

**Муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения
средняя общеобразовательная школа № 21 г. Канска**

«Согласовано»

Зам. директора по ВР *Т.Ю.Зарубицкая*

« *30* *август* 2024 г.



«Утверждаю»

Директор МБОУ СОШ №21 г. Канска

/С.В. Креминский

Приказ № *219*
от « *30* *август* 2024 г.

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

Нормативный срок освоения программы: 2 года

Объем: 72 часа

Возраст обучающихся: 11 – 14 лет

Форма обучения: очная

Уровень программы: стартовый

Педагог:

Зверева Ольга Александровна
высшей квалификационной категории

г. Канск 2024

Пояснительная записка.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Мини-футбол» (далее – программа) является программой физкультурно-спортивной **направленности** и предполагает общекультурный уровень освоения.

При разработке программы использовалась примерная программа для детскоюношеских спортивных школ олимпийского резерва под редакцией С.Н. Андреева, Э. Г. Алиева, В. С. Левина, К. В. Еременко. Мини-футбол (футзал): М.: Советский спорт, 2010.

Актуальность программы заключается в том, что она помогает адаптировать учебный процесс к индивидуальным особенностям ребёнка, создать условия для максимального раскрытия творческого потенциала тренера-преподавателя, комфортных условий для развития и формирования талантливого ребёнка. Успешность обучению мини-футболу детей, прежде всего, обусловлена адекватностью программы обучения, средств и методов, которые использует преподаватель, возрастным и индивидуальным особенностям ребёнка. Программа предоставляет возможность детям, не имевшим ранее практики занятий футболом или каким-либо другим видом спорта, имеющим различный уровень физической подготовки приобщиться к активным занятиям мини-футболом, укрепить здоровье, получить социальную практику общения в детском коллективе.

Программа направлена на создание условий для развития личности учащегося, развитие мотивации к познанию и творчеству, обеспечение эмоционального благополучия ребенка, профилактику асоциального поведения, целостность процесса психического и физического здоровья учащихся.

Занятия в объединении физкультурно-спортивной направленности способствуют развитию и совершенствованию у занимающихся основных физических качеств – выносливости, координации движений, скоростно-силовых качеств, формированию различных двигательных навыков, укреплению здоровья, а также формируют личностные качества ребенка: коммуникабельность, волю, чувство товарищества, чувство ответственности за свои действия перед собой и товарищами. Стремление превзойти соперника в быстроте действий, изобретательности, меткости передач, чёткости удара, броска и других действий, направленных на достижение победы, приучает занимающихся мобилизовывать свои возможности, действовать с максимальным напряжением сил, преодолевать трудности, возникающие в ходе спортивной борьбы.

Адресат программы – учащиеся от 11 до 14 лет, количество человек в группе 10-12 человек.

Формы и режим занятий: данная программа предусматривает групповую, игровую, индивидуальную, практическую, комбинированную, соревновательную и учебно-тренировочную форму занятий, как основную; занятие длится 45 минут с перерывом в 10 минут 2 раза в неделю. Также занятия в рамках программы проводятся в форме спортивных соревнований, товарищеских встреч, сдачи контрольных нормативов, мониторинга, самостоятельных подготовок, индивидуальных занятий, просмотра видеоматериала.

Цель программы – формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья учащихся, выявление и поддержка талантливых и одаренных детей посредством приобщения к игре в футбол и мини-футбол.

Задачи программы:

Обучающие:

- привить интерес к систематическим занятиям футболом и мини-футболом;
- обучить играть в мини-футбол в соответствии с правилами мини-футбола;
- обучить основам индивидуальных, групповых и командных тактик игры в мини-футбол.

Развивающие:

- развить и совершенствовать у обучающихся основных физических качеств – выносливости, координации движений, скоростно-силовых качеств,
- сформировать различные двигательные навыки;
- улучшить манёвренность и подвижность в играх.

Воспитательные: 3

- сформировать личностные качества ребенка: коммуникабельность, волю, чувство товарищества, чувство ответственности за свои действия перед собой и товарищами.
- повысить культуру и сознательность,
- привить навыки соблюдения спортивной этики и дисциплины;
- воспитать потребность в здоровом образе жизни.

Условия реализации программы

Заниматься в объединении «Мини-футбол» может каждый желающий соответствующего возраста, при условии предоставления заявления родителей (законных представителей) и допуска врача к занятиям в спортивной секции.

Срок реализации программы – 2 года.

На 2-й год обучения переводятся учащиеся, успешно закончившие 1- год обучения. В группу второго года обучения могут быть зачислены учащиеся, не проходившие обучение по программе первого года обучения, но успешно прошедшие собеседование и сдавшие контрольные нормативы.

Режим занятий – одно занятие по 2 академических часа в неделю (72 акад. часа в год).
Форма проведения занятий – групповая.

Материально-техническое обеспечение:

Занятия по мини-футболу проводятся в зависимости от погодных условий - в школьном большом спортивном зале или на открытой спортивной площадке, прилегающей к территории школы.

С обеих сторон спортивного зала и футбольного поля имеется разметка вратарских ворот.

Теоретические занятия проходят в учебном классе, оборудованным партами, стульями и электронной доской для демонстрации учебных видеофильмов.

Спортивный инвентарь

- футбольные мячи (15 шт.),
- скакалки (15 шт.),
- мячи баскетбольные и волейбольный (по 15 шт.)
- , • фишки переносные (12 шт.)
- , • перекладины для подтягивания в висе – 5 штук;
- гимнастические маты – 20. Спортивные снаряды:
 - гимнастические скамейки – 10 штук;
 - гимнастическая стенка – 15 пролетов.

Планируемые результаты

Личностными результатами освоения, учащимися 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; **Метапредметными результатами** 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;
 - общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
 - 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;

- оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами;
- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;
- технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.

Предметными результатами освоения, учащимися являются следующие умения:

- планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры;
- представлять физическую культуру как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- измерять (познавать) индивидуальные показатели физического развития (длину и массу тела), развития основных физических качеств;
- знать правила игры в мини-футбол и футбол;
- знать тактические приёмы игры в мини-футбол, уметь их правильно применять;
- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения

Учебный план первого года обучения

№ п/п	Наименование разделов и тем	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Набор групп. Оценка физической подготовки	2		2	
2	Вводное занятие. Правила безопасности	2	2		опрос
3	Теоретическая подготовка	6	6		тест
4	Общая физическая подготовка	19		19	Сдача контрольных нормативов
5	Техническая и специальная физическая подготовка.	10	3	7	Сдача контрольных

					нормативов
6	Тактическая подготовка	16	2	14	Сдача контрольных нормативов
7	Игровая подготовка	15	3	12	Наблюдение
8	Контрольное и итоговое занятия	2		2	Сдача контрольных нормативов
	Итого часов	72	16	56	

Учебный план второго года обучения

№ п \ п	Наименование разделов и тем	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Вводное занятие. Правила безопасности	2			опрос
2	Теоретическая подготовка	6	6		тест
3	Общая физическая подготовка	25		25	Сдача контрольных нормативов
4	Техническая и специальная физическая подготовка.	10		10	Сдача контрольных нормативов
5	Тактическая подготовка	12		12	Сдача контрольных нормативов
6	Игровая подготовка	18		18	Наблюдение
7	Контрольное и итоговое занятия	2		2	Сдача контрольных нормативов
	Итого часов	72	6	66	