14.09.2021

X Директор Полякова М.А.

Директор
Подписано: Полякова Маргарита Адольфовна

Утверждён
приказом МКОУ «Ницинская СОШ»
от 30.08.2021г № 103-д

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

Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Мини-футбол» направлена на выявление и развитие способностей детей, приобретение ими определенных знаний и умений. Она ориентирована на развитие компетентности в данной области, формирование навыков на уровне практического применения. Программа «Мини-футбол» относится к программам **физкультурно-спортивной направленности**.

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

Тип программы – модифицированная. Программа разработана на основе Типовой программы спортивной подготовки по виду спорта «футбол» для групп начальной подготовки (мальчики и девочки 5-6, 7-10 лет), М.: 2020г.

Программа разработана на основании следующих **нормативно-правовых документов:**

- Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ (далее – Закон об образовании);
- Концепция развития дополнительного образования детей (утверждена распоряжением Правительства РФ от 4 сентября 2014 г. №1726-р);
- Приложение к Приказу Министерства образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) от 09.11.2018 N 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 18 ноября 2015 №09-3242);
- Постановления Главного государственного санитарного врача РФ от 04.07.2014 №41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей» (с изменениями на 27 октября 2020 года);

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

Актуальность предлагаемой образовательной программы характеризуется тем, что в настоящее время со стороны родителей и детей растет 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 обусловлени 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, аименно 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, те развиваеткачества, так необходимые ребёнку во взрослой жизни.

Педагогическая целесообразность программы «Мини футбол» 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.

Программа «Мини футбол» основывается на общедидактических принципах научности, последовательности, системности, связи теории с практикой, доступности.

В целях раскрытия педагогического и развивающего потенциала учебно-воспитательного процесса по программе акцент в ней делается на следующих принципах:

1) *Доступность* - обучение упражнениям от простого к сложному, от известного к неизвестному, учитывая степень подготовленности детей.

2) *Систематичность* - регулярность занятий, повышение нагрузки, увеличение количества упражнений, усложнения техники их выполнения.

3) *Закрепление навыков* - многократное выполнение упражнений. Умение выполнять их самостоятельно, вне занятий.

4) *Индивидуально-дифференциальный подход* - учет особенностей возраста, состояния здоровья каждого ребенка.

5) *Сознательность* - понимание пользы выполнения упражнения, потребность их выполнять.

Отличительные особенности программы. Программа рассчитана на более полное изучение, закрепление, совершенствование полученных школьных навыков и расширенное освоение (в отличие от школьного курса) более глубоких приёмов избранного вида спорта, по разделам программы, способствующих ознакомлению начинающих футболистов с основными группами тактических приёмов, позволяющих

успешно вести игровую деятельность; формированию интереса детей к футболу.

Адресат общеразвивающей программы. Программа рассчитана для мальчиков и девочек в возрасте от 7 до 10лет, 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 функции.

При планировании учебно-тренировочной работы в группах необходимо учитывать, как формируются у детей привычки, как усваиваются знания, приобретаются и совершенствуются умения, навыки при обучении. Возрастной период с 7 до 10 лет является наиболее благоприятным для развития «чувства мяча».

У ребят в этом возрасте период устойчивого внимания очень короткий, поэтому программой предусмотрены разнообразные короткие активные упражнения, со множеством небольших передышек. В 7 - 8 лет занятия направлены на улучшение основных двигательных навыков: бег, прыжки, повороты, перекаты и т.д. Все эти движения являются основными элементами футбола. Содержанием программы предусмотрена серия забавных и увлекательных упражнений, связанных с футболом.

В это время объяснение, рассказ тренера не приводят к серьезным сдвигам в обучении технике футбола и знакомство с механизмами ударных действий и разными по форме (относительно более простыми) действиями с мячом происходит практически спонтанно. Поэтому примерно до 10 лет методом обучения является подражание. Естественное развитие двигательной чувствительности к 10 годам практически завершается и в дальнейшем ее изменение зависит в основном только от тренировки. Юные футболисты в этом возрасте в принципе готовы осваивать практически любые по сложности технические приемы.

Ни для кого не секрет, что эффективность спортивной деятельности зависит от уровня развития двигательных качеств. В возрасте от 7 до 10 лет наблюдаются высокие темпы развития ловкости движений, гибкости. Происходит активное развитие функций двигательного анализатора. Дети младшего возраста отличаются незначительной выносливостью. Уже в 9-летнем возрасте это положительно сказывается на координации движений и значительно улучшает ее в процессе учебно-тренировочной работы. Острота мышечного чувства, а вместе с ней и точность движений, от которых также зависит быстрота освоения технических приемов игры, развивается очень быстро с 8 до 10 лет.

Зачисление на обучение по общеразвивающей программе дополнительного образования «Футбол» осуществляется по личному желанию ребенка и заявлению родителя (законного представителя), при этом сдача контрольно-тестовых упражнений по ОФП и/или СФП не предусмотрена. Наполняемость в группах от 8 до 12 человек.

Режим занятий. Количество занятий в неделю – 1 час. Продолжительность занятия - 40 минут.

Объём и сроки реализации программы. Общее количество учебных часов по программе - 36 часов. В данной программе представлено содержание на 1 год обучения.

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.

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

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

Перечень форм подведения итогов: зачет по теоретической подготовке; прохождение практических контрольных испытаний по ОФП и СФП; участие в соревнованиях по избранному виду спорта.

Учебный план

направленность	**Название курса / группы**	**Количество часов в неделю**		**всего**
		1	**2**	
физкультурно-спортивная	Мини-футбол	1	1	72

Реализация программы обеспечивается использованием методических пособий

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. - 144 с.
3. Варюшин В.В. Тренировка юных футболистов. – М.: Физическая культура, 2007 – 112с.
4. Годик М.А. Педагогические основы нормирования и контроля соревновательных и тренировочных нагрузок: Дисс. доктора пед. наук. – М., 1982 – 373с.
5. Голомазов С.В. Футбол. Теоретические основы совершенствования точности действий с мячом (Текст): Учебно - методическое пособие – 2-е изд. - М.: ТВТ Дивизион, 2006. – 112с.
6. 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.
7. Зеленцов А.М., Лобановский В.В., Ткачук В.Г., Кондратьев А.М. Тактика и стратегия в футболе. – Киев: Здоровье, 1989 – 190с.
8. 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.
9. Кузнецов В.В. Специальная силовая подготовка спортсмена. – М.: Советская Россия, 1975 – 208с.

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

11. 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.

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