Игра в стенку двумя игроками на третьего с последующим ударом 3. Игра в стенку двумя игроками с последующим ударом (пассивное воздействие защитников) 4. Игра в стенку двумя игроками на третьего с последующим ударом (пассивное воздействие защитников)	9	Устойчивый навык
11	11 неделя	Обманные движения	1. Обманные движения уход в сторону от защитника использованием корпуса 2.Обманные движения разножка и уход в сторону от защитника 3. Обманные движения переключивания мяча с ноги на ногу и уход в сторону от защитника 4.Обманные движения убирая мяч под себя на замахи	9	Устойчивый навык
			1. Обманные движения уход в сторону от защитника	9	Устойчивый навык

12	12 неделя	Обманные движения с последующим ударом по воротам или передачей	использованием корпуса с последующим ударом по воротам или передачей		
			2. Обманные движения разножка и уход в сторону от защитника с последующим ударом по воротам или передачей		
			3. . Обманные движения переключивания мяча с ноги на ногу и уход в сторону от защитника с последующим ударом по воротам или передачей		
			4. Обманные движения убирая мяч под себя на замахи с последующим ударом по воротам или передачей		
13	13 неделя	Техника розыгрыша стандартных положений	1. Техника розыгрыша углового удара	9	Устойчивый навык
			2. Техника розыгрыша штрафного удара		
			3. Техника розыгрыша свободного удара		
			4. Техника розыгрыша в вода мяча из боковой линии		
14	14 неделя	Повторение передачи мяча в парах правой и левой ногой	1. Передача мяча в парах на месте правой и левой ногой с приемом	9	Отработка навыка
			2. Передача мяча в парах на месте правой и левой ногой в одно качания		
			3. Передача мяча в парах на месте правой и левой ногой в движении с приемом		
			4. Передача мяча в парах на месте правой и левой ногой в движении в одно касание		
			1. Удары по мячу с места		Отработка

15	15 неделя	Повторение удара по мячу правой и левой ногой	правой и левой ногой	9	навыка
			2. Удары по мячу в движении правой и левой ногой		
			3. Удары по мячу с места после передачи правой и левой ногой		
			4. Удары по мячу в движении после передачи правой и левой ногой		
16	16 неделя	Повторение удара по мячу головой	1. Удары по мячу головой с места	9	Отработка навыка
			2. Удары головой в движении		
			3. Удары головой в падении		
			4. Удары головой в борьбе с защитником		
17	17 неделя	Повторение приема мяча правой, левой ногой, грудью и бедром	1. Прием мяча на месте правой, левой ногой, грудью и бедром	9	Отработка навыка
			2. Прием мяча в движении правой, левой ногой, грудью и бедром		
			3. Прием мяча на месте после дальней передачи правой, левой ногой, грудью и бедром		
			4. Прием мяча в движении после дальней передачи правой, левой ногой, грудью и бедром		
18	18 неделя	Повторение приема мяча правой, левой ногой, грудью и бедром с последующим ударом или	1. Прием мяча на месте правой, левой ногой, грудью и бедром с последующим ударом	9	Отработка навыка
			2. Прием мяча в движении правой, левой ногой, грудью и бедром с последующим ударом		

		передачей на партнера	3. Прием мяча на месте правой, левой ногой, грудью и бедром с последующим пасом партнеру		
			4. Прием мяча в движении правой, левой ногой, грудью и бедром с последующим пасом партнеру		
19	19 неделя	Повторение Техники защиты	1. Техника защиты два в один	9	Отработка навыка
			2. Техника защиты два в два		
			3. Техника защиты два в два		
			4. Техника защиты два в два		
20	20 неделя	Повторение техники атаки	1. Техника атаки два в один	9	Отработка навыка
			2. Техника атаки два в два		
			3. Техника атаки два в два		
			4. Техника атаки два в два		
21	21 неделя	Повторение техники ловли и отражения мяча вратарем	1. Техника ловли мяча вратарем гося силу мяча об пол	9	Отработка навыка
			2. Техника ловли мяча вратарем прижимая мяч к телу		
			3. Техника отражения мяча вратарем кулаками		
			4. Техника отражения мяча вратарем ладонями в стороны		
22	22 неделя	Повторение игры в стенку с последующим ударом	1. Игра в стенку двумя игроками с последующим ударом	9	Отработка навыка
			2. Игра в стенку двумя игроками на третьего с последующим ударом		
			3. Игра в стенку двумя игроками с последующим ударом (пассивное		

			воздействие защитников)		
			4. Игра в стенку двумя игроками на третьего с последующим ударом (пассивное воздействие защитников)		
23	23 неделя	Повторение обманных движения	1. Обманные движения уход в сторону от защитника использованием корпуса	9	Отработка навыка
			2. Обманные движения разножка и уход в сторону от защитника		
			3. Обманные движения перекладывания мяча с ноги на ногу и уход в сторону от защитника		
			4. Обманные движения убирая мяч под себя на замахи		
24	24 неделя	Повторение Обманных движения с последующим ударом по воротам или передачей	1. Обманные движения уход в сторону от защитника использованием корпуса с последующим ударом по воротам или передачей	9	Отработка навыка
			2. Обманные движения разножка и уход в сторону от защитника с последующим ударом по воротам или передачей		
			3. . Обманные движения перекладывания мяча с ноги на ногу и уход в сторону от защитника с последующим ударом по воротам или передачей		
			4. Обманные движения убирая мяч под себя на замахи с последующим ударом по воротам или передачей		
25	25	Повторение	1. Техника розыгрыша	9	Отработка

	неделя	техники розыгрыша стандартных положений	<p>углового удара</p> <p>2. Техника розыгрыша штрафного удара</p> <p>3. Техника розыгрыша свободного удара</p> <p>4. Техника розыгрыша в вода мяча из боковой линии</p>		навыка
26	26 неделя	Закрепление передачи мяча в парах правой и левой ногой	<p>1. Передача мяча в парах на месте правой и левой ногой с приемом</p> <p>2. Передача мяча в парах на месте правой и левой ногой в одно качания</p> <p>3. Передача мяча в парах на месте правой и левой ногой в движении с приемом</p> <p>4. Передача мяча в парах на месте правой и левой ногой в движении в одно касание</p>	9	Сформированный навык
27	27 неделя	Закрепление удара по мячу правой и левой ногой	<p>1. Удары по мячу с места правой и левой ногой</p> <p>2. Удары по мячу в движении правой и левой ногой</p> <p>3. Удары по мячу с места после передачи правой и левой ногой</p> <p>4. Удары по мячу в движении после передачи правой и левой ногой</p>	9	Сформированный навык
28	28 неделя	Закрепление удара по мячу головой	<p>1. Удары по мячу головой с места</p> <p>2. Удары головой в движении</p> <p>3. Удары головой в падении</p> <p>4. Удары головой в борьбе с защитником</p>	9	Сформированный навык
29	29	Закрепление приема мяча	1. Прием мяча на месте правой, левой ногой,		Сформированный

	неделя	правой, левой ногой, грудью и бедром	<p>грудью и бедром</p> <p>2. Прием мяча в движении правой, левой ногой, грудью и бедром</p> <p>3. Прием мяча на месте после дальней передачи правой, левой ногой, грудью и бедром</p> <p>4. Прием мяча в движении после дальней передачи правой, левой ногой, грудью и бедром</p>	9	навык
30	30 неделя	Закрепление приема мяча правой, левой ногой, грудью и бедром с последующим ударом или передачей на партнера	<p>1. Прием мяча на месте правой, левой ногой, грудью и бедром с последующим ударом</p> <p>2. Прием мяча в движении правой, левой ногой, грудью и бедром с последующим ударом</p> <p>3. Прием мяча на месте правой, левой ногой, грудью и бедром с последующим пасом партнеру</p> <p>4. Прием мяча в движении правой, левой ногой, грудью и бедром с последующим пасом партнеру</p>	9	Сформированный навык
31	31 неделя	Закрепление техники защиты	<p>1. Техника защиты два в один</p> <p>2. Техника защиты два в два</p> <p>3. Техника защиты два в два</p> <p>4. Техника защиты два в два</p>	9	Сформированный навык
32	32 неделя	Закрепление техники атаки	<p>1. Техника атаки два в один</p> <p>2. Техника атаки два в два</p> <p>3. Техника атаки два в два</p> <p>4. Техника атаки два в два</p>	9	Сформированный навык

33	33 неделя	Закрепление техники ловли и отражения мяча вратарем	1. Техника ловли мяча вратарем гося силу мяча об пол	9	Сформированный навык
			2. Техника ловли мяча вратарем прижимая мяч к телу		
			3. Техника отражения мяча вратарем кулаками		
			4. Техника отражения мяча вратарем ладонями в стороны		
34	34 неделя	Закрепление игры в стенку с последующим ударом	1. Игра в стенку двумя игроками с последующим ударом	9	Сформированный навык
			2. Игра в стенку двумя игроками на третьего с последующим ударом		
			3. Игра в стенку двумя игроками с последующим ударом (пассивное воздействие защитников)		
			4. Игра в стенку двумя игроками на третьего с последующим ударом (пассивное воздействие защитников)		
35	35 неделя	Закрепление обманных движения	1. Обманные движения уход в сторону от защитника использованием корпуса	9	Сформированный навык
			2. Обманные движения разножка и уход в сторону от защитника		
			3. Обманные движения перекладывания мяча с ноги на ногу и уход в сторону от защитника		
			4. Обманные движения убирая мяч под себя на замахи		
36	36 неделя	Закрепление Обманных движения с	1. Обманные движения уход в сторону от защитника		

		последующим ударом по воротам или передачей	использованием корпуса с последующим ударом по воротам или передачей	9	Сформированный навык
			2. Обманные движения разножка и уход в сторону от защитника с последующим ударом по воротам или передачей		
			3. . Обманные движения переключивания мяча с ноги на ногу и уход в сторону от защитника с последующим ударом по воротам или передачей		
			4. Обманные движения убирая мяч под себя на замахи с последующим ударом по воротам или передачей		
37	37 неделя	Закрепление техники розыгрыша стандартных положений	1. Техника розыгрыша углового удара	9	Сформированный навык
			2. Техника розыгрыша штрафного удара		
			3. Техника розыгрыша свободного удара		
			4. Техника розыгрыша в вода мяча из боковой линии		
38	38 неделя	Сдача переводных нормативов	1. Сдача нормативов	9	Удачная сдача переводных нормативов
			2. Сдача нормативов		
			3. Сдача нормативов		
			4. Сдача нормативов		
Итого:			342		

2.5 Календарный план воспитательных работ

№	Время проведения	Содержание	Объем (час)
1	Сентябрь	1.Профилактика антитеррористического движения, пожарная безопасность. 2.Правила дорожного движения.	1

2	Декабрь	<p>1. Совершенствование нравственных качеств личности, умение пользоваться полученными знаниями в межличностном общении.</p> <p>2. Умение пользоваться знаниями о здоровом образе жизни, жить по принципу «В здоровом теле - здоровый дух».</p>	1
3	Март	<p>1. встреча учащихся отделений с сотрудниками ГИБДД, беседа на тему: "Профилактика травматизма и несчастных случаев с детьми на дорогах".</p> <p>2. Встреча с инспектором ОДН с целью профилактики правонарушений, курения, наркомании и алкоголизма среди несовершеннолетних.</p>	1

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Андреев С. Н., Алиев Э. Г. Мини-футбол в школе.- М.: Советский спорт, 2008.
2. А. В.Кенеман. Детские народные подвижные игры. М. Просвещение,1995.
3. Андреев С.Н., Алиев Э.Г.. Мини-футбол в школе. – М.: Советский спорт, 2006.
4. Г. А.Колодницкий, В. С.Кузнецов, М. В. Маслов. Внеурочная деятельность. Футбол. - Москва, «Просвещение», 2011.
5. Богин М. М. Обучение двигательным действиям. – М.: Физкультура и спорт, 1985.
6. Иванченко В.И. Занятия в системе дополнительного образования детей. – Ростов н/Д: Учитель, 2007.
7. Лях В. И., Зданевич А. А. Программы общеобразовательных учреждений. Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов. – М.: «Просвещение», 2006.
8. Мини-футбол на уроке физической культуры. М.: ТВТ Дивизион, 2006.
9. Мини-футбол: правила игры. Издательство М.: Регион-Про, 2007.
10. Савостьянов А. Физическое здоровье школьников. Учебное пособие. – М.: Изд-во педагогического общества России, 2006.
11. Юный футболист: Учеб. пособие для тренеров / Под ред. А. П. Лаптева и А. А. Сучилина. – М.: Физкультура и спорт, 1983.

Модуль 5 (Углубленный 1 год)

РАЗДЕЛ 1. ОСНОВНЫЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ ПРОГРАММЫ

1.1 Пояснительная записка

Дополнительная образовательная программа по мини – футболу по своему содержанию является физкультурно-оздоровительной, по функциональному предназначению – специальной, по форме организации – секционной. Программа составлена на основе программы по мини – футболу для детско-юношеских спортивных школ. Программа дополнительного образования по мини - футболу имеет физкультурно-оздоровительную направленность.

Новизна программы заключается в комплексности планирования, обобщении передового опыта. Программа по мини – футболу направлена на содействие улучшению здоровья учащихся и на этой основе обеспечения нормального физического развития растущего организма и разностороннюю физическую подготовленность. Приобретение учащимися необходимых знаний, умений, навыков для самостоятельного использования физических упражнений с целью поддержания высокой работоспособности во всех периодах жизни, а также воспитания навыков для самостоятельных занятий и умения вести здоровый образ жизни. Развивать физические качества, необходимые для овладения игрой мини – футбол, придерживаться принципов гармоничности, оздоровительной направленности учебного процесса. Данная программа направлена на привитие учащимся умения правильно выполнять основные технические приемы и тактические действия, обеспечение разносторонней физической подготовки.

Программа призвана подготовить детей к сдаче учебных нормативов по физической и технической подготовке в соответствии с их возрастом, сообщить элементарные теоретические сведения. Наше образовательное учреждение, стремится к укреплению здоровья обучающихся школы, в том числе и через Мини-футбол. Программа является модифицированной.

Данная программа разработана на основе типовой программы для спортивных школ и включает в себя следующие годы обучения:

- 1- Модуль 1 (Стартовый)
- 2-Модуль 2 (ОФП-1)
- 3- Модуль 3 (ОФП-2)
- 4- Модуль 4 (ОФП-3)
- 5- Модуль 5 (Углубленный 1 год)
- 6 Модуль 6 (Углубленный 2 год)
- 7- Модуль 7 (Углубленный 3 год)

Программа имеет, спортивно-массовую направленность (вид спорта - футбол) и призвана осуществлять 3 исключительно важных функции:

- 1-создавать эмоционально значимую среду для развития обучающегося и переживания им «ситуации успеха»;
- 2-способствовать осознанию и дифференциации личностно-значимых интересов личности;
- 3-выполнять защитную функцию по отношению к личности, компенсируя ограниченные возможности индивидуального развития обучающегося в

условиях общеобразовательной школы реализацией личностного потенциала в условиях дополнительного образования.

Направленность программы

Физкультурно-спортивная

Уровень освоения

Общекультурный, базовый до углубленного

Отличительные особенности

мини-футбол является то, что ее основой станет не только технико-тактическая подготовка юных футболистов, но и общее физическое развитие детей. Помимо этого программа способствует расширению спортивного кругозора, активизирует интерес детей к спорту как таковому.

Адресат программы

Программа адресована учащимся 6– 18 лет

В коллектив принимаются все желающие, не имеющие медицинских противопоказаний.

Актуальность

Актуальность программы состоит в том, что в настоящее время значительная часть школьников занимается физическими упражнениями лишь на уроках физической культуры. Слабая физическая подготовка не позволяет им успешно сдавать учебные нормативы по физической культуре в школе. Поэтому одной из важнейших задач стоящих перед тренером является привлечение как можно большего числа школьников к систематическим занятиям в различных секциях для повышения уровня физической подготовленности. Данная программа отличается от других тем, что основой подготовки занимающихся в секции является не только технико–тактическая подготовка юных футболистов, но и общефизическая подготовка, направленная на более высокий показатель физического развития школьников. Расширяется кругозор и интерес занимающихся к данному виду спорта.

1.2 Цель и задачи программы

Цель программы:

формирование устойчивых мотивов и потребностей бережного отношения к собственному здоровью, стремления к активным занятиям физической культурой и спортом, физической красоте, через занятия мини-футболом.

Задачи программы:

1. Обучить технике и тактике игры в футбол;
2. Развивать у учащихся двигательные качества, способность к оценке силовых, пространственных и временных параметров движений, формировать умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями;

3. Воспитывать у школьников нравственные и волевые качества, потребность в личном физическом совершенствовании.

1.3 Содержание программы

Учебный план 5 года обучения

№ п/п	Названия раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Знакомство обучающихся друг с другом. Выявление уровня первичной подготовки детей в данном виде деятельности	15	15	0	Анкетирование, опрос
2	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности	15	15	0	Опрос
3	Техническая подготовка	80	20	60	Нормативы
4	Тактическая подготовка	80	20	60	Опрос
5	Общая физическая подготовка	80	20	60	Нормативы
6	Специальная физическая подготовка	80	20	60	Нормативы
7	Игровая подготовка	80	20	60	
8	Итоговое занятие. Сдача контрольных нормативов	26	0	26	Нормативы, Тестирование
	Итого:	456	130	326	

Содержание учебного плана 5 года обучения

1. Знакомство обучающихся друг с другом. Выявление уровня первичной подготовки детей в данном виде деятельности.

2. Вводное занятие.

Вводное занятие. ТБ

Теория: Знакомство с программой. Беседа о технике безопасности.

Беседа о здоровом образе жизни

Теория: Значение здорового образа жизни. Базовые представления о приемах самоконтроля.

Личная гигиена: уход за телом, закаливание, простейшие приемы самомассажа.

История и развитие мирового и отечественного футбола.

Теория: Лекция об истории и развитии футбола. Краткий обзор возникновения и

развития мини-футбола. Год рождения мини-футбола. Основатель игры в футбол.

Родина мини-футбола. Первые шаги мини-футбола в мире и у нас в стране. Развитие мини-футбола среди школьников. Описание игры. Показ наглядных материалов.

Правила игры.

Теория: Состав команды, замена игроков. Права и обязанности игроков.

Правила игры.

Основы судейской терминологии и жеста. Виды соревнований. Понятие о методике судейства.

Соревнования по мини-футболу среди школьников.

3. Техническая подготовка.

Передвижения без мяча.

Теория: Способы передвижения без мяча.

Практика: Бег - по прямой, изменяя направление и скорость, приставным и крестным шагом (вправо, влево). Прыжки: вверх толчком двух ног с места и толчком двух ног с места и с разбега. Повороты во время бега налево и направо. Остановки во время бега: выпадом и прыжками (на обе ноги).

Приемы владения мячом ногами.

Теория: Классификация ударов по мячу. Строение нижних конечностей.

Практика: Удары по мячу серединой подъема ноги. Удары по мячу внутренней частью подъема ноги. Удары по мячу внешней частью подъема ноги. Удары по мячу внутренней стороной стопы. Удары по мячу внешней стороной стопы. Удар носком.

Удар пяткой. Жонглирование мячом.

Приемы игры головой.

Теория: Правила безопасности при ударе по мячу головой.

Практика: Удары по мячу лобной частью головы (с места, в броске, в прыжке). Удары по мячу боковой частью головы.

Остановка мяча.

Теория: Способы остановки мяча. Запрещенные приемы обработки мяча.

Практика: Остановка мяча подошвой. Остановка мяча внутренней стороной стопы.

Остановка мяча серединой подъема. Остановка мяча голенью. Остановка мяча бедром.

Остановка мяча грудью. Остановка мяча головой.

Ведение мяча.

Теория: Различные способы ведения мяча.

Практика: Ведение внутренней и внешней стороной стопы: правой, левой ногой и поочередно; по прямой, меняя направление, между стоек и движущихся партнеров.

Ведение серединой подъема и носком. Ведение мяча по «восьмерке».

Ведение мяча с обводкой движущихся и противоборствующих соперников.

Обманные движения (финты).

Теория: Виды и способы обманных движений.

Практика: Обучение финтам после замедления бега или остановки – неожиданный рывок с мячом (прямо или в сторону), во время ведения мяча

внезапная отдача мяча назад, откидывая его подошвой партнеру, находящемуся сзади: показать ложный запах для сильного удара по мячу, а вместо удара захватить мяч ногой и уйти с ним рывком, имитируя передачу партнеру, находящемуся слева, перенести правую ногу через мяч и, наклонив туловище влево, захватить мяч внешней частью подъема правой ноги и резко уйти вправо, этот же финт в другую сторону. При ведении показать остановку мяча подошвой (без касания или с касанием мяча подошвой) или удар пяткой назад – неожиданным рывком уйти с мячом; быстро отвести мяч подошвой под себя – рывком с мячом уйти вперед; при ведении неожиданно остановить мяч и оставить его партнеру, который движется за спиной, а самому без мяча уйти вперед, увлекая соперника («скрещивание») и др.

Отбор мяча.

Теория: Приемы отбора мяча. Способы отбора мяча перехватом и подкатом. Запрещенные способы отбора мяча.

Практика: Перехват мяча – быстрый выход на мяч с целью опередить соперника, которому адресована передача мяча. Обучение умению выбрать момент для отбора мяча, выполняя ложные движения и вызывая соперника, владеющего мячом, на определенные действия с мячом. Отбор в подкате – выбивая и останавливая мяч ногой.

Вбрасывание мяча.

Теория: Техника вбрасывания мяча вратарем после ловли.

Практика: Вбрасывание одной рукой из-за плеча, сбоку, снизу.

Техника игры вратаря

Теория: Форма вратаря. Профилактика травматизма.

Практика: Ловля катящихся и низколетящих мячей, ловля полувысоких мячей, ловля высоколетящих мячей, отбивание мяча кулаком, отбивание мяча двумя руками.

Отбивание мячей ногой. Ловля мячей, катящихся в стороне от вратаря. Ловля низких, полувысоких и высоких мячей, летящих в стороне от вратаря.

4. Тактическая подготовка

Индивидуальные действия

Теория: Роль игрока на поле. Учет индивидуальных особенностей личности при распределении игроков на поле.

Практика: Выбор места на поле. Ведение мяча и обводка. Отбор мяча.

Групповые действия

Теория: Роль групповых действий на поле.

Практика: Взаимодействие двух и более игроков. Умение точно выполнять передачу в ноги партнеру, на свободное место. Комбинации в парах: «стенка», «скрещивание», «пропуск мяча».

Позиционные действия

Теория: Выбор правильной позиции на поле.

Практика: Выбор позиции и взаимодействия игроков при атаке противника флангом и через центр.

Командные действия

Теория: Роль слаженных совместных действий команды.

Практика: Тактика защитников. Тактика игроков полузащиты. Тактика игроков нападения.

Тактическая подготовка в двусторонней игре.

5. Общая физическая подготовка.

Строевые упражнения.

Теория: Понятие о строе и командах. Классификация строевых упражнений

Практика: Строевые приемы (команды для управления группой). Построения (шеренга, колонна, фланг, дистанция и интервал). Перестроения (в одну, в две шеренги, в колонну по одному, по два). Предварительная и исполнительная части команд. Основная стойка. Повороты и передвижения (сомкнутый и разомкнутый строй, виды размыкания, перестроения, действия в строю на месте и в движении: построение, выравнивание строя, расчет в строю, повороты и полуобороты, размыкание и смыкание строя, перестроение шеренги и колонны в строю). Переход с шага на бег и с бега на шаг. Изменение скорости движения. Остановка во время движения шагом и бегом.

Элементы ходьбы и бега

Теория: Виды спортивной формы ходьбы и спортивной формы бега.

Практика: Походный шаг, строевой шаг, шаг на носках и на пятках, на внешнем своде стопы, перекатом с пятки на носок, с высоким подъемом бедер, в полуприседе, выпадами, ходьба на руках, ходьба в упоре присев сзади, в седе. Обычный бег, бег спиной вперед, бег с ускорением и замедлением темпа, бег с внезапной остановкой и сменой направления, семенящий бег, бег с высоким подниманием бедра, бег с захлестыванием голени назад, бег с отведением голени назад и наружу, бег выпадами.

Гимнастические упражнения

Теория: Виды гимнастики. Утренняя гимнастика. Спортивная гимнастика.

Общеразвивающие упражнения (общая характеристика, классификация, типовые исходные положения). Практика: Упражнения без предметов: для рук и плечевого пояса, для мышц предплечья и плеча, для плечевого сустава, для мышц ног и тазового пояса, брюшного пресса, тазобедренного сустава, туловища и шеи.

Упражнения с предметами: со скакалками, резиновыми мячами, набивными мячами (1-2 кг), гантелями. Упражнения в парах, держась за мяч, упражнения в сопротивлении. Чередование упражнений руками, ногами - различные броски, выпрыгивание вверх с мячом, зажатым голеностопными суставами; в положении сидя, лежа - поднимание ног с мячом. Упражнения на гимнастических снарядах. Лазанье по гимнастической стенке, канату. Ходьба по скамейке. Смешанные висы.

Л\а упражнения

Теория: Общая характеристика и классификация основных видов л\а упражнений.

Практика: Бег: бег с ускорением 30-40 м. Низкий старт и стартовый разбег до 60 м. Челночный бег (3x10м). Эстафетный бег с этапами до 40м. Бег с препятствиями от 60 до 100 м (количество препятствий от 4 до 10), в

качестве препятствий используются набивные мячи, учебные барьеры, условные окопы. Бег в чередовании с ходьбой до 400 м. Бег медленный до 3

6. Специальная физическая подготовка.

Развитие физических качеств

Теория: Определения «сила», «гибкость», «ловкость», «быстрота», «выносливость».

Практика: Упражнения на развития быстроты (бег на 5, 10, 15 м из различных исходных положений, бег с остановками и изменением направления, челночный бег, бег с отягощением, набивными мячами, бег «змейкой» между расставленными в различном положении стойками для обводки, обводка стоек на скорость, бег с быстрым изменением скорости, бег с изменением направления до 180 градусов, бег боком и спиной вперед и на перегонки). Упражнения на развитие силовых качеств (подъемы туловища, отжимания, приседания, висы, выпрыгивание вверх с двух ног в заданном темпе). Упражнения на выносливость (бег, прыжки через скакалку, напрыгивание на предметы различной высоты, серия прыжков с преодолением препятствий.). ОРУ на развитие гибкости (махи, статические упражнения, шпагат).

7. Игровая подготовка.

Участие в турнирах, соревнованиях и в товарищеских матчах.

Практика: Просмотры футбольных матчей, видеозаписей матча. Внутри школьные и районные соревнования. Подвижные игры. Спортивные игры.

8. Итоговое занятие.

Теория: Отгадывание кроссворда «Футбол».

Практика: Тестирование физической подготовленности. Показательные матчи.

Планируемые результаты освоения программы

Личностными результатами освоения, обучающимися программы являются следующие умения:

- устанавливать межличностную коммуникацию, основанную на принципах доброжелательности и уважения в процессе освоения учебных навыков, оказывать помощь и поддержку партнерам и соперникам по игровому взаимодействию;
- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в условиях тренировочной и соревновательной деятельности;
- проявлять концентрацию и устойчивость внимания во время тренировочных занятий и в условиях соревнования;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.

Метапредметными результатами освоения обучающимися программы являются следующие умения:

- характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;

- находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;
- организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- планировать и проводить самостоятельные занятия, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;
- анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность.

Предметными результатами освоения учащимися программы являются следующие умения:

- выбирать и подготавливать инвентарь для занятий;
- правильно выполнять технические приемы, использовать их в игровой и соревновательной деятельности;
- применять простейшие тактические приемы и схемы;
- осуществлять судейство соревнований в спортивных играх.

РАЗДЕЛ 2. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ

2.1 Условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение:

Для успешной реализации программы необходим спортивный зал, в котором установлено следующее оборудование:

- ворота для игры – не менее 2;
- сетки для ворот – не менее 2 штук;
- футбольные мячи – не менее 10 штук.

Учащиеся приходят на занятия в спортивной одежде и обуви.

Для выполнения упражнений необходимы:

- скакалки;
- коврики.

Учебно-методическое и информационное обеспечение:

Для усиления интереса детей к занятиям в объединении «Мини-футболе» наиболее эффективным является построение учебного процесса следующим образом: в начале освоения каждого нового приема игры обучающиеся знакомятся с правильным его выполнением и применением в игре.

Обучающиеся просматривают предлагаемые фотоматериалы и показ приема тренером-преподавателем. Каждый осваивает и отрабатывает новый прием игры с другими участниками команды.

Информационное обеспечение:

1. Библиотека международной спортивной информации. // <http://bmsi.ru>
2. Консультант Плюс www.consultant.ru;
3. Минспорта РФ <http://www.minsport.gov.ru/sport/>
4. Всероссийский реестр видов спорта. // <http://www.minsport.gov.ru/sport/highsport/>

2.2 Оценочные материалы и формы аттестации

Текущий контроль

проводится на занятиях в виде наблюдения за успехами каждого учащегося. Часто применяется такой прием, как обсуждение тактических действий предстоящей игры на макете, а также разбор и анализ проведенной игры на макете.

Промежуточный контроль

проводится в виде соревнований по мини-футболу в объединении перед зимними и весенними каникулами.

Итоговый контроль

проводится в середине мая ко Дню спорта в виде итогового турнира по мини-футболу.

Возможные формы фиксации результатов

- Протокол результатов аттестации учащихся;
- Карта учета достижений обучающегося;
- Бланки тестовых заданий по темам программ;
- Видеозапись и фотографии выступлений, участия в соревнованиях.

Формы отслеживания и фиксация образовательных результатов:

информационная карта, аналитический материал, видеозапись, грамота, диплом, портфолио, протокол соревнований, фото.

Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов:
открытое занятие, портфолио, соревнование.

2.3 Методические материалы

- *технические (механические) визуальные средства*: виды проекторов, видеоплэер, интерактивная доска, а также используемые с ними носители информации (оптические диски, слайды, диапозитивы и т.д.) и мультимедийные электронные средства

2.4.Календарный учебный график

Год обучения	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Кол-во учебных недель	Кол-во учебных дней	Кол-во учебных часов	Режим занятий
1 год	01.09.21	31.05.2022	38	152	456	В соответствии с расписанием

№	Недели	Тема	УТЗ	Часы	Результат
1	1 неделя	Сдача нормативов на начало учебного года	1. Сдача нормативов 2. Сдача нормативов 3. Сдача нормативов 4. Сдача нормативов	12	Успешная сдача нормативов на начало учебного года
2	2 неделя	Передача мяча в парах правой и левой ногой	1. Передача мяча в парах на месте правой и левой ногой с приемом 2. Передача мяча в парах на месте правой и левой ногой в одно качания 3. Передача мяча в парах на месте правой и левой ногой в движении с приемом 4. Передача мяча в парах на месте правой и левой ногой в движении в одно касание	12	Устойчивый навык
3	3 неделя	Удары по мячу правой и левой ногой	1. Удары по мячу с места правой и левой ногой 2. Удары по мячу в движении правой и левой ногой 3. Удары по мячу с места после передачи правой и левой ногой 4. Удары по мячу в движении после передачи правой и левой ногой	12	Сформированный навык
4	4 неделя	Удары по мячу головой	1. Удары по мячу головой с места 2. Удары головой в движении 3. Удары головой в падении 4. Удары головой в борьбе с защитником	12	Устойчивый навык
5	5 неделя	Прием мяча правой, левой ногой, грудью и бедром	1. Прием мяча на месте правой, левой ногой, грудью и бедром 2. Прием мяча в движении правой, левой ногой,	12	Сформированный навык

			грудью и бедром		
			3. Прием мяча на месте после дальней передачи правой, левой ногой, грудью и бедром		
			4. Прием мяча в движении после дальней передачи правой, левой ногой, грудью и бедром		
6	6 неделя	Прием мяча правой, левой ногой, грудью и бедром с последующим ударом или передачей на партнера	1. Прием мяча на месте правой, левой ногой, грудью и бедром с последующим ударом 2. Прием мяча в движении правой, левой ногой, грудью и бедром с последующим ударом 3. Прием мяча на месте правой, левой ногой, грудью и бедром с последующим пасом партнеру 4. Прием мяча в движении правой, левой ногой, грудью и бедром с последующим пасом партнеру	12	Устойчивый навык
7	7 неделя	Техника защиты	1. Техника защиты два в один 2. Техника защиты два в два 3. Техника защиты два в два 4. Техника защиты два в два	12	Сформированный навык
8	8 неделя	Техника атаки	1. Техника атаки два в один 2. Техника атаки два в два 3. Техника атаки два в два 4. Техника атаки два в два	12	Устойчивый навык
9	9 неделя	Техника ловли и отражения мяча вратарем	1. Техника ловли мяча вратарем гося силу мяча об пол	12	Сформированный навык

			2. Техника ловли мяча вратарем прижимая мяч к телу		
			3. Техника отражения мяча вратарем кулаками		
			4. Техника отражения мяча вратарем ладонями в стороны		
10	10 неделя	Игра в стенку с последующим ударом	1. Игра в стенку двумя игроками с последующим ударом	12	Устойчивый навык
			2. Игра в стенку двумя игроками на третьего с последующим ударом		
			3. Игра в стенку двумя игроками с последующим ударом (пассивное воздействие защитников)		
			4. Игра в стенку двумя игроками на третьего с последующим ударом (пассивное воздействие защитников)		
11	11 неделя	Обманные движения	1. Обманные движения уход в сторону от защитника использованием корпуса	12	Устойчивый навык
			2. Обманные движения разножка и уход в сторону от защитника		
			3. Обманные движения перекалывания мяча с ноги на ногу и уход в сторону от защитника		
			4. Обманные движения убирая мяч под себя на замахи		
12	12 неделя	Обманные движения с последующим ударом по воротам или передачей	1. Обманные движения уход в сторону от защитника использованием корпуса с последующим ударом по воротам или передачей	12	Устойчивый навык

			<p>2. Обманные движения разножка и уход в сторону от защитника с последующим ударом по воротам или передачей</p> <p>3. . Обманные движения переключивания мяча с ноги на ногу и уход в сторону от защитника с последующим ударом по воротам или передачей</p> <p>4. Обманные движения убирая мяч под себя на замахи с последующим ударом по воротам или передачей</p>		
13	13 неделя	Техника розыгрыша стандартных положений	<p>1. Техника розыгрыша углового удара</p> <p>2. Техника розыгрыша штрафного удара</p> <p>3. Техника розыгрыша свободного удара</p> <p>4. Техника розыгрыша в вода мяча из боковой линии</p>	12	Устойчивый навык
14	14 неделя	Повторение передачи мяча в парах правой и левой ногой	<p>1. Передача мяча в парах на месте правой и левой ногой с приемом</p> <p>2. Передача мяча в парах на месте правой и левой ногой в одно качания</p> <p>3. Передача мяча в парах на месте правой и левой ногой в движении с приемом</p> <p>4. Передача мяча в парах на месте правой и левой ногой в движении в одно касание</p>	12	Отработка навыка
15	15 неделя	Повторение удара по мячу правой и левой	<p>1. Удары по мячу с места правой и левой ногой</p> <p>2. Удары по мячу в движении правой и левой</p>	12	Отработка навыка

		ногой	нагой		
			3. Удары по мячу с места после передачи правой и левой ногой		
			4. Удары по мячу в движении после передачи правой и левой ногой		
16	16 неделя	Повторение удара по мячу головой	1. Удары по мячу головой с места	12	Отработка навыка
			2. Удары головой в движении		
			3. Удары головой в падении		
			4. Удары головой в борьбе с защитником		
17	17 неделя	Повторение приема мяча правой, левой ногой, грудью и бедром	1. Прием мяча на месте правой, левой ногой, грудью и бедром	12	Отработка навыка
			2. Прием мяча в движении правой, левой ногой, грудью и бедром		
			3. Прием мяча на месте после дальней передачи правой, левой ногой, грудью и бедром		
			4. Прием мяча в движении после дальней передачи правой, левой ногой, грудью и бедром		
18	18 неделя	Повторение приема мяча правой, левой ногой, грудью и бедром с последующим ударом или передачей на партнера	1. Прием мяча на месте правой, левой ногой, грудью и бедром с последующим ударом	12	Отработка навыка
			2. Прием мяча в движении правой, левой ногой, грудью и бедром с последующим ударом		
			3. Прием мяча на месте правой, левой ногой, грудью и бедром с последующим пасом партнеру		
			4. Прием мяча в движении		

			правой, левой ногой, грудью и бедром с последующим пасом партнеру		
19	19 неделя	Повторение Техники защиты	1. Техника защиты два в один	12	Отработка навыка
			2. Техника защиты два в два		
			3. Техника защиты два в два		
			4. Техника защиты два в два		
20	20 неделя	Повторение техники атаки	1. Техника атаки два в один	12	Отработка навыка
			2. Техника атаки два в два		
			3. Техника атаки два в два		
			4. Техника атаки два в два		
21	21 неделя	Повторение техники ловли и отражения мяча вратарем	1. Техника ловли мяча вратарем гося силу мяча об пол	12	Отработка навыка
			2. Техника ловли мяча вратарем прижимая мяч к телу		
			3. Техника отражения мяча вратарем кулаками		
			4. Техника отражения мяча вратарем ладонями в стороны		
22	22 неделя	Повторение игры в стенку с последующим ударом	1. Игра в стенку двумя игроками с последующим ударом	12	Отработка навыка
			2. Игра в стенку двумя игроками на третьего с последующим ударом		
			3. Игра в стенку двумя игроками с последующим ударом (пассивное воздействие защитников)		
			4. Игра в стенку двумя игроками на третьего с последующим ударом (пассивное воздействие защитников)		

23	23 неделя	Повторение обманных движения	1. Обманные движения уход в сторону от защитника использованием корпуса	12	Отработка навыка
			2. Обманные движения разножка и уход в сторону от защитника		
			3. Обманные движения переключивания мяча с ноги на ногу и уход в сторону от защитника		
			4. Обманные движения убирая мяч под себя на замахи		
24	24 неделя	Повторение Обманных движения с последующим ударом по воротам или передачей	1. Обманные движения уход в сторону от защитника использованием корпуса с последующим ударом по воротам или передачей	12	Отработка навыка
			2. Обманные движения разножка и уход в сторону от защитника с последующим ударом по воротам или передачей		
			3. . Обманные движения переключивания мяча с ноги на ногу и уход в сторону от защитника с последующим ударом по воротам или передачей		
			4. Обманные движения убирая мяч под себя на замахи с последующим ударом по воротам или передачей		
25	25 неделя	Повторение техники розыгрыша стандартных положений	1. Техника розыгрыша углового удара	12	Отработка навыка
			2. Техника розыгрыша штрафного удара		
			3. Техника розыгрыша свободного удара		
			4. Техника розыгрыша в вода мяча из боковой		

			линии		
26	26 неделя	Закрепление передачи мяча в парах правой и левой ногой	1. Передача мяча в парах на месте правой и левой ногой с приемом	12	Сформированный навык
			2. Передача мяча в парах на месте правой и левой ногой в одно качания		
			3. Передача мяча в парах на месте правой и левой ногой в движении с приемом		
			4. Передача мяча в парах на месте правой и левой ногой в движении в одно касание		
27	27 неделя	Закрепление удара по мячу правой и левой ногой	1. Удары по мячу с места правой и левой ногой	12	Сформированный навык
			2. Удары по мячу в движении правой и левой ногой		
			3. Удары по мячу с места после передачи правой и левой ногой		
			4. Удары по мячу в движении после передачи правой и левой ногой		
28	28 неделя	Закрепление удара по мячу головой	1. Удары по мячу головой с места	12	Сформированный навык
			2. Удары головой в движении		
			3. Удары головой в падении		
			4. Удары головой в борьбе с защитником		
29	29 неделя	Закрепление приема мяча правой, левой ногой, грудью	1. Прием мяча на месте правой, левой ногой, грудью и бедром	12	Сформированный навык
			2. Прием мяча в движении правой, левой ногой, грудью и бедром		
			3. Прием мяча на месте после дальней передачи		

		и бедром	правой, левой ногой, грудью и бедром		
			4. Прием мяча в движении после дальней передачи правой, левой ногой, грудью и бедром		
30	30 неделя	Закрепление приема мяча правой, левой ногой, грудью и бедром с последующим ударом или передачей на партнера	1. Прием мяча на месте правой, левой ногой, грудью и бедром с последующим ударом	12	Сформированный навык
			2. Прием мяча в движении правой, левой ногой, грудью и бедром с последующим ударом		
			3. Прием мяча на месте правой, левой ногой, грудью и бедром с последующим пасом партнеру		
			4. Прием мяча в движении правой, левой ногой, грудью и бедром с последующим пасом партнеру		
31	31 неделя	Закрепление техники защиты	1. Техника защиты два в один	12	Сформированный навык
			2. Техника защиты два в два		
			3. Техника защиты два в два		
			4. Техника защиты два в два		
32	32 неделя	Закрепление техники атаки	1. Техника атаки два в один	12	Сформированный навык
			2. Техника атаки два в два		
			3. Техника атаки два в два		
			4. Техника атаки два в два		
			1. Техника ловли мяча вратарем гося силу мяча об пол	12	Сформированный навык

33	33 неделя	Закрепление техники ловли и отражения мяча вратарем	2. Техника ловли мяча вратарем прижимая мяч к телу		
			3. Техника отражения мяча вратарем кулаками		
			4. Техника отражения мяча вратарем ладонями в стороны		
34	34 неделя	Закрепление игры в стенку с последующим ударом	1. Игра в стенку двумя игроками с последующим ударом	12	Сформированный навык
			2. Игра в стенку двумя игроками на третьего с последующим ударом		
			3. Игра в стенку двумя игроками с последующим ударом (пассивное воздействие защитников)		
			4. Игра в стенку двумя игроками на третьего с последующим ударом (пассивное воздействие защитников)		
35	35 неделя	Закрепление обманных движения	1. Обманные движения уход в сторону от защитника использованием корпуса	12	Сформированный навык
			2. Обманные движения разножка и уход в сторону от защитника		
			3. Обманные движения переключивания мяча с ноги на ногу и уход в сторону от защитника		
			4. Обманные движения убирая мяч под себя на замахи		
		Закрепление	1. Обманные движения уход в сторону от защитника использованием корпуса с последующим ударом по воротам или передачей	12	Сформированный навык

36	36 неделя	Обманных движения с последующим ударом по воротам или передачей	2. Обманные движения разножка и уход в сторону от защитника с последующим ударом по воротам или передачей		
			3. . Обманные движения переключивания мяча с ноги на ногу и уход в сторону от защитника с последующим ударом по воротам или передачей		
			4. Обманные движения убирая мяч под себя на замахи с последующим ударом по воротам или передачей		
37	37 неделя	Закрепление техники розыгрыша стандартных положений	1. Техника розыгрыша углового удара	12	Сформированный навык
			2. Техника розыгрыша штрафного удара		
			3. Техника розыгрыша свободного удара		
			4. Техника розыгрыша в вода мяча из боковой линии		
38	38 неделя	Сдача переводных нормативов	1. Сдача нормативов	12	Удачная сдача переводных нормативов
			2. Сдача нормативов		
			3. Сдача нормативов		
			4. Сдача нормативов		
			Итого:	456	

2.5 Календарный план воспитательных работ

№	Время проведения	Содержание	Объем (час)
1	Сентябрь	1.Профилактика антитеррористического движения, пожарная безопасность. 2.Правила дорожного движения.	1
2	Декабрь	1.Совершенствование нравственных качеств личности, умение пользоваться полученными знаниями в межличностном общении. 2. Умение пользоваться знаниями о здоровом образе жизни, жить по принципу «В здоровом теле - здоровый»	1

		дух».	
3	Март	1. встреча учащихся отделений с сотрудниками ГИБДД, беседа на тему: "Профилактика травматизма и несчастных случаев с детьми на дорогах". 2. Встреча с инспектором ОДН с целью профилактики правонарушений, курения, наркомании и алкоголизма среди несовершеннолетних.	1

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Андреев С. Н., Алиев Э. Г. Мини-футбол в школе.- М.: Советский спорт, 2008.
2. А. В.Кенеман. Детские народные подвижные игры. М. Просвещение,1995.
3. Андреев С.Н., Алиев Э.Г.. Мини-футбол в школе. – М.: Советский спорт, 2006.
4. Г. А.Колодницкий, В. С.Кузнецов, М. В. Маслов. Внеурочная деятельность. Футбол. - Москва, «Просвещение», 2011.
5. Богин М. М. Обучение двигательным действиям. – М.: Физкультура и спорт, 1985.
6. Иванченко В.И. Занятия в системе дополнительного образования детей. – Ростов н/Д: Учитель, 2007.
7. Лях В. И., Зданевич А. А. Программы общеобразовательных учреждений. Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов. – М.: «Просвещение», 2006.
8. Мини-футбол на уроке физической культуры. М.: ТВТ Дивизион, 2006.
9. Мини-футбол: правила игры. Издательство М.: Регион-Про, 2007.
10. Савостьянов А. Физическое здоровье школьников. Учебное пособие. – М.: Изд-во педагогического общества России, 2006.
11. Юный футболист: Учеб. пособие для тренеров / Под ред. А. П. Лаптева и А. А. Сучилина. – М.: Физкультура и спорт, 1983.

Модуль 6 (Углубленный 2 год)

РАЗДЕЛ 1. ОСНОВНЫЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ ПРОГРАММЫ

1.1 Пояснительная записка

Дополнительная образовательная программа по мини – футболу по своему содержанию является физкультурно-оздоровительной, по функциональному предназначению – специальной, по форме организации – секционной. Программа составлена на основе программы по мини – футболу для детско-юношеских спортивных школ. Программа дополнительного образования по мини - футболу имеет физкультурно-оздоровительную направленность.

Новизна программы заключается в комплексности планирования, обобщении передового опыта. Программа по мини – футболу направлена на содействие улучшению здоровья учащихся и на этой основе обеспечения нормального физического развития растущего организма и разностороннюю физическую подготовленность. Приобретение учащимися необходимых знаний, умений, навыков для самостоятельного использования физических упражнений с целью поддержания высокой работоспособности во всех периодах жизни, а также воспитания навыков для самостоятельных занятий и умения вести здоровый образ жизни. Развивать физические качества, необходимые для овладения игрой мини – футбол, придерживаться принципов гармоничности, оздоровительной направленности учебного процесса. Данная программа направлена на привитие учащимся умения правильно выполнять основные технические приемы и тактические действия, обеспечение разносторонней физической подготовки.

Программа призвана подготовить детей к сдаче учебных нормативов по физической и технической подготовке в соответствии с их возрастом, сообщить элементарные теоретические сведения. Наше образовательное учреждение, стремится к укреплению здоровья обучающихся школы, в том числе и через Мини-футбол. Программа является модифицированной.

Данная программа разработана на основе типовой программы для спортивных школ и включает в себя следующие годы обучения:

- 1- Модуль 1 (Стартовый)
- 2-Модуль 2 (ОФП-1)
- 3- Модуль 3 (ОФП-2)
- 4- Модуль 4 (ОФП-3)
- 5- Модуль 5 (Углубленный 1 год)
- 6 Модуль 6 (Углубленный 2 год)
- 7- Модуль 7 (Углубленный 3 год)

Программа имеет, спортивно-массовую направленность (вид спорта - футбол) и призвана осуществлять 3 исключительно важных функции:

- 1-создавать эмоционально значимую среду для развития обучающегося и переживания им «ситуации успеха»;
- 2-способствовать осознанию и дифференциации личностно-значимых интересов личности;
- 3-выполнять защитную функцию по отношению к личности, компенсируя ограниченные возможности индивидуального развития обучающегося в

условиях общеобразовательной школы реализацией личностного потенциала в условиях дополнительного образования.

Направленность программы

Физкультурно-спортивная

Уровень освоения

Общекультурный, базовый до углубленного

Отличительные особенности

мини-футбол является то, что ее основой станет не только технико-тактическая подготовка юных футболистов, но и общее физическое развитие детей. Помимо этого программа способствует расширению спортивного кругозора, активизирует интерес детей к спорту как таковому.

Адресат программы

Программа адресована учащимся 6– 18 лет

В коллектив принимаются все желающие, не имеющие медицинских противопоказаний.

Актуальность

Актуальность программы состоит в том, что в настоящее время значительная часть школьников занимается физическими упражнениями лишь на уроках физической культуры. Слабая физическая подготовка не позволяет им успешно сдавать учебные нормативы по физической культуре в школе. Поэтому одной из важнейших задач стоящих перед тренером является привлечение как можно большего числа школьников к систематическим занятиям в различных секциях для повышения уровня физической подготовленности. Данная программа отличается от других тем, что основой подготовки занимающихся в секции является не только технико–тактическая подготовка юных футболистов, но и общефизическая подготовка, направленная на более высокий показатель физического развития школьников. Расширяется кругозор и интерес занимающихся к данному виду спорта.

1.2 Цель и задачи программы

Цель программы:

формирование устойчивых мотивов и потребностей бережного отношения к собственному здоровью, стремления к активным занятиям физической культурой и спортом, физической красоте, через занятия мини-футболом.

Задачи программы:

1. Обучить технике и тактике игры в футбол;
2. Развивать у учащихся двигательные качества, способность к оценке силовых, пространственных и временных параметров движений, формировать умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями;

3. Воспитывать у школьников нравственные и волевые качества, потребность в личном физическом совершенствовании.

1.3 Содержание программы

Учебный план 6 года обучения

№ п/п	Названия раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Знакомство обучающихся друг с другом. Выявление уровня первичной подготовки детей в данном виде деятельности	15	15	0	Анкетирование, опрос
2	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности	15	15	0	Опрос
3	Техническая подготовка	80	20	60	Нормативы
4	Тактическая подготовка	80	20	60	Опрос
5	Общая физическая подготовка	80	20	60	Нормативы
6	Специальная физическая подготовка	80	20	60	Нормативы
7	Игровая подготовка	80	20	60	
8	Итоговое занятие. Сдача контрольных нормативов	26	0	26	Нормативы, Тестирование
	Итого:	456	130	326	

Содержание учебного плана

1. Знакомство обучающихся друг с другом. Выявление уровня первичной подготовки детей в данном виде деятельности.

2. Вводное занятие.

Вводное занятие. ТБ

Теория: Знакомство с программой. Беседа о технике безопасности.

Беседа о здоровом образе жизни

Теория: Значение здорового образа жизни. Базовые представления о приемах самоконтроля.

Личная гигиена: уход за телом, закаливание, простейшие приемы самомассажа.

История и развитие мирового и отечественного футбола.

Теория: Лекция об истории и развитии футбола. Краткий обзор возникновения и развития мини-футбола. Год рождения мини-футбола.

Основатель игры в футбол.

Родина мини-футбола. Первые шаги мини-футбола в мире и у нас в стране. Развитие мини-футбола среди школьников. Описание игры. Показ наглядных материалов.

Правила игры.

Теория: Состав команды, замена игроков. Права и обязанности игроков.

Правила игры.

Основы судейской терминологии и жеста. Виды соревнований. Понятие о методике судейства.

Соревнования по мини-футболу среди школьников.

3. Техническая подготовка.

Передвижения без мяча.

Теория: Способы передвижения без мяча.

Практика: Бег - по прямой, изменяя направление и скорость, приставным и крестным шагом (вправо, влево). Прыжки: вверх толчком двух ног с места и толчком двух ног с места и с разбега. Повороты во время бега налево и направо. Остановки во время бега: выпадом и прыжками (на обе ноги).

Приемы владения мячом ногами.

Теория: Классификация ударов по мячу. Строение нижних конечностей.

Практика: Удары по мячу серединой подъема ноги. Удары по мячу внутренней частью подъема ноги. Удары по мячу внешней частью подъема ноги. Удары по мячу внутренней стороной стопы. Удары по мячу внешней стороной стопы. Удар носком. Удар пяткой. Жонглирование мячом.

Приемы игры головой.

Теория: Правила безопасности при ударе по мячу головой.

Практика: Удары по мячу лобной частью головы (с места, в броске, в прыжке). Удары по мячу боковой частью головы.

Остановка мяча.

Теория: Способы остановки мяча. Запрещенные приемы обработки мяча.

Практика: Остановка мяча подошвой. Остановка мяча внутренней стороной стопы.

Остановка мяча серединой подъема. Остановка мяча голенью. Остановка мяча бедром.

Остановка мяча грудью. Остановка мяча головой.

Ведение мяча.

Теория: Различные способы ведения мяча.

Практика: Ведение внутренней и внешней стороной стопы: правой, левой ногой и поочередно; по прямой, меняя направление, между стоек и движущихся партнеров.

Ведение серединой подъема и носком. Ведение мяча по «восьмерке».

Ведение мяча с обводкой движущихся и противоборствующих соперников.

Обманные движения (финты).

Теория: Виды и способы обманных движений.

Практика: Обучение финтам после замедления бега или остановки – неожиданный рывок с мячом (прямо или в сторону), во время ведения мяча внезапная отдача мяча назад, откидывая его подошвой партнеру,

находящемся сзади: показать ложный запах для сильного удара по мячу, а вместо удара захватить мяч ногой и уйти с ним рывком, имитируя передачу партнеру, находящемуся слева, перенести правую ногу через мяч и, наклонив туловище влево, захватить мяч внешней частью подъема правой ноги и резко уйти вправо, этот же финт в другую сторону. При ведении показать остановку мяча подошвой (без касания или с касанием мяча подошвой) или удар пяткой назад – неожиданным рывком уйти с мячом; быстро отвести мяч подошвой под себя – рывком с мячом уйти вперед; при ведении неожиданно остановить мяч и оставить его партнеру, который движется за спиной, а самому без мяча уйти вперед, увлекая соперника («скрещивание») и др.

Отбор мяча.

Теория: Приемы отбора мяча. Способы отбора мяча перехватом и подкатом. Запрещенные способы отбора мяча.

Практика: Перехват мяча – быстрый выход на мяч с целью опередить соперника, которому адресована передача мяча. Обучение умению выбрать момент для отбора мяча, выполняя ложные движения и вызывая соперника, владеющего мячом, на определенные действия с мячом. Отбор в подкате – выбивая и останавливая мяч ногой.

Вбрасывание мяча.

Теория: Техника вбрасывания мяча вратарем после ловли.

Практика: Вбрасывание одной рукой из-за плеча, сбоку, снизу.

Техника игры вратаря

Теория: Форма вратаря. Профилактика травматизма.

Практика: Ловля катящихся и низколетящих мячей, ловля полувысоких мячей, ловля высоколетящих мячей, отбивание мяча кулаком, отбивание мяча двумя руками.

Отбивание мячей ногой. Ловля мячей, катящихся в стороне от вратаря. Ловля низких, полувысоких и высоких мячей, летящих в стороне от вратаря.

4. Тактическая подготовка

Индивидуальные действия

Теория: Роль игрока на поле. Учет индивидуальных особенностей личности при распределении игроков на поле.

Практика: Выбор места на поле. Ведение мяча и обводка. Отбор мяча.

Групповые действия

Теория: Роль групповых действий на поле.

Практика: Взаимодействие двух и более игроков. Умение точно выполнять передачу в ноги партнеру, на свободное место. Комбинации в парах: «стенка», «скрещивание», «пропуск мяча».

Позиционные действия

Теория: Выбор правильной позиции на поле.

Практика: Выбор позиции и взаимодействия игроков при атаке противника флангом и через центр.

Командные действия

Теория: Роль слаженных совместных действий команды.

Практика: Тактика защитников. Тактика игроков полузащиты. Тактика игроков нападения.

Тактическая подготовка в двусторонней игре.

5. Общая физическая подготовка.

Строевые упражнения.

Теория: Понятие о строе и командах. Классификация строевых упражнений

Практика: Строевые приемы (команды для управления группой). Построения (шеренга, колонна, фланг, дистанция и интервал). Перестроения (в одну, в две шеренги, в колонну по одному, по два). Предварительная и исполнительная части команд. Основная стойка. Повороты и передвижения (сомкнутый и разомкнутый строй, виды размыкания, перестроения, действия в строю на месте и в движении:

построение, выравнивание строя, расчет в строю, повороты и пополуобороты, размыкание и смыкание строя, перестроение шеренги и колонны в строю).

Переход с шага на бег и с бега на шаг. Изменение скорости движения.

Остановка во время движения шагом и бегом.

Элементы ходьбы и бега

Теория: Виды спортивной формы ходьбы и спортивной формы бега.

Практика: Походный шаг, строевой шаг, шаг на носках и на пятках, на внешнем своде стопы, перекатом с пятки на носок, с высоким подъемом бедер, в полуприседе, выпадами, ходьба на руках, ходьба в упоре присев сзади, в седе. Обычный бег, бег спиной вперед, бег с ускорением и замедлением темпа, бег с внезапной остановкой и сменой направления, семенящий бег, бег с высоким подниманием бедра, бег с захлестыванием голени назад, бег с отведением голени назад и наружу, бег выпадами.

Гимнастические упражнения

Теория: Виды гимнастики. Утренняя гимнастика. Спортивная гимнастика.

Общеразвивающие упражнения (общая характеристика, классификация, типовые исходные положения). Практика: Упражнения без предметов: для рук и плечевого пояса, для мышц предплечья и плеча, для плечевого сустава, для мышц ног и тазового пояса, брюшного пресса, тазобедренного сустава, туловища и шеи.

Упражнения с предметами: со скакалками, резиновыми мячами, набивными мячами (1-2 кг), гантелями. Упражнения в парах, держась за мяч, упражнения в сопротивлении. Чередование упражнений руками, ногами - различные броски, выпрыгивание вверх с мячом, зажатым голеностопными суставами; в положении сидя, лежа - поднимание ног с мячом. Упражнения на гимнастических снарядах. Лазанье по гимнастической стенке, канату. Ходьба по скамейке. Смешанные висы.

Л\а упражнения

Теория: Общая характеристика и классификация основных видов л\а упражнений.

Практика: Бег: бег с ускорением 30-40 м. Низкий старт и стартовый разбег до 60 м. Челночный бег (3x10м). Эстафетный бег с этапами до 40м. Бег с препятствиями от 60 до 100 м (количество препятствий от 4 до 10), в

качестве препятствий используются набивные мячи, учебные барьеры, условные окопы. Бег в чередовании с ходьбой до 400 м. Бег медленный до 3

6. Специальная физическая подготовка.

Развитие физических качеств

Теория: Определения «сила», «гибкость», «ловкость», «быстрота», «выносливость».

Практика: Упражнения на развития быстроты (бег на 5, 10, 15 м из различных исходных положений, бег с остановками и изменением направления, челночный бег, бег с отягощением, набивными мячами, бег «змейкой» между расставленными в различном положении стойками для обводки, обводка стоек на скорость, бег с быстрым изменением скорости, бег с изменением направления до 180 градусов, бег боком и спиной вперед и на перегонки). Упражнения на развитие силовых качеств (подъемы туловища, отжимания, приседания, висы, выпрыгивание вверх с двух ног в заданном темпе). Упражнения на выносливость (бег, прыжки через скакалку, напрыгивание на предметы различной высоты, серия прыжков с преодолением препятствий.). ОРУ на развитие гибкости (махи, статические упражнения, шпагат).

7. Игровая подготовка.

Участие в турнирах, соревнованиях и в товарищеских матчах.

Практика: Просмотры футбольных матчей, видеозаписей матча. Внутри школьные и районные соревнования. Подвижные игры. Спортивные игры.

8. Итоговое занятие.

Теория: Отгадывание кроссворда «Футбол».

Практика: Тестирование физической подготовленности. Показательные матчи.

Планируемые результаты освоения программы

Личностными результатами освоения, обучающимися программы являются следующие умения:

- устанавливать межличностную коммуникацию, основанную на принципах доброжелательности и уважения в процессе освоения учебных навыков, оказывать помощь и поддержку партнерам и соперникам по игровому взаимодействию;
- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в условиях тренировочной и соревновательной деятельности;
- проявлять концентрацию и устойчивость внимания во время тренировочных занятий и в условиях соревнования;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.

Метапредметными результатами освоения обучающимися программы являются следующие умения:

- характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их

исправления;

-организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;

-планировать и проводить самостоятельные занятия, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;

-анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;

-управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность.

Предметными результатами освоения учащимися программы являются следующие умения:

-выбирать и подготавливать инвентарь для занятий;

-правильно выполнять технические приемы, использовать их в игровой и соревновательной деятельности;

-применять простейшие тактические приемы и схемы;

-осуществлять судейство соревнований в спортивных играх.

РАЗДЕЛ 2. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ

2.1 Условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение:

Для успешной реализации программы необходим спортивный зал, в котором установлено следующее оборудование:

-ворота для игры – не менее 2;

- сетки для ворот – не менее 2 штук;

- футбольные мячи – не менее 10 штук.

Учащиеся приходят на занятия в спортивной одежде и обуви.

Для выполнения упражнений необходимы:

- скакалки;

- коврики.

Учебно-методическое и информационное обеспечение:

Для усиления интереса детей к занятиям в объединении «Мини-футболе» наиболее эффективным является построение учебного процесса следующим образом: в начале освоения каждого нового приема игры обучающимися знакомятся с правильным его выполнением и применением в игре.

Обучающиеся просматривают предлагаемые фотоматериалы и показ приема Тренером-преподавателем. Каждый учащийся осваивает и отрабатывает новый прием игры с другими участниками команды.

Информационное обеспечение:

1. Библиотека международной спортивной информации. //http://bmsi.ru

2. Консультант Плюсwww.consultant.ru:

3. Минспорта РФ Минспорта РФ //http://www.minsport.gov.ru/sport/

4.Всероссийский реестр видов спорта.

//http://www.minsport.gov.ru/sport/highsport/

priznanie-vidov-spor/

2.2 Оценочные материалы и формы аттестации

Текущий контроль

проводится на занятиях в виде наблюдения за успехами каждого учащегося. Часто применяется такой прием, как обсуждение тактических действий предстоящей игры на макете, а также разбор и анализ проведенной игры на макете.

Промежуточный контроль

проводится в виде соревнований по мини-футболу в объединении перед зимними и весенними каникулами.

Итоговый контроль

проводится в середине мая ко Дню спорта в виде итогового турнира по мини-футболу.

Возможные формы фиксации результатов

- Протокол результатов аттестации учащихся;
- Карта учета достижений обучающегося;
- Бланки тестовых заданий по темам программ;
- Видеозапись и фотографии выступлений, участия в соревнованиях.

Формы отслеживания и фиксация образовательных результатов:

информационная карта, аналитический материал, видеозапись, грамота, диплом, портфолио, протокол соревнований, фото.

Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов:

открытое занятие, портфолио, соревнование.

2.3 Методические материалы

- *технические (механические) визуальные средства*: виды проекторов, видеоплэер, интерактивная доска, а также используемые с ними носители информации (оптические диски, слайды, диапозитивы и т.д.) и мультимедийные электронные средства

2.4.Календарный учебный график

Год обучения	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Кол-во учебных недель	Кол-во учебных дней	Кол-во учебных часов	Режим занятий
1 год	01.09.21	31.05.2022	38	152	456	В соответствии с расписанием

№	Недели	Тема	УТЗ	Часы	Результат
1	1 неделя	Сдача нормативов на начало учебного года	1. Сдача нормативов	12	Успешная сдача нормативов на начало учебного года
			2. Сдача нормативов		
			3. Сдача нормативов		
			4. Сдача нормативов		
2	2 неделя	Общая физическая подготовка	1. Силы мышц рук	12	Укрепленная общая физическая подготовка
			2. Силы мышц ног		
			3. Силы мышц туловища (брюшного пресса, спины)		
			4. Развитие силовой выносливости		
3	3 неделя	Специальная физическая подготовка	1. Упражнения для развития быстроты	12	Укрепленная специальная физическая подготовка
			2. Упражнения для развития скоростно-силовых качеств		
			3. Упражнения для вратарей. Упражнения для развития ловкости		
			4. Упражнения для развития специальной выносливости		
4	4 неделя	Тактика нападения	1. Индивидуальные действия без мяча	12	Формирование навыка
			2. Индивидуальные действия с мячом		
			3. Групповые действия		
			4. Двухсторонняя игра		
5	5 неделя	Тактика защиты	1. Индивидуальные действия	12	Формирование навыка
			2. Групповые действия		
			3. Тактика вратаря		
			4. Ведение учебных игр по избранной тактической системе		
6	6 неделя	Просмотр видео и DVD записей игр и их разбор	1. Просмотр видео и DVD записей игр и их разбор. Двухсторонняя игра	12	Умение видеть ошибки в игре и предотвращать их
			2. Просмотр видео и DVD записей игр и их разбор. Двухсторонняя игра		
			3. Просмотр видео и DVD		

			записей игр и их разбор. Двух сторонняя игра		
			4. Просмотр видео и DVD записей игр и их разбор. Двух сторонняя игра		
7	7 неделя	Техника розыгрыша стандартных положений	1. Техника розыгрыша углового удара 2. Техника розыгрыша штрафного удара 3. Техника розыгрыша свободного удара 4. Техника розыгрыша в вода мяча из боковой линии	12	Формирование навыка
8	8 неделя	Упражнения для развития быстроты	1. ОРУ для развития быстроты 2. Упражнения для разгибателей туловища 3. Упражнения для разгибателей ног 4. Упражнения общего воздействия	12	Повышение показателя быстроты
9	9 неделя	Упражнения с предметом. Акробатические упражнения	1. С набивными мячами. Двух сторонняя игра 2. Упражнения с гантелями и штангами. Двух сторонняя игра 3. Кувьрки. Двух сторонняя игра 4. Перекаты, перевороты. Двух сторонняя игра	12	Повышение показателей
10	10 неделя	Техническая и тактическая подготовка	1. Техника передвижений 2. Удары по мячу ногой. Удары по мячу головой 3. Остановка мяча. Ведение мяча 4. Обманные движения (финты). Отбор мяча	12	Формирования навыка
11	11 неделя	Наработка командных комбинаций	1. Командная комбинация «Бабочка» 2. Командная комбинация «Ромб» 3. Командная комбинация	12	Формирования навыка

			«Столб»		
			4. Двух сторонняя игра с применением командной комбинации «Бабочка», «Ромб» и «Столб»		
12	12 неделя	Отработка командных комбинаций	1. Двух сторонняя игра с применением командной комбинации «Бабочка», «Ромб» и «Столб»	12	Формирования навыка
			2. Двух сторонняя игра с применением командной комбинации «Бабочка», «Ромб» и «Столб»		
			3. Двух сторонняя игра с применением командной комбинации «Бабочка», «Ромб» и «Столб»		
			4. Двух сторонняя игра с применением командной комбинации «Бабочка», «Ромб» и «Столб»		
13	13 неделя	Повторение общей физической подготовки	1. Силы мышц рук	12	Повышение общей физической подготовки
			2. Силы мышц ног		
			3. Силы мышц туловища (брюшного пресса, спины)		
			4. Развитие силовой выносливости		
14	14 неделя	Повторение специальной физической подготовки	1. Упражнения для развития быстроты	12	Повышение специальной физической подготовки
			2. Упражнения для развития скоростно-силовых качеств		
			3. Упражнения для вратарей. Упражнения для развития ловкости		
			4. Упражнения для развития специальной выносливости		
15	15 неделя	Повторение тактики нападения	1. Индивидуальные действия без мяча	12	Отработка навыка
			2. Индивидуальные действия с мячом		

			3. Групповые действия		
			4. Двух сторонняя игра		
16	16 неделя	Повторение тактики защиты	1. Индивидуальные действия	12	Отработка навыка
			2. Групповые действия		
			3. Тактика вратаря		
			4. Ведение учебных игр по избранной тактической системе		
17	17 неделя	Повторение просмотра видео и DVD записей игр и их разбор	1. Просмотр видео и DVD записей игр и их разбор. Двух сторонняя игра	12	Отработка видения ошибок в игре
			2. Просмотр видео и DVD записей игр и их разбор. Двух сторонняя игра		
			3. Просмотр видео и DVD записей игр и их разбор. Двух сторонняя игра		
			4. Просмотр видео и DVD записей игр и их разбор. Двух сторонняя игра		
18	18 неделя	Повторение Техники розыгрыша стандартных положений	1. Техника розыгрыша углового удара	12	Отработка навыка
			2. Техника розыгрыша штрафного удара		
			3. Техника розыгрыша свободного удара		
			4. Техника розыгрыша в вода мяча из боковой линии		
19	19 неделя	Повторение упражнения для развития быстроты	1. ОРУ для развития быстроты	12	Повышение развития быстроты
			2. Упражнения для разгибателей туловища		
			3. Упражнения для разгибателей ног		
			4. Упражнения общего воздействия		
20	20 неделя	Повторение упражнений с предметом. Акробатических упражнений	1. С набивными мячами. Двух сторонняя игра	12	Повышения уровня
			2. Упражнения с гантелями и штангами. Двух сторонняя игра		

			3. Кувырки. Двух сторонняя игра		
			4. Перекаты, перевороты. Двух сторонняя игра		
21	21 неделя	Повторения технической и тактической подготовки	1. Техника передвижений 2. Удары по мячу ногами. Удары по мячу головой 3. Остановка мяча. Ведение мяча 4. Обманные движения (финты). Отбор мяча	12	Отработка навыка
22	22 неделя	Повторения наработки командных комбинаций	1. Командная комбинация «Бабочка» 2. Командная комбинация «Ромб» 3. Командная комбинация «Столб» 4. Двух сторонняя игра с применением командной комбинации «Бабочка», «Ромб» и «Столб»	12	Отработка навыка
23	23 неделя	Повторение Отработки командных комбинаций	1. Двух сторонняя игра с применением командной комбинации «Бабочка», «Ромб» и «Столб» 2. Двух сторонняя игра с применением командной комбинации «Бабочка», «Ромб» и «Столб» 3. Двух сторонняя игра с применением командной комбинации «Бабочка», «Ромб» и «Столб» 4. Двух сторонняя игра с применением командной комбинации «Бабочка», «Ромб» и «Столб»	12	Отработка навыка
24	24 неделя	Закрепление общей физической подготовки	1. Силы мышц рук 2. Силы мышц ног 3. Силы мышц туловища (брюшного пресса, спины) 4. Развитие силовой	12	Повышения общей физической подготовки

			выносливости		
25	25 неделя	Закрепление специальной физической подготовки	1. Упражнения для развития быстроты 2. Упражнения для развития скоростно- силовых качеств 3. Упражнения для вратарей. Упражнения для развития ловкости 4. Упражнения для развития специальной выносливости	12	Повышения специальной физической подготовки
26	26 неделя	Закрепление Тактики нападения	1. Индивидуальные действия без мяча 2. Индивидуальные действия с мячом 3. Групповые действия 4. Двух сторонняя игра	12	Сформированный навык
27	27 неделя	Закрепление тактики защиты	1. Индивидуальные действия 2. Групповые действия 3. Тактика вратаря 4. Ведение учебных игр по избранной тактической системе	12	Сформированный навык
28	28 неделя	Закрепление просмотра видео и DVD записей игр и их разбор	1. Просмотр видео и DVD записей игр и их разбор. Двух сторонняя игра 2. Просмотр видео и DVD записей игр и их разбор. Двух сторонняя игра 3. Просмотр видео и DVD записей игр и их разбор. Двух сторонняя игра 4. Просмотр видео и DVD записей игр и их разбор. Двух сторонняя игра	12	Сформированное видение ошибок в игре
29	29 неделя	Закрепление Техники розыгрыша стандартных положений	1. Техника розыгрыша углового удара 2. Техника розыгрыша штрафного удара 3. Техника розыгрыша свободного удара	12	Сформированный навык

			4. Техника розыгрыша в вода мяча из боковой линии		
30	30 неделя	Закрепление упражнения для развития быстроты	1. ОРУ для развития быстроты	12	Сформированный навык
			2. Упражнения для разгибателей туловища		
			3. Упражнения для разгибателей ног		
			4. Упражнения общего воздействия		
31	31 неделя	Закрепление упражнений с предметом. Акробатических упражнений	1. С набивными мячами. Двух сторонняя игра	12	Сформированный навык
			2. Упражнения с гантелями и штангами. Двух сторонняя игра		
			3. Кувьрки. Двух сторонняя игра		
			4. Перекаты, перевороты. Двух сторонняя игра		
32	32 неделя	Закрепление технической и тактической подготовки	1. Техника передвижений	12	Сформированный навык
			2. Удары по мячу ногой. Удары по мячу головой		
			3. Остановка мяча. Ведение мяча		
			4. Обманные движения (финты). Отбор мяча		
33	33 неделя	Закрепление наработки командных комбинаций	1. Командная комбинация «Бабочка»	12	Сформированный навык
			2. Командная комбинация «Ромб»		
			3. Командная комбинация «Столб»		
			4. Двух сторонняя игра с применением командной комбинации «Бабочка», «Ромб» и «Столб»		
34	34 неделя	Закрепление	1. Двух сторонняя игра с применением командной комбинации «Бабочка», «Ромб» и «Столб»	12	Сформированный навык
			2. Двух сторонняя игра с		

		отработки командных комбинаций	<p>применением командной комбинации «Бабочка», «Ромб» и «Столб»</p> <p>3. Двух сторонняя игра с применением командной комбинации «Бабочка», «Ромб» и «Столб»</p> <p>4. Двух сторонняя игра с применением командной комбинации «Бабочка», «Ромб» и «Столб»</p>		
35	35 неделя	Закрепление отработки командных комбинаций	<p>1. Двух сторонняя игра с применением командной комбинации «Бабочка», «Ромб» и «Столб»</p> <p>2. Двух сторонняя игра с применением командной комбинации «Бабочка», «Ромб» и «Столб»</p> <p>3. Двух сторонняя игра с применением командной комбинации «Бабочка», «Ромб» и «Столб»</p> <p>4. Двух сторонняя игра с применением командной комбинации «Бабочка», «Ромб» и «Столб»</p>	12	Сформированный навык
36	36 неделя	Закрепление отработки командных комбинаций	<p>1. Двух сторонняя игра с применением командной комбинации «Бабочка», «Ромб» и «Столб»</p> <p>2. Двух сторонняя игра с применением командной комбинации «Бабочка», «Ромб» и «Столб»</p> <p>3. Двух сторонняя игра с применением командной комбинации «Бабочка», «Ромб» и «Столб»</p> <p>4. Двух сторонняя игра с применением командной комбинации «Бабочка», «Ромб» и «Столб»</p>	12	Сформированный навык

37	37 неделя	Закрепление отработки командных комбинаций	1. Двух сторонняя игра с применением командной комбинации «Бабочка», «Ромб» и «Столб»	12	Сформированный навык
			2. Двух сторонняя игра с применением командной комбинации «Бабочка», «Ромб» и «Столб»		
			3. Двух сторонняя игра с применением командной комбинации «Бабочка», «Ромб» и «Столб»		
			4. Двух сторонняя игра с применением командной комбинации «Бабочка», «Ромб» и «Столб»		
38	38 неделя	Сдача переводных нормативов	1. Сдача нормативов	12	Удачная сдача переводных нормативов
			2. Сдача нормативов		
			3. Сдача нормативов		
			4. Сдача нормативов		
Итого:			456		

2.5 Календарный план воспитательных работ

№	Время проведения	Содержание	Объем (час)
1	Сентябрь	1. Профилактика антитеррористического движения, пожарная безопасность. 2. Правила дорожного движения.	1
2	Декабрь	1. Совершенствование нравственных качеств личности, умение пользоваться полученными знаниями в межличностном общении. 2. Умение пользоваться знаниями о здоровом образе жизни, жить по принципу «В здоровом теле - здоровый дух».	1
3	Март	1. встреча учащихся отделений с сотрудниками ГИБДД, беседа на тему: "Профилактика травматизма и несчастных случаев с детьми на дорогах". 2. Встреча с инспектором ОДН с целью профилактики правонарушений, курения, наркомании и алкоголизма среди несовершеннолетних.	1

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Андреев С. Н., Алиев Э. Г. Мини-футбол в школе.- М.: Советский спорт, 2008.
2. А. В.Кенеман. Детские народные подвижные игры. М. Просвещение,1995.
3. Андреев С.Н., Алиев Э.Г.. Мини-футбол в школе. – М.: Советский спорт, 2006.
4. Г. А.Колодницкий, В. С.Кузнецов, М. В. Маслов. Внеурочная деятельность. Футбол. - Москва, «Просвещение», 2011.
5. Богин М. М. Обучение двигательным действиям. – М.: Физкультура и спорт, 1985.
6. Иванченко В.И. Занятия в системе дополнительного образования детей. – Ростов н/Д: Учитель, 2007.
7. Лях В. И., Зданевич А. А. Программы общеобразовательных учреждений. Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов. – М.: «Просвещение», 2006.
8. Мини-футбол на уроке физической культуры. М.: ТВТ Дивизион, 2006.
9. Мини-футбол: правила игры. Издательство М.: Регион-Про, 2007.
10. Савостьянов А. Физическое здоровье школьников. Учебное пособие. – М.: Изд-во педагогического общества России, 2006.
11. Юный футболист: Учеб. пособие для тренеров / Под ред. А. П. Лаптева и А. А. Сучилина. – М.: Физкультура и спорт, 1983.

Модуль 7 (Углубленный 3 год)

РАЗДЕЛ 1. ОСНОВНЫЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ ПРОГРАММЫ

1.1 Пояснительная записка

Дополнительная образовательная программа по мини – футболу по своему содержанию является физкультурно-оздоровительной, по функциональному предназначению – специальной, по форме организации – секционной. Программа составлена на основе программы по мини – футболу для детско-юношеских спортивных школ. Программа дополнительного образования по мини - футболу имеет физкультурно-оздоровительную направленность.

Новизна программы заключается в комплексности планирования, обобщении передового опыта. Программа по мини – футболу направлена на содействие улучшению здоровья учащихся и на этой основе обеспечения нормального физического развития растущего организма и разностороннюю физическую подготовленность. Приобретение учащимися необходимых знаний, умений, навыков для самостоятельного использования физических упражнений с целью поддержания высокой работоспособности во всех периодах жизни, а также воспитания навыков для самостоятельных занятий и умения вести здоровый образ жизни. Развивать физические качества, необходимые для овладения игрой мини – футбол, придерживаться принципов гармоничности, оздоровительной направленности учебного процесса. Данная программа направлена на привитие учащимся умения правильно выполнять основные технические приемы и тактические действия, обеспечение разносторонней физической подготовки.

Программа призвана подготовить детей к сдаче учебных нормативов по физической и технической подготовке в соответствии с их возрастом, сообщить элементарные теоретические сведения. Наше образовательное учреждение, стремится к укреплению здоровья обучающихся школы, в том числе и через Мини-футбол. Программа является модифицированной.

Данная программа разработана на основе типовой программы для спортивных школ и включает в себя следующие годы обучения:

- 1- Модуль 1 (Стартовый)
- 2-Модуль 2 (ОФП-1)
- 3- Модуль 3 (ОФП-2)
- 4- Модуль 4 (ОФП-3)
- 5- Модуль 5 (Углубленный 1 год)
- 6 Модуль 6 (Углубленный 2 год)
- 7- Модуль 7 (Углубленный 3 год)

Программа имеет, спортивно-массовую направленность (вид спорта - футбол) и призвана осуществлять 3 исключительно важных функции:

- 1-создавать эмоционально значимую среду для развития обучающегося и переживания им «ситуации успеха»;
- 2-способствовать осознанию и дифференциации личностно-значимых интересов личности;
- 3-выполнять защитную функцию по отношению к личности, компенсируя ограниченные возможности индивидуального развития обучающегося в

условиях общеобразовательной школы реализацией личностного потенциала в условиях дополнительного образования.

Направленность программы

Физкультурно-спортивная

Уровень освоения

Общекультурный, базовый до углубленного

Отличительные особенности

мини-футбол является то, что ее основой станет не только технико-тактическая подготовка юных футболистов, но и общее физическое развитие детей. Помимо этого программа способствует расширению спортивного кругозора, активизирует интерес детей к спорту как таковому.

Адресат программы

Программа адресована учащимся 6– 18 лет

В коллектив принимаются все желающие, не имеющие медицинских противопоказаний.

Актуальность

Актуальность программы состоит в том, что в настоящее время значительная часть школьников занимается физическими упражнениями лишь на уроках физической культуры. Слабая физическая подготовка не позволяет им успешно сдавать учебные нормативы по физической культуре в школе. Поэтому одной из важнейших задач стоящих перед тренером является привлечение как можно большего числа школьников к систематическим занятиям в различных секциях для повышения уровня физической подготовленности. Данная программа отличается от других тем, что основой подготовки занимающихся в секции является не только технико–тактическая подготовка юных футболистов, но и общефизическая подготовка, направленная на более высокий показатель физического развития школьников. Расширяется кругозор и интерес занимающихся к данному виду спорта.

1.2 Цель и задачи программы

Цель программы:

формирование устойчивых мотивов и потребностей бережного отношения к собственному здоровью, стремления к активным занятиям физической культурой и спортом, физической красоте, через занятия мини-футболом.

Задачи программы:

1. Обучить технике и тактике игры в футбол;
2. Развивать у учащихся двигательные качества, способность к оценке силовых, пространственных и временных параметров движений, формировать умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями;
3. Воспитывать у школьников нравственные и волевые качества, потребность в личном физическом совершенствовании.

1.3 Содержание программы

Учебный план 7 года обучения

№ п/п	Названия раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Знакомство обучающихся друг с другом. Выявление уровня первичной подготовки детей в данном виде деятельности	15	15	0	Анкетирование, опрос
2	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности	15	15	0	Опрос
3	Техническая подготовка	80	20	60	Нормативы
4	Тактическая подготовка	80	20	60	Опрос
5	Общая физическая подготовка	80	20	60	Нормативы
6	Специальная физическая подготовка	80	20	60	Нормативы
7	Игровая подготовка	80	20	60	
8	Итоговое занятие. Сдача контрольных нормативов	26	0	26	Нормативы, Тестирование
	Итого:	456	130	326	

Содержание учебного плана 7 года обучения

1. Знакомство обучающихся друг с другом. Выявление уровня первичной подготовки детей в данном виде деятельности.

2. Вводное занятие.

Вводное занятие. ТБ

Теория: Знакомство с программой. Беседа о технике безопасности.

Беседа о здоровом образе жизни

Теория: Значение здорового образа жизни. Базовые представления о приемах самоконтроля.

Личная гигиена: уход за телом, закаливание, простейшие приемы самомассажа.

История и развитие мирового и отечественного футбола.

Теория: Лекция об истории и развитии футбола. Краткий обзор возникновения и развития мини-футбола. Год рождения мини-футбола.

Основатель игры в футбол.

Родина мини-футбола. Первые шаги мини-футбола в мире и у нас в стране.

Развитие мини-футбола среди школьников. Описание игры. Показ наглядных материалов.

Правила игры.

Теория: Состав команды, замена игроков. Права и обязанности игроков. Правила игры.

Основы судейской терминологии и жеста. Виды соревнований. Понятие о методике судейства.

Соревнования по мини-футболу среди школьников.

3. Техническая подготовка.

Передвижения без мяча.

Теория: Способы передвижения без мяча.

Практика: Бег - по прямой, изменяя направление и скорость, приставным и крестным шагом (вправо, влево). Прыжки: вверх толчком двух ног с места и толчком двух ног с места и с разбега. Повороты во время бега налево и направо. Остановки во время бега: выпадом и прыжками (на обе ноги).

Приемы владения мячом ногами.

Теория: Классификация ударов по мячу. Строение нижних конечностей.

Практика: Удары по мячу серединой подъема ноги. Удары по мячу внутренней частью подъема ноги. Удары по мячу внешней частью подъема ноги. Удары по мячу внутренней стороной стопы. Удары по мячу внешней стороной стопы. Удар носком.

Удар пяткой. Жонглирование мячом.

Приемы игры головой.

Теория: Правила безопасности при ударе по мячу головой.

Практика: Удары по мячу лобной частью головы (с места, в броске, в прыжке). Удары по мячу боковой частью головы.

Остановка мяча.

Теория: Способы остановки мяча. Запрещенные приемы обработки мяча.

Практика: Остановка мяча подошвой. Остановка мяча внутренней стороной стопы.

Остановка мяча серединой подъема. Остановка мяча голенью. Остановка мяча бедром.

Остановка мяча грудью. Остановка мяча головой.

Ведение мяча.

Теория: Различные способы ведения мяча.

Практика: Ведение внутренней и внешней стороной стопы: правой, левой ногой и поочередно; по прямой, меняя направление, между стоек и движущихся партнеров.

Ведение серединой подъема и носком. Ведение мяча по «восьмерке».

Ведение мяча с обводкой движущихся и противоборствующих соперников.

Обманные движения (финты).

Теория: Виды и способы обманных движений.

Практика: Обучение финтам после замедления бега или остановки – неожиданный рывок с мячом (прямо или в сторону), во время ведения мяча внезапная отдача мяча назад, откидывая его подошвой партнеру, находящемуся сзади: показать ложный запах для сильного удара по мячу, а вместо удара захватить мяч ногой и уйти с ним рывком, имитируя передачу партнеру, находящемуся слева, перенести правую ногу через мяч и, наклонив

туловище влево, захватить мяч внешней частью подъема правой ноги и резко уйти вправо, этот же финт в другую сторону. При ведении показать остановку мяча подошвой (без касания или с касанием мяча подошвой) или удар пяткой назад – неожиданным рывком уйти с мячом; быстро отвести мяч подошвой под себя – рывком с мячом уйти вперед; при ведении неожиданно остановить мяч и оставить его партнеру, который движется за спиной, а самому без мяча уйти вперед, увлекая соперника («скрещивание») и др.

Отбор мяча.

Теория: Приемы отбора мяча. Способы отбора мяча перехватом и подкатом. Запрещенные способы отбора мяча.

Практика: Перехват мяча – быстрый выход на мяч с целью опередить соперника, которому адресована передача мяча. Обучение умению выбрать момент для отбора мяча, выполняя ложные движения и вызывая соперника, владеющего мячом, на определенные действия с мячом. Отбор в подкате – выбивая и останавливая мяч ногой.

Вбрасывание мяча.

Теория: Техника вбрасывания мяча вратарем после ловли.

Практика: Вбрасывание одной рукой из-за плеча, сбоку, снизу.

Техника игры вратаря

Теория: Форма вратаря. Профилактика травматизма.

Практика: Ловля катящихся и низколетящих мячей, ловля полувысоких мячей, ловля высоколетящих мячей, отбивание мяча кулаком, отбивание мяча двумя руками.

Отбивание мячей ногой. Ловля мячей, катящихся в стороне от вратаря. Ловля низких, полувысоких и высоких мячей, летящих в стороне от вратаря.

4. Тактическая подготовка

Индивидуальные действия

Теория: Роль игрока на поле. Учет индивидуальных особенностей личности при распределении игроков на поле.

Практика: Выбор места на поле. Ведение мяча и обводка. Отбор мяча.

Групповые действия

Теория: Роль групповых действий на поле.

Практика: Взаимодействие двух и более игроков. Умение точно выполнять передачу в ноги партнеру, на свободное место. Комбинации в парах: «стенка», «скрещивание», «пропуск мяча».

Позиционные действия

Теория: Выбор правильной позиции на поле.

Практика: Выбор позиции и взаимодействия игроков при атаке противника флангом и через центр.

Командные действия

Теория: Роль слаженных совместных действий команды.

Практика: Тактика защитников. Тактика игроков полузащиты. Тактика игроков нападения.

Тактическая подготовка в двусторонней игре.

5. Общая физическая подготовка.

Строевые упражнения.

Теория: Понятие о строе и командах. Классификация строевых упражнений
Практика: Строевые приемы (команды для управления группой). Построения (шеренга, колонна, фланг, дистанция и интервал). Перестроения (в одну, в две шеренги, в колонну по одному, по два). Предварительная и исполнительная части команд. Основная стойка. Повороты и передвижения (сомкнутый и разомкнутый строй, виды размыкания, перестроения, действия в строю на месте и в движении: построение, выравнивание строя, расчет в строю, повороты и полуобороты, размыкание и смыкание строя, перестроение шеренги и колонны в строю). Переход с шага на бег и с бега на шаг. Изменение скорости движения. Остановка во время движения шагом и бегом.

Элементы ходьбы и бега

Теория: Виды спортивной формы ходьбы и спортивной формы бега.
Практика: Походный шаг, строевой шаг, шаг на носках и на пятках, на внешнем своде стопы, перекатом с пятки на носок, с высоким подъемом бедер, в полуприседе, выпадами, ходьба на руках, ходьба в упоре присев сзади, в седе. Обычный бег, бег спиной вперед, бег с ускорением и замедлением темпа, бег с внезапной остановкой и сменой направления, семенящий бег, бег с высоким подниманием бедра, бег с захлестыванием голени назад, бег с отведением голени назад и наружу, бег выпадами.

Гимнастические упражнения

Теория: Виды гимнастики. Утренняя гимнастика. Спортивная гимнастика. Общеразвивающие упражнения (общая характеристика, классификация, типовые исходные положения). Практика: Упражнения без предметов: для рук и плечевого пояса, для мышц предплечья и плеча, для плечевого сустава, для мышц ног и тазового пояса, брюшного пресса, тазобедренного сустава, туловища и шеи.
Упражнения с предметами: со скакалками, резиновыми мячами, набивными мячами (1-2 кг), гантелями. Упражнения в парах, держась за мяч, упражнения в сопротивлении. Чередование упражнений руками, ногами - различные броски, выпрыгивание вверх с мячом, зажатым голеностопными суставами; в положении сидя, лежа - поднимание ног с мячом. Упражнения на гимнастических снарядах. Лазанье по гимнастической стенке, канату. Ходьба по скамейке. Смешанные висы.

Л/а упражнения

Теория: Общая характеристика и классификация основных видов л/а упражнений.
Практика: Бег: бег с ускорением 30-40 м. Низкий старт и стартовый разбег до 60 м. Челночный бег (3x10м). Эстафетный бег с этапами до 40м. Бег с препятствиями от 60 до 100 м (количество препятствий от 4 до 10), в качестве препятствий используются набивные мячи, учебные барьеры, условные окопы. Бег в чередовании с ходьбой до 400 м. Бег медленный до 3

6. Специальная физическая подготовка.

Развитие физических качеств

Теория: Определения «сила», «гибкость», «ловкость», «быстрота», «выносливость».

Практика: Упражнения на развития быстроты (бег на 5, 10, 15 м из различных исходных положений, бег с остановками и изменением направления, челночный бег, бег с отягощением, набивными мячами, бег «змейкой» между расставленными в различном положении стойками для обводки, обводка стоек на скорость, бег с быстрым изменением скорости, бег с изменением направления до 180 градусов, бег боком и спиной вперед и на перегонки). Упражнения на развитие силовых качеств (подъемы туловища, отжимания, приседания, висы, выпрыгивание вверх с двух ног в заданном темпе). Упражнения на выносливость (бег, прыжки через скакалку, напрыгивание на предметы различной высоты, серия прыжков с преодолением препятствий.). ОРУ на развитие гибкости (махи, статические упражнения, шпагат).

7. Игровая подготовка.

Участие в турнирах, соревнованиях и в товарищеских матчах.

Практика: Просмотры футбольных матчей, видеозаписей матча. Внутри школьные и районные соревнования. Подвижные игры. Спортивные игры.

8. Итоговое занятие.

Теория: Отгадывание кроссворда «Футбол».

Практика: Тестирование физической подготовленности. Показательные матчи.

Планируемые результаты освоения программы

Личностными результатами освоения, обучающимися программы являются следующие умения:

- устанавливать межличностную коммуникацию, основанную на принципах доброжелательности и уважения в процессе освоения учебных навыков, оказывать помощь и поддержку партнерам и соперникам по игровому взаимодействию;
- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в условиях тренировочной и соревновательной деятельности;
- проявлять концентрацию и устойчивость внимания во время тренировочных занятий и в условиях соревнования;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.

Метапредметными результатами освоения обучающимися программы являются следующие умения:

- характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;
- организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её

безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;

-планировать и проводить самостоятельные занятия, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;

-анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;

-управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность.

Предметными результатами освоения учащимися программы являются следующие умения:

-выбирать и подготавливать инвентарь для занятий;

-правильно выполнять технические приемы, использовать их в игровой и соревновательной деятельности;

-применять простейшие тактические приемы и схемы;

-осуществлять судейство соревнований в спортивных играх.

РАЗДЕЛ 2. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ

2.1 Условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение:

Для успешной реализации программы необходим спортивный зал, в котором установлено следующее оборудование:

-ворота для игры – не менее 2;

- сетки для ворот – не менее 2 штук;

- футбольные мячи – не менее 10 штук.

Учащиеся приходят на занятия в спортивной одежде и обуви.

Для выполнения упражнений необходимы:

- скакалки;

- коврики.

Учебно-методическое и информационное обеспечение:

Для усиления интереса детей к занятиям в объединении «Мини-футболе» наиболее эффективным является построение учебного процесса следующим образом: в начале освоения каждого нового приема игры обучающимися знакомятся с правильным его выполнением и применением в игре.

Обучающиеся просматривают предлагаемые фотоматериалы и показ приема Тренером-преподавателем. Каждый осваивает и отрабатывает новый прием игры с другими участниками команды.

Информационное обеспечение:

1. Библиотека международной спортивной информации. //http://bmsi.ru

2. Консультант Плюсwww.consultant.ru:

3. Минспорта РФ Минспорта РФ //http://www.minsport.gov.ru/sport/

4.Всероссийский реестр видов спорта.

//http://www.minsport.gov.ru/sport/highsport/

priznanie-vidov-spor/

2.2 Оценочные материалы и формы аттестации

Текущий контроль

проводится на занятиях в виде наблюдения за успехами каждого учащегося. Часто применяется такой прием, как обсуждение тактических действий предстоящей игры на макете, а также разбор и анализ проведенной игры на макете.

Промежуточный контроль

проводится в виде соревнований по мини-футболу в объединении перед зимними и весенними каникулами.

Итоговый контроль

проводится в середине мая ко Дню спорта в виде итогового турнира по мини-футболу.

Возможные формы фиксации результатов

- Протокол результатов аттестации учащихся;
- Карта учета достижений обучающегося;
- Бланки тестовых заданий по темам программ;
- Видеозапись и фотографии выступлений, участия в соревнованиях.

Формы отслеживания и фиксация образовательных результатов: информационная карта, аналитический материал, видеозапись, грамота, диплом, портфолио, протокол соревнований, фото.

Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов: открытое занятие, портфолио, соревнование.

2.3 Методические материалы

- *технические (механические) визуальные средства:* виды проекторов, видеоплэер, интерактивная доска, а также используемые с ними носители информации (оптические диски, слайды, диапозитивы и т.д.) и мультимедийные электронные средства

2.4.Календарный учебный график

Год обучения	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Кол-во учебных недель	Кол-во учебных дней	Кол-во учебных часов	Режим занятий
1 год	01.09.21	31.05.2022	38	152	456	В соответствии с расписанием

№	Недели	Тема	УТЗ	Часы	Результат
1	1 неделя	Сдача нормативов на начало	1.Сдача нормативов	12	Удачная сдача нормативов на начало учебного
			2. Сдача нормативов		
			3. Сдача нормативов		

		учебного года	4. Сдача нормативов		года
2	2 неделя	Общая физическая подготовка	1. Силы мышц рук 2. Силы мышц ног 3. Силы мышц туловища (брюшного пресса, спины) 4. Развитие силовой выносливости	12	Укрепленная общая физическая подготовка
3	3 неделя	Специальная физическая подготовка	1. Упражнения для развития быстроты 2. Упражнения для развития скоростно-силовых качеств 3. Упражнения для вратарей. Упражнения для развития ловкости 4. Упражнения для развития специальной выносливости	12	Укрепленная специальная физическая подготовка
4	4 неделя	Тактика нападения	1. Индивидуальные действия без мяча 2. Индивидуальные действия с мячом 3. Групповые действия 4. Двухсторонняя игра	12	Формирование навыка
5	5 неделя	Тактика защиты	1. Индивидуальные действия 2. Групповые действия 3. Тактика вратаря 4. Ведение учебных игр по избранной тактической системе	12	Формирование навыка
6	6 неделя	Просмотр видео и DVD записей игр и их разбор	1. Просмотр видео и DVD записей игр и их разбор. Двухсторонняя игра 2. Просмотр видео и DVD записей игр и их разбор. Двухсторонняя игра 3. Просмотр видео и DVD записей игр и их разбор. Двухсторонняя игра 4. Просмотр видео и DVD записей игр и их разбор.	12	Умение видеть ошибки в игре и предотвращать их

			Двух сторонняя игра		
7	7 неделя	Техника розыгрыша стандартных положений	1. Техника розыгрыша углового удара 2. Техника розыгрыша штрафного удара 3. Техника розыгрыша свободного удара 4. Техника розыгрыша в вода мяча из боковой линии	12	Формирование навыка
8	8 неделя	Упражнения для развития быстроты	1. ОРУ для развития быстроты 2. Упражнения для разгибателей туловища 3. Упражнения для разгибателей ног 4. Упражнения общего воздействия	12	Повышение показателя быстроты
9	9 неделя	Упражнения с предметом. Акробатические упражнения	1. С набивными мячами. Двух сторонняя игра 2. Упражнения с гантелями и штангами. Двух сторонняя игра 3. Кувырки. Двух сторонняя игра 4. Перекаты, перевороты. Двух сторонняя игра	12	Повышение показателей
10	10 неделя	Техническая и тактическая подготовка	1. Техника передвижений 2. Удары по мячу ногой. Удары по мячу головой 3. Остановка мяча. Ведение мяча 4. Обманные движения (финты). Отбор мяча	12	Формирования навыка
11	11 неделя	Наработка командных комбинаций	1. Командная комбинация «Бабочка» 2. Командная комбинация «Ромб» 3. Командная комбинация «Столб» 4. Двух сторонняя игра с применением командной комбинации «Бабочка»,	12	Формирования навыка

			«Ромб» и «Столб»		
12	12 неделя	Отработка командных комбинаций	1. Двух сторонняя игра с применением командной комбинации «Бабочка», «Ромб» и «Столб»	12	Формирования навыка
	2. Двух сторонняя игра с применением командной комбинации «Бабочка», «Ромб» и «Столб»				
	3. Двух сторонняя игра с применением командной комбинации «Бабочка», «Ромб» и «Столб»				
	4. Двух сторонняя игра с применением командной комбинации «Бабочка», «Ромб» и «Столб»				
13	13 неделя	Повторение общей физической подготовки	1. Силы мышц рук	12	Повышение общей физической подготовки
	2. Силы мышц ног				
	3. Силы мышц туловища (брюшного пресса, спины)				
	4. Развитие силовой выносливости				
14	14 неделя	Повторение специальной физической подготовки	1. Упражнения для развития быстроты	12	Повышение специальной физической подготовки
	2. Упражнения для развития скоростно-силовых качеств				
	3. Упражнения для вратарей. Упражнения для развития ловкости				
	4. Упражнения для развития специальной выносливости				
15	15 неделя	Повторение тактики нападения	1. Индивидуальные действия без мяча	12	Отработка навыка
	2. Индивидуальные действия с мячом				
	3. Групповые действия				
	4. Двух сторонняя игра				
16	16 неделя	Повторение тактики защиты	1. Индивидуальные действия	12	Отработка навыка

			2. Групповые действия		
			3. Тактика вратаря		
			4. Ведение учебных игр по избранной тактической системе		
17	17 неделя	Повторение просмотра видео и DVD записей игр и их разбор	1. Просмотр видео и DVD записей игр и их разбор. Двух сторонняя игра	12	Отработка видения ошибок в игре
			2. Просмотр видео и DVD записей игр и их разбор. Двух сторонняя игра		
			3. Просмотр видео и DVD записей игр и их разбор. Двух сторонняя игра		
			4. Просмотр видео и DVD записей игр и их разбор. Двух сторонняя игра		
18	18 неделя	Повторение Техники розыгрыша стандартных положений	1. Техника розыгрыша углового удара	12	Отработка навыка
			2. Техника розыгрыша штрафного удара		
			3. Техника розыгрыша свободного удара		
			4. Техника розыгрыша в вода мяча из боковой линии		
19	19 неделя	Повторение упражнения для развития быстроты	1. ОРУ для развития быстроты	12	Повышение развития быстроты
			2. Упражнения для разгибателей туловища		
			3. Упражнения для разгибателей ног		
			4. Упражнения общего воздействия		
20	20 неделя	Повторение упражнений с предметом. Акробатических упражнений	1. С набивными мячами. Двух сторонняя игра	12	Повышения уровня
			2. Упражнения с гантелями и штангами. Двух сторонняя игра		
			3. Кувырки. Двух сторонняя игра		

			4. Перекаты, перевороты. Двух сторонняя игра		
21	21 неделя	Повторения технической и тактической подготовки	1. Техника передвижений 2. Удары по мячу ногой. Удары по мячу головой 3. Остановка мяча. Ведение мяча 4. Обманные движения (финты). Отбор мяча	12	Отработка навыка
22	22 неделя	Повторения наработки командных комбинаций	1. Командная комбинация «Бабочка» 2. Командная комбинация «Ромб» 3. Командная комбинация «Столб» 4. Двух сторонняя игра с применением командной комбинации «Бабочка», «Ромб» и «Столб»	12	Отработка навыка
23	23 неделя	Повторение Отработки командных комбинаций	1. Двух сторонняя игра с применением командной комбинации «Бабочка», «Ромб» и «Столб» 2. Двух сторонняя игра с применением командной комбинации «Бабочка», «Ромб» и «Столб» 3. Двух сторонняя игра с применением командной комбинации «Бабочка», «Ромб» и «Столб» 4. Двух сторонняя игра с применением командной комбинации «Бабочка», «Ромб» и «Столб»	12	Отработка навыка
24	24 неделя	Закрепление общей физической подготовки	1. Силы мышц рук 2. Силы мышц ног 3. Силы мышц туловища (брюшного пресса, спины) 4. Развитие силовой выносливости	12	Повышения общей физической подготовки
	25	Закрепление	1. Упражнения для		Повышения

25	неделя	специальной физической подготовки	развития быстроты	12	специальной физической подготовки
			2. Упражнения для развития скоростно-силовых качеств		
			3. Упражнения для вратарей. Упражнения для развития ловкости		
			4. Упражнения для развития специальной выносливости		
26	26 неделя	Закрепление Тактики нападения	1. Индивидуальные действия без мяча	12	Сформированный навык
			2. Индивидуальные действия с мячом		
			3. Групповые действия		
			4. Двух сторонняя игра		
27	27 неделя	Закрепление тактики защиты	1. Индивидуальные действия	12	Сформированный навык
			2. Групповые действия		
			3. Тактика вратаря		
			4. Ведение учебных игр по избранной тактической системе		
28	28 неделя	Закрепление просмотра видео и DVD записей игр и их разбор	1. Просмотр видео и DVD записей игр и их разбор. Двух сторонняя игра	12	Сформированное видение ошибок в игре
			2. Просмотр видео и DVD записей игр и их разбор. Двух сторонняя игра		
			3. Просмотр видео и DVD записей игр и их разбор. Двух сторонняя игра		
			4. Просмотр видео и DVD записей игр и их разбор. Двух сторонняя игра		
29	29 неделя	Закрепление Техники розыгрыша стандартных положений	1. Техника розыгрыша углового удара	12	Сформированный навык
			2. Техника розыгрыша штрафного удара		
			3. Техника розыгрыша свободного удара		
			4. Техника розыгрыша в вода мяча из боковой		

			линии		
30	30 неделя	Закрепление упражнения для развития быстроты	1. ОРУ для развития быстроты 2. Упражнения для разгибателей туловища 3. Упражнения для разгибателей ног 4. Упражнения общего воздействия	12	Сформированный навык
31	31 неделя	Закрепление упражнений с предметом. Акробатических упражнений	1. С набивными мячами. Двух сторонняя игра 2. Упражнения с гантелями и штангами. Двух сторонняя игра 3. Кувырки. Двух сторонняя игра 4. Перекаты, перевороты. Двух сторонняя игра	12	Сформированный навык
32	32 неделя	Закрепление технической и тактической подготовки	1. Техника передвижений 2. Удары по мячу ногой. Удары по мячу головой 3. Остановка мяча. Ведение мяча 4. Обманные движения (финты). Отбор мяча	12	Сформированный навык
33	33 неделя	Закрепление наработки командных комбинаций	1. Командная комбинация «Бабочка» 2. Командная комбинация «Ромб» 3. Командная комбинация «Столб» 4. Двух сторонняя игра с применением командной комбинации «Бабочка», «Ромб» и «Столб»	12	Сформированный навык
34	34 неделя	Закрепление отработки командных комбинаций	1. Двух сторонняя игра с применением командной комбинации «Бабочка», «Ромб» и «Столб» 2. Двух сторонняя игра с применением командной комбинации «Бабочка», «Ромб» и «Столб»	12	Сформированный навык

			3. Двух сторонняя игра с применением командной комбинации «Бабочка», «Ромб» и «Столб»		
			4. Двух сторонняя игра с применением командной комбинации «Бабочка», «Ромб» и «Столб»		
35	35 неделя	Закрепление отработки командных комбинаций	1. Двух сторонняя игра с применением командной комбинации «Бабочка», «Ромб» и «Столб»	12	Сформированный навык
			2. Двух сторонняя игра с применением командной комбинации «Бабочка», «Ромб» и «Столб»		
			3. Двух сторонняя игра с применением командной комбинации «Бабочка», «Ромб» и «Столб»		
			4. Двух сторонняя игра с применением командной комбинации «Бабочка», «Ромб» и «Столб»		
36	36 неделя	Закрепление отработки командных комбинаций	1. Двух сторонняя игра с применением командной комбинации «Бабочка», «Ромб» и «Столб»	12	Сформированный навык
			2. Двух сторонняя игра с применением командной комбинации «Бабочка», «Ромб» и «Столб»		
			3. Двух сторонняя игра с применением командной комбинации «Бабочка», «Ромб» и «Столб»		
			4. Двух сторонняя игра с применением командной комбинации «Бабочка», «Ромб» и «Столб»		

37	37 неделя	Закрепление отработки командных комбинаций	1. Двух сторонняя игра с применением командной комбинации «Бабочка», «Ромб» и «Столб»	12	Сформированный навык
			2. Двух сторонняя игра с применением командной комбинации «Бабочка», «Ромб» и «Столб»		
			3. Двух сторонняя игра с применением командной комбинации «Бабочка», «Ромб» и «Столб»		
			4. Двух сторонняя игра с применением командной комбинации «Бабочка», «Ромб» и «Столб»		
38	38 неделя	Сдача итоговых нормативов	1. Сдача нормативов	12	Удачная сдача итоговых нормативов
			2. Сдача нормативов		
			3. Сдача нормативов		
			4. Сдача нормативов		
Итого:			456		

2.5 Календарный план воспитательных работ

№	Время проведения	Содержание	Объем (час)
1	Сентябрь	1.Профилактика антитеррористического движения, пожарная безопасность. 2.Правила дорожного движения.	1
2	Декабрь	1.Совершенствование нравственных качеств личности, умение пользоваться полученными знаниями в межличностном общении. 2. Умение пользоваться знаниями о здоровом образе жизни, жить по принципу «В здоровом теле - здоровый дух».	1
3	Март	1.встреча учащихся отделений с сотрудниками ГИБДД, беседа на тему: "Профилактика травматизма и несчастных случаев с детьми на дорогах". 2. Встреча с инспектором ОДН с целью профилактики правонарушений, курения, наркомании и алкоголизма среди несовершеннолетних.	1

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Андреев С. Н., Алиев Э. Г. Мини-футбол в школе.- М.: Советский спорт, 2008.
2. А. В.Кенеман. Детские народные подвижные игры. М. Просвещение,1995.
3. Андреев С.Н., Алиев Э.Г.. Мини-футбол в школе. – М.: Советский спорт, 2006.
4. Г. А.Колодницкий, В. С.Кузнецов, М. В. Маслов. Внеурочная деятельность. Футбол. - Москва, «Просвещение», 2011.
5. Богин М. М. Обучение двигательным действиям. – М.: Физкультура и спорт, 1985.
6. Иванченко В.И. Занятия в системе дополнительного образования детей. – Ростов н/Д: Учитель, 2007.
7. Лях В. И., Зданевич А. А. Программы общеобразовательных учреждений. Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов. – М.: «Просвещение», 2006.
8. Мини-футбол на уроке физической культуры. М.: ТВТ Дивизион, 2006.
9. Мини-футбол: правила игры. Издательство М.: Регион-Про, 2007.
10. Савостьянов А. Физическое здоровье школьников. Учебное пособие. – М.: Изд-во педагогического общества России, 2006.
11. Юный футболист: Учеб. пособие для тренеров / Под ред. А. П. Лаптева и А. А. Сучилина. – М.: Физкультура и спорт, 1983.