

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №4 ИМЕНИ Л.И.ЗОЛОТУХИНОЙ**

**РАССМОТРЕНО**

Руководитель МО  
Е.Б. Николенко  
Протокол №1  
от 30.08.2024 года

**СОГЛАСОВАНО**

Заместитель директора по УВР  
А.Б. Курманова  
Протокол №1  
от 30.08.2024 года

**УТВЕРЖДАЮ**

Директор МБОУ СОШ № 4  
имени Л. И. Золотухиной  
С.А. Гуляев  
Приказ №Ш4-13-393/4  
от 30.08.2024 года

**Подписано электронной  
подписью**

Сертификат:  
00C2FF7C6946F203781166A1C6CD3D7B  
Владелец:  
Гуляев Сергей Александрович  
Действителен: 21.08.2024 с по  
14.11.2025

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ (ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ) ПРОГРАММА**  
(дополнительные платные образовательные услуги)  
*физкультурно-спортивной направленности*

**«Мини-футбол»**

Возраст обучающихся – 7-10 лет  
Педагог: Вербицкий Андрей Владимирович  
Срок реализации программы: 2024-2025 уч. год  
Количество часов по учебному плану:  
всего: 30 ч/год; 1 ч/неделю

Сургут, 2024

## Пояснительная записка

Рабочая программа по курсу «Мини-футбол» соответствует Концепции развития единой информационной образовательной среды в Российской Федерации, которая направлена на «обеспечение доступности качественного образования независимо от места жительства, социального и материального положения семей обучающихся, самих обучающихся и состояния их здоровья, а также обеспечение максимально равной доступности образовательных программ и услуг дополнительного образования детей, путем установления координационных и регуляционных мер и механизмов для всех участников информационного образовательного взаимодействия».

**Актуальность программы** заключается в том, что мини-футбол всегда был востребован в детской среде, количество желающих заниматься футболом и мини-футболом заметно возрастает с каждым годом. Во многих общеобразовательных организациях созданы все условия для занятий мини-футболом. Современный подход к организации и методике поведения занятий футболом предопределяет необходимость комплексного, одновременного решения задач, связанных с обучением двигательным навыкам и умениям, воспитанием физических, нравственных, волевых качеств. Программа направлена на удовлетворение потребностей детей младшего и среднего школьного возраста качественно обучаться играть в мини-футбол.

Дополнительная общеобразовательная программа «Мини-футбол» имеет физкультурно-спортивную направленность.

**Вид образовательной деятельности** – общеразвивающая

**Уровень освоения программы**-базовый

**Программа предназначена** для учащихся 1-3 классов, в возрасте 7-10 лет.

**Срок освоения программы:** 1 год - режим занятий: занятия проводятся два раза в неделю по 1 академическому часу.

**Объем программы/ количество часов**- 30 часов.

**Формы и режим занятий.** Форма обучения - очная. При реализации программы возможно применение дистанционных образовательных технологий.

**Формы обучения:** групповая, коллективная.

*Коллективные формы* включает весь спектр социальных, педагогических и психологических проблем общения, взаимовлияний, лидерства в группах, руководства коллективами и командами.

*Групповые формы* применяются при взаимодействии на поле нескольких игроков одной и той же команды, стремящихся к выполнению определенной задачи. К ним относятся передачи и отбор мяча посредством согласованных действий, тактические комбинации.

**Цель программы:** физическое развитие и приобщение обучающихся к нравственным спортивным ценностям посредством обучения игре в мини-футбол.

**Задачи:**

Образовательные:

1. формировать основы знаний в области физической культуры и спорта;
2. создать представления о методике организации самостоятельных занятий физической культурой и спортом, в частности мини-футболом;
3. обучить техническим элементам и правилам игры;

4. обучить тактическим индивидуальным и командным действиям;
5. обучить приёмам и методам контроля физической нагрузки при самостоятельных занятиях мини-футболом;

Развивающие:

1. развить тактические навыки и умения игры;
2. развить физические и специальные качества;
3. укрепить здоровье;
4. расширить функциональные возможности организма;

Воспитательные:

1. воспитать чувство ответственности, дисциплинированность;
2. воспитать привычку к самостоятельным занятиям избранным видом спорта в свободное время;
3. формировать потребность к ведению здорового образа жизни.

**Планируемые результаты освоения обучающимися программы:** В процессе обучения и воспитания собственных установок, потребностей в значимой мотивации на соблюдение норм и правил здорового образа жизни, культуры здоровья у обучающихся формируются познавательные, личностные, регулятивные, коммуникативные универсальные учебные действия. Первостепенным результатом реализации программы будет сознательное отношение обучающихся к собственному здоровью.

**Ожидаемые результаты освоения программы:** Выступление сборных команд в городских соревнованиях, улучшение физического развития занимающихся, повышение уровня физической подготовленности учащихся.

## Учебно-тематический план

Раздел, тема	Общее количество часов
Техническая подготовка	10
Тактическая подготовка	10
Общая и специальная физическая подготовка	10
<b>Итого</b>	<b>30</b>

### Содержание разделов программы

#### **Техническая подготовка.**

«Техника» определяется, как способ «двигательного действия, с помощью которого двигательная задача решается целесообразно, с относительно большей эффективностью». Необходимо обеспечить игрокам целесообразную технику, которая представляет собой приспособление образцового варианта к индивидуальным особенностям игрока.

Прежде чем приступить к освоению основных технических приемов игры необходимо:

1. Разучивание технических приемов начинать с сильной ноги, т.е. с той, которой легче бить по мячу. После освоения этих действий -переходить к разучиванию приемов другой ногой.
2. Закреплять технические приемы в обстановке, приближенной к игровой.
3. Отрабатывать технические приемы систематически до устойчивого правильного выполнения.

Особенности обучения техническим приёмам:

В группах первого года обучение должно быть с помощью специальных упражнений, чтобы учащиеся овладели множеством простых технических приемов и освоили широкий арсенал двигательных навыков. Упражнения должны быть простыми и доступными, выполняя их нужно на месте или на малой скорости, по неподвижному или катящемуся мячу, без сопротивления.

На этом этапе подготовки техническая оснащенность должна постепенно адаптироваться к самой игре и умению мыслить и выполнять на поле задуманное, что является фундаментом дальнейшего обучения.

#### **Тактическая подготовка.**

В мини-футболе не бывает «чистой» техники. Она подчинена в игре тактике и выполняет только те функции, которые необходимы для решения тактических задач.

Важно научить занимающихся следующим тактическим действиям: оценивать расстановку сил (своих и противника); определять положение мяча в конкретный момент игры, направление полёта мяча, предугадывать действия партнёров, разгадывать замыслы противников, быстро анализировать складывающуюся обстановку, выбирать наиболее целесообразную контрмеру и эффективно применить её.

Основными задачами тактической подготовки является:

- Овладение основами командных тактических действий в нападении и защите.
- Совершенствование тактических умений мини-футболиста.

-Формирование умений эффективного использования технических приёмов и тактических действий в зависимости от определенных условий и внешних факторов.

-Развитие способности к быстрым переключениям от нападения к защите и от защиты к нападению.

#### 1. Тактика нападения.

*Индивидуальные действия без мяча.* Правильное расположение на футбольном поле. Умение ориентироваться, реагировать соответствующим образом на действие партнёров и соперника. Выбор момента и способа передвижения для «открывания» на свободное место с целью получения мяча.

*Индивидуальные действия с мячом* Целесообразное использование изученных способов ударов по мячу. Применение необходимого способа остановок в зависимости от направления, траектории и скорости мяча. Определение игровой ситуации, целесообразной для использования ведения мяча, выбора способа и направления ведения. Применение различных видов обводок (с изменением скорости и направления движения с мячом, изученные финты) в зависимости от игровой ситуации.

*Групповые действия.* Взаимодействия двух и более игроков. Уметь точно и своевременно выполнить передачу в ноги партнёру, на свободное место, на удар; короткую или среднюю передачи, низом или верхом. Комбинация «игра в стенку».

Выполнять простейшие комбинации при стандартных положениях: начале игры, угловом, штрафном и свободном ударах, выбрасывании мяча ( не менее одной группе).

#### 2. Тактика защиты.

*Индивидуальные действия.* Правильно выбирать позицию по отношению опекаемого игрока и противодействовать получению им мяча, т.е. осуществлять «закрывание». Выбор момента и способа действия (удара или остановки) для перехвата мяча. Умение оценивать игровую ситуацию и осуществить отбор мяча изучаемым способом.

*Групповые действия.* Противодействие комбинации «стенка». Взаимодействие игроков при розыгрыше противником «стандартных» ситуаций.

*Тактика вратаря.* Уметь выбрать правильную позицию в воротах при различных ударах в зависимости от «угла удара», разыгрывать удар от своих ворот, ввести мяч в игру (после ловли) открывшемуся партнёру, занимать правильную позицию при угловом, штрафном и свободном ударах вблизи своих ворот.

#### **Общая и специальная физическая подготовка.**

Общая и специальная физическая подготовка(ОФП)решает задачу повышения общей работоспособности. В качестве основных средств, применяются: общеразвивающие упражнения, как с предметами (гантели, скакалки, набивные мячи, гимнастические палки, обручи), так и без предметов, а также упражнения из других видов спорта (гимнастика, акробатика, легкая атлетика, плавание, лыжи, спортивные игры). Все эти средства оказывают общее воздействие на организм занимающихся, при этом развивается и укрепляется опорно-двигательный аппарат, совершенствуются функции внутренних органов и систем, улучшается координация движений, повышается уровень двигательных качеств, укрепляются защитные функции организма.

Скоординированное развитие основных физических качеств (силы, ловкости, быстроты, выносливости и гибкости)-необходимое условие успешной подготовки футболиста.

## Календарно–тематическое планирование

№ п/п	Тема занятия	План	Факт	Примечание
<b>Техническая подготовка</b>				
1	ТБ на занятиях по футболу ИОТ-022-07. Ведение мяча серединой подъема			
2	Техника передвижений футболиста.			
3	Удары по мячу головой с места			
4	Жонглирование мячом в воздухе, чередуя удары различными частями стопы			
5	Ведение внешней и внутренней частями подъема			
6	Передачи мяча внутренней стороной стопы			
7	Остановка мяча внутренней стороной стопы			
8	Остановка подошвой и передачи мяча после остановки			
9	Ведение мяча с изменением направление движения.			
10	Удары внутренней частью подъема по неподвижному и катящемуся мячам.			
<b>Тактическая подготовка</b>				
11	Передачи мяча в парах в движении			
12	Передачи мяча в тройках в движении			
13	Розыгрыш штрафного удара около ворот соперника			
14	Взаимодействие игроков и вратаря в защите.			
15	Игра вратаря и защитников в обороне			
16	Остановка опускающегося мяча с поворотом на 90°			
17	Ведение мяча между движущихся партнеров			
18	Передачи мяча внутренней стороной стопы на ход открывшемуся игроку.			
19	Челночный бег с ведением мяча 5x10м			
20	Организация построения «стенки» при пробитии штрафного и свободного ударов			
<b>Общая и специальная физическая подготовка</b>				
21	Скоростно-силовая подготовка футболиста. Челночный бег			
22	Личная защита игрока			
23	ОФП футболиста. Соревнования по мини-футболу.			
24	Розыгрыш стандартных положений (аута, от ворот, угловой удар в мини-футболе)			
25	Атака со сменой мест через центр			
26	Вбрасывание мяча открывшемуся партнеру на ход движения			
27	Комбинированное построение защиты			
28	Удары по мячу с полулета			
29	Передачи мяча в заданный коридор.			
30	Тактические комбинации при выполнении стандартных положений.			
<b>Итого:</b>		<b>30 часов</b>		

### Список литературы:

1. Андреев « Мини-футбол в школе» ОАО Издательство « Советский спорт» 2008г
2. Андреев С.Н., Алиев Э.Г. Мини-футбол в школе 2006.
3. Андреев С.Н., Алиев Э.Г., Левин В.С. МИНИ-ФУТБОЛ (футзал).примерная программа спортивной подготовки для ДЮСШ и СДЮШОР. – М.: Советский спорт , 2010.
4. Верхошанский Ю.В. Программирование и организация тренировочного процесса.- М.: ФиС, 1985,
5. Конуров Д.М. Связь физической и тактической подготовки спортсменов в игровых видах спорта: Автореф. дис...канд.пед. наук. – М.,2002.
6. Мини-футбол – игра для всех. В.Л. Мутко, С.Н. Андреев, Э.Г. Алиев. – М.: Советский спорт, 2007.
7. Волков С.В. « Теория и методика детского и юношеского спорта» Олимпийская литература 2002 г.Ж-Л Чесно «Футбол. Обучение базовой техники» Спорт Академ. Пресс 1998г
8. Мини-фубол (футзал) : Примерная программа для детско-юношеских спортивных школ,специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва С.Н. Андреев, Э. Г. Алиев, В. С. Левин, К. В. 4.Еременко. - М.: Советский спорт, 2010. - 96 с.