МУ «Отдел образования Урус-Мартановского муниципального района»
Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«РЦЮТиЭУрус-Мартановского района»

Принята на заседании
педагогического совета
МБУ ДО «РЦЮТиЭ
Урус-Мартановскогорайона»
Протокол №__от «__» ____20__г.

УТВЕРЖДАЮ
И.о. директора МБУ ДО «РЦЮТиЭ
_____Э.Т.Ханжарова
Приказ №___от «__» ____20__г.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
«Мини-футбол»

Направленность: физкультурно-спортивная
Уровень освоения: стартовый

Возраст обучающихся: 11-14 лет
Срок реализации программы: 10 дней

Подписано цифровой подписью: Ханжарова Элина Тавусовна
Дата: 2024.06.09 18:44:33 +03'00'

Составитель:
Ахматов Ибрагим Буваддинович
педагог дополнительного образования

г. Урус-Мартан, 2024 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 «Мини-футбол» разработана согласно требованиям следующих нормативных документов:

1. Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (далее – ФЗ № 273).
2. Приказ Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. N 629 “Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам”
3. Приказ Минпросвещения России от 03.09.2019 N 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей».
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 образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017 г. № 816 "Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ".

1.2. Направленность: Дополнительная общеобразовательная программа имеет физкультурно-спортивную направленность и разработана для реализации в летний каникулярный период.

1.3. Уровень освоения программы: стартовый в соответствии Методическими рекомендациями общеразвивающих программ Министерства образования и науки РФ (письмо от 18 ноября 2015г. №09-3242)

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. 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 разносторонняя подготовка и овладение рациональной техникой; приобретение знаний, умений необходимых футболистам; воспитание трудолюбия, дисциплины, взаимопомощи, чувства коллективизма. Подготовка обучающихся к спартакиадам.

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 11-14 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 – 30 часа.

1.9. Формы организации образовательной деятельности и режим занятий.

Занятия проводятся в разновозрастных группах, численный состав группы –

Режим занятий: 10 дней обучения - проводятся по 5 раз в неделю по 3 часа.

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	**Вводное занятие.**			**3**	
1.1	Инструктаж по технике безопасности. Введение в футбол.	1	2	3	Беседа
2	**Правила игры в мини-футбол**			**18**	
2.1	Правила игры в мини-футбол. Тактика защиты: командные действия. Ведение мяча с активным сопротивлением защитников.	1	2		Наблюдение. Практика
2.2	Обучение удару по неподвижному мячу, чеканка мяча.	1	2		Наблюдение. Практика
2.3	Отработка ударов по мячу из различных положений, комбинации ударов.	1	2		Наблюдение. Практика
2.4	Остановка катящегося мяча	1	2		Наблюдение. Практика
2.5	Обучение ударом по неподвижному мячу, чеканка мяча	1	2		Наблюдение. Практика
2.6	Развитие скоростных и скоростно-силовых способностей, прыжки.	1	2		Наблюдение. Практика

2.7	Обводка с помощью обманных движений, отработка изученных ударов	1	2		Наблюдение. Практика
2.8	Отработка паса щечкой в парах.	1	2		Наблюдение. Практика
2.9	Итоговое занятие.	1	2		Сдача нормативов Игра
	Всего	**10**	**20**	**30**	

2.2. Содержание учебного плана.

1. Введение – 3ч.

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. Правила игры в мини-футбол – 27ч.

2.1. 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.

2.2. 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.

2.3. 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.

2.4. Остановка катящегося мяча

Практика. Остановка мяча внутренней стороной стопы и подошвой. Бег в сочетании с ходьбой.

2.5. Обучение ударом по неподвижному мячу, чеканка мяча.

Практика. Удары с различных позиций. Отработка штрафных ударов. Различные розыгрыши штрафных с партнером.

2.6. Развитие скоростных и скоростно-силовых способностей, прыжки.

Практика. Бег на расстояние, спринт. Прыжки с места и с разбега. Отжимания, пресс, подтягивания.

2.7. Обводка с помощью обманных движений, отработка изученных ударов.

Практика. Обводка с помощью партнера, обводка в одиночку. Удары с наката, штрафные удары, пенальти.

2.8. Отработка паса щечкой в парах.

Практика. Игры, отработка паса с низу и с верху, пасы дальние и ближние.

2.9. Итоговое занятие.

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;

итоговый – сдача нормативов. Игра.

Методы и формы отслеживания результативности обучения и воспитания:

открытое педагогическое наблюдение;

оценка навыков обучающихся;

формы:

Сдача нормативов, игра. Проверка подготовки учащихся осуществляется путем соревнований внутри группы.

Критерии оценки достижения планируемых результатов программы.

Низкий уровень. Обучающийся неуверенно формулирует правила ТБ, слабо развиты навыки игры в мини-футбол, слабая физическая подготовка.

Личностные качества учащегося. Обучающийся обращается за помощью только тогда, когда совсем не может справиться заданием. Работу выполняет не всегда правильно, неохотно исправляет ошибки. Слабо проявляет свой талант и физические навыки.

Средний (допустимый) уровень. Обучающийся уверенно формулирует правила ТБ, хорошо развиты навыки игры в мини-футбол, хорошо развита физическая подготовка.

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. Не всегда проявляет интерес к физической подготовке.

Высокий уровень. Обучающийся отлично формулирует правила ТБ, отлично развиты навыки игры в мини-футбол, отличная физическая подготовка.

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

Критерии оценки для сдачи нормативов: сдача всех нормативов – отлично; сдача шести нормативов из десяти – хорошо; четыре из десяти – удовлетворительно

Раздел 4. Комплекс организационно-педагогических условий реализации программы.

4.1. Материально-техническое обеспечение программы.

Мячи футбольные

Фишки футбольные

Манишки футбольные

Свисток

Секундомер

4.2. Кадровое обеспечение программы.

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

Ахматов Ибрагим Буваддинович, педагог МБУ ДО «РЦЮТиЭУрус-Мартановского района».

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
Правила игры в мини-футбол.	Групповая, индивидуальная. Теоретическая подготовка. Практическое занятие. Беседа-лекция.	Презентация по теме. Дидактические пособия, Интернет-ресурсы. http://www.minsport.gov.ru	Словесные Наглядные Репродуктивный

Список использованной литературы

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

Список литературы для учащихся и родителей

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

Интернет-источник

- http://www.minsport.gov.ru
- http://www.ffu86.ru
- http://www.depsport.admhmao.ru

Приложение1

2.3. Календарный учебный график

по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе

физкультурно-спортивной направленности объединения «Мини Футбол»

на летнюю площадку 2024г.

1 группа

№ п\п	Факт. дата проведения занятия	Плановая дата проведения занятия	Форма Занят.	Кол. Час	Тема занятия	Место проведения занятия	Форма контроля
				3	**Введение**		
1		01.07.24	Лекция игра	3	Инструктаж по технике безопасности. Введение в футбол.	МБОУ СОШ №3 с.Старые Атаги	Беседа
				27	**Правила игры в мини-футбол**		
2		02.07.23	Практика	3	Правила игры в мини-футбол. Тактика защиты: командные действия. Ведение мяча с активным сопротивлением защитников.	МБОУ СОШ №3 с.Старые Атаги	Наблюдение. Практика
3		03.07.24	Практика	3	Обучение удару по неподвижному мячу, чеканка мяча.	МБОУ СОШ №3 с.Старые Атаги	Наблюдение. Практика
4		04.07.24	Практика	3	Отработка ударов по мячу из различных положений, комбинации ударов.	МБОУ СОШ №3 с.Старые Атаги	Наблюдение. Практика
5		05.07.24	Практика	3	Остановка катящегося мяча	МБОУ СОШ №3 с.Старые Атаги	Наблюдение. Практика

6		08.07.24	Практика	3	Обучение ударом по неподвижному мячу, чеканка мяча	МБОУ СОШ №3 с.Старые Атаги	Наблюдение. Практика
7		09.07.24	Практика	3	Развитие скоростных и скоростно-силовых способностей, прыжки.	МБОУ СОШ №3 с.Старые Атаги	Наблюдение. Практика
8		10.07.24	Практика	3	Обводка с помощью обманных движений, отработка изученных ударов	МБОУ СОШ №3 с.Старые Атаги	Наблюдение. Практика
9		11.07.24	Практика	3	Отработка паса щечкой в парах.	МБОУ СОШ №3 с.Старые Атаги	Наблюдение. Практика
12		12.07.24	Практика	3	Итоговое занятие.	МБОУ СОШ №3 с.Старые Атаги	Сдача нормативов Игра

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