

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение  
«Школа № 17»  
МАОУ «Школа № 17»

Рассмотрено на педагогическом совете  
Протокол № 7 от «29» августа 2024 г.

Утверждаю  
Директор МАОУ «Школа № 17»  
\_\_\_\_\_ С. З. Цит

**«Мини-футбол»**  
Дополнительная общеразвивающая программа

Возраст детей: от 10 до 18 лет.

Срок реализации программы 72 ч.

Автор-составитель: Гусев А.Н., педагог дополнительного образования

\_\_\_\_\_  
МАОУ «Школа № 17»

г. Ачинск - 2024 г.

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа по обучению детей и подростков мини-футболу, является дополнительной образовательной программой физкультурно-спортивной направленности.

Актуальность программы обусловлена повышенным интересом детей к данному виду спорта и социальным заказом родителей, вызванным обеспокоенностью физическим развитием и состоянием здоровья своих детей. Реализация программы способствует не только приобретению профессиональных знаний и умений обучающимися, но и их общему физическому развитию, воспитанию волевых и нравственных качеств личности. Концептуальной основой программы является гуманистическое воспитание детей и подростков, определяющим аспектом которого является воспитание культуры здорового образа жизни. Образовательная программа разработана на идеи о том, что только непрерывная систематическая подготовка детей делает интерес к такому виду спорта, как мини-футбол, устойчивым, формирует привычку укреплять свое здоровье и совершенствовать технику, создает потребность в двигательной активности, делает занятие спортом и физической культурой стилем жизни. Занятия в секции имеют свои особенности, отличаясь от уроков физкультуры в школе. Основное отличие заключается в самой природе учреждения дополнительного образования – это добровольность, заинтересованность учащихся в получении знаний, а также возможность занятий для детей с различным уровнем начальной физической подготовленности, отсутствие конкурсного отбора для поступления в объединение. Ребята сами выбирают свой вид спорта и выполняют все, что требуется для его освоения. При этом если в спортивных школах основной целью является спортивный результат, то на занятиях в секции мини-футбола большое внимание уделяется комфортному психологическому климату в коллективе, адаптации воспитанников с различным уровнем физической подготовки, а также развитию навыков самостоятельных занятий спортом, формированию потребности в движении. Существует некая независимость ребенка от педагога в плане оценок, поощрений и порицаний, так как главной оценкой для самого подростка является его собственное здоровье, его собственный спортивный результат. Важно, что на секции ребенок находит свой круг общения, новых друзей, разделяющих его интересы.

**Цели и задачи дополнительной образовательной программы:** создание условий для развития личности ребенка через знакомство и обучение игре в мини-футбол. Сформировать у детей систему теоретических знаний о здоровье человека, физической культуре, спорте, мини-футболе. Выработать у детей необходимые физические умения и навыки для здорового полноценного физического развития. Дать базовые знания, умения и навыки игры в мини-футбол, и развить их. Развить психофизические качества и

способности обучающихся. Выработать у воспитанников навыки самостоятельных занятий мини-футболом, умение организовать собственную тренировку. Воспитать у детей устойчивый интерес и любовь к занятиям мини-футболом, физической культурой и спортом. Воспитать культуру здорового образа жизни, волевые и нравственные качества личности.

Данная образовательная программа обеспечивает реализацию основных направлений:

- Базовые знания, умения и навыки игры в мини-футбол;
- Оздоровление детей, укрепление их здоровья и воспитание привычки к здоровому образу жизни;
- Снятие у воспитанников психологической нагрузки. Развитие адаптивных способностей;
- Организация активного отдыха учащихся, создание комфортного круга общения;
- Содействие профилактике асоциальных проявлений в детско-подростковой среде.

Для достижения поставленной цели используются следующие принципы здоровьесберегающей педагогики: - принцип сознательности и активности; - принцип наглядности; - принцип систематичности и последовательности; - принцип повторений; - принцип постепенности; - принцип доступности и индивидуальности; - принцип непрерывности; - принцип учета возрастных и индивидуальных особенностей; - принцип связи теории с практикой.

**Организационно-педагогические основы деятельности.** Секция мини-футбола комплектуются из разновозрастных детей на учебно-тренировочный этап.

Программа рассчитана:

- на один год обучения в учебно-тренировочном этапе, возраст обучающихся от **10 до 18 лет, режим занятий осуществляется 1 раз в неделю по 2 часу, всего 2 часа в неделю**, основная форма занятий - групповая, количество занимающихся в группе не менее 10 человек.

Учебный материал рассчитан на последовательное и постепенное расширение теоретических знаний и практических умений и навыков. Занятия в кружке должны основываться на общефизической подготовке спортсменов, их спортивно-технических показателях и тактической подготовленности. Большое место в подготовке игроков в мини-футбол надо уделять воспитанию их волевых качеств и устойчивой психики, необходимых для успешной игры. В процессе теоретических, физических и тактических занятий, соревнований, занимающиеся должны получить знания и навыки, необходимые инструктору-общественнику и спортивному судье, чтобы оказать помощь в организации занятий и соревнований. В процессе учебно-тренировочных занятий и спортивных

соревнований преподаватель воспитывает у занимающихся добросовестные отношения к труду, чувство ответственности перед коллективом, добивается от них добросовестного отношения к своим обязанностям, уважения друг к другу, организованность и дисциплину. Своевременное, хорошо организованное проведение занятий, высокая требовательность к выполнению упражнений, строгое выполнение правил на соревнованиях, личный пример руководителя способствует воспитанию учащихся. После того как ребята овладеют основами техники и тактики игры, необходимо участие в соревнованиях. Соревнования должны иметь масштаб не выше районного при условии участия в них приблизительно равных по силам и возрасту детей.

**Результативность программы.** В результате освоения программы обучения игры в мини-футбол дети приобретают следующие знания, практические умения и навыки: - основы личной гигиены, причины травматизма при занятиях мини-футболом и правила его предупреждения, - знают и умеют выполнять все нормативы по общей физической подготовке; - умеют играть в мини-футбол используя в игре все изученные технические и тактические приемы; - знают правила игры в мини-футбол; - могут продолжать свои занятия самостоятельно (цель занятия ставит педагог); - умеют применять спортивные и медицинские знания; - правильно применять технические и тактические приемы в игре; - могут участвовать в городских, районных и краевых соревнованиях.

Основными результатами выполнения программы являются: - укрепление здоровья детей; - рост физических и спортивных показателей у каждого воспитанника в течение одного этапа занятий; - проявление устойчивого интереса к занятиям спортом и физической культурой; - навыки самостоятельных занятий; - воспитание культуры здорового образа жизни; - воспитание волевых и нравственных качеств личности.

**Методика оценки результатов реализации программы Мини-футбол.** В секцию, как правило, принимаются дети с разным уровнем физического развития. Практика показывает, что в технически сложных видах спорта выявление способностей осуществляется не за один год. На этапе начальной подготовки выясняется, в какой мере способности ребёнка отвечают требованиям и как развиваются эти способности под влиянием занятий. Так как в программе не ставится задача подготовки спортсменов-разрядников, то методика оценки результатов отличается от оценки результативности обучения в спортивных школах. Для детей результатом их занятий служит общее укрепление здоровья, совершенствование физической подготовки, проведенные соревнования.

## УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

№ п/п	Раздел Тема	Кол-во часов		
		теория	практика	всего
<b>Введение в курс программы</b>				
<b>1</b>	<b>Введение, техника безопасности на занятиях по мини-футболу</b>	<b>1</b>	<b>-</b>	<b>1</b>
<b>2</b>	<b>Валеология</b>	<b>1</b>	<b>-</b>	<b>1</b>
	Лекция о вреде наркомании, токсикомании, алкоголизма и курения	1	-	1
<b>3</b>	<b>Основы техники и тактики</b>	<b>2</b>	<b>-</b>	
	Правила игры в мини-футбол (Futsal)	2	-	2
	Приём и передача мяча	-	8	8
	Ведение мяча	-	8	8
	Удары по мячу	-	8	8
	Финты	-	8	8
	Тактика нападения	-	8	8
	Тактика защиты	-	8	8
	Игра в стенку	-	6	6
<b>4</b>	<b>Специальная физическая подготовка</b>	<b>0</b>	<b>4</b>	<b>4</b>
<b>5</b>	<b>Учебно-тренировочная игра</b>	<b>0</b>	<b>10</b>	<b>10</b>
	<b>Итого:</b>	<b>4</b>	<b>68</b>	<b>72</b>

## **Краткое содержание изучаемого материала.**

**Введение, техника безопасности на занятиях по настольному теннису.** Правила внутреннего распорядка, знакомство с программой работы объединения, техника безопасности на занятиях.

**Валеология.** Пагубное влияние алкоголя, табакокурения и наркотиков на организм человека, безопасное поведение дома, в школе, на улице.

**Основы техники и тактики.**

**Специальная физическая подготовка.**

**Учебно-тренировочная игра.** Данный подраздел используется не только как способ обучения и усовершенствования техники, тактики, координации движения, «чувства мяча» физической подготовки, но и как интересный и полезный отдых.

### **Список литературы:**

1. Комплексная программа физического воспитания. Изд Просвещение 2008г.
2. М.Г. Каменцер «Спортшкола в школе» М. Физкультура и спорт 1985г.
3. Г.А.Васильков «От игры к спорту» М. Физкультура и спорт. 1990г.
4. С.Н. Андреев Э.Г Алиев мини-футбол в школе ОАО Изд «Советский спорт» 2006г.
5. С.Н. Андреев «Мини-футбол в школе» ОАО Издательство «Советский спорт» 2008г
6. Волков С.В. «Теория и методика детского и юношеского спорта»
7. Ж-Л Чесно «Футбол. Обучение базовой техники» СпортАкадемПресс 1998г