

## Описание

### дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Мини-футбол»

Направленность дополнительной общеобразовательной программы «Мини-футбол» - физкультурно-спортивная.

Мини-футбол - командный вид спорта, разновидность футбола. Мини-футбол - это одно из самых доступных, популярных и массовых средств физического воспитания и укрепления здоровья учащихся.

Коллективный характер футбольной деятельности воспитывает чувство дружбы, товарищества, взаимопомощи, развивает такие ценные моральные качества, как чувство ответственности, уважением к партнерам и соперникам, дисциплинированность, активность. Благодаря высокой эмоциональности, физической активности мини-футбол становится всё более популярным в нашей стране.

Программа составлена в соответствии с Федеральным Законом РФ от 29.12.2012 г. № 273 «Об образовании в Российской Федерации» (в редакции Федерального закона от 31.07.2020 № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся»), приказом Министерства Просвещения Российской Федерации от 30.09.2020 г. № 533 «О внесении изменений в порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утвержденным приказом Министерства Просвещения Российской Федерации от 9 ноября 2018 г. № 196»; приказом Министерства Просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 г. № 196 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»; Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4. 3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», письмом Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 г. № 09 - 3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»; письмом Министерства просвещения РФ от 19.03.2020 № ГД-39/04 «О направлении методических рекомендаций» («Методические рекомендации по реализации образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования, образовательных программ среднего профессионального образования и

дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий»).

Игра в мини-футбол предъявляет существенные требования к личности игроков. В то же время занятия мини-футболом влияют на процесс становления личности учащегося. Футболистов-подростков отличает более высокий по сравнению со сверстниками, не занимающимися спортом, уровень мотивации достижения. Мотивация при этом выступает одновременно источником активности и направленности поведения личности.

Занятия мини-футболом способствуют формированию у учащихся умения подчиняться, считаться с мнением других людей, подчинять свои интересы коллективным интересам. Футболисты-подростки самостоятельны и независимы. У них развито чувство ответственности, они обладают хорошим самоконтролем.

**Адресат программы:** программа рассчитана для детей 10-16 лет.

Зачисление в группы производится на добровольной основе, по представлению заявлений от родителей и посредством подачи заявки на обучение в информационной системе «Навигатор дополнительного образования Камчатского края.

***Режим занятий, периодичность, продолжительность занятий***

**Количество учебных часов в год - 144 часа.**

Занятия проводятся 2 раза в неделю по 2 академических часа. Продолжительность одного занятия – 45 минут.

**Программа включает в себя два этапа:**

первый этап - этап начальной подготовки, рассчитан на 1 год обучения; второй этап - учебно-тренировочный этап, рассчитан на 2 года обучения (2-ой, 3-ий годы обучения).

**Первый этап обучения (этап начальной подготовки).**

Учебный процесс носит игровой характер и строится по типу общей подготовки. Основное внимание уделяется разносторонней физической и функциональной подготовке с использованием средств ОФП, освоению базовых элементов техники игры в мини-футбол.

Данный этап включает в себя: 70% - общефизическая подготовка и 30% - специальная физическая подготовка.

**Второй этап обучения (учебно-тренировочный этап).**

Учебно-тренировочный этап предусматривает снижение объёма физической подготовки, и включает в себя более глубокое изучение тактико-технических действий с мячом и без мяча.

В этот период наряду с упражнениями из различных видов спорта, используются комплексы специальных подготовительных упражнений и

методы тренировки, направленные на развитие специальной подготовки. Основная задача второго этапа - отработка техники и тактики игры в мини-футбол при помощи специальных упражнений.

**Цель программы:** разностороннее физическое развитие и укрепление здоровья учащихся посредством игры в мини-футбол. Воспитание гармоничной, социально активной личности.

**Ожидаемые результаты и способы определения их результативности:**

Предметные результаты:

***К концу обучения по программе учащиеся:***

*будут знать:*

- технику безопасности во время соревнований и учебных занятий;
- приёмы первой помощи при спортивных травмах;
- правила игры в мини-футбол;
- технику безопасности при выполнении упражнений с партнёром;
- запрещённые приёмы игры: неправильные подкаты, игра против соперника сзади, толчок соперника, игра рукой, игра прямой ногой, накладка, обоюдная игра головой в борьбе за мяч, игра локтём, игра против соперника бедром, игра коленом против соперника;
- термины: финт, выпад, отбор, имитация, пас, рывок, открывание, закрывание мяча корпусом;
- виды атак;
- тактику защиты;
- тактику нападения;
- правила соревнований.

*научатся:*

- правильно выполнять все виды ударов по мячу;
- выполнять сложные удары по мячу, на точность;
- удару по мячу, не глядя на него;
- выполнять все виды пасов партнёру;
- вести мяч змейкой;
- останавливать летящий мяч;
- правильно останавливать мяч всеми сторонами стопы;
- выполнять пас партнёру по воздуху;
- вводить мяч в игру: угловой удар, аут, удар от ворот, введение мяча в игру;
- выполнять приём мяча на грудь;
- видеть поле;
- останавливать мяч бедром, голенью, стопой, корпусом, грудью;
- видению партнёров в игре;
- выполнять комбинацию “стенка”;
- открываться в игре;
- уходить от соперника;

- выполнять атаку веером;
- выполнять фланговую атаку;
- в совершенстве владеть мячом;
- всем приёмам нападения и защиты;
- владеть всеми изученными финтами.