

Учебный план к дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Мини-футбол»

Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Мини-футбол» (далее - Программа) имеет физкультурно-спортивную направленность.

Программа разработана для разновозрастного детского объединения. По уровню освоения - общеразвивающая.

Тип программы – модифицированная, разработана на основе изучения программ данного направления и на основе авторской Дополнительной общеразвивающей программы «Футбол», Семенов Е.В., - Москва: 2022, с изменением структуры программы и коррекцией содержания.

Программа ежегодно корректируется с учётом изменения законодательной и нормативной базы, приоритетов деятельности учреждения и педагогов студии, интересов, способностей и особенностей детей.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Мини-футбол» разработана на основании следующих **нормативно-правовых документов**:

- Федеральный Закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Концепция развития дополнительного образования до 2030 года (Распоряжение Правительства РФ от 31 марта 2022 года № 678 – р);
- Приказ Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. N 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 г. № 09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»);
- Методические рекомендации по организации независимой оценки качества дополнительного образования детей, направленными письмом Министерства образования и науки РФ от 28.04.2017 г. № ВК - 1232/09;
- 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» (далее – СанПиН);
- СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»;
- Приказ Министерства общего и профессионального образования Свердловской области от 30.03.2018 г. № 162 -Д «Об утверждении Концепции развития образования на территории Свердловской области на период до 2035 года»;
- Приказ Министерства общего и профессионального образования Свердловской области от 29.06.2023 г. № 785-Д «Об утверждении Требований к условиям и порядку оказания государственной услуги в социальной сфере «Реализация дополнительных общеразвивающих программ» в соответствии с социальным сертификатом (для сертификации);
- Устав Муниципального казённого общеобразовательного учреждения «Ницинская средняя общеобразовательная школа».

Актуальность предлагаемой образовательной программы характеризуется тем, что в настоящее время со стороны родителей и детей растёт спрос на образовательные услуги в области физической культуры и спорта, поскольку дети, занимающиеся спортом с раннего возраста, развиваются быстрее и гармоничнее своих сверстников.

Современный социальный заказ на образовательные услуги обусловлен и задачами физического развития детей, которые выдвигаются в концепции модернизации российского образования. В ней подчеркивается важность физического воспитания, использование его оздоровительных, развивающих и воспитательных возможностей, формирующих у учащихся творческие способности, ценностное отношение к здоровью, нравственность.

Футбол – популярный вид спорта. А через заинтересованность учащихся в футболе есть возможность реализовать цель данной программы, а именно развить психические и физические качества ребенка, мотивировать его к здоровому образу жизни. Приобщение к спорту с раннего детства даёт человеку физическую закалку, воспитывает ловкость, быстроту реакции, повышает активность, развивает чувство дружбы, честность, развивает качества, так необходимые ребёнку во взрослой жизни.

Данная программа позволяет планомерно работать с детьми, объединяя их по физическим данным и подготовленности. В процессе изучения у ребят формируется потребность в систематических занятиях физическими упражнениями. Дети приобщаются к здоровому образу жизни, приобретают привычку заниматься физическим трудом, умственная нагрузка компенсируется физической. Занятия спортом дисциплинируют, воспитывают чувство коллективизма, волю, целеустремленность, способствуют поддержке при изучении общеобразовательных предметов, так как укрепляют здоровье.

Адресат общеразвивающей программы. Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа базового уровня «Мини-футбол» рассчитана для мальчиков в возрасте от 11 до 16 лет, не имеющих медицинских противопоказаний к занятиям данным видам спорта.

При реализации дополнительной общеобразовательной программы нельзя не учитывать возрастные особенности детей, а также объективные закономерности развития, формировании систем организма, двигательных и других функций.

При планировании учебно-тренировочной работы в группах необходимо учитывать, как формируются у детей привычки, как усваиваются знания, приобретаются и совершенствуются умения, навыки при обучении.

Возраст учащихся 11-14 лет (подростковый) характеризуется бурным ростом и развитием всего организма. Наблюдается интенсивный рост тела. Продолжается окостенение скелета, возрастает сила мышц. Однако развитие внутренних органов происходит неравномерно, рост кровеносных сосудов отстает от роста сердца, что может вызвать нарушение ритма его деятельности, учащению сердцебиения. В этом возрасте организм обнаруживает большую утомляемость, обусловленную кардинальными переменами в нем.

Внимание произвольно, избирательно. Подросток может долго сосредотачиваться на интересном материале или занятии. В подростковом возрасте происходит интенсивное нравственное и социальное формирование личности. Идет процесс формирования нравственных идеалов и моральных убеждений. Часто они имеют неустойчивый, противоречивый характер.

Возраст учащихся 15 лет и старше – это период завершения полового созревания и вместе с тем начальная стадия физической зрелости. Для старшеклассника типична готовность к физическим и умственным нагрузкам. Физическое развитие благоприятствует формированию навыков и умений в труде и спорте, открывает широкие возможности для выбора профессии. Дети учащихся этого возраста в значительной мере преодолевают свойственную подросткам произвольность, импульсивность в проявлении чувств. Закрепляется устойчивое эмоциональное отношение к разным сторонам жизни, к товарищам и к взрослым людям.

Набор детей в группу осуществляется без предварительного отбора, принимаются все желающие, проявляющие интерес к занятиям по мини-футболу и допущенные врачом к занятиям физической культуры. Количество детей в группе: 10 - 15 человек.

Зачисление в группы производится с обязательным условием – написание заявления родителями (законными представителями несовершеннолетних учащихся), подписание согласия на обработку персональных данных.

Допуск к занятиям производится только после обязательного проведения и закрепления инструктажа по технике безопасности.

Уровневость программы. Программа базового уровня предполагает формирование умений и навыков в области физической культуры и спорта; развитие и поддержку обучающихся, проявивших интерес и определенные способности к занятиям футболом.

Объем и срок освоения программы. Режим занятий.

Общее количество учебных часов по программе - 36 часов. В данной программе представлено содержание на 1 год обучения. Занятия проводятся 1 раз в неделю по 1 часу. Продолжительность занятия - 40 минут.

Перечень форм обучения: индивидуальная, индивидуально-групповая и групповая.

Перечень видов занятий: теоретические занятия, учебно-тренировочные занятия, контрольные испытания.

Перечень форм подведения итогов: опрос; анкетирование; мониторинг динамики развития физических качеств обучающихся; текущая, промежуточная (итоговая) аттестации; соревнования.

Цель и задачи программы

Цель программы: формирование и развитие у обучающихся устойчивой потребности к систематическим занятиям физической культурой и спортом посредством обучения игре в футбол.

Задачи:

Обучающие:

- обучить технике и тактике игры;
- изучить теоретические сведения о мини-футболе;
- дать представления о формировании игры в футбол;
- обучить тактическим индивидуальным и командным действиям;
- ознакомить с технико-тактическими действиями и правилами игры в мини-футбол.

Развивающие:

- развитие физических способностей: силовых, скоростных, скоростно-силовых, координационных, выносливости, гибкости;
- развитие устойчивого интереса к занятиям;
- развитие коммуникативных навыков и умений работать в команде;
- развитие навыков в технике владения мячом.

Воспитательные:

- воспитание у учащихся устойчивого интереса к занятиям футболом;
- воспитание взаимодействия учащихся в команде при игре в футбол;
- воспитание потребности в укреплении здоровья посредством ОФП;
- воспитание чувства ответственности, дисциплинированности;
- воспитание положительных качеств личности, норм коллективного взаимодействия и сотрудничества на занятиях и соревновательной деятельности.

Учебный план

Направленность	Название курса группы	Количество часов в неделю	Всего
		I	
физкультурно-спортивной	Мини-футбол	1	36

Список литературы

Литература для педагога:

- нормативные документы:

1. Федеральный Закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (далее – ФЗ).
2. 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» (далее – СанПиН).

3. Приказ Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. N 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

4. Устав Муниципального казённого общеобразовательного учреждения «Ницинская средняя общеобразовательная школа».

- литература, использованная при составлении программы:

1. Андреев С.Н., Алиев Э.Г. «Мини-футбол в школе», Издательство: «Советский спорт», 2006. - 224с.

2. Андреев С.Л. Футбол - твоя игра. - М.: Просвещение, 2009. - 144с.

3. Варюшин В.В., Лопачев Р.Ю. Первые шаги в футболе. Методическое пособие. – Москва, РФС: Искусство наука и спорт, 2015. – 120с.

4. Варюшин В.В. Тренировка юных футболистов. – М.: Физическая культура, 2007 – 112с.

5. Годик М.А. Педагогические основы нормирования и контроля соревновательных и тренировочных нагрузок: Дисс. доктора пед. наук. – М., 1982 – 373с.

6. Голомазов С.В. Футбол. Теоретические основы совершенствования точности действий с мячом (Текст): Учебно - методическое пособие – 2-е изд. - М.: ТВТ Дивизион, 2006. – 112с.

7. Голомазов С.В. Футбол: теоретические основы и методика контроля технического мастерства : [учебно-методическое пособие] / Голомазов С. В., Чирва Б. Г. - [2-е изд.]. - Москва: ТВТ Дивизион, 2006. - 79с.

8. Зеленцов А.М., Лобановский В.В., Ткачук В.Г., Кондратьев А.М. Тактика и стратегия в футболе. – Киев: Здоровье, 1989 – 190с.

9. Комплексы упражнений для тренировки юных футболистов 6-12 лет. Учебно-методическое пособие. Автор: Лексаков А.В., Полишкис М.М., Российский С.А., Соколов А.И. – 2015 г. – 143с.

10. Кузнецов В.В. Специальная силовая подготовка спортсмена. – М.: Советская Россия, 1975 – 208с.

11. Массовый футбол. Организационно-методическое пособие для преподавателей уроков физической культуры в общеобразовательных учреждениях и тренеров-преподавателей детско-юношеских спортивных школ. – Москва: РФС, 2012. – 96с.

12. Мутко В.Л., Андреев С.Н., Э.Н. Алиев «Мини-футбол – игра для всех»/ Учебно – методическое пособие. Издательство: «Советский спорт», 2007. - 264с.

13. Смышляев А.В. Футбол: техника игры: учебно-методическое пособие / А.В. Смышляев, Е.Э. Степанов, Э.Р. Франк. – Томск: Изд-во Томского политехнического университета, 2009. – 69с.

14. Селуянов В.Н. Физическая подготовка футболистов (Текст): Учебно - методическое пособие – 2-е изд. – М.: ТВТ Дивизион, 2006. – 192с.

Литература для обучающихся:

1. Андреев С. Н. Мини – футбол. М. «Физкультура и спорт». 1998 г. 111с. с ил.

2. Андреев С.И. Играй в мини-футбол. - М.: «Советский спорт», 1989. – 47с.

Коротков И.М. «Подвижные игры для детей» М., «Советская Россия», 2002. - 160с.