

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ  
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ШКОЛА №17»  
(МОУ «СОШ №17»)**

**«17 №-а ШÖР ШКОЛА»  
МУНИЦИПАЛЬНОЙ ВЕЛÖДАН УЧРЕЖДЕНИЕ  
(«17 №-а шÖр школа» МВУ)**

**ПРИНЯТО**  
педагогическим советом  
протокол №8 от 25.06.2024 г.

**УТВЕРЖДЕНО**  
приказом директора  
от 25.06.2024 г. № 01-12/54

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА  
(общеразвивающая)**

**«Мини – футбол»**

направленность - физкультурно-спортивная  
срок реализации программы - 4 года

Разработано  
учителем физической культуры  
Соколова А.С.

пгт. Боровой, г. Ухта  
2024 г.

## Пояснительная записка

Данная рабочая программа предназначена для спортивной секции МОУ «СОШ № 17» г. Ухты. Программа является программой дополнительного образования, предназначенной для дополнительных занятий по физическому воспитанию общеобразовательного учреждения.

В секцию футбола привлекаются ребята в возрасте 10 – 15 лет. Весь учебный материал программы распределён в соответствии с возрастным принципом комплектования групп кружка по футболу и рассчитан на последовательное и постепенное расширение теоретических знаний, практических умений и навыков.

*Актуальность программы* состоит в том, что в настоящее время значительная часть школьников занимается физическими упражнениями лишь на уроках физической культуры. Слабая физическая подготовка не позволяет им 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.

Программа рассчитана на 136 часов в год (4 часа в неделю) и реализуется в течение 34 учебных недель.

**Целью занятий** в секции являются: разносторонняя подготовка и овладение рациональной техникой; приобретение знаний, умений необходимых футболистам; воспитание трудолюбия, дисциплины, взаимопомощи, чувства коллективизма.

В группе решаются определённые **задачи**:

1. укрепление здоровья и закаливание организма;
2. привитие интереса к систематическим занятиям футболом;
3. обеспечение всесторонней физической подготовки с преимущественным развитием быстроты, ловкости и координации движений;
4. овладение техническими приёмами, которые наиболее часто и эффективно применяются в игре, и основами индивидуальной, групповой и командной тактики игры в футбол; освоение процесса игры в соответствии с правилами футбола;
5. участие в соревнованиях по футболу; изучение элементарных теоретических сведений о личной гигиене, истории футбола, технике и тактике, правил игры в футбол.

### **Методы и формы обучения**

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 по 4 часа в неделю.

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.

**Формы обучения:** индивидуальная, фронтальная, групповая, поточная.

**Система формы контроля уровня достижений учащихся**

Умения и навыки проверяются во время участия учащихся в школьном этапе «Футбольная лига». Подведение итогов по технической и общефизической подготовке 2 раза в год (декабрь, май), учащиеся выполняют контрольные нормативы.

**Ожидаемый результат**

В конце изучения рабочей программы планируется 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 и краевых мероприятиях, качественное освоение практических и теоретических навыков игры в футбол (мини-футбол), привитие любви к спортивным играм.

**Планируемые результаты**

**освоения обучающимися программы**

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.

*Личностными результатами* программы по спортивно-оздоровительному направлению «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 «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 дополнительной общеразвивающей программы будет сознательное отношение обучающихся к собственному здоровью.

## **Планируемые результаты**

**Учащиеся должны:**

**Знать:**

- история футбола в России;
- значение здорового образа жизни;
- правила техники безопасности при занятиях данным виде спорта;
- правила игры в мини -футбол;
- технику изученных приёмов и тактику, индивидуальных и коллективных действий;
- методику регулирования психического состояния.

**Уметь:**

- технически правильно осуществлять двигательные действия, применяющиеся в футболе, использовать их в условиях соревновательной деятельности; - применять в игре изученные тактические действия и приёмы;
- соблюдать правила игры;
- регулировать психическое состояние во время тренировок и соревнований;
- достигать (ОБС) оптимального боевого состояния; - организовывать и судить соревнования;
- осуществлять соревновательную деятельность.

## Содержание программы

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

1. Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.
2. Техническая подготовка.

Различные способы перемещения. Удары по мячу ногой. Удары по мячу головой. Прием (остановка) мячей. Ведение мяча. Обманные движения (финты). Отбор мяча.

Комплексное выполнение технических приемов.

1. Тактическая подготовка.

Тактика игры в атаке. Тактика игры в обороне. Тактика игры вратаря.

2. Общая физическая подготовка.

Общеразвивающие упражнения без предметов. Упражнения с набивным мячом  
Акробатические упражнения. Легкоатлетические упражнения.

3. Специальная физическая подготовка.

Специальные упражнения для развития быстроты. Специальные упражнения для развития ловкости.

4. Игровая подготовка.

Подвижные игры. Спортивные игры.

5. Инструкторская и судейская практика.

6. Соревнования.

7. Итоговое занятие. Сдача контрольных нормативов.

## Тематическое планирование Год обучения - 1

№	Наименование тем	Количество часов	В том числе	
			Теория	Практика
1.	Знакомство обучающихся друг с другом. Выявление уровня первичной подготовки детей в данном виде деятельности.			
2.	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.	2	1	1
3.	Техническая подготовка	50	10	40
4.	Тактическая подготовка	40	10	30
5.	Общая физическая подготовка	13	3	10
6.	Специальная физическая подготовка	18	3	15
7.	Игровая подготовка	8	2	6
8.	Инструкторская и судейская практика	2	1	1
9.	Соревнования	2	-	2
10.	Итоговое занятие. Сдача контрольных нормативов	2	-	2
	<b>ИТОГО:</b>	<b>136</b>	<b>29</b>	<b>107</b>

**Тематическое планирование  
Год обучения - 2**

№	Наименование тем	Количество часов	В том числе	
			Теория	Практика
1.	Знакомство обучающихся друг с другом. Выявление уровня первичной подготовки детей в данном виде деятельности.			
2.	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.	2	1	1
3.	Техническая подготовка	50	10	40
4.	Тактическая подготовка	40	10	30
5.	Общая физическая подготовка	13	3	10
6.	Специальная физическая подготовка	18	3	15
7.	Игровая подготовка	8	2	6
8.	Инструкторская и судейская практика	2	1	1
9.	Соревнования	2	-	2
10.	Итоговое занятие. Сдача контрольных нормативов	2	-	2
	<b>ИТОГО:</b>	<b>136</b>	<b>29</b>	<b>107</b>

**Тематическое планирование  
Год обучения - 3**

№	Наименование тем	Количество часов	В том числе	
			Теория	Практика
1.	Знакомство обучающихся друг с другом. Выявление уровня первичной подготовки детей в данном виде деятельности.			
2.	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.	2	1	1
3.	Техническая подготовка	50	10	40
4.	Тактическая подготовка	40	10	30
5.	Общая физическая подготовка	13	3	10
6.	Специальная физическая подготовка	18	3	15
7.	Игровая подготовка	8	2	6
8.	Инструкторская и судейская практика	2	1	1
9.	Соревнования	2	-	2
10.	Итоговое занятие. Сдача контрольных нормативов	2	-	2
	<b>ИТОГО:</b>	<b>136</b>	<b>29</b>	<b>107</b>

**Тематическое планирование  
Год обучения - 4**

№	Наименование тем	Количество часов	В том числе	
			Теория	Практика
1.	Знакомство обучающихся друг с другом. Выявление уровня первичной подготовки детей в данном виде деятельности.			
2.	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.	2	1	1
3.	Техническая подготовка	50	10	40
4.	Тактическая подготовка	40	10	30
5.	Общая физическая подготовка	13	3	10
6.	Специальная физическая подготовка	18	3	15
7.	Игровая подготовка	8	2	6
8.	Инструкторская и судейская практика	2	1	1
9.	Соревнования	2	-	2
10.	Итоговое занятие. Сдача контрольных нормативов	2	-	2
	<b>ИТОГО:</b>	<b>136</b>	<b>29</b>	<b>107</b>

## **Методическое обеспечение**

### **Формы занятий.**

1. Беседы;
2. Практические занятия;
3. Презентация;
4. Сдача нормативов;
5. Подвижные игры;
6. Соревнования;
7. Товарищеские встречи.

### **Техническое оснащение.**

Спортивный зал

1. Тренажеры
2. Мячи
3. Скакалки

### **Формы подведения итогов.**

1. Сдача нормативов;
2. Соревнования.

## **Материально-техническое и информационное обеспечение**

### *Учебно-практическое оборудование*

- Перекладина гимнастическая (пристеночная)
- Стенка гимнастическая
- Скамейка гимнастическая жесткая (длиной 4 м)
- Комплект навесного оборудования (перекладина, тренировочные баскетбольные щиты)
- Мячи: малый мяч (футзал), футбольные
- Мат гимнастический
- Кегли
- Обручи
- Ворота футбольные

### **Учебно-методическое обеспечение**

1. Рабочие программы «Физическая культура» 1-4 класс.
2. В.И. Лях Пособие для учителей общеобразовательных организаций. Москва «Просвещение» 2014г.
3. «Физическая культура» 5-6-7 кл. Учебник для общеобразовательных организаций М.Я. Велинский
4. Рабочие программы «Физическая культура» 1-11 класс.
5. Комплексная программа физического воспитания учащихся.
6. В.И. Лях, А.А. Зданевич «Мини-футбол в школе»
7. С.Н. Андреев, Э.Г. Алиев. Издательство «Советский спорт» 2006 г. «Спортивные и подвижные игры».
8. «Игры и развлечения для детей на воздухе» Издательство «Просвещение» 1983 г.