МУ «Управление образования Урус-Мартановского муниципального района»
Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«РЦЮТиЭ Урус-Мартановского района»

Принята на заседании
педагогического совета
МБУ ДО «РЦЮТиЭ
Урус-Мартановского района»
Протокол №2 от «31» 05 2022г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБУ ДО «РЦЮТиЭ
_____А.А.Расухаджиева
Приказ №156 от «1» 06 2022 г.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
«Мини-футбол»

Направленность: физкультурно-спортивная
Уровень освоения: стартовый

Возраст обучающихся: 10-14 лет
Срок реализации программы: 10 дней

Составитель:
педагог дополнительного образования
Хатуев Зелимхан Доккаевич

г. Урус-Мартан, 2022 год.

Содержание программы

Раздел1. Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы:
1.1. Нормативно-правовые основы разработки дополнительных общеобразовательных программ.
1.2. Направленность программы.
1.3. Уровень освоения программы.
1.4. Актуальность программы.
1.5. Отличительные особенности.
1.6. Цель и задачи программы.
1.7. Категория учащихся.
1.8. Сроки реализации и объем программы.
1.9. Формы организации образовательной деятельности и режим занятий.
1.10. Планируемые результаты и способы их проверки.
Раздел 2. Содержание программы
2.1. Учебный (тематический) план.
2.2. Содержание учебного плана.
Раздел 3. Формы аттестации и оценочные материалы.
Раздел4. Комплекс организационно-педагогических условий реализации программы:
4.1. Материально-технические условия реализации программы.
4.2. Кадровое обеспечение программы.
4.3. Учебно-методическое обеспечение.
Приложения
Список использованной литературы

Раздел 1. Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы:

1.1. Нормативно-правовые основы разработки дополнительных общеобразовательных программ

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Тропа туриста» разработана согласно требованиям следующих нормативных документов:

1. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» № 273-ФЗ от 29.12.2012г. (в ред. от 16.04.2022 N 108-ФЗ);
2. Концепция развития дополнительного образования детей от 31 марта 2022 г. № 678-р;
3. Приказ Минпросвещения России от 09.11.2018 N196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам (в ред. Приказов Минпросвещения РФ от 05.09.2019 N 470, от 30.09.2020 N 533)
4. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 "Об утверждении санитарных правил СП 2.4. 3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи".
5. Приказ Министерства просвещения РФ от 3 сентября 2019 г. N 467 "Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей" (с изменениями и дополнениями от 02.02.2021г.)
6. Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской федерации от 5 мая 2018 года № 298н Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;
7. Письмо Минобрнауки России № 09-3242 от 18.11.2015 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»;
8. Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (утверждена Распоряжением Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. N 996-р).

1.2. Направленность: физкультурно-спортивная.

1.3. Уровень освоения программы: стартовый

1.4 Актуальность программы состоит в том, что футбол – популярный вид спорта. А через заинтересованность учащихся в футболе есть возможность реализовать цель данной программы, а именно развить психические и физические качества ребенка, мотивировать его к здоровому образу жизни.

Также актуальность программы заключается в том, что направлена на подготовку обучающихся к соревнованиям по футболу.

Программа разработана на основе запроса родительского коллектива.

1.5. Отличительные особенности. Для обучения детей футболу по данной программе, в отличие от спортивных школ, принимаются все желающие дети, без специального отбора (кроме медицинских показаний). Программа «Мини-футбол» составлена на основе одноименной программы автора Галиев Азат Гильмуллович, учителя физической культуры, высшей квалификационной категории. Программа «Мини-футбол» отличается от программы общеобразовательной программы «Мини-футбол» по следующим пунктам:

- сокращено количество часов
- сокращено количество тем
- убраны три раздела
- добавлены новые темы

1.6. Цель и задачи программы.

Целью программы является формирование устойчивых мотивов и потребностей в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических и психических качеств, творческом использовании средств физической культуры в организации здорового образа жизни.

Задачи программы:

Обучающие:

- формирование культуры движений, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей и корригирующей направленностью, техническими действиями и приемами в футболе;
- освоение знаний о футболе, его истории и о современном развитии, роли в формировании здорового образа жизни;
- обучение навыкам и умениям в данной деятельности, самостоятельной организации занятий физическими упражнениями;
- овладение техникой передвижений, остановок, поворотов и стоек;
- освоение ударов по мячу и остановок мяча;
- овладение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей;
- освоение техники ведения мяча;
- освоение техники ударов по воротам;
- закрепление техники владения мячом и развитие координационных способностей;
- освоение тактики игры.

***Развивающие*:**

- укрепление здоровья, развитие основных физических качеств и повышение функциональных способностей;
- развитие выносливости;
- развитие скоростных и скоростно-силовых способностей.

Воспитательные:

- воспитание положительных качеств личности, соблюдение норм коллективного взаимодействия и сотрудничества в соревновательной деятельности;
- воспитание чувства товарищества, чувства личной ответственности;
- воспитание нравственных качеств по отношению к окружающим;
- приобщить воспитанников к здоровому образу жизни и гармонии тела.

1.7. Категория учащихся. Программа рассчитана на учащихся 7-15 лет. Зачисление осуществляется при желании ребенка по заявлению его родителей (законных представителей) и представлении справки о состоянии здоровья ребенка.

1.8. Сроки реализации и объем программы.

Срок реализации программы – 10 дней. Объем программы – 20 часов.

1.9. Формы организации образовательной деятельности и режим занятий.

Занятия проводятся в разновозрастных группах, численный состав группы – 15 человек.

Режим занятий: проводятся по 2 часа 5 раз в неделю.

Продолжительность занятия – 45 минут, перерыв 10 минут.

1.10. Планируемые результаты освоения программы

В результате освоения программы «Мини-футбол» учащиеся будут знать:

- об особенностях зарождения истории мини-футбола;
- о физических качествах и правилах их тестирования;
- основы личной гигиены, причины травматизма при занятии мини-футболом и

правила его предупреждения;

Будут уметь:

- организовать самостоятельные занятия мини-футболом, а также с группой товарищей;
- организовывать и проводить соревнования по мини-футболу в классе, во дворе, в оздоровительном лагере и др.

Будут способны решать следующие жизненно- практические задачи:

- развивать в себе духовные и физические качества;
- научиться работать в коллективе;

Личностными результатами освоения учащимися содержания программы являются следующие умения:

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

Метапредметными результатами освоения учащимися содержания программы являются следующие умения:

- находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;
- общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;
- организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;
- анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
- видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;
- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять при этом сдержанность и рассудительность.

Предметными результатами освоения учащимися содержания программы являются следующие умения:

- планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры;
- излагать факты истории развития физической культуры, характеризовать ее роль и значение в жизнедеятельности человека, связь с трудовой и военной деятельностью;
- представлять физическую культуру (физические упражнения) как средство(-а) укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- уметь передвигаться различными способами (ходьба, бег, прыжки) в различных условиях;
- выполнять простые акробатические соединения и гимнастические комбинации на высоком техническом уровне, характеризовать признаки техничного исполнения;

- выполнять общеразвивающие упражнения (с предметами и без предметов) для развития основных физических качеств (силы, быстроты, гибкости, выносливости, двигательно-координационных способностей);
- осуществлять индивидуальные и групповые действия в подвижных играх;
- освоить на определенном уровне навык работы с различными мячами;
- быть способным применять жизненно важные умения и навыки в различных изменяющихся (вариативных) условиях.

Раздел 2. Содержание программы

2.1. Учебный (тематический) план.

№ п/п	Наименование разделов и тем	Количество часов			Форма контроля
		Теория	Практика	Всего	
1	**Введение.**	**2**	**0**	**2**	Наблюдение
1.1	Инструктаж по ТБ. Игра на знакомство. Краткий обзор возникновения и развития мини-футбола.	2			
2	**Подготовка и упражнения**	**0**	**10**	**10**	Устный опрос, выполнение практических заданий. Игра
2.1	Физподготовка. Челночный бег, футбол, изучение упражнения «квадрат»		2	2	
2.2	Физподготовка. Бег, прыжки по лестницам, футбол, изучение упражнения «контроль мяча»		2	2	
2.3	Легкоатлетические упражнения. Удары по мячу ногой после выполнения технических действий. Футбол		2	2	
2.4	Передвижение спиной вперед, повороты, удары по мячу внутренней частью стопы, ведение мяча по кругу		2	2	Опрос. Наблюдение. Соревнование
2.5	Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой. Бег в сочетании с ходьбой. Товарищеская игра		2	2	

3	**Правила игры в мини-футбол.**	**0**	**8**	**8**	
3.1	Правила игры в мини-футбол. Тактика защиты: командные действия. Ведение мяча с активным сопротивлением защитников		2	2	
3.2	Обучение удару по неподвижному мячу, чеканка мяча.		2	2	Опрос. Наблюдение. Сдача контрольных нормативов. Товарищеские соревнования
3.3	Отработка ударов по мячу из различных положений, комбинации ударов.		2	2	
3.4	Итоговое занятие. Сдача контрольных нормативов. Товарищеские соревнования		2	2	

2.2. Содержание учебного плана.

1. Введение – 2ч

1.1 Инструктаж по ТБ. Игра на знакомство.

Теория. Инструктаж по технике безопасности. Игра на знакомство обучающихся друг с другом. Выявление уровня первичной подготовки детей в данном виде деятельности. Краткий обзор возникновения и развития мини-футбола.

2. Подготовка и упражнения - 10

2.1 Физподготовка. Челночный бег, футбол, изучение упражнения «квадрат».

Практика. Физподготовка. Втягивающая тренировка. Специальные упражнения, свободная практика. Челночный бег, футбол, изучение упражнения «квадрат».

2.2 Физподготовка. Бег, прыжки по лестицам, футбол, изучение упражнения «контроль мяча».

Практика. Физподготовка. Прыжки через барьер, бег, прыжки по лестицам, футбол, изучение упражнения «контроль мяча».

2.3 Легкоатлетические упражнения. Удары по мячу ногой после выполнения технических действий. Футбол

Практика. Легкоатлетические упражнения: низкий старт, бег на короткие дистанции. Удары по мячу ногой после выполнения технических действий. Футбол.

2.4 Передвижение спиной вперед, повороты, удары по мячу внутренней частью стопы, ведение мяча по кругу

Практика. Передвижение спиной вперед, повороты, удары по мячу внутренней частью стопы, ведение мяча по кругу. Упражнения для развития ловкости. Передачи мяча в движении.

2.5 Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой. Бег в сочетании с ходьбой. Товарищеская игра

Практика. Упражнения для развития силовых качеств. Финты (обманные действия). Упражнения для развития быстроты. Введение мяча из-за боковой линии. Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой. Бег в сочетании с ходьбой. Товарищеская игра.

***3*. Правила игры в мини-футбол - 8**

3.1. Правила игры в мини-футбол. Тактика защиты: командные действия. Ведение мяча с активным сопротивлением защитников.

Практика. Правила игры в мини-футбол. Тактика защиты: командные действия. Обводка с помощью обманных движений, отработка изученных ударов. Ведение мяча с активным сопротивлением защитников. Игры на закрепление тактических действий, силовые упражнения.

3.2 Обучение удару по неподвижному мячу, чеканка мяча.

Практика. Игры, развивающие физические способности. Бег с остановками и изменением направления. Обучение удару по неподвижному мячу, чеканка мяча.

3.3 Отработка ударов по мячу из различных положений, комбинации ударов.

Практика. Отработка ударов по мячу из различных положений, комбинации ударов. Отбор мяча перехватом, тактика игры 2 против 1. Изучение технических приемов, прием мяча грудью.

3.4 Итоговое занятие. Сдача контрольных нормативов. Товарищеские соревнования

Практика. Итоговое занятие. Сдача контрольных нормативов. Товарищеские соревнования.

Раздел 3. Формы аттестации и оценочные материалы.

Основные виды диагностики результата:

- **входной** – проводится в начале обучения, определяет уровень знаний и умений;
- **текущий** – проводится на каждом занятии: акцентирование внимания, практические занятия;
- т**екущий** – проводится по окончании изучения отдельных тем: выполненным эскизам, программные задания, работа в коллективе; по результатам контроля для учащихся определяется индивидуальный темп и сложность освоения программы;
- **итоговый** –сдача нормативов.

Методы и формы отслеживания результативности обучения и воспитания:

- открытое педагогическое наблюдение;
- оценка продуктов творческой деятельности детей;

формы:

- Презентации, тестирование. Проверка подготовки учащихся осуществляется путем соревнований внутри группы.

Критерии оценки достижения планируемых результатов программы.

Низкий уровень. Обучающийся неуверенно формулирует правила ТБ, не уверен в знаниях. Слабо владеет мячом.

Личностные качества учащегося. Обучающийся обращается за помощью только тогда, когда совсем не может справиться с заданием. Работу выполняет не всегда аккуратно, неохотно исправляет ошибки.

Средний (допустимый) уровень. Обучающийся уверенно формулирует правила ТБ, уверенно демонстрирует знания и навык. Хорошо владеет мячом.

Личные качества учащегося. Обучающийся легко общается с людьми, при затруднении не всегда обращается за помощью. Работу выполняет охотно, но ошибки исправляет только при вмешательстве педагога.

Высокий уровень. Обучающийся отлично формулирует правила ТБ, отлично справляется с показом знаний и навыков. Отлично владеет мячом.

Личные качества учащегося. Обучающийся легко общается с окружающими, и сам готов помочь товарищам. Работу выполняет охотно, замечает свои ошибки и самостоятельно их исправляет. Всегда

Критерии оценки для тестов: восемь правильных ответов из десяти – отлично; шесть правильных ответов из десяти – хорошо; четыре правильных ответа – удовлетворительно; ниже четырех – неудовлетворительно.

Раздел 4. Комплекс организационно-педагогических условий реализации программы.

4.1. Материально-техническое обеспечение программы.

- Мячи футбольные
- Фишки футбольные
- Манишки футбольные

4.2. Кадровое обеспечение программы.

Программа может быть реализована педагогом дополнительного образования, имеющим образование, соответствующее направленности дополнительной общеобразовательной программы, осваиваемой учащимися.

Хатуев Зелимхан Доккаевич, педагог МБУ ДО «РЦЮТиЭ Урус-Мартановского района».

Образование:Среднее профессиональное, квалификация – Учитель физической культуры.

4.3. Учебно-методическое обеспечение образовательной программы:

1) Учебно-методические пособия, методическая литература. (см. Литература).

2) Материал из опыта педагога:

- методический и инструктивный материал;
- дидактический материал;
- методические разработки (конспекты занятий, памятки и т.д.).

3)Методическое психолого-педагогическое сопровождение личности обучающегося (тесты, опросник);

4)Информационное обеспечение для детей и их родителей:

рекламные буклеты, публикации объявлений в СМИ, информация на сайте, стенд педагога – достижения учащихся каждой смены, обратная связь отзывов детей и родителей на общественном канале.

Название учебной темы	Форма занятий	Название и форма методического материала	Методы и приемы организации учебно-воспитательного процесса
Введение. Игра на знакомство. Инструктаж по ТБ.	Групповая. Теоретическая подготовка. Беседа-лекция.	Презентация по теме. Инструкции по ТБ.	Словесные

Подготовка и упражнения	Групповая, индивидуальная Теоретическая подготовка. Практическое занятие. Беседа-лекция.	Презентация по теме. Дидактические пособия, Интернет-ресурсы. http://www.protown.ru	Устный опрос, выполнение практических заданий. Игра
Правила игры в мини-футбол.	Групповая, индивидуальная. Теоретическая подготовка. Практическое занятие. Беседа-лекция.	Презентация по теме. Дидактические пособия, Интернет-ресурсы. http://www.virtan.ru	Словесные Наглядные Репродуктивный

Приложение 1

Календарный учебный график.

№ п/п	Дата	Время провед. Занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место провед.	Форма контроля
				2	**Введение**		
1.			Лекция, игры.	2	Инструктаж по ТБ. Игра на знакомство. Краткий обзор возникновения и развития мини-футбола.		Наблюдение. Опрос устный
				10	**Подготовка и упражнения**		
2.			Практика	2	Физподготовка. Челночный бег, футбол, изучение упражнения «квадрат»		Наблюдение
3.			Практика	2	Физподготовка. Бег, прыжки по лестицам, футбол, изучение упражнения «контроль мяча»		Наблюдение
4.			Практика	2	Легкоатлетические упражнения. Удары по мячу ногой после выполнения технических действий. Футбол		Наблюдение
5.			Практика	2	Передвижение спиной вперед, повороты, удары по мячу внутренней частью стопы, ведение мяча по кругу		Наблюдение
6.			Практика	2	Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой. Бег в сочетании с ходьбой. Товарищеская игра		Наблюдение
				8	**Правила игры в мини-футбол.**		

7.			Практика	2	Правила игры в мини-футбол. Тактика защиты: командные действия. Ведение мяча с активным сопротивлением защитников		Наблюдение
8.			Практика	2	Обучение удару по неподвижному мячу, чеканка мяча.		Наблюдение
9.			Практика	2	Отработка ударов по мячу из различных положений, комбинации ударов.		Наблюдение
10.			Практика	2	Итоговое занятие. Сдача контрольных нормативов. Товарищеские соревнования		Соревнования

Приложение 2

Контрольные нормативы

Название упражнений	Возраст

	10 лет	**11 лет**	**12 лет**	**13 лет**	**14 лет**
Бег 30м (сек)	6,3	6,1	5,9	5,8	5,7
Бег 1000м (мин)	6.25	6.10	5.55	5.40	5.00
Челноч. бег 10х5м (сек)	20,2	19,8	19,5	19,2	18,9
Пр. в длину с места (см)	130	140	150	160	165
Метание мяча (м)	15	17	20	22	25
Подтягивание в висе (кол-во раз)	2	3	4	5	6
Поднимание туловища за 30сек (кол-во раз)	15	16	17	18	19
Наклон вперёд из положения сидя (см)	5	6	8	9	10

Список использованной литературы

1 Андреев С. Н. Играй в футбол. – М.: Издательство «Поматур», 2009.
2 Аркадьев Б. А. Тактика футбольной игры. – М.: ФиС, 2002.
3 Апухтин Б. Т. Обманные приемы в футболе. – М.: ФиС, 2009.
4 Гагаева Г. М. Психология футбола. – М.: ФиС, 2008.
5 Гандельсман А. Б., Смирнов К. М. Физиологические основы методики спортивной тренировки. – М.: ФиС, 2010.
6 Гриндлер К. и др. Физическая подготовка футболистов. – М.: ФиС, 2006
7 Калинин А. П. Игра защитников. – М.: ФиС, 2007.
8 Конов И. И. Игра нападающих. – М.: ФиС,2011.
9 Общая психология. Под редакцией Ю. В. Коломенского. - М., 2003.
10 Подготовка молодого футболиста. Под редакцией Яноша Палфан. – М.: ФиС, 2003.
11 Подготовка футболистов. Под редакцией В. И. Козловского. – М.: ФиС, 2013.
12 Пособие для начинающих тренеров. Под редакцией С.Д. Вознесенского. - М., 2003.
13 Симаков В. И. Футбол: простые комбинации. – М.: Физкультура и спорт, 2015.

14 Симаков В. И. Футбол: комбинации в парах. – М.: Физкультура и спорт, 2015.

Список литературы для учащихся и родителей

1 Пособие для начинающих футболистов. Под редакцией В.С. Плескова. - М., 2004.
2 Лаптев А. П. Режим футболистов. – М.: ФиС, 2011.
3 Коротков И.М. Подвижные игры в занятиях спортом. – М.: ФиС, 2011.

Интернет-источники

1 http://www.minsport.gov.ru
2 http://www.ffu86.ru
3 http://www.depsport.admhmao.ru