

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение
«Торбеевская основная общеобразовательная школа»
Торбеевского района

Рассмотрено и одобрено
на заседании педагогического
совета
Протокол № 1
от «31» августа 2023г.



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА
(дополнительная общеразвивающая программа по секции мини-футбол)
«Юный футболист»

Возраст обучающихся: 8 -10 лет
Срок реализации программы: 1 год

Составитель: Лёвина Е.И.

учитель физической культуры и ОБЖ

п Торбеево 2023 г

Структура программы:

1. Пояснительная записка программы
2. Цели и задачи программы
3. Учебно-тематический план программы
4. Содержание программы
5. Календарный учебный график программы
6. Календарно-тематическое планирование программы
7. Планируемые результаты освоение образовательной программы
7. Оценочные материалы программы
8. Форма обучения, методы, приемы, формы организации учебного процесса, формы и типы занятий, формы контроля
9. Материально - техническое обеспечение программы
10. Список использованной литературы

1. Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная программа по виду спорта - футбол составлена в соответствии с: Федеральным законом Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», Федеральным законом Российской Федерации от 14 декабря 2007 г. № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации», Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) от 29 августа 2013 года № 1008 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам», Методическими рекомендациями по организации деятельности спортивных школ в Российской Федерации» от 29.09.2006г. № 06-1479 министерства образования и науки Российской Федерации, Приказом Министерства спорта Российской Федерации от 27 декабря 2013 г. № 1125 «Об утверждении особенности организации и осуществления образовательной, тренировочной и методической деятельности в области физической культуры и спорта».

Данная программа является программой дополнительного образования, предназначенной для дополнительных занятий по физическому воспитанию общеобразовательного учреждения. В секцию по мини-футболу «Юный футболист» привлекаются ребята в возрасте 8 – 10 лет. Весь учебный материал программы распределён в соответствии с возрастным принципом комплектования групп секции по мини-футболу и рассчитан на последовательное и постепенное расширение теоретических знаний, практических умений и навыков. Программа рассчитана на 144 часа в год (4 часа в неделю) для 2-4 классов и реализуется в течение 36 учебных недель.

Актуальность программы

Актуальность состоит в том, что в настоящее время значительная часть школьников занимается физическими упражнениями лишь на уроках физической культуры. Слабая физическая подготовка не позволяет им сдавать учебные нормативы по физической культуре в школе. Поэтому одной из важнейших задач 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 школьников к данному виду спорта.

Новизна программы

Программа мало отличается от других, но все же основное отличие в том, что наряду с технико-тактической подготовкой довольно большое место в программе отведено общефизической подготовке. Кроме того, в нее включен достаточно значительный блок теоретических знаний (в т.ч. судейская практика) из области футбола. Это сделано для расширения кругозора и интереса занимающихся к данному виду спорта

2. Цель - формирование физически и нравственно развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры и спорта для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха.

Задачи :

- привлечение максимально возможного числа детей и подростков к занятиям футболом, формирование у них устойчивого интереса, мотивации к систематическим занятиям спортом и к здоровому образу жизни;
- обучение основам техники футбола и широкому кругу двигательных навыков;
- приобретение детьми разносторонней физической подготовленности: развитие аэробной выносливости, быстроты, скорости, силовых и координационных возможностей;
- воспитание морально-этических и волевых качеств, становление спортивного характера;
- поиск талантливых в спортивном отношении детей на основе морфологических критериев и двигательной одаренности.

На обучение по данной программе зачисляются дети с 8 лет, желающие заниматься спортом и не имеющие медицинских противопоказаний, имеющие письменное разрешение врача.

Срок реализации программы.

Настоящая учебная программа рассчитана на весь период обучения в спортивно-оздоровительной группе (СОГ).

Режим занятий.

Продолжительность занятий составляет 2 часа- 2 раза в неделю.

Учебный план программы рассчитан на 36 недель непосредственно в условиях учреждения. Продолжительность одного тренировочного занятия рассчитывается в академических часах (45 мин) с учетом возрастных особенностей. В группах с целью большего охвата занимающихся максимальный объем тренировочной нагрузки на группу в неделю может быть снижен, но не более чем на 2 часа в неделю (10% от годового объема) с возможностью увеличения нагрузки в каникулярный период (не более 25% от годового тренировочного объема).

Наполняемость групп.

Максимальный состав группы определяется с учетом соблюдения правил техники безопасности на учебно-тренировочных занятиях. В группу принимается не менее 15 и не более 20 человек.

Формы организации занятий.

Основными формами учебно-тренировочной работы в секции являются: групповые занятия, участие в соревнованиях, теоретические занятия (в форме бесед, лекций, просмотра и анализа учебных кинофильмов, кино- или видеозаписей, просмотра соревнований), медико-восстановительные мероприятия, культурно-массовые мероприятия.

Формы проведения занятий.

Основными формами проведения занятий являются тренировка и игра.

Нормативная часть рабочей программы

Год подготовки	Минимальный возраст для зачисления, лет	Минимальное число занимающихся в группе	Максимальное число количество учебных часов в неделю	Требования по технико-тактической, физической и спортивной подготовке на конец учебного года
Спортивно-оздоровительные группы (СОГ)				
СО	8-10	15	4	Выполнение нормативов по физической и технической подготовке

3. Учебно-тематический план программы

№ п/п	Наименование разделов	Количество часов		
		всего	теория	практика

1	Техника безопасности во время учебно-тренировочных занятий.	2	1	1
2	Удары по мячу	15	-	15
3	Остановка мяча	15	2	13
4	Ведение мяча и обводка	20	-	20
5	Отбор мяча	14	1	13
6	Вбрасывание мяча	11	-	11
7	Игра вратаря	10	1	9
8	Тактика игры	30	1	29
9	Подвижные игры и эстафеты	15		15
10	Общефизическая подготовка	12	1	11
	Итого:	144	7	137

4. Содержание программы

Теоретическая подготовка

Целью теоретической подготовки является овладение минимумом знаний, необходимых для понимания сущности спорта и его социальной роли.

Теоретическая подготовка проводится в виде коротких сообщений, объяснений, рассказов и бесед в начале тренировочного занятия или в форме объяснений во время отдыха. Кроме этого, могут проводиться специальные занятия по теоретической подготовке в форме непродолжительных лекций, семинаров или методических занятий. Эффективность усвоения теоретико-методических знаний существенно повышается за счет использования учебных кино- и видеофильмов, мультимедийных пособий, рисунков, плакатов и других наглядных пособий.

План теоретической подготовки

№ п/п	Тема
1	Техника безопасности при занятиях футболом Правила поведения в зале. Предупреждение несчастных случаев и заболеваний на занятиях футболом.
2	Физическая культура как часть общей культуры общества. Значение физической культуры. Виды спорта. Общее понятие о командных игровых видах спорта.
3	История становления и развития футбола Футбол как вид спорта, история его зарождения и развития в России.
4	Общее понятие о гигиене Личная гигиена занимающихся футболом и при занятиях спортом. Основы сбалансированного питания. Витаминизация спортсменов.
5	Врачебный контроль и самоконтроль Знания о строении и функциях нашего организма помогают укреплять здоровье. Методы изучения строения, функций человека. Принципы закаливания. Закаливание солнцем, воздухом и водой. Режим дня и закаливание организма. Воздействие на организм природных факторов. Рациональный режим дня.
6	Общее понятие о технике игры в футбол

Общая физическая подготовка.

Комплексы общеразвивающих упражнений, направленные на развитие гибкости, координационных способностей, силовой выносливости. Спортивные и подвижные игры, направленные на развитие ловкости, быстроты, выносливости. Эстафеты и прыжковые способности и быстроты. Циклические упражнения, направленные на развитие выносливости.

Общеразвивающие упражнения без предметов:

- упражнения для рук и плечевого пояса;
- сгибание и разгибание рук, вращения, махи, отведения и приведения, рывки;
- упражнения выполняются на месте и в движении;
- упражнения для мышц шеи: наклоны, вращения и повороты головы в различных направлениях;
- упражнения для ног: различные маховые движения ногами, приседания на обеих на одной ноге, выпады, выпады с дополнительными пружинящими движениями;
- упражнение с сопротивлением. Упражнения в парах - повороты и наклоны туловища, сгибание и разгибание рук, приседание с партнером, переносы партнера на спине и на плечах, элементы борьбы в стойке, игры с элементами сопротивления.

Подвижные игры и эстафеты:

- игры с мячом, бегом, прыжками, метанием, сопротивлением, на внимание, координацию;
- эстафеты встречные и круговые с преодолением полосы препятствий из гимнастических снарядов, переноской, расстановкой и собиранием предметов, переноской груза, метанием в цель, бросками и ловлей мяча, прыжками и бегом в различных сочетаниях перечисленных элементов.

Легкоатлетические упражнения:

- бег на 30,60,100,400м;
- кроссы от 1000 до 3000 м /в зависимости от возраста/;
- 6-минутный и 12-минутный бег;
- прыжки в длину с места;
- тройной прыжок с места и с разбега;
- многоскоки;

Спортивные игры:

- ручной мяч; баскетбол; волейбол.

Специальная физическая подготовка.

СФП направлена на совершенствование двигательных качеств футболистов, на подготовку организма к физическим напряжениям.

Упражнения для развития быстроты:

- бег 30 м с ведением мяча;
- бег 5х30 м с ведением мяча;
- удар по мячу на дальность /сумма ударов правой, левой ногой/;
- вбрасывание мяча рукой на дальность.

Упражнения для развития скоростно-силовых качеств:

- вбрасывание футбольного и набивного мяча на дальность;
- удар по мячу ногой и головой на силу в тренировочную стенку, ворота, удары на дальность.

Упражнения для развития специальной выносливости:

- игровые упражнения с мячом большой интенсивности, тренировочные игры с увеличенной продолжительностью, игры с уменьшенным по численности составом;
- многократно повторяемые специальные технико-тактические упражнения: например, повторные прыжки с мячом с последующей обводкой нескольких стоек с ударами по воротам, с увеличением длины рывка, количества повторений и сокращением интервалов отдыха между рывками.

Упражнения для развития ловкости:

- держание мяча в воздухе /жонглирование/, чередуя удары различными частями стопы, бедром, головой, ведения мяча головой;
- парные и групповые упражнения с ведением мяча, обводкой стоек, обманными движениями;
- эстафеты с элементами акробатики;

- подвижные игры: *Живая цель*, *Салки с мячом*, *Ловля парами* и др.

Техническая подготовка

Техника передвижения:

- различные сочетания приёмов, бег с прыжками, поворотами и резкими остановками.

Удары по мячу ногой:

- удары внешней, внутренней, средней частями подъёма, внутренней стопы по неподвижному, катящемуся, прыгающему и летящему мячу. Резаные удары по неподвижному и катящемуся мячу. Удары носком и пяткой. Удары с полу-лёта. Удары правой и левой ногой.

- выполнение ударов на точность и силу после остановки, ведение и рывков на короткое, среднее и дальнее расстояние /с различным направлением и траекторией полёта/. Удары по мячу ногой в единоборстве, с пассивным и активным сопротивлением.

Удары по мячу головой.

- Удары на точность вниз и верхом, вперед и в стороны, на короткое и среднее расстояние.

Остановка мяча.

- Остановка подошвой и внутренней стороной стопы катящегося и опускающегося мяча с переводом в стороны и назад /в зависимости от расположения игроков противника и создавшейся игровой обстановки/. Остановка грудью летящего с переводом. Остановка опускающегося мяча бедром и лбом.

- Остановка изученными способами мячей, катящихся или летящих с различной скоростью и траекторией, с разных расстояний и направлений, на высокой скорости с последующим ударом или рывком.

Ведение мяча.

-ведение средней и внешней частями подъёма, носком и внутренней стороной стопы.

-ведение всеми изученными способами с увеличением скорости, с выполнением рывков и одновременно контролируя мяч, с обводкой движущихся и противодействующих соперников, затрудняя для них подступы к мячу, закрывая мяч телом.

Обманные движения /финты/.

-обманные движения, уход выпадам и переносом ноги через мяч.

-финты ударом ногой с убираем мяча под себя и с пропуском мяча партнёру, «ударом головой».

-обманные движения «с остановкой во время ведения с наступанием и без наступания на мяч подошвой», «после передачи мяча партнёром с пропуском мяча».

-выполнение обманных движений в единоборстве с пассивным и активным сопротивлением.

Отбор мяча.

-отбор мяча при единоборстве с соперником ударом и остановкой мяча ногой в широком выпаде /полу-шпагат и шпагат/ и в подкате.

Вбрасывание мяча.

-вбрасывание из различных исходных положений с места и после разбега.

-вбрасывание мяча на точность и дальность.

Техника игры вратаря.

-Ловля двумя руками снизу, сверху, сбоку катящихся и летящих с различной скоростью и траекторией полета мячей.

- Ловля на месте, в движении, в прыжке, без падения и с падением.

-Ловля мячей на выходе.

-Отбивание ладонями и пальцами мячей, катящихся и летящих в стороне от вратаря без падения и с падением.

-Отбивка мяча кулаком на выходе, без прыжка и в прыжке.

-Перевод мяча через перекладину ладонями /двумя, одной/ в прыжке.

-Броски мяча одной рукой сверху, снизу на точность и дальность.

-Выбивание мяча с земли и с рук на точность и дальность.

Тактическая подготовка

Тактика падения.

Индивидуальные действия.

- Оценивание целесообразности той или иной позиции, своевременное занятие наиболее выгодной позиции для получения мяча.

- Эффективное использование изученных технических приемов.

- Способы и разновидности решения тактических задач в зависимости от игровой ситуации.

Групповые действия.

-Взаимодействие с партнерами равном соотношении и численном превосходстве соперника.

-Используя короткие и средние передачи.

-Комбинации в парах: «стенка», «скрещивание».

-Комбинация «пропуск мяча».

-Умение начинать и развивать атаку из стандартных положений.

Командные действия.

- Выполнение основных обязанностей в атаке на своем игровом месте.
- Согласно избранной тактической системе в составе команды.
- Расположение и взаимодействие игроков при атаке фланговым и через центр.

Тактика защиты.

Индивидуальные действия.

- Противодействие маневрированию, т.е. осуществление «закрывания» и создание препятствий сопернику в получении мяча.
- Совершенствование в «перехвате».
- Применение отбора мяча изученным способом в зависимости от игровой обстановки.
- Противодействие передаче ведению и удару по воротам.

Групповые действия.

- Взаимодействие в обороне при разном соотношении сил и при численном преимуществе соперника.
- Осуществляя правильный выбор позиции и страховку партнера.
- Организация противодействия комбинациям «стенки», «скрещивание», «пропуск мяча».
- Взаимодействия в обороне при выполнении противником стандартных «комбинаций».
- Организация и построение «стенки».
- Комбинация с участием вратаря.

Командные действия.

- Выполнение основных обязательных действий в обороне на своем игровом месте.
- Согласно избранной тактической системе в составе команды.
- Организация обороны по принципу персональной и комбинированной защиты.
- Выбор позиции и взаимодействие игроков при атаке противника флангом и через центр.

Тактика вратаря.

- Организация построения «стенки» при пробитии штрафного и свободного ударов вблизи своих ворот.
- Игра на выходах из ворот при ловле катящихся по земле и летящих на различной высоте мячей.
- указания партнерам по обороне, как занять правильную позицию;
- выполнение с защитниками комбинации при введении мяча в игру от ворот;
- введение мяча в игру, адресуя его свободному от опеки партнеру.

Учебные и тренировочные игры.

-обязательное применение в играх изученного программного материала / для данного года обучения/ по технической и тактической подготовке.

5.Календарный учебный график

Календарный учебный график устанавливает конкретные календарные сроки реализации дополнительной общеразвивающей программы физкультурно-спортивной направленности «Юный футболист» на 2023-2024 учебный год, определяет даты начала и окончания учебного года, количество учебных недель, учебных часов, а также режим занятий, с учетом праздничных, выходных дней, каникул.

Год обучения	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Количество учебных недель	Количество учебных часов	Режим занятий
1 год	01.09.2023	31.05.2024	36	144	4 часа в неделю

1 неделя сентября отведена для комплектования группы в соответствии с запросами обучающихся и их родителей (законных представителей) и приём на обучение в объединение по заявлению родителей (законных представителей).

Занятия проводятся в любой день недели, кроме выходных дней (суббота и воскресенье), праздничных и каникулярных дней.

Периоды и продолжительность каникул:

Осенние каникулы – 28.10.2023г. - 05.11. 2023г

Зимние каникулы – 30.12.2023 г. - 07.01.2024 г

Весенние каникулы – 25.03.2024 г. - 02.04.2024 г

Летние каникулы – 01.06.2024 – 31.08.2024 г

Режим занятий

Расписание занятий утверждается распоряжением директора школы и составляется учетом того, что они являются дополнительной нагрузкой к обязательной учебной работе обучающихся в ОО, и поэтому необходимо соблюдение следующих гигиенических требований:

– продолжительность перемены между урочной и внеурочной деятельностью должна составлять не менее 30 мин.

– продолжительность занятий 40 минут, между занятиями необходимо устраивать перерыв длительностью не менее 10 мин для отдыха обучающихся и проветривания помещений.

Формой подведения итогов реализации дополнительной общеразвивающей программы физкультурно-спортивной направленности «Мини- футбол» является проведение соревнований. Срок проведения до 29.05.2024 года.

6. Колендарно-тематическое планирование

№ п/п	Раздел, тема занятия	Количество часов		
		теория	практика	всего
1	Техника безопасности при занятиях футболом. Правила поведения в зале. Предупреждение несчастных случаев и заболеваний на занятиях футболом.	1		1
1.1	История становления и развития футбола Футбол как вид спорта, история его зарождения и развития в России.	1		1
2	Удары по мячу	15		
2.1	Удары по неподвижному и катящемуся мячу внутренней стороной стопы и средней частью подъема.		1	1
2.2	Удары по воротам различными способами на точность попадания мячом в цель.		1	1
2.3	Удары по катящемуся мячу внутренней частью подъема		1	1
2.4	Удары по неподвижному мячу внешней частью подъема		1	1
2.5	Удары по катящемуся мячу внешней стороной подъема, носком.		1	1
2.6	Удары по катящемуся мячу внешней стороной подъема, носком		1	1
2.7	Удары по летящему мячу боковой частью лба		1	1
2.8	Удары по летящему мячу внутренней стороной стопы		1	1
2.9	Удары по воротам различными способами на точность попадания мячом в цель		1	1
2.10	Удары по воротам различными способами на точность попадания мячом в цель		1	1
2.11	Удары по неподвижному и катящемуся мячу внутренней стороной стопы и средней частью		1	1

	подъема.			
2.12	Удары по воротам различными способами на точность попадания мячом в цель.		1	1
2.13	Удары по катящемуся мячу внутренней частью подъема		1	1
2.14	Удары по неподвижному мячу внешней частью подъема		1	1
2.15	Удары по катящемуся мячу внешней стороной подъема, носком.		1	1
3	Остановка мяча	15		
3.1	Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой.	1		1
3.2	Остановка катящегося мяча внешней стороной стопы.		1	1
3.3	Остановка мяча грудью.		1	1
3.4	Остановка мяча грудью.		1	1
3.5	Остановка летящего мяча внутренней стороной стопы.		1	1
3.6	Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой.		1	1
3.7	Остановка мяча грудью.		1	1
3.8	Остановка летящего мяча внутренней стороной стопы.		1	1
3.9	Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой.		1	1
3.10	Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой.		1	1
3.11	Упражнения для развития прыгучести. Передачи в парах.		1	1
3.12	Эстафетный бег, эстафеты с предметами. Передачи в парах, тройках.		1	1
3.13	Упражнения для развития		1	1

	скоростно-силовых качеств. Передачи в парах, тройках.			
3.14	Акробатические упражнения. Передачи мяча в движении.		1	1
3.15	Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой.		1	1
4	Ведение мяча и обводка	20		
4.1	Ведение мяча внешней и внутренней стороной стопы по прямой, с изменением направления и скорости ведения правой и левой ногой .	1		1
4.2	Ведение мяча внешней и внутренней стороной стопы по прямой, с изменением направления и скорости ведения правой и левой ногой (без сопротивления защитника)		1	1
4.3	Ведение мяча с пассивным сопротивлением защитника		1	1
4.4	Ведение мяча с активным сопротивлением защитника		1	1
4.5	Ведение мяча с пассивным сопротивлением защитника		1	1
4.6	Ведение мяча с активным сопротивлением защитника		1	1
4.7	Обводка с помощью обманных движений (финтов)		1	1
4.8	Ведение мяча внешней и внутренней стороной стопы по прямой, с изменением направления и скорости ведения правой и левой ногой (без сопротивления защитника)		1	1
4.9	Упражнения для развития силовых качеств. Финты (обманные действия).		1	1
4.10	Упражнения со скакалкой, на гимнастических снарядах.		1	1
4.11	Ведение мяча внешней и внутренней стороной стопы по		1	1

	прямой, с изменением направления и скорости ведения правой и левой ногой .			
4.12	Упражнения для развития ловкости. Финты (обманные действия).		1	1
4.13	Ведение мяча с пассивным сопротивлением защитника		1	1
4.14	Ведение мяча с активным сопротивлением защитника		1	1
4.15	Ведение мяча с пассивным сопротивлением защитника		1	1
4.16	Ведение мяча с активным сопротивлением защитника		1	1
4.17	Обводка с помощью обманных движений (финтов)		1	1
4.18	Ведение мяча внешней и внутренней стороной стопы по прямой, с изменением направления и скорости ведения правой и левой ногой (без сопротивления защитника)		1	1
4.19	Ведение мяча с активным сопротивлением защитника		1	1
4.20	Обводка с помощью обманных движений (финтов)		1	1
5.	Отбор мяча	14		
5.1	Показ отдельных упражнений. Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра	1		1
5.2	Выбивание мяча ударом ногой		1	1
5.3	Показ отдельных упражнений. Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра		1	1
5.4	Упражнения для развития быстроты. Отбор мяча.		1	1
5.5	Упражнения для мышц шеи и туловища. Отбор мяча.		1	1
5.6	Упражнения для развития		1	1

	гибкости. Отбор мяча.			
5.7	Упражнения с набивными мячами. Отбор мяча.		1	1
5.8	Упражнения для развития прыгучести. Передачи в парах.		1	1
5.9	Эстафетный бег, эстафеты с предметами. Передачи в парах, тройках.		1	1
5.10	Упражнения для развития скоростно-силовых качеств. Передачи в парах, тройках.		1	1
5.11	Акробатические упражнения. Передачи мяча в движении.		1	1
5.12	Упражнения для развития быстроты. Отбор мяча.		1	1
5.13	Упражнения для мышц шеи и туловища. Отбор мяча.		1	1
5.14	Упражнения для развития гибкости. Отбор мяча.		1	1
6	Выбивание мяча ударом ногой	11		
6.1	Вбрасывание мяча ударом ноги.	1		1
6.2	Вбрасывание мяча из-за боковой линии с места и с шагом		1	1
6.3	Вбрасывание мяча из-за боковой линии с места и с шагом		1	1
6.4	Отработка технических приемов и тактических действий		1	1
6.5	Показ отдельных упражнений.. Учебная игра.		1	1
6.6	Отработка технических приемов и тактических действий		1	1
6.7	Вбрасывание мяча из-за боковой линии с места и с шагом		1	1
6.8	Вбрасывание мяча из-за боковой линии с места и с шагом		1	1
6.9	Отработка технических приемов и тактических действий		1	1
6.10	Показ отдельных упражнений.. Учебная игра.		1	1
6.11	Отработка технических приемов и		1	1

	тактических действий			
7	Игра вратаря	10		
7.1	Игра вратаря. Техника		1	1
7.2	Ловля катящегося мяча		1	1
7.3	Ловля мяча, летящего навстречу		1	1
7.4	Ловля мяча сверху в прыжке		1	1
7.5	Ловля мяча сверху в прыжке		1	1
7.6	Отбивание мяча кулаком в прыжке		1	1
7.7	Ловля мяча в падении (без фазы полёта)		1	1
7.8	Ловля катящегося мяча		1	1
7.9	Ловля мяча, летящего навстречу		1	1
7.10	Ловля мяча сверху в прыжке		1	1
8.	Выполнение комбинаций из освоенных элементов техники перемещений и владение мячом	15		
8.1	Выполнение комбинаций из освоенных элементов техники перемещений и владение мячом	1		1
8.2	Ведение, удар (передача мяча), приём мяча, остановка, удар по воротам.		1	1
8.3	Ведение, удар (передача мяча), приём мяча, остановка, удар по воротам.		1	1
8.4	Ведение, удар (передача мяча), приём мяча, остановка, удар по воротам.		1	1
	Разучивание упражнений в целом и по частям.		1	1
8.5	Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра.		1	1
8.6	Ведение, удар (передача мяча), приём мяча, остановка, удар по воротам.		1	1
8.7	Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра.		1	1

8.8	Позиционные нападения без изменения позиций. Учебная игра		1	1
8.9	Позиционные нападения с изменением позиций. Учебная игра		1	1
8.10	Ведение, удар (передача мяча), приём мяча, остановка, удар по воротам.		1	1
8.11	Ведение, удар (передача мяча), приём мяча, остановка, удар по воротам.		1	1
8.12	Ведение, удар (передача мяча), приём мяча, остановка, удар по воротам.		1	1
8.13	Разучивание упражнений в целом и по частям.		1	1
8.14	Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра.		1	1
8.15	Ведение, удар (передача мяча), приём мяча, остановка, удар по воротам.		1	1
9	Тактика игры		1	1
9.1	Индивидуальные, групповые и командные тактические действия.	15	1	1
9.2	Тактика свободного нападения. Учебная игра	1		1
9.3	Позиционные нападения без изменения позиций. Учебная игра		1	1
9.4	Позиционные нападения с изменением позиций. Учебная игра		1	1
9.5	Нападение в игровых заданиях 3:1, 3:2, 3:3, 2:1 с атакой и без атаки ворот. Учебная игра		1	1
9.6	Индивидуальные, групповые и командные тактические действия в нападении и защите. Учебная игра		1	1
9.7	Двусторонняя учебная игра. Учебная игра.		1	1
9.8	Разучивание упражнений в целом и по частям. Отработка технических приемов и тактических действий.		1	1

	Учебная игра.			
9.9	Нападение в игровых заданиях 3:1, 3:2, 3:3, 2:1 с атакой и без атаки ворот. Учебная игра		1	1
9.10	Разучивание упражнений в целом и по частям.		1	1
9.11	Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра.		1	1
9.12	Нападение в игровых заданиях 3:1, 3:2, 3:3, 2:1 с атакой и без атаки ворот. Учебная игра		1	1
9.13	Индивидуальные, групповые и командные тактические действия в нападении и защите. Учебная игра		1	1
9.14	Двусторонняя учебная игра. Учебная игра		1	1
9.15	Разучивание упражнений в целом и по частям. Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра.		1	1
10	Подвижные игры и эстафеты	15		
10.1	Игры, развивающие физические способности Разучивание упражнений в целом и по частям. Учебная игра.		1	1
10.2	Игры и эстафеты на закрепление и совершенствование технических приемов и тактических действий		1	1
10.3	Игры и эстафеты на закрепление и совершенствование технических приемов и тактических действий		1	1
10.4	Разучивание упражнений в целом и по частям.		1	1
10.5	Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра.		1	1
10.6	Игры, развивающие физические способности Разучивание упражнений в целом и по частям. Учебная игра.		1	1
10.7	Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра.		1	1

	игра.			
10.8	Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра.		1	1
10.9	Игры, развивающие физические способности Разучивание упражнений в целом и по частям. Учебная игра		1	1
10.10	Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра.		1	1
10.11	Игры с мячом, бегом, прыжками, метанием, сопротивлением, на внимание, координацию; Эстафеты встречные и круговые с преодолением полосы препятствий		1	1
10.12	Игры переноской, расстановкой и собиранием предметов		1	1
10.13	Игры с переноской груза, метанием в цель		1	1
10.14	Игры и эстафеты на закрепление и совершенствование технических приемов и тактических действий		1	1
10.15	Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра.		1	1
11	Специальная физическая подготовка.	12		
11.1	Упражнения для развития быстроты: бег 30 м с ведением мяча;	1		1
11.2	СФП направлена на совершенствование двигательных качеств футболистов, на подготовку организма к физическим напряжениям.		1	1
11.3	Упражнения для развития быстроты: бег 30 м с ведением мяча;		1	1
11.4	Удар по мячу на дальность /сумма ударов правой, левой ногой/;		1	1
11.5	Вбрасывание мяча рукой на дальность.		1	1

11.6	Вбрасывание футбольного и набивного мяча на дальность;		1	1
11.7	Удар по мячу ногой и головой на силу в тренировочную стенку, ворота, удары на дальность		1	1
11.8	Чередую удары различными частями стопы, бедром, головой, ведения мяча головой.		1	1
11.9	Парные и групповые упражнения с ведением мяча, обводкой стоек, обманными движениями.		1	1
11.10	Парные и групповые упражнения с ведением мяча, обводкой стоек, обманными движениями.		1	1
11.11	Вбрасывание футбольного и набивного мяча на дальность;		1	1
11.12	Учебная игра 5x5		1	1
	Итого: 144 ч	7	137	137

7. Планируемые результаты освоения программы дополнительного образования

В процессе обучения и воспитания собственных установок, потребностей в значимой мотивации на соблюдение норм и правил здорового образа жизни, культуры здоровья у обучающихся формируются познавательные, личностные, регулятивные, коммуникативные универсальные учебные действия.

Основная образовательная программа учреждения предусматривает достижение следующих результатов образования:

личностные результаты – готовность и способность обучающихся к саморазвитию, сформированность мотивации к учению и познанию; сформированность основ российской, гражданской идентичности;

- **метапредметные результаты** – освоенные обучающимися универсальные учебные действия (познавательные, регулятивные и коммуникативные);
- **предметные результаты** – освоенный обучающимися в ходе изучения учебных предметов опыт специфической для каждой предметной области деятельности по получению нового знания, его преобразованию и применению, а также система основополагающих элементов научного знания, лежащая в основе современной научной картины мира.

Личностными результатами программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Мини-футбол» является формирование следующих умений:

- определять и высказывать простые и общие для всех людей правила поведения при сотрудничестве (этические нормы);
- в предложенных педагогом ситуациях общения и сотрудничества, опираясь на общие для всех простые правила поведения, делать выбор при поддержке других участников группы и педагога, как поступить.

Метапредметными результатами программы по спортивно-оздоровительному направлению «Мини-футбол» является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД):

Регулятивные УУД:

- определять и формулировать цель деятельности на занятии с помощью учителя, а далее самостоятельно;
- проговаривать последовательность действий;
- уметь высказывать своё предположение (версию) на основе данного задания, уметь работать по предложенному учителем плану, а в дальнейшем уметь самостоятельно планировать свою деятельность;
- средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога на этапе изучения нового материала;
- учиться совместно с учителем и другими воспитанниками давать эмоциональную оценку деятельности команды на занятии. Средством формирования этих действий служит технология оценивания образовательных достижений (учебных успехов).

Познавательные УУД:

- добывать новые знания: находить ответы на вопросы, используя разные источники информации, свой жизненный опыт и информацию, полученную на занятии;
 - перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всей команды;
- Средством формирования этих действий служит учебный материал и задания.

Коммуникативные УУД:

- умение донести свою позицию до других: оформлять свою мысль. Слушать и понимать речь других;
 - совместно договариваться о правилах общения и поведения в игре и следовать им;
 - учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика).
- Средством формирования этих действий служит организация работы в парах и малых группах.

Оздоровительные результаты программы :

- осознание обучающимися необходимости заботы о своём здоровье и выработки форм поведения, которые помогут избежать опасности для жизни и здоровья, уменьшить пропуски занятий по причине болезни, регулярно посещать спортивные секции и спортивно-оздоровительные мероприятия;
 - социальная адаптация детей, расширение сферы общения, приобретение опыта взаимодействия с окружающим миром.
- Первостепенным результатом реализации программы будет сознательное отношение обучающихся к собственному здоровью.

В результате освоения программы по мини- футболу учащиеся должны знать /применять:

Большие возможности для учебно-воспитательной работы заложены в принципе совместной деятельности учителя и ученика. Занятия необходимо строить так, чтобы учащиеся сами находили нужное решение, опираясь на свой опыт. Полученные знания и умения. Занятия по технической, тактической, общефизической подготовке проводятся в режиме учебно-тренировочных занятий.

Теория проходит в процессе учебно-тренировочных занятий, где подробно разбирается содержание правил игры, игровые ситуации, жесты судей.

Для повышения интереса занимающихся к занятиям по футболу (мини-футбол) и более успешного решения образовательных, воспитательных и оздоровительных задач применяются разнообразные формы и методы проведения этих занятий.

Словесные методы: создают у учащихся предварительные представления об изучаемом движении. Для этой цели используются: объяснение, рассказ, замечание, команды, указание.

Наглядные методы: применяются главным образом в виде показа упражнения, наглядных пособий, видеофильмов. Эти методы помогают создать у учеников конкретные представления об изучаемых действиях.

Практические методы:

- методы упражнений;
- игровой;
- соревновательный;
- круговой тренировки.

Главным из них является **метод упражнений**, который предусматривает многократное повторение упражнений. Разучивание упражнений осуществляется двумя методами:

- в целом;
- по частям.

Игровой и соревновательный методы применяются после того, как у учащихся образовались некоторые навыки игры.

Метод круговой тренировки предусматривает выполнение заданий на специально подготовленных местах (станциях). Упражнения выполняются с учётом технических и физических способностей занимающихся.

К концу обучения учащиеся должны:

- снижение уровня заболеваемости детей, социальной адаптации учащихся, формирование коммуникативных способностей, то есть умение играть в команде. Формирование здорового образа жизни учащихся, участие в общешкольных, районных мероприятиях, качественное освоение практических и теоретических навыков игры в футбол (мини-футбол), привитие любви к спортивным играм.

8. Оценочные материалы программы

Оценка достижений результатов происходит на трех уровнях:

1. Представление коллективного результата группы обучающихся;
2. Индивидуальная оценка результатов каждого обучающегося;
3. Качественная и количественная оценка эффективности деятельности творческого объединения на основании суммирования индивидуальных результатов обучающихся. Контроль эффективности осуществляется при выполнении диагностических заданий и упражнений, с помощью тестов, фронтальных и индивидуальных опросов, наблюдений.

Виды контроля:

- текущий контроль (оценка усвоения изучаемого материала) осуществляется педагогом в форме наблюдения;

- промежуточный контроль проводится один раз в полугодие в форме тестирования, выполнения тестовых упражнений по определению уровня освоенных навыков, а также письменного опроса для определения объема освоенных теоретических
- итоговая аттестация, проводится в форме контрольных испытаний, проводимых в торжественной соревновательной обстановке. Качественная и количественная эффективности деятельности кружка возможна при проведении мониторинга эффективности. Цель мониторинга – создание системы организации, сбора, обработки и распространения информации, отражающей результативность деятельности. Мониторинг предполагает примерные показатели определения результативности реализации программы:
- рост личностных достижений всех субъектов деятельности;
- удовлетворенность участников образовательного процесса уровнем и качеством образовательных услуг;
- положительная динамика участия в турнирах и т.п.

9. Форма обучения , методы, приёмы, формы организации учебного процесса, формы и типы занятий, формы контроля.

Основной формой организации обучения и тренировки футболистов является урок (тренировочное занятие). Он строится в соответствии с дидактическими принципами и методическими закономерностями учебно-тренировочного процесса, К уроку предъявляются следующие основные требования:

1. Воздействие тренировочного занятия должно быть всесторонним - воспитательным, оздоровительным и специальным.
2. Содержание урока должно отвечать конкретным задачам с учетом возрастных и индивидуальных особенностей, уровня подготовленности и быть направлено на расширение круга знаний, умений и навыков.
3. В процессе урока нужно применять разнообразные средства и методы обучения и совершенствования, что обусловлено постоянным усложнением задач, динамикой сдвигов и адаптационными процессами.
4. Каждый отдельный урок должен иметь неразрывную связь с предшествующими и последующими занятиями.

Структура урока предусматривает три части: подготовительную, основную и заключительную.

В *подготовительной части* (разминке) происходит начальная организация занимающихся, объясняются задачи и кратко раскрывается содержание тренировочного занятия. Главная цель подготовительной части - функциональная подготовка организма к предстоящей основной деятельности, поэтому используемые средства по координационной структуре и характеру нагрузок должны соответствовать особенностям упражнений основной части.

Продолжительность подготовительной части составляет около 15-20% общего времени.

Основная часть направлена на решение задач урока, связанных с обучением и совершенствованием техники и тактики, развитием специальных физических качеств и т.д. При этом задачи формулируют конкретно с использованием общепринятой терминологии, а их количество не должно превышать двух-трех.

При построении основной части руководствуются следующими положениями:

1. Задачи обучения, развития быстроты, ловкости, гибкости, скоростно силовых качеств решают в первой половине основной части.
2. Задачи, связанные с совершенствованием и развитием выносливости, решают преимущественно во второй половине основной части.

3. динамика нагрузки в тренировочном уроке носит волнообразный характер, с наивысшим уровнем в середине основной части.

Продолжительность основной части зависит от общего объема тренировочной нагрузки и обычно составляет 70-80% общего времени.

Заключительная часть урока должна обеспечивать постепенное снижение нагрузки и приведение организма занимающихся в относительно спокойное состояние. В конце урока подводятся итоги, даются индивидуальные задания.

На заключительную часть отводится 5-10% общего времени.

В зависимости от цели и задач в подготовке футболистов используют комплексные и тематические занятия.

Комплексные занятия направлены на одновременное решение нескольких задач подготовки: физической, технической и тактической. В тренировке юных футболистов преимущественно применяют комплексные уроки.

Тематические занятия связаны с углубленным овладением одной из сторон подготовки: физической, технической или тактической.

Организационной формой и методической основой проведения урока являются групповые и индивидуальные тренировочные занятия.

Групповые занятия проводятся с отдельной учебной группой или командой. Командный характер игры в футбол предусматривает повышенное требование к взаимодействию между игроками, необходимость решения коллективных задач. В связи с этим процесс обучения и воспитания более эффективен в групповых занятиях. Этому способствует индивидуализация заданий с учетом особенностей и подготовленности занимающихся.

В групповых занятиях занимающиеся выполняют задания при различных методах организации: фронтальном, в подгруппах, индивидуальном.

При фронтальном методе предлагается одно и то же задание, которое выполняется всеми одновременно. В подгруппах (например, защитников и нападающих) занимающиеся получают отдельные задания. При индивидуальном методе отдельные футболисты получают самостоятельные задания (например, вратарь).

Организация занятий фронтальным методом используется преимущественно в процессе обучения, так как позволяет более полно контролировать и корректировать деятельность занимающихся. При этом, однако, затрудняется индивидуальный подход. При тренировке в подгруппах и самостоятельно ограничены возможности контроля, но более эффективна индивидуализация.

В *индивидуальных занятиях* используются различные средства и методы тренировки с учетом индивидуальных особенностей футболиста. Цель тренировки - ускорение темпов совершенствования спортивного мастерства. Свое конкретное выражение цель и задачи тренировки получают в индивидуальных планах, которые разрабатываются совместно тренером и игроком. Индивидуальные занятия проводятся в самостоятельной и групповой формах.

10. Материально-техническое обеспечение программы

Методическая часть программы включает учебный материал по основным видам подготовки, рекомендуемые объемы тренировочных и соревновательных нагрузок.

Подготовка строится на основе следующих методических положений:

- использование общепедагогических (дидактических) принципов воспитывающего обучения (сознательности и активности занимающихся, наглядности, систематичности, доступности, индивидуализации, прочности и прогрессирования);

- целевая направленность к мастерству и наивысшим спортивным достижениям путем неуклонного роста объема средств общей и специальной подготовки, соотношения между которыми изменяются из года в год в сторону увеличения объема специальной подготовки;

- оптимальное соотношение (соразмерность) различных сторон подготовленности спортсмена в процессе многолетнего обучения;

- стремление к тому, чтобы объем и интенсивность упражнений возрастали по мере улучшения физической подготовленности юных спортсменов. Отдача предпочтения упражнениям динамического характера, приучая занимающихся к различному темпу их выполнения;

- поиск средств, позволяющих решать одновременно несколько задач (например: сочетание физической и технической подготовки);

- моделирование соревновательной деятельности в тренировочном процессе;

- использование централизованной подготовки наиболее перспективных обучающихся на учебно-тренировочных сборах с привлечением к работе лучших специалистов.

Теоретическая подготовка – это формирование у занимающихся специальных знаний, необходимых для успешной деятельности в спортивных играх (футбол) осуществляется в ходе практических занятий и самостоятельно.

Организационно-методические особенности подготовки юных спортсменов.

Подготовка строится на основе следующих методических положений:

- использование общепедагогических (дидактических) принципов воспитывающего обучения: сознательности и активности занимающихся, наглядности, систематичности, доступности, индивидуализации, прочности и прогрессирувания;

- стремиться к тому, чтобы объем и интенсивность упражнений возрастали по мере улучшения физической подготовленности юных спортсменов;

Интегральная подготовка направлена на приобретение соревновательного опыта, повышение устойчивости к соревновательному стрессу и надежности выступлений. Может осуществляться в процессе соревнований и модельных тренировок.

Перечень материально - технического обеспечения

1. Мяч футбольный - 5 шт.,
2. мяч футзал –10 шт.,
4. насос для накачки мячей – 1 шт.,
5. манишки – 10 шт.,
6. секундомер – 1 шт.,
7. свисток судейский – 1 шт.,
8. сетки на ворота

11. Список литературы

1. Типовая учебно-тренировочная программа спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ и специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва, издательства Советский спорт, 2011 г.
2. Методические рекомендации для учебно-тренировочной работы в спортивных школах, издательство Москва, 1996 год, под общей редакцией тренера-методиста Хомутовского В.С.
3. Поурочная программа подготовки юных футболистов 6 – 9 лет. Под редакцией Годик М.А., Мосягин С.М., Швыков И.А., Котенко Н.В. Нижний Новгород, 2012 г.
4. Юный футболист: учебное пособие для тренеров. Под общей редакцией Лаптева А. П. и Сучилина А. А. Москва. «ФиС». 1977
5. Футбол: учебное пособие для тренеров. Под общей редакцией Савина С. А. Москва. «ФиС». 1969
6. Подготовка футболистов. Под общей редакцией Козловского В. И. Москва. «ФиС». 1977
7. Тактика футбола. Лисенчук Г. А. и др. Киев. 1991