Управление образования и молодежной политики администрации городского округа город Бор Нижегородской области

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение

«Октябрьская средняя школа»

Принята на заседании

педагогического совета

МАОУ «Октябрьская СШ»

от 29 августа 2023 г.

Протокол №1

Утверждена

приказом директора

МАОУ «Октябрьская СШ»

№509-о от 31.08.2023 г.

Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа

физкультурно-спортивной направленности

**«Мини-футбол»**

Возраст обучающихся: 9-16 лет

Срок реализации: 1 год

Автор-составитель:

Пугина Эльвира Александровна,

педагог дополнительного образования

г.о.г. Бор 2023 год

**СОДЕРЖАНИЕ**

1. Пояснительная записка ………………………………………………………….….. 3
2. Учебный план ……………………………………………………………………….. 6
3. Календарный учебный график …………………………………………...………… 7
4. Рабочая программа …………………………………………………………………. 8
5. Содержание программы ……………………………………………………………. 10
6. Методическое обеспечение рабочей программы ……………………………….…10
7. Оценочные материалы …………………………………………………………..…. 11

Список литературы ……………………………………………………………………………. 13

**1. Пояснительная записка**

Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа «Мини-футбол» физкультурно-спортивной направленности базового уровня разработана в соответствии с нормативно-правовыми требованиями развития дополнительного образования детей и в соответствии с:

* Концепцией развития дополнительного образования детей от 31.03.2022 г. № 678-р
* Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
* Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09. 2019 г. №467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей».

**Актуальность и отличительные особенности.**

Программа физического воспитания учащихся образовательной школы по мини – футболу направлена на содействие улучшению здоровья учащихся и на этой основе обеспечения нормального физического развития растущего организма и разностороннюю физическую подготовленность. Приобретение учащимися необходимых знаний, умений, навыков для самостоятельного использования физических упражнений, закаливающих средств и гигиенических требований с целью поддержания высокой работоспособности во всех периодах жизни, а также воспитания навыков для самостоятельных занятий и умения вести здоровый образ жизни. Развивать физические качества, необходимые для овладения игрой мини – футбол, придерживаться принципов гармоничности, оздоровительной направленности учебного процесса. Данная программа направлена на привитие учащимся умения правильно выполнять основные технические приемы и тактические действия, обеспечение разносторонней физической подготовки. Программа призвана подготовить детей к сдаче учебных нормативов по физической и технической подготовке в соответствии с их возрастом, сообщить элементарные теоретические сведения.

Программа имеет физкультурно-спортивную **направленность.**

**Уровень освоения:** базовый

Программа построена по **модульному** принципу (модуль первого полугодия, модуль второго полугодия).

**Адресат программы:** 9-16 лет.

**Цель программы:** Всестороннее развитие личности посредством формирования физической культуры школьника. Разносторонняя подготовка и овладение рациональной техникой, приобретение знаний, умений необходимых в мини-футболе, воспитания трудолюбия, дисциплины, взаимопомощи, чувства коллективизма.

**Образовательные задачи**:

* сформировать общие представления о технике и тактике игры в мини-футбол, его правила и особенности;
* ознакомить учащихся с правилами самоконтроля состояния здоровья на занятиях и дома;
* обучать диафрагмально-релаксационному дыханию;
* изучать комплексы физических упражнений с оздоровительной направленности;
* формировать у обучающихся навыки здорового образа жизни.

**Развивающие**:

* развивать и совершенствовать физические и психомоторные качества, обеспечивающие высокую дееспособность;
* совершенствовать полученные жизненно важные навыки и умения в ходьбе, прыжках, лазании, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями.

**Воспитательные**:

* прививать жизненно важные гигиенические навыки;
* содействовать развитию познавательных интересов, творческой активности и инициативы;
* стимулировать развитие волевых и нравственных качеств, определяющих формирование личности ребёнка;
* формировать умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями;
* формирование умения ребёнка находить выходы из разных жизненных ситуаций (упорство, трудолюбие).

**Оздоровительные**:

* улучшать функциональное состояние организма;
* повышать физическую и умственную работоспособность;
* способствовать снижению заболеваемости.

### Срок реализации программы: рассчитана на 1 год

**Объем программы**: общее количество учебных часов, запланированных на весь период обучения, необходимых для освоения программы, составляет 36 учебных часов.

**Наполняемость группы:** 15 человек.

**Режим занятий:** 1 раз в неделю по 1 часу

**Формы организации занятий:** групповые теоретические и практические занятия, групповые тренировки, индивидуальные практические занятия и тренировки.

Теоретические занятия могут проходить с применением дистанционных образовательных технологий, например, посредством программы (Skype, Zoom и др.), записи лекций. Такая двухсторонняя форма коммуникации позволяет обучающимся, не имеющим возможности посещать все занятия в силу различных обстоятельств, получить доступ к изучению программы

В процессе реализации программы будут использованы следующие **формы обучения:** групповая, малыми группами, индивидуальная.

**Прогнозируемые результаты.**

***Предметные результаты:*** освоенные обучающимися за время обучения в объединении учебные знания, опыт по получению нового знания, его преобразованию и применению, а также система основополагающих элементов научного знания, лежащая в основе современной научной картины мира

В результате реализации данной программы обучающиеся будут

***знать:***

* основы истории мини-футбола, его лидеров, победителей;
* основы техники и тактики игры в мини-футбол;
* правила техники безопасности и нормы поведения;

***уметь:***

* держать мяч в игре, передавать мяч в движении;
* выполнять удары различными частями стопы, головой, коленом
* наносить атакующие удары используя короткие и средние передачи, варьируя их по силе и глубине;
* вести мяч по прямой, выполняя ускорения­­­­­ и остановку. Вести мяч с изменением направление движения.

После первого полугодия обучения занимающийся в секции ожидает, что он наберёт достаточный уровень общей физической подготовки, приобретёт навыки и умения игры в мини-футбол, расширит кругозор и знания по судейству игры в мини-футбол

На втором полугодие обучения занимающиеся должны владеть игровыми ситуациями и достичь высокого уровня специальной подготовки при выполнении сложных приёмов овладения мячом на высокой скорости, улучшить маневренность и подвижность футболиста в играх, повысить уровень его морально – волевых качеств

***Личностные результаты:*** готовность и способность обучающихся к саморазвитию, сформированности мотивации к учению и познанию, ценностно-смысловые установки, отражающие индивидуально-личностные позиции детей, социальные компетентности, личностные качества;

***Метапредметные результаты:*** освоенные обучающимися универсальные учебные действия (познавательные, регулятивные и коммуникативные)

**Способы определения результативности:** участие в районных, городских конкурсах, соревнованиях

**Формы подведения итогов реализации программы:** соревнования

**2. Учебный план**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Модуль** | **Количество часов** | | | **Промежуточная аттестация и аттестация по завершении реализации программы.** |
| **Теория** | **Практика** | **Всего** |
| Модуль 1 полугодия | 3 | 14 | 17 | 1 |
| Модуль 2 полугодия | 5 | 12 | 17 | 1 |
| **Всего: 36 часов** | | | | |

**3. Календарный учебный график**

**к программе «**Мини-футбол**» на 2023-2024 учебный год**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Дата начала обучения по программе** | **Дата окончания обучения по программе** | **Всего учебных недель** | **Кол-во учебных часов** | **Режим занятий** |
| 1 сентября 2023 г | 30 мая 2024 г | 36 | 36 | 1 раз в неделю по 1 часу |

**4. Рабочая программа**

(36 часов)

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Разделы. Темы** | **Количество часов** | | | **Формы контроля** |
| **Теория** | **Практика** | **Всего** |
| **Модуль первого полугодия обучения** | | | | | |
| 1. | ТБ на занятиях по футболу ИОТ-022-07. | 1 | - | 1 |  |
| 2 | Техника передвижений футболиста. | 0,5 | 0,5 | 1 | Наблюдение, коррекция |
| 3 | Удары по мячу головой с места | - | 1 | 1 | Наблюдение, упражнения |
| 4 | Жонглирование мячом в воздухе, чередуя удары различными частями стопы | - | 1 | 1 | Наблюдение, упражнения |
| 5 | Ведение мяча с изменением направление движения. | - | 1 | 1 | Наблюдение, коррекция |
| 6 | Челночный бег с ведением мяча 5х10м | - | 1 | 1 | Наблюдение, коррекция |
| 7 | Правила игры в мини-футбол: 4 сек. Ввод мяча вратарем. | 0,5 | 0,5 | 1 | Наблюдение, коррекция |
| 8 | Ведение мяча между стоек. | - | 1 | 1 | Наблюдение, коррекция |
| 9 | Отбор мяча у соперника накладыванием стопы на мяч | - | 1 | 1 | Наблюдение, коррекция |
| 10 | Перехват мяча, передаваемого опекаемому «противнику». | - | 1 | 1 | Наблюдение, коррекция |
| 11 | Соревнования по мини-футболу. | - | 1 | 1 |  |
| 12 | Взаимодействие защитника и вратаря | - | 1 | 1 | Наблюдение, коррекция |
| 13 | Жонглирование мячом в воздухе, чередуя удары различными частями стопы, бедром, головой. | - | 1 | 1 | Наблюдение, упражнения |
| 14 | Тактика вратаря: вбрасывание мяча открывшемуся партнеру. | - | 1 | 1 | Наблюдение, коррекция |
| 15 | Остановка опускающегося мяча бедром, грудью, лбом. | - | 1 | 1 | Наблюдение, упражнения |
| 16 | Правила игры в мини-футбол. Удары на точность в ворота внутренней стороной стопы | 0,5 | 0,5 | 1 | Наблюдение, упражнения |
| 17 | Персональная опека и комбинированная оборона | 0,5 | 0,5 | 1 | Наблюдение, коррекция |
| 18 | Промежуточная аттестация. Тестирование | 1 | 1 | - |  |
| **Модуль второго полугодия обучения** | | | | | |
| 19 | Удары по мячу головой на месте на точность | - | 1 | 1 | Наблюдение, упражнения |
| 20 | Ведение мяча по прямой, выполняя ускорения­­­­­ и остановку | - | 1 | 1 | Наблюдение, упражнения |
| 21 | Групповые действия защитников | 0,5 | 0,5 | 1 | Наблюдение, коррекция |
| 22 | Зонная защита игроков | 0,5 | 0,5 | 1 | Наблюдение, коррекция |
| 23 | Удары по мячу после ведения на точность в цель | - | 1 | 1 | Наблюдение, упражнения |
| 24 | Передачи мяча в парах в движении | - | 1 | 1 | Наблюдение, упражнения |
| 25 | Взаимодействие игроков и вратаря в защите. | 0,5 | 0,5 | 1 | Наблюдение, коррекция |
| 26 | Игра вратаря и защитников в обороне | - | 1 | 1 | Наблюдение, коррекция |
| 27 | Ведение мяча между движущихся партнеров | - | 1 | 1 | Наблюдение, коррекция |
| 28 | Скоростно-силовая подготовка футболиста. Челночный бег | - | 1 | 1 | Наблюдение, коррекция |
| 29 | Личная защита игрока | 0,5 | 0,5 | 1 | Наблюдение, коррекция |
| 30 | Соревнования по мини-футболу. | - | 1 | 1 |  |
| 31 | Взаимодействия с партнерами при равном соотношении защитников соперника, используя короткие и средние передачи. | 0,5 | 0,5 | 1 | Наблюдение, коррекция |
| 32 | Взаимодействия с партнерами при численном превосходстве защитников соперника, используя короткие и средние передачи. | 0,5 | 0,5 | 1 | Наблюдение, коррекция |
| 33 | Подстраховка и помощь партнеру. | 0,5 | 0,5 | 1 | Наблюдение, коррекция |
| 34 | Нападение быстрым прорывом | 0,5 | 0,5 | 1 | Наблюдение, коррекция |
| 35 | Передачи мяча касанием без остановки на месте | - | 1 | 1 | Наблюдение, коррекция |
| 36 | Итоговая аттестация. Соревнования по мини-футболу | 1 | - | 1 |  |
| Всего: 36 часов | | | | | |

**5. Содержание программы**

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.

1. *Общая физическая подготовка.*

Общеразвивающие упражнения без предметов*.* Упражнения с набивным мячомАкробатические упражнения*.* Легкоатлетические упражнения*.*

1. *Специальная физическая подготовка.*

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

1. *Игровая подготовка.*

Подвижные игры*.* Спортивные игры*.*

1. *Соревнования.*
2. *Итоговое занятие.*

**6. Методическое обеспечение рабочей программы**

**Методы обучения**

*Словесные:* объяснение, рассказ, диалог, консультация

*Наглядные:* картины, рисунки, плакаты, фотографии; таблицы, схемы, чертежи, графики; демонстрационные материалы;

*Практические:* метод наблюдения, тренировки, упражнения

**Формы организации учебных занятий – практические занятия, командная игра, сдача нормативов, беседа, подвижные игры, соревнования**

**Алгоритм проведения занятия.**

Изучение теоретического материала осуществляется в форме 5-7 минутных бесед, которые проводятся, как правило, в начале занятий.    В ходе практических занятий учащиеся группы получат элементарные навыки судейства игр по футболу и мини-футболу.

**Условия реализации программы**

**Кадровое обеспечение**

Дополнительная общеразвивающая общеобразовательная программа обеспечена квалифицированными кадрами, образование которых соответствует профилю ДОП.

**Материально-техническое обеспечение программы**

* спортивный зал,
* спортивная площадка с футбольным оборудованием:
* Футбольные ворота - 2 шт;
* футбольные мячи - 10 шт;
* скакалки - 20 шт;

**7. Оценочные материалы**

**Формы контроля, аттестации**

Важнейшей функцией управления педагогическим процессом является контроль, определяющий эффективность учебной работы  на всем её протяжении.

Мониторинг образовательной деятельности проводится 2 раза в год: в декабре (промежуточная аттестация) и апреле-мае (итоговая аттестация).

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Время проведения** | **Цель проведения** | **Формы контроля** |
| **Текущий контроль** | | |
| В течении учебного года. По окончании изучения темы или раздела. | Оценка усвоения изучаемого материала, физической подготовленности и состояния здоровья. | Педагогическое наблюдение в течение всего учебного  года; зачет. |
| **Промежуточная аттестация** | | |
| В конце каждого модуля обучения. | Определение степени усвоения обучающимися учебного материала. Определение результатов обучения. | Зачет; товарищеские встречи; опрос; собеседование; тест - задания. |

**Критерии оценки показателей обучающихся**

**по образовательной программе «Мини-футбол»**

С целью выявления уровней обученности предлагается следующая градация:

I уровень – низкий (репродуктивный с помощью педагога);

II уровень – средний (продуктивный);

III уровень – высокий (творческий).

Конечным результатом выполнения программы предполагается выход учащихся на II – III уровни обученности; участие в соревнования, смотрах и конкурсах различных уровней.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Раздел программы** | **Форма контроля** | **Критерий оценки** | **Система оценки** |
| **1** | **Основы знаний**  Выявление глубины и прочности полученных знаний раздела теоретическая подготовка основам мини-футбола. | Опрос и тестирование | 1-отвечает часто неправильно, несмотря на помощь взрослого;  2- отвечает правильно, но нуждается в напоминании взрослого, его контроле;  3- на все вопросы отвечает правильно. | 1-низкий уровень  2- средний уровень  3-высокий уровень |
| **2** | **Общая физическая подготовка (ОФП)** | Педагогическое наблюдение,  Практическое тестирование – контрольные упражнения и нормативы. | 1. 1- Упражнение не выполнено;   2- Упражнение выполнено недостаточно точно, с напряжением, допущены незначительные ошибки;  3-технически правильное выполнение движений, уверенно, без напряжения, в нужном темпе и характере. | 1-низкий уровень  2- средний уровень  3-высокий уровень |
| **3** | **Футбольные**  **умения и навыки.** | Педагогическое наблюдение,  Практическое тестирование. | 1. 1- Упражнение не выполнено;   2- Упражнение выполнено недостаточно точно, с напряжением, допущены незначительные ошибки;  3-технически правильное выполнение движений, уверенно, без напряжения, в нужном темпе и характере. | 1-низкий уровень  2- средний уровень  3-высокий уровень |
| **4** | **Промежуточная аттестация** | Педагогическое тестирование, нормативы. | 1-тест выполнен с большим трудом, имеются значительные ошибки;  2-допущена одна ошибка, не влияющая на конечный результат;  3-все элементы теста выполнены в полном соответствии с возрастом. | 1-низкий уровень  2- средний уровень  3-высокий уровень |

Нормативные показатели

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Показатель | Пол | Уровень развития |
| Ниже среднего | средний | высокий |
| быстрота |  |  |
| Бег на 30м (с) | М  Д | 9,0-8,5  9,3-9,0 | 8,4-7,6  8,9-7,7 | 7,5-7,3  7,6-7,4 |
| Скоростно-силовые качества |  |  |  |  |
| Прыжок в длину с места (см) | М  Д | 85,8-86,2  77,0-77,6 | 86,3-208,7  77,7-99,6 | 108,8-109,2  99,7-100,0 |
| Бросок набивного мяча из-за головы из и. п. стоя (см) | М  Д | 209-220  146-156 | 221-303  156-256 | 304-309  257-262 |
| Ловкость |  |  |  |  |
| Бег на 20 м между предметами (с) | М  Д | 5,8-5,1  6,7-6,2 | 5,0-1,5  6,0-5,0 | 2,4-2,0  4,9-4,1 |

**Список литературы**

**Нормативная правовая документация**

1. Федеральный закон от 29.12.2012 N 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (действующая редакция).
2. Указ Президента Российской Федерации от 21 июля 2020 г. № 474 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года».
3. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2018 № 629«Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
4. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09. 2019 г. №467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей».
5. Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 5 мая 2018 г. N 298 н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых».
6. Письмо Министерства просвещения РФ от 19 марта 2020 г. № 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..
7. Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года, утвержденная Распоряжением Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. № 996-р.
8. Письмо Министерства просвещения РФ от 7 мая 2020 г. № ВБ-976/04 «О реализации курсов внеурочной деятельности, программ воспитания и социализации, дополнительных общеразвивающих программ с использованием дистанционных образовательных технологий».
9. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года (Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. №678-р).
10. 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».
11. Паспорт национального проекта «Образование», утвержденный на заседании президиума Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и национальным проектам (протокол от 24 декабря 2018 г. № 16).
12. Паспорт федерального проекта «Успех каждого ребенка», утвержденный президиумом Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и национальным проектам (протокол от 24 декабря 2018 года № 16).
13. Письмо Министерства просвещения РФ от 1 ноября 2021 г. № АБ-1898/06 «О направлении методических рекомендаций. Методические рекомендации по приобретению средств обучения и воспитания в целях создания новых мест в образовательных организациях различных типов для реализации дополнительных общеразвивающих программ всех направленностей в рамках региональных проектов, обеспечивающих достижение целей, показателей и результата Федерального проекта «Успех каждого ребенка» национального проекта «Образование».
14. Методические рекомендации по разработке (составлению) дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы ГБОУ ДПО НИРО.
15. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».
16. Распоряжение Правительства Нижегородской области от 30.10.2018 № 1135-р «О реализации мероприятий по внедрению целевой модели развития региональной системы дополнительного образования детей».
17. Устав и нормативно-локальные акты наименование ОО

**Для педагога:**

1. Андреев С. Н. Футбол в школе: Кн. Для учителя. - М.: Просвещение. 1986.-144с., ил.
2. Теоретическая подготовка юных спортсменов. Пособие для тренеров ДЮСШ. М.,1981
3. Гогунов Е. Н., Мартьянов Б. И, Психология физического воспи­тания и спорта. - М.: АСАDЕМIА, 2000..
4. Дополнительное образование детей: Учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / Под ред. О. Е. Лебедева. - М.: Гуманит.-изд. центр ВЛАДОС, 2000.
5. Комплексная программа физического воспитания учащих­ся 1-11-х классов общеобразовательной школы, 1996.
6. Коротков И. М. Подвижные игры. - М.: Физкультура и спорт, 1974.
7. Краевский В. В. Методология педагогического исследования: Учеб. пособие для курсов повышения квалификации науч. - пед. кад­ров. - Самара: СамГПИ, 1994.
8. Мутко В.Л.., Андреев С.Н., 2008 год «Мини-футбол игра для всех».
9. Сучилина А.А.Юный футболист. Учебное пособие для тренеров. -М.:1983.
10. Сушков М.П.Ваш друг -«Кожаный мяч».М.,1983
11. Цирин Б.Я., Лукашин Ю.С.Футбол. М.,1982.
12. Чанади А. Футбол. Техника. М.,1978.
13. Чанади А. Футбол. Стратегия. М.,1981.

**Для обучающихся и родителей:**

1. Андреев СИ. Футбол - твоя игра. - М.: Просвещение, 1989.
2. Андреев С. Н. Мини – футбол. М. «Физкультура и спорт», 1978 г. - 111 с. с., ил
3. Оздоровительные основы физических упражнений. - М.: ВЛАДОС-ПРЕСС, 2003..
4. Сучилин А. А. Футбол во дворе. М. «Физкультура и спорт», 1978 г.
5. Цирин Б. Я., Лукашин Ю. С. Футбол. – М.: Физкультура и спорт. 1982, 2-ое исправленное и дополненное издание, - 207 с с., ил. – (Азбука спорта).