Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа № 423
Кронштадтского района Санкт-Петербурга

ПРИНЯТО
Педагогическим советом
ГБОУ школы № 423
Протокол № 7
от «13» мая 2024 г.

УТВЕРЖДЕНО
Приказ № 591/1
от «15» мая 2024 г.
Директор ГБОУ школы № 423
_____ С.А. Рыкина

Директор Рыкина С.А.

Подписано цифровой подписью: Директор Рыкина С.А.
DN: cn=Директор Рыкина С.А., o=ГБОУ школа № 423 Кронштадтского района Санкт-Петербурга, ou=Office, email=info.gbou423@obr.gov.spb.ru, c=RU
Дата: 2024.11.18 18:57:42 +03'00'

# ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА «Мини – футбол. Мальчики»

Возраст обучающихся: 6 - 12 лет
Срок освоения: 36 часов

Разработчик: Литвинов Денис Викторович,
педагог дополнительного образования

## Пояснительная записка

**Направленность программы:** физкультурно-спортивная.

**Адресат программы** - обучающиеся 6 - 12 лет.

**Актуальность**:

Отвечает потребностям и запросам современных детей и их родителей в спорте, поскольку позволяет повысить уровень двигательной активности и ориентирована на эффективное решение задач и актуальных проблем современного ребенка в социуме.

**Уровень освоения:** общекультурный

**Объем и срок освоения:** 18 дней, 36 часов.

**Цель:** повышение уровня двигательной активности учащихся через вовлечение в спортивную игру, раскрывающую учащимся красоту здорового образа жизни и уверенность в своих силах.

**Задачи:**

*Воспитательные*

1. Воспитать культуру общения.
2. Привить любовь и устойчивый интерес к систематическим занятиям физкультурой и спортом, к здоровому образу жизни.
3. Сформировать уверенность в своих силах, позволяющую учащимся продолжить обучение в системе дополнительного образования по физкультурно-спортивной направленности.

*Развивающие*

1. Повысить уровень развития качеств личности: дисциплины, терпения.
2. Развить умение принимать самостоятельное решение и нести за него ответственность.
3. Сформировать чувство принадлежности к дружному коллективу, умение коллективно решать поставленные задачи, строить отношения на уважении и взаимовыручке.

*Обучающие*

1. Познакомить с мини-футболом как видом спорта и формой активного отдыха
2. Объяснить правила игры, правила судейства и организацию проведения соревнований.
3. Научить технике и тактике игры.

**Организационно-педагогические условия реализации:**

**Язык реализации:** русский (государственный язык Российской Федерации).

**Форма обучения:** очная.

**Условия набора и формирования групп:**

В объединение принимаются желающие мальчики с соответствующей группой

здоровья, на основании справки от врача (группа здоровья «основная»). Количество учащихся в объединении не более 20 человек. Группы разновозрастные.

**Формы организации и проведения занятий:** групповые игры, соревнования.

**Кадровое обеспечение:** педагог дополнительного образования.

**Материально-техническое оснащение:**

| Наименование оборудования (инструментов, материалов и приспособлений) | Количество |
|---|---|
| Мини-футбольные мячи | 10 |
| Маленькие ворота | 2 |
| Набивные мячи | 10 |
| Конусы | 15 |
| Стойки | 6 |
| Тетрадь 12 листов в клетку | 15 |
| Ручка шариковая | 15 |
| Средства оказания доврачебной помощи (аптечка) | 1 |

*Перечень технических средств обучения*

| Наименование технических средств обучения | Количество |
|---|---|
| Ноутбук | 1 |
| Мультимедийный проектор | 1 |

*Перечень учебно-методических материалов*

| Наименование учебно- методических материалов | Количество |
|---|---|
| Видео материалы (интернет) обучающие фильмы «Мини-футбол» | 3 |
| Правила игры в мини-футбол | 1 |
| Инструкция вводного инструктажа по охране труда | 1 |
| Инструкция по охране труда для обучающихся при проведении занятий в спортивном зале | 1 |
| Инструкция по охране труда при проведении занятий по спортивным подвижным играм | 1 |

**Планируемые результаты освоения программы учащимися:**

*Личностные*

1. Обретут стиль общения и взаимодействия с позиции уважения, доброжелательности, взаимопомощи, сопереживания.
2. Примут важность занятий физкультурой и спортом, здорового образа жизни.
3. Научатся проявлять уверенность в своих силах, осознают желание продолжить обучение в системе дополнительного образования по физкультурно-спортивной направленности.

*Метапредметные*

1. Разовьют качества личности: дисциплина, терпения.
2. Получат опыт принятия самостоятельного решения, готовности нести за него ответственность.
3. Примут себя как части коллектива, научатся коллективно решать поставленные задачи, строить отношения на уважении и взаимовыручке.

*Предметные*

1. Будут знать мини - футбол как вид спорта и формы активного отдыха,
2. Будут знать правила игры, получат знания и опыт правил судейства и организации проведения соревнований.
3. Будут уметь правильно выполнять технические и тактические приемы игры.

**Учебный план**

| № п/п | Разделы программы | Количество часов | | | Формы контроля |
|---|---|---|---|---|---|
| | | Всего | Теория | Практика | |
| 1 | **Вводное занятие.** | 2 | 1 | 1 | Беседа |
| 2 | **Общефизическая подготовка футболиста** | 6 | 1 | 5 | Беседа, тест-игра, учебная игра |
| 3 | **Специальная подготовка** | 10 | 1 | 9 | Беседа, тест-игра, учебная игра |
| 4 | **Техническая подготовка футболиста** | 10 | 1 | 9 | Беседа, тест-игра, учебная игра |
| 5 | **Тактическая подготовка футболиста.** | 6 | 1 | 5 | Беседа, тест-игра, учебная игра |
| 6 | **Итоговое занятие** | 2 | 0 | 2 | Беседа, соревнование |
| | Итого | 36 | 5 | 31 | |

**Рабочая программа**
к дополнительной общеразвивающей программе
«Мини - футбол. Мальчики.»

**Задачи:**

*Воспитательные*

1. Воспитать культуру общения.
2. Привить любовь и устойчивый интерес к систематическим занятиям физкультурой и спортом, к здоровому образу жизни.
3. Сформировать уверенность в своих силах, позволяющую учащимся продолжить

обучение в системе дополнительного образования по физкультурно-спортивной направленности.

*Развивающие*

1. Повысить уровень развития качеств личности: дисциплины, терпения.
2. Развить умение принимать самостоятельное решение и нести за него ответственность.
3. Сформировать чувство принадлежности к дружному коллективу, умение коллективно решать поставленные задачи, строить отношения на уважении и взаимовыручке.

*Обучающие*

1. Познакомить с мини-футболом как видом спорта и формой активного отдыха
2. Объяснить правила игры, правила судейства и организацию проведения соревнований.
3. Научить технике и тактике игры.

**Содержание**
дополнительной общеразвивающей программы
«Мини - футбол. Мальчики.»

**1. Вводное занятие.** Общие основы мини-футбола ПП и ТБ. Правила игры и методика судейства

*Теория:* инструктаж и соблюдение техники безопасности в спортивном зале, в раздевалках, на улице, в общественном транспорте. Развитие мини-футбола (футбола) в России. Значение и место мини-футбола в системе физического воспитания. История возникновения футбола. Ведущие спортсмены и тренеры.
Основные правилам игры в мини-футбол. Судейская практика в двусторонних играх команд.

*Практика:* игра «История вида спорта». Игры с мячом.

*Форма контроля:* беседа.

**2. Общефизическая подготовка**

*Теория:* безопасное выполнение упражнений. Значение всесторонней физической подготовки как важного фактора укрепления здоровья, повышения функциональных возможностей организма и систем. Воспитание двигательных качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости, ловкости) спортсмена.
Утренняя зарядка, индивидуальные занятия, разминка перед тренировкой и игрой.

*Практика:* строевые упражнения. Шеренга, колонна, фланг, интервал, дистанция. Перестроения. Построения, расчет. Переход на ходьбу, на бег, на шаг. Остановка. Изменение скорости движения строя. Упражнения для рук и плечевого пояса. Упражнения для ног. Упражнения для шеи и туловища. Упражнения для всех групп мышц. Упражнения для развития силы. Упражнения с преодолением собственного веса. Упражнения для развития быстроты. Упражнения для развития гибкости. Общеразвивающие упражнения с высокой амплитудой движений. Упражнения для развития ловкости. Разнонаправленные движения рук и ног. Жонглирование двумя теннисными мячами. Метание мячей в подвижную и неподвижную цель. Упражнения для развития скоростно-силовых качеств. Прыжки.

Упражнения для развития общей выносливости. Рваный бег, челночный бег, эстафета.

*Форма контроля:* беседа, тест-игра, учебная игра.

**3. Специальная подготовка**

*Теория:* безопасное выполнение упражнений. Значение специальной физической подготовки.

*Практика:* упражнения для развития быстроты движения и прыгучести. Упражнения для развития качеств, необходимых для выполнения удара по воротам. Упражнения для развития игровой ловкости. Упражнения для развития специальной выносливости. Игры. Круговая тренировка.

*Форма контроля:* беседа, тест-игра, учебная игра.

**4. Техническая подготовка футболиста**

*Теория:* понятие о спортивной технике. Взаимосвязь технической, тактической, физической подготовки футболистов. Классификация и терминология технических приемов.

*Практика:* прыжок толчком двух ног, прыжок толчком одной ноги, остановка прыжком, остановка двумя шагами. Повороты вперед, повороты назад. передачи мяча внутренней стороной стопы на месте и в движении. Передачи мяча в парах, тройках, во встречных колоннах. Ведение мяча. Чеканка мяча. Учебное задание «Квардрат». Ведение мяча змейкой, по кругу. Ведение мяча с последующим ударом по воротам. Удары по воротам по неподвижному мячу внутренней стороной стопы, подъемом, внешней стороной стопы. Удары по катящемуся мячу. Удары по мячу с полуотскока.

*Форма контроля:* беседа, тест-игра, учебная игра.

**5. Тактическая подготовка**

*Теория:* понятие о стратегии, тактике и стиле игры. Характеристика и анализ тактических вариантов игры. Тактика отдельных игроков (защитников, нападающих).

*Практика:* тактика нападения. Выход для получения мяча. Вывод мяча. Розыгрыш мяча. Атака ворот. «Передай мяч и выходи». Наведение, пересечение. Тактика защиты.

Противодействие получению мяча. Противодействие выходу на свободное место. Противодействие розыгрышу мяча. Противодействие атаки . Подстраховка. Система личной защиты.

*Форма контроля:* беседа, тест-игра, учебная игра.

**6. Итоговое занятие**

*Практика:* соревнование, турнир или товарищеская встреча по баскетболу.

*Форма контроля:* беседа, соревнование.

**Методические материалы**

Дифференцированный подход в обучении и воспитании всех обучающихся в объединении обеспечивает *технология личностно-ориентированного обучения*. Использование *здоровьесберегающих технологий* в учебном процессе позволяет обучающимся более успешно адаптироваться в образовательном и социальном пространстве. При сообщении новой, теоретической информации используются

*информационно-коммуникационные технологии*. *Игровые технологии* применяются при проверке уровня усвоения теоретического материала. Использование *коллективно-творческой деятельности* определяется познавательными интересами детей, участием в различных коллективных делах, соревнованиях, матчах.

***Способы оценивания результатов:***

Беседа, тест-игра, учебная игра.

***Организационно-педагогические средства:***

1. ДОП, конспекты занятий, проведенных педагогом в рамках реализации программы.
2. Методические рекомендации для педагогов по проведению занятий по вопросам программы.
3. Методические рекомендации для родителей по вопросам воспитания.
4. Разработанные педагогом памятки для детей и родителей по вопросам подготовки к работе.

**Дидактический материал, ЭОР:**

1. Раздаточный материал (карточки, схемы, фото, карты, тексты, открытки).
2. Разработки игр, бесед, викторин, кроссвордов.
3. Лекционные материалы, разработанные педагогом.
4. Критерии оценивания Приложение 1, Приложение 2.
5. Портал https://videouroki.net.
6. Федеральный портал Российское образование.
7. Федеральный портал Цифровые образовательные ресурсы.
8. Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов http://school-collection.edu.ru.

**Информационные источники**
**Список литературы**


1. М.А.Годик Футбол программ издательство «Советский спорт» 2011 г.
2. Мини-футбол игра для всех издательство «Советский спорт» 2005 г.
3. Подвижные игры ACADEMA 2004 г.
4. Ваш друг кожаный мяч ИП Сушков издательство ФИС 1977 г.
5. 101 упражнение для юных футболистов, Москва «АСТ» 2007
6. Футбол-это жизнь (Взгляд из России) Петров А. Москва, 2004г.
7. Футбол в школе. Швыдов И.А. «Терра-Спорт», 2002г.
8. Футбол. Основы игры. Денни Милке. «Астрель», 2007г.
9. Футбол для начинающих. Ричард Дангворд, Дж. Миллер. «Астрель», 2006г.
10. Футбол (Уроки спорта). Дезор М. «АСТ», 2006г.
11. Футбол. Формирование основ индивидуального технико-тактического мастерства юных футболистов. Петухов А.В. «Советский спорт», 2006г.
12. Футбольный тренер. «Терра-Спорт», Сассо Э., 2003г.
13. Убойный футбол и другие игры для детей. Е.В. Пантилеева «Феникс», 2008г.

14. Физиология футбола. Орджаникидзе З.Г. «Человек», 2008г.
15. Энциклопедия физических упражнений, Ежи Талага «Физкультура и спорт», 1998г.
16. Мой друг физкультура В.И. Лях «Просвящение», 2005г.
17. Футбол правила игры (Москва), МФ футбольных ассоциаций «Терра спорт» 2004г.
18. Мини футбол на уроке физической культуры (Москва)Веревкин М.П., «ТВТ Дивизион», 2006г.
19. Журнал Физическая культура в школе. Москва 2009 г.

**Оценочные материалы**

***Программой предусмотрены этапы контроля:***

Входной контроль: беседа для определения начального уровня личностных и метапредметных компетенций; педагогическое наблюдение за степенью сформированности навыков двигательной активности, быстроты реакции, мышечной силы, дыхания, выносливости.

Текущий контроль: педагогическое наблюдение проводится на занятиях в течение всего учебного процесса для отслеживания уровня освоения учебного материала программы и развития личностных качеств учащихся.

Итоговый контроль в конце обучения: соревнование, педагогическое наблюдение, беседа позволяют определить уровень освоения программы.

***Критерии оценивания личностных результатов***

| **Учащийся** | **Стиль общения и взаимодействия с позиции уважения, доброжелательности, взаимопомощи, сопереживания** | **Принятие важности занятий физкультурой и спортом, здорового образа жизни** | **Уровень проявления уверенности в своих силах, желания продолжить обучение в системе дополнительного образования по физкультурно-спортивной направленности** | **Итого (средний показатель)** |
|---|---|---|---|---|
| | | | | |

**Низкий –** в общении учащийся не всегда корректен. Учащийся понимает важность занятий физкультурой и спортом, здорового образа жизни, но это не является его личной ценностью. В своих силах учащийся не уверен, заинтересованности в

продолжении занятий учащийся не проявляет.

**Средний** – в общении учащийся корректен. Учащийся понимает важность занятий физкультурой и спортом, здорового образа жизни, но это не является его главной ценностью. В своих силах учащийся не уверен, о планах продолжения занятий учащийся затрудняется ответить.

**Высокий -** в общении учащийся всегда корректен, доброжелателен. Учащийся понимает важность занятий физкультурой и спортом, здорового образа жизни, это является его личной ценностью. В своих силах учащийся уверен, готов продолжать занятия, в т.ч. для укрепления здоровья.

***Критерии оценивания метапредметных результатов***

| **Учащийся** | **Положительная динамика уровня развития качеств личности: дисциплины, терпения** | **Опыт принятия самостоятельного решения, готовность нести за него ответственность** | **Принятие себя как части коллектива, умение коллективно решать поставленные задачи, строить отношения на уважении и взаимовыручке** | **Итого (средний показатель)** |
|---|---|---|---|---|
| | | | | |

**Низкий –** уровень развития качеств личности: дисциплины, терпения остался на уровне начала занятий. Учащийся готов к принятию самостоятельного решения, но не готов нести за него ответственность. Учащийся не позиционирует себя как часть коллектива/ команды.

**Средний** – положительная динамика уровня развития качеств личности: дисциплины, терпения. Учащийся готов к принятию самостоятельного решения, но не готов нести за него ответственность. Учащийся позиционирует себя как часть коллектива/ команды.

**Высокий -** положительная динамика уровня развития качеств личности: дисциплины, терпения. Учащийся готов к принятию самостоятельного решения, готов нести за него ответственность. Учащийся позиционирует себя как часть коллектива/ команды, умеет коллективно решать поставленные задачи, строить отношения на уважении и взаимовыручке.

***Критерии оценивания предметных результатов***

| Учащийся | Знание баскетбола как вида спорта и формы активного отдыха, знание правил игры | Знание и опыт правил судейства и организации проведения соревнований | Умение правильно выполнять технические и тактические приемы игры | Итого (средний показатель) |
|---|---|---|---|---|
| | | | | |

**Низкий –** учащийся владеет основными знаниями баскетбола как вида спорта и формы активного отдыха, знает правила игры. Учащийся допускает существенные ошибки в правилах судейства и организации проведения соревнований. Правильно выполняет технические и тактические приемы игры с помощью педагога.

**Средний** – учащийся владеет основными знаниями баскетбола как вида спорта и формы активного отдыха, знает правила игры. Учащийся знает и умеет применять правила судейства и организации проведения соревнований. Правильно выполняет технические и тактические приемы игры с помощью педагога.

**Высокий -** учащийся владеет знаниями баскетбола как вида спорта и формы активного отдыха, знает правила игры. Учащийся знает и умеет применять правила судейства и организации проведения соревнований. Правильно выполняет технические и тактические приемы игры.

Приложение 1

**Формы подведения итогов на занятиях по мини-футболу**

*Теоретическая подготовка:*

Выявление глубины и прочности полученных знаний раздела теоретическая подготовка осуществляется по средствам использования таких методов как опрос, собеседование, творческое задание.

*Физическая подготовка:*

Контроль эффективности применяемых средств по общефизической подготовке проводятся контрольными упражнениями. Учащиеся выполняют следующие контрольные задания:

1. бег на короткие дистанции (30,60м);
2. удары по воротам после ведения;
3. передачи мяча в цель;
4. удар по неподвижному мячу в цель;
5. прыжок в длину с места.

Результат определяется по сравнительной таблице. Каждый тест оценивается по

5-и уровням (высокий, выше среднего, средний, ниже среднего, низкий). Успешным считается результат, соответствующий среднему уровню и выше. Продвижение ребёнка в диапазоне уровня также считается успешностью.

*Техническая подготовка:*

Техническая подготовленность учащимися проверяется контрольными упражнениями и систематическими визуальными наблюдениями за качеством выполнения упражнения.

Формой контроля технической подготовленности мини-футбол является педагогическое тестирование, которое проводится в середине и конце учебного года.

*Тактическая подготовка:*

Контроль освоения учащимися игровых действий заключается в вынесении оценочных суждений по выполнению учащимися действий в нападении и защите с учётом выполнения игроками тех или иных функций. Контроль проводится как на учебных занятиях, так и в соревновательной деятельности. Оценочные суждения выносятся на основании определений умений и навыков использования учащимися действий с мячом и без мяча в групповых и командных действиях.

*Для футболистов главной задачей в этом разделе считается:*

1. научиться правильно выбирать решение (выполнить передачу или вести мяч);
2. правильно занимать место в защите и нападении по отношению к воротам и соперникам (держание игрока в треугольнике, закрытая и открытая стойка в зависимости от нахождения мяча на площадке и нападающего игрока; действия игроков в быстром прорыве, в раннем и позиционном нападении);
3. уметь переключаться от игры в защите в игру в нападении и наоборот (расположение игроков при борьбе за мяч, выход на мяч, открывание для получения мяча).
4. уметь взаимодействовать в нападении и защите в разных количественных соотношениях игроков (2 х 2, 2 х 1, 1 х2; 3 х 3, 3 х 2, 2 х 3, 3 х 1);
5. вбрасывание мяча из-за боковой и лицевой линий (взаимодействие игроков с помощью выхода на мяч);
6. уметь взаимодействовать в команде, как в нападении, так и в защите (позиционное нападение: 3 х 2, 2 х 3, 1 х3 х 1; 2 х 2 х 1; 1 х 2 х 1; 1 х 4; защита: личная защита, зонная защита, защита личным и зонным прессингом, комбинированная защита);
7. умение игроков действовать нестандартно, спонтанно, выбирать решение - КПД игрока в соревновательной деятельности (количество времени, проведённого на площадке, перехваты мяча, потери, подборы, количество забитых мячей, накрывание мяча, результативные передачи).

**Контрольные нормативы в беге на 30 м**

| возраст | Показатель времени | | |
|---|---|---|---|
| | высокий | выше среднего | средний |
| 6 лет | 5,8 | 7,6 | 7,9 |

| | | | |
|---|---|---|---|
| 7 лет | 5.6 | 7.3 | 7.5 |
| 8 лет | 5.4 | 7.0 | 7.1 |
| 9 лет | 5.1 | 6.7 | 6.8 |
| 10 лет | 5.1 | 6.7 | 6.8 |
| 11 лет | 4.9 | 6.2 | 6.3 |
| 12 лет | 4.9 | 6.2 | 6.3 |

Приложение 2

**Материал для теста-игры**
**для проверки знаний по теоретической подготовке**

Проверка знаний учащихся проводится в конце учебного года в виде устных ответов по разработанным билетам-карточкам. Педагогическое оценивание по 5-ти балльной системе.

1. Первая помощь при ушибе?
2. Основные средства закаливания организма?
3. Основные правила режима дня?
4. Что относится к личной гигиене?
5. Сколько таймов в одном матче?
6. Назовите линии разметки мини-футбольной площадки?
7. Сколько игроков находятся на площадке из одной команды?

1. Питание юного спортсмена?
2. Водный баланс?
3. Как изменяются мышцы при занятиях спортом?
4. Спортивная одежда футболиста?
5. Основные правила в мини-футболе?
6. Что такое стандартное положение?

1. Какое значение имеет закаливание для занятий спортом?
2. Для чего нужен дневник самоконтроля?
3. Первая помощь при вывихе?
4. Сколько дается времени на ввод мяча?
5. Сколько максимальное число фолов может набрать команда?
6. Как производится замена игрока в мини-футболе и сколько их может быть?
7. Назовите известных игроков и тренеров и их достижения.