

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №4»  
(МБОУ СОШ №4)**

**СОГЛАСОВАНО:**

Методическим (педагогическим) советом  
Протокол №1  
от «03» июня 2023 год

**УТВЕРЖДЕНО:**



приказом директора МБОУ СОШ №4  
от «08» июня 2023 г. № 104-ОД  
В.М. Репский

**Дополнительная общеразвивающая программа  
физкультурно-спортивной направленности  
«Мини футбол»**

Возраст обучающихся: 8-14 лет  
Срок реализации: 1 год  
306 часов

Авторы модуля:

Педагог дополнительного образования

Шаповал Александр Сергеевич

Город Ханты-Мансийск, 2023 год

## **1. Пояснительная записка**

Занятия футболом способствуют решению социально - культурных и психологических задач, встающих перед подростками и юношеством. Игра в футбол - одна из захватывающих, интересных и популярных игр на сегодняшний день. Технические приёмы, тактические действия заключают в себе большие возможности для расширения и развития физических способностей, а также помогают в нравственном воспитании детей и подростков. В процессе изучения программы «Мини-Футбол» у обучающихся формируется потребность в систематических занятиях физическими упражнениями, приобщению к здоровому образу жизни, приобретение привычки заниматься физическим трудом, умственная нагрузка компенсируется у них физической. Занятия спортом дисциплинируют, воспитывают чувство коллективизма, волю, целеустремленность, способствуют поддержке при изучении общеобразовательных предметов, так как укрепляют здоровье

### **1.1. Модуль разработан в соответствии со следующими нормативно-правовыми актами:**

- Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
- Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года».
- Приказ Министерства просвещения РФ от 27.07.2022 года № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Письмо Министерства образования и науки РФ от 18 ноября 2015 года № 09-3242 «О направлении методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)».
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 года № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 января 2021 года № 2 Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» (раздел VI. «Гигиенические нормативы по устройству, содержанию и режиму работы организаций воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»).

- Приказ Министерства науки и высшего образования Российской Федерации №882, Министерства просвещения Российской Федерации №391 от 05.08.2020 «Об организации и осуществлении образовательной деятельности при сетевой форме реализации образовательных программ».
- Письмо Министерства просвещения Российской Федерации от 19.03.2020 № ГД-39/04 «О направлении методических рекомендаций» (вместе с «Методическими рекомендациями 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»).
- Письмо Министерства просвещения Российской Федерации от 31.01.2022 № ДГ-245/046 «О направлении методических рекомендаций» (вместе с «Методическими рекомендациями по реализации дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий»).

Уставные и локальные акты организации

## **1.2. Направленность**

Данная программа имеет физкультурно-спортивную направленность. Программа направлена на многолетнее воспитание, оздоровление, привитие интереса к занятиям спортом и подготовку резервов юных футболистов. При разработке программы были использованы личный опыт обучения и тренировки юных футболистов, результаты научных исследований по вопросам медицины, теории и методики физического воспитания, педагогики и физиологии, гигиены и психологии, а также практический опыт коллег.

## **1.3. Актуальность**

Игра в футбол является одним из самых массовых и доступных видов спорта. В футбол могут играть как дети младших возрастов, так и люди довольно зрелого возраста. Как мужчины, так и женщины. Для этой игры не требуется дорогостоящего инвентаря, достаточно иметь мяч, ворота и небольшую площадку. Играть можно на небольшой площадке, так и на других покрытиях. Например, в «квадрат», «300». Как командой из 3 человек, так и в четверках, пятерках. Из-за зрелищности спортивных соревнований, эмоциональности и доступности практически людям всех возрастов, игра привлекает всё больше и больше поклонников. При освоении приёмов игры в начальной стадии не требуется особых умений, навыков и высоких нагрузок, что, отчасти, и привлекает интерес к занятиям данным видом спорта. Это же и подчёркивает оздоровительный характер. Эту игру любят и играют в неё миллионы людей, собираются целые стадионы.

## **1.4. Цель и задачи образовательного модуля:**

Цель программы - подготовка физически крепких, координированных, развитых духовно, дисциплинированных, доброжелательных юных спортсменов, готовых к социально-значимым видам деятельности. А также популяризация и развитие футбола с целью организации досуга детей.

Задачи программы:

#### ***Образовательные***

- формирование двигательных качеств;
- получение новых знаний.
- обучение игре в футбол (техника, тактика).

#### ***Развивающие***

- развитие физических навыков;
- закаливание характера;
- развитие эстетических качеств (красивая осанка, культура движений).
- развитие физических качеств в общем плане и с учетом специфики футбола.

#### ***Воспитательные***

- воспитание интереса детей к спорту и приобщение их футболу;
- воспитание умений соревноваться индивидуально (физическая и техническая подготовка) и в коллективе (подвижные игры, мини-волейбол)
- воспитание силы воли, самоорганизованности, дисциплины, дружелюбности.

### **1.5. Отличительная особенность модуля:**

Отличительная особенность программы заключается в том, что при системном подходе процесс подготовки рассматривается, в первую очередь, в оздоровительном аспекте от первоначального отбора, и при выявлении интереса к данному виду спорта, до завершения спортивной деятельности футболиста с учетом единства тренировок, соревнований и усиливающих их эффект восстановительных действий.

### **1.6. Объем модуля:**

- объем – 306 академических часов.
- срок реализации модуля 2022 – 2023 года

**1.7. Периодичность и продолжительность занятий** 3 часа, 3 раза в неделю.

**1.8. Уровень освоения модуля:** *стартовый.*

### **1.9. Планируемые результаты**

#### **Предметные результаты:**

**Будут знать:** Основы формирования двигательных качеств

**Будут уметь:** Грамотно работать с мячом и взаимодействовать с партнерами.

Будут владеть: Техникой и тактикой игры в футбол.



Личностные результаты освоения модуля обучающимися:

Будут проявлять: Умения соревноваться индивидуально (физическая и техническая подготовка) и в коллективе (подвижные игры, мини-футбол)

Метапредметные результаты освоения модуля обучающимися:

Будут развиты:

- развитие физических навыков;
- закаливание характера;
- развитие эстетических качеств (красивая осанка, культура движений).
- развитие физических качеств в общем плане и с учетом специфики футбола.

### 1.10. Формы контроля и подведения итогов реализации модуля

Формы контроля и способы определения результативности освоения программы.

## 2. Организационно-педагогические условия реализации модуля

### 2.1. Учебно-тематический план

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов	Форма занятия	Место и время проведения	Форма контроля
	<b>Раздел 1. Вводное занятие.</b>	<b>1</b>			
1	Введение в предмет. Инструктаж по ТБ. Правила соревнований, место занятий. История развития футбола.	1	комбинированная		опрос
	<b>Раздел 2. Общая физическая подготовка</b>	<b>75</b>			
5-10	Упражнения на развитие общей выносливости.	20	комбинированная		
11-19	Упражнения на развитие скорости и координации	20	комбинированная		
20-28	Упражнения для развития силы, скоростно-силовой выносливости	20	комбинированная		
29-47	Упражнения для развития взрывной силы.	10	комбинированная		
48	Контрольные нормативы	5	групповая		КН по ОФП
	<b>Раздел 3. Специальная физическая подготовка</b>	<b>77</b>			
49-53	Упражнения для быстроты передвижения	15	групповая		учебная игра
54-58	Падения и подкаты	12	групповая		учебная игра
59-63	Упражнения для развития игровой ловкости и выносливости. Работа с фишками, барьерами	12	групповая		учебная игра
64-65	Подвижные игры (ручной мяч)	14	групповая		учебная игра
66-67	Упражнения для развития специальной выносливости. Игра. КН.	14	групповая		учебная игра
68	Контрольные нормативы	10	групповая		контрольные нормативы по СФП
	<b>Раздел 4. Техническая подготовка</b>	<b>60</b>			
69-73	Упражнения на технику.	10	групповая		
74-78	Передачи и прием мяча	10	групповая		
79-83	Удары по воротам.	10	групповая		
84-90	Игра в нападении	10	комбинированная		учебно-тренировочная игра

91-98	Игра в защите	10	комбинированная		учебно-тренировочная игра
98-100	Контрольные нормативы	10	индивидуальная		КН по СФП
	<b>Раздел 5. Тактическая подготовка.</b>	<b>42</b>			
101-106	Индивидуальные действия при передачах	20	индивидуальная		тренировочная игра
107-112	Индивидуальные действия при приеме	20	индивидуальная		тренировочная игра
113-118	Система игры.	1	комбинированная		помощь в судействе
119-120	Контрольные нормативы	1	индивидуальная		КН по ТП
	<b>Раздел 6. Интегральная подготовка</b>	<b>50</b>			
121-124	Упражнения по технике	10	комбинированная		тренировочная игра
125-129	Задания по тактике и технике.	10	комбинированная		тренировочная игра
130-134	Индивидуальные и групповые действия.	10	комбинированная		тренировочная игра
134-138	Командные действия в игре.	10	комбинированная		тренировочная игра
138-140	Контрольные нормативы	10	групповая		КН по ИП

## 2.2. Календарный план

Начало учебного года	01.09.2022
Окончание учебного года	31.05.2023
Количество учебных недель	34 недели
Количество часов в год	306 часа
Продолжительность занятия (академический час)	3 часа
Периодичность занятий	3 раза в неделю.
Промежуточная аттестация	25 декабря - 30 декабря 2023 года 28 мая - 30 мая 2024 года
Объем и срок освоения программы	306 часов, 1 год обучения

Режим занятий	В соответствии с расписанием
Каникулы зимние	31.12.2022 - 08.01.2023
Каникулы летние	01.06.2023 - 31.08.2023

### КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

Период реализации	Дата начала	Дата окончания	Всего учебных недель	Количество учебных часов	Режим занятий
1 год	1.09.2023	31.05.2024	34	306	3 раза в неделю.

#### 2.4. Условия реализации модуля:

##### 2.4.1. Материально-техническое обеспечение:

1. Помещение, отводимое для занятий, должно отвечать санитарно-гигиеническим требованиям: быть сухим, светлым, тёплым, с естественным доступом воздуха, хорошей вентиляцией, с площадью, достаточной для проведения занятий группы в 18-20 человек. Для проветривания помещений должны быть предусмотрены форточки. Проветривание помещений происходит в перерыве между занятиями.
2. Общее освещение кабинета лучше обеспечивать люминесцентными лампами в период, когда невозможно естественное освещение.
3. Рабочие столы и стулья должны соответствовать ростовым нормам.
4. Специальное оборудование: Мячи, Ворота с сеткой, Свисток, Конусы, Фишки.

##### 2.4.2. Программное обеспечение:

Онлайн пакет офисных продуктов	<a href="https://docs.google.com">https://docs.google.com</a>	Требуется регистрация
Онлайн сервис для проведения видеоконференций	<a href="https://meet.google.com/">https://meet.google.com/</a>	Требуется регистрация
Электронно-образовательные ресурсы		
Видеохостинг	<a href="https://www.youtube.com/">https://www.youtube.com/</a>	Не требуется регистрация, доступ по ссылке

#### 2.5. Кадровое обеспечение:



Тренировочные занятия проводит тренер по футболу Шаповал Александр Сергеевич. Общий педагогический стаж тренера 19 лет.

## **2.6. Информационные источники:**

1. Примерные программы по учебным предметам. Начальная школа. В 2 ч. Ч.2, 3-изд. -М.: Просвещение (Стандарты второго поколения), 2010
2. Примерные программы по учебным предметам. Физическая культура. 5-9 классы. –М.: Просвещение, (Стандарты второго поколения), 2010
3. Физическая культура. 1-11 классы: комплексная программа физического воспитания учащихся, В.И.Лях, А.А.Зданевич; Волгоград: Учитель, 2012
4. Внеурочная деятельность учащихся. «Футбол». Работаем по новым стандартам. Г.А. Колодницкий, В.С. Кузнецов, М.В. Маслов., М.: Просвещение, 2011
5. Спорт в школе. Футбол. И.А. Швыков. «Терра спорт», Москва 2002
6. Шаг за шагом. Все о тренировке юного футболиста. М. Мукиан, Д. Дьюрст., М.: Астрель АСТ, 2007
7. Общеразвивающие упражнения. И.П. Залетаев, С.А. Полиевский. Москва: «Физкультура и спорт», 2002
8. Подвижные игры 1-4 классы, А.Ю. Патрикеев; Москва: ВАКО, 2007. Физическая культура. Упражнения и игры с мячами. Г.А. Колодницкий, В.С. Кузнецов, Москва «Издательство НЦ ЭНАС» 2006