

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №1
с углубленным изучением английского языка
Московского района Санкт-Петербурга

Рассмотрено и принято
на педагогическом совете ГБОУ школы № 1
с углубленным изучением английского языка
Московского района Санкт-Петербурга

Протокол педсовета
от 30.08.2023 г. № 1

Утверждено
Приказ № 210/1 от 31.08.2023 г.
Директор ГБОУ школы № 1
с углубленным изучением английского языка
Московского района Санкт-Петербурга
Жук
2023 г.



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«Мини-футбол»**

Срок освоения: 3 года
Возраст обучающихся: 7-17 лет

Разработчик: Ершов Дмитрий Михайлович,
Педагог дополнительного образования

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Направленность программы

Дополнительная общеразвивающая программа «Мини-футбол» (далее – Программа) составлена на основании Положения о дополнительной общеразвивающей программе ГБОУ школа №1 с углубленным изучением английского языка (далее – Положение).

Программа имеет физкультурно-спортивную направленность.

Адресат программы

По данной программе могут обучаться мальчики и девочки в возрасте от 7 до 17 лет.

Актуальность Программы

В наше время в жизни современного школьника существует проблема гиподинамии. Такая ситуация, о которой уже не один день бьют тревогу педагоги, врачи и ученые, опасна создающимся дефицитом двигательной активности. Естественно, что в условиях повышенной учебной нагрузки и дефицита двигательной активности учащихся, важнейшую роль играет эффективная организация физкультурно- оздоровительной работы в школе. Вот почему наиболее эффективных средств физкультурно-оздоровительной работы со школьниками мини-футбол занимает видное место. Развивает двигательную активность, улучшает сердечно-сосудистую и дыхательную систему, укрепление иммунной системы организма. Каждое занятие физической культуры должно иметь ясную целевую направленность, конкретные и четкие педагогические задачи, которые определяют его содержание, выбор методов, средств обучения и воспитания, способов организации учащихся.

Обучение школьников игре в мини-футбол – педагогический процесс, направленный на укрепление здоровья занимающихся, развитие их физических качеств и освоение технико-тактических приемов игры.

Актуальность данной программы состоит в том, чтобы привить навыки к занятиям не только физической культурой, но и выбрать в дальнейшем тот вид спорта, который понравится, так как в занятиях футболом дети развивают не только основные физические качества, но и навыки, необходимым при занятиях различным видам спорта и гимнастике. Программа способствует развитию интереса у воспитанников к здоровому образу жизни.

При необходимости, возможна реализация программы дистанционными методами обучения. Дистанционное обучение - это различные модели, методы и технологии обучения, при которых педагог и обучающийся пространственно и во времени разделены, поэтому создается среда, с помощью которой происходит их общение в целях обучения. Эта среда может представлять собой получение материалов посредством почты, факса, телефонной связи, учебных телевизионных программ, учебных материалов на дисках, использования ресурсов Интернет, цифровых образовательных ресурсов.

Уровень освоения программы: общекультурный.

Объём и срок освоения программы

Обучение по данной программе рассчитано на 3 года – 216 часов.

Цель программы - создание условий для укрепления здоровья учащихся, гармоническое физическое развитие, достижение и поддержание высокой работоспособности по средствам занятий мини-футболом.

Задачи программы

Обучающие:

- способствовать овладению основам техники и тактики современного футбола, последовательное повышение уровня освоения необходимых навыков;
- способствовать приобретению необходимых теоретических знаний по гигиене и физиологии, по основам техники и тактики игры, организации тренировок;
- способствовать расширению и углублению знаний учащихся, дополняющих школьную программу по физической подготовке;
- обучение новым двигательным действиям;
- способствовать соблюдению правил техники безопасности во время занятий.

Развивающие:

- развивать у подростков потребности в регулярных занятиях физической культурой и спортом, в соблюдении здорового образа жизни;
- развивать и совершенствовать спортивно-силовые и двигательные качества, осуществление общей физической и специальной физической подготовки юных футболистов;
- развивать координацию, гибкость, общую физическую подготовку и специальную выносливость;
- развивать умения и навыки общения со сверстниками, установление прочных дружеских контактов.

Воспитательные:

- воспитывать устойчивый интерес к занятиям физической культурой;
- выработка навыков регулярных занятий физическими упражнениями;
- приобщить учащихся к здоровому образу жизни;
- воспитание необходимых черт личности спортсмена: целеустремленности, настойчивости, выдержки, самообладания, дисциплины, трудолюбия, коллективизма; воспитание инициативности, самостоятельности.

Планируемые результаты освоения программы:

В результате освоения программы учащимися предполагается достижение следующих результатов:

Личностные результаты:

- Развиты волевые качества (настойчивость, упорство, смелость);
- Развиты морально этические качества (честность, доброжелательность, сотрудничество, умение работать в команде);
- Сформированы установки на здоровый образ жизни и активную жизненную позицию.

Метапредметные результаты:

- Выработано умение находить ошибки при выполнении учебных занятий
- Выработана способность принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления;
- Выработано умение понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха;
- Выработано умение планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых
- Выработано умение анализировать и оценивать результаты собственно труда.

Предметные результаты:

- Владение умениями организовать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т.д.);
- Сформирован навык взаимодействия со сверстниками по правилам мини-футбола;
- Сформирован навык бережного обращения с инвентарем;
- Владение умением в доступной форме объяснять правила(технику)выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, исправлять их.

2. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Язык реализации: русский.

Форма обучения: очная

Особенности реализации: модульный принцип

Условия набора и формирования групп

Набор детей производится на основании письменного заявления родителей об их согласии с условиями обучения в объединении.

В группы набираются учащиеся 7-17 лет, количество занимающихся в группе: не менее 15 человек.

Формы организации и проведения занятий

- Фронтальная (фронтальная работа предусматривает подачу учебного материала всей

группе учеников);

- Индивидуальная (индивидуальная форма предполагает самостоятельную работу учащихся);

- Групповая (в ходе групповой работы учащимся предоставляется возможность самостоятельно построить свою деятельность на основе принципа взаимозаменяемости, ощутить помощь со стороны друг друга, учесть возможности каждого на конкретном этапе деятельности).

Материально-техническое оснащение:

- спортивный стадион
- большой спортивный зал
- специализированное спортивное оборудование
- Перечень необходимого спортивного инвентаря и оборудования:
- Сигнальные флажки и фишки
- Секундомер
- Свисток
- Скакалки
- Мячи футбольные
- Волейбольная сетка
- Футбольные ворота
- Гантели
- Турник

Кадровое обеспечение: педагог дополнительного образования.

3. УЧЕБНЫЙ ПЛАН

Учебный план первого года обучения					
№ п/п	Наименование разделов	Количество часов			Форма контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Вводное занятие. Инструктаж по технике	2	2	-	Опрос
2	Теоретические сведения	2	2	-	Опрос
3	Общая физическая подготовка	40	4	36	Текущий контроль: педагогическое наблюдение. Промежуточный контроль: выполнение нормативов, тестирование.
4	Основы техники игры в футбол	72	8	64	Текущий контроль: педагогическое наблюдение, беседа.
5	Тактика игры в футбол	40	6	34	Промежуточный контроль: Анализ исполнения, Рекомендации

6	Специальная физическая подготовка. Комплексное развитие физических качеств – развитие скоростной выносливости – развитие скоростно-силовых качеств.	40	4	36	Текущий контроль: педагогическое наблюдение. Промежуточный контроль: выполнение нормативов, тестирование.
7	Контрольные игры и соревнования	16	2	14	Текущий контроль: наблюдение Промежуточный контроль: Анализ исполнения, Рекомендации
8	Итоговое занятие	4	1	3	Промежуточный контроль: тестирование
	Итого	216	25	191	

Учебный план второго года обучения

№ п/п	Наименование разделов	Количество часов			Форма контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Вводное занятие. Инструктаж по технике	2	2	-	Опрос
2	Теоретические сведения	2	2	-	Опрос
3	Общая физическая подготовка	40	4	36	Текущий контроль: педагогическое наблюдение. Промежуточный контроль: выполнение нормативов, тестирование.
4	Основы техники игры в футбол	72	8	64	Текущий контроль: педагогическое наблюдение, беседа.
5	Тактика игры в футбол	40	6	34	Промежуточный контроль: Анализ исполнения, Рекомендации
6	Специальная физическая подготовка. Комплексное развитие физических качеств – развитие скоростной выносливости – развитие скоростно-силовых качеств.	40	4	36	Текущий контроль: педагогическое наблюдение. Промежуточный контроль: выполнение нормативов, тестирование.

7	Контрольные игры и соревнования	16	2	14	Текущий контроль: наблюдение Промежуточный контроль: Анализ исполнения, Рекомендации
8	Итоговое занятие	4	1	3	Промежуточный контроль: тестирование
	Итого	216	25	191	

Учебный план третьего года обучения

№ п/п	Наименование разделов	Количество часов			Форма контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Вводное занятие. Инструктаж по технике	2	2	-	Опрос
2	Теоретические сведения	2	2	-	Опрос
3	Общая физическая подготовка	40	4	36	Текущий контроль: педагогическое наблюдение. Промежуточный контроль: выполнение нормативов, тестирование.
4	Основы техники игры в футбол	72	8	64	Текущий контроль: педагогическое наблюдение, беседа.
5	Тактика игры в футбол	40	6	34	Промежуточный контроль: Анализ исполнения, Рекомендации
6	Специальная физическая подготовка. Комплексное развитие физических качеств – развитие скоростной выносливости	40	4	36	Текущий контроль: педагогическое наблюдение. Промежуточный контроль: выполнение нормативов, тестирование.
7	Контрольные игры и соревнования	16	2	14	Текущий контроль: наблюдение Промежуточный контроль: Анализ исполнения, Рекомендации
8	Итоговое занятие	4	1	3	Промежуточный контроль: тестирование
	Итого	216	25	191	

СВОДНЫЙ УЧЕБНЫЙ ПЛАН

№	Название программы	Год обучения			Всего часов
		1-й	2-й	3-й	
1.	Мини-футбол	216	216	216	738

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

УТВЕРЖДАЮ
Директор ГБОУ школы № 1
с углубленным изучением
английского языка
Московского района
Санкт-Петербурга
_____ Н.Н. Жук

**Календарный учебный график реализации
Дополнительной общеразвивающей программы
«Мини-футбол»
На 2023-2024 учебный год**

Педагог: Ершов Д.М

Год обучения	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Количество учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий
1 год	01.09.2022	31.05.2023	36	108	216	2 часа 3 раза в неделю
2 год	01.09.2023	31.05.2024	36	108	216	2 часа 3 раза в неделю
3 год	01.09.2024	31.05.2025	36	108	216	2 часа 3 раза в неделю

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Особенности организации образовательного процесса 1-го года обучения

Первый год обучения - это знакомство с техническими действиями баскетболиста, с простейшими тактическими действиями в защите и нападении. В первом полугодии большее внимание уделяется физической подготовке учащихся. И только во втором полугодии учащиеся переориентируются на более командные взаимодействия.

Задачи 1-го года обучения

Задачи программы

Обучающие задачи:

- обучить простейшим тактическим действиям в защите и нападении
- сформировать умения владеть мячом, выполнять основные виды передач и ударов

Развивающие задачи:

- развивать и укреплять опорно-двигательный и суставно-связочный аппараты.
- развивать специальные способности (быстрота, ловкость, выносливость, скоростно-силовые качества) для успешного овладения навыками игры в баскетбол.
- развивать самодисциплину, самоконтроль.

Воспитательные задачи:

- воспитывать умение действовать в команде;
- формировать волевые качества;
- формировать стойкий интерес к занятиям, трудолюбие.

Содержание программы

Раздел 1. Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности

Теория

- Вводное занятие. Инструктаж по охране труда.

Раздел 2. Теоретические сведения

Теория

- История футбола
- Основные технические элементы

Практика

- Правила соревнований по футболу

Форма контроля: Текущий контроль: педагогическое наблюдение.

Промежуточный контроль: выполнение нормативов, тестирование

Анализ исполнения, Рекомендации

Раздел 3. Общая физическая подготовка

Теория

- Ознакомление с упражнениями на разные группы мышц и на развитие различных групп мышц.

- Ознакомление с упражнениями на развитие различных физических качеств

Практика

- Бег 500, 1000, метров. Подтягивание. Сгибание и разгибание рук в упоре. Прыжки через скакалку, напрыгивание и соскоки, пресс.

Раздел 4. Основы техники игры в футбол

Теория

- Ознакомление с основными техническими элементами футболиста.

Практика

- Удары по мячу и передачи мяча. Ведение мяча. Перемещения футболиста. Шагом, бегом, приставными шагами, с изменением скорости и направления.

- Ведение мяча: контроль мяча внешней частью подъема стопы, контроль мяча внутренней частью подъема стопы, контроль мяча средней частью подъема стопы, контроль внутренней и внешней стороной стопы, контроль мяча с помощью носка стопы, либо бедра.

- Пасы: короткие, средние и длинные

Раздел 5. Тактика игры в футбол

Теория

- Ознакомление с тактикой в защите и в нападении

Практика

- Игра в защите. Индивидуальные перемещения защитника. Личная защита (прессинг).

Зонная защита

- Игра в нападении. Открывание. Быстрый отрыв

Раздел 6. Специальная физическая подготовка

Теория

- Ознакомление с упражнениями.

Практика

- Развитие ловкости, быстроты ног и силы рук.

Раздел 7. Контрольные игры и соревнования

Теория

- Ознакомление с технико-тактическими действиями.

Практика

- Контрольные игры и соревнования

Раздел 8. Итоговое занятие

Практика

- Сдача итоговых нормативов.

Планируемые результаты освоения программы:

Личностные результаты:

- Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций;
- Формировать умения наблюдать за своим самочувствием, его контролем;
- Развитие нравственных и волевых качеств, развития психических процессов и свойств личности;
- Развивать навыки анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
- Формировать умения, направленные на ведение здорового образа жизни.

Метапредметные результаты:

- Развивать жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных условиях;
- Развитие потребности и умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями, сознательно применять их в целях отдыха, тренировки, повышения работоспособности и укрепления здоровья;

Предметные результаты:

- Овладение основными приемами техники и тактики игры;
- Приобретение необходимых теоретических знаний;
- Повышение специальной, физической, тактической подготовки школьников по футболу.

ВТОРОЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ

Особенности организации образовательного процесса 2-го года обучения

Второй год обучения акцентирован на более углубленное изучение технических и тактических действий футболистов. Будут изучены взаимодействия в парах, тройках, четверках и пятерках. Большой акцент поставлен на командные взаимодействия.

Задачи 2-го года обучения

Обучающие задачи:

- обучить тактическим действиям в защите и нападении
- сформировать навык владения мячом, выполнять различные виды передач, ударов и передвижений

Развивающие задачи:

- развивать и укреплять опорно-двигательный и суставно-связочный аппараты.
- развивать специальные способности (быстрота, ловкость, выносливость, скоростно-силовые качества) для успешного овладения навыками игры в футбол.
- развивать самодисциплину, самоконтроль.

Воспитательные задачи:

- воспитывать умение действовать в команде;
- формировать волевые качества;
- формировать стойкий интерес к занятиям, трудолюбие.

Планируемые результаты 2-го года обучения:

Личностные результаты:

- Формировать умения наблюдать за своим самочувствием, его контролем;
- Развитие нравственных и волевых качеств, развития психических процессов и свойств личности;
- Развивать навыки анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
- Формировать умения, направленные на ведение здорового образа жизни.

Метапредметные результаты:

- Развивать жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных условиях;
- Развитие потребности и умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями, сознательно применять их в целях отдыха, тренировки, повышения работоспособности и укрепления здоровья;

Предметные результаты:

- Овладение приемами техники и тактики игры;
- Приобретение необходимых теоретических знаний;
- Повышение специальной, физической, тактической подготовки школьников по футболу.

Содержание программы

Раздел 1. Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности

Теория

- Вводное занятие. Инструктаж по охране труда.

Раздел 2. Теоретические сведения

Теория

- История футбола
- Основные технические элементы

Практика

- Правила соревнований по футболу

Форма контроля: Текущий контроль: педагогическое наблюдение.

Промежуточный контроль: выполнение нормативов, тестирование

Анализ исполнения, Рекомендации

Раздел 3. Общая физическая подготовка

Теория

- Ознакомление с упражнениями на разные группы мышц и на развитие различных групп мышц.

- Ознакомление с упражнениями на развитие различных физических качеств

Практика

- Бег 500, 1000, метров. Подтягивание. Сгибание и разгибание рук в упоре. Прыжки через скакалку, напрыгивание и соскоки, пресс.

Раздел 4. Основы техники игры в футбол

Теория

- Ознакомление с основными техническими элементами футболиста.

Практика

- Удары по мячу и передачи мяча. Ведение мяча. Перемещения футболиста. Шагом, бегом, приставными шагами, с изменением скорости и направления.

- Ведение мяча: контроль мяча внешней частью подъема стопы, контроль мяча внутренней частью подъема стопы, контроль мяча средней частью подъема стопы, контроль внутренней и внешней стороной стопы, контроль мяча с помощью носка стопы, либо бедра.

- Пасы: короткие, средние и длинные

Раздел 5. Тактика игры в футбол

Теория

- Ознакомление с тактикой в защите и в нападении

Практика

- Игра в защите. Индивидуальные перемещения защитника. Личная защита (прессинг).

Зонная защита

- Игра в нападении. Открывание. Быстрый отрыв

Раздел 6. Специальная физическая подготовка

Теория

- Ознакомление с упражнениями.

Практика

- Развитие ловкости, быстроты ног и силы рук.

Раздел 7. Контрольные игры и соревнования

Теория

- Ознакомление с технико-тактическими действиями.

Практика

- Контрольные игры и соревнования

Раздел 8. Итоговое занятие

Практика

- Сдача итоговых нормативов.

ТРЕТИЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ

Особенности организации образовательного процесса 3-го года обучения

Третий год обучения посвящен совершенствованию технических и тактических действий футболистов. Упражнения даются в усложненных или соревновательных условиях.

Задачи 3-го года обучения

Обучающие задачи:

- обучить усложненным тактическим действиям в защите и нападении
- сформировать навык владения мячом, выполнять различные виды передач, ударов и передвижений в усложненных условиях.

Развивающие задачи:

- развивать и укреплять опорно-двигательный и суставно-связочный аппараты.
- развивать специальные способности (быстрота, ловкость, выносливость, скоростно-силовые качества) для успешного овладения навыками игры в футбол.
- развивать самодисциплину, самоконтроль.

Воспитательные задачи:

- воспитывать умение действовать в команде;
- формировать волевые качества;
- формировать стойкий интерес к занятиям, трудолюбие.

Форма контроля Текущий контроль: педагогическое наблюдение.

Промежуточный контроль: выполнение нормативов, тестирование

Анализ исполнения, Рекомендации

Планируемые результаты 3-го года обучения:

Личностные результаты:

- Формировать умения наблюдать за своим самочувствием, его контролем;
- Развитие нравственных и волевых качеств, развития психических процессов и свойств личности;
- Развивать навыки анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
- Формировать умения, направленные на ведение здорового образа жизни.

Метапредметные результаты:

- Развивать жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных условиях;
- Развитие потребности и умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями, сознательно применять их в целях отдыха, тренировки, повышения работоспособности и укрепления здоровья;

Предметные результаты:

- Овладение усложненными приемами техники и тактики игры;
- Приобретение необходимых теоретических знаний;
- Повышение специальной, физической, тактической подготовки школьников по футболу.

Содержание программы

Раздел 1. Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности

Теория

- Вводное занятие. Инструктаж по охране труда.

Раздел 2. Теоретические сведения

Теория

- История футбола
- Основные технические элементы

Практика

- Правила соревнований по футболу

Форма контроля: Текущий контроль: педагогическое наблюдение.

Промежуточный контроль: выполнение нормативов, тестирование

Анализ исполнения, Рекомендации

Раздел 3. Общая физическая подготовка

Теория

- Ознакомление с упражнениями на разные группы мышц и на развитие различных групп мышц.
 - Ознакомление с упражнениями на развитие различных физических качеств

Практика

- Бег 500, 1000, метров. Подтягивание. Сгибание и разгибание рук в упоре. Прыжки через скакалку, напрыгивание и соскоки, пресс.

Раздел 4. Основы техники игры в футбол

Теория

- Ознакомление с основными техническими элементами футболиста.

Практика

- Удары по мячу и передачи мяча. Ведение мяча. Перемещения футболиста. Шагом, бегом, приставными шагами, с изменением скорости и направления.

- Ведение мяча: контроль мяча внешней частью подъема стопы, контроль мяча внутренней частью подъема стопы, контроль мяча средней частью подъема стопы, контроль внутренней и внешней стороной стопы, контроль мяча с помощью носка стопы, либо бедра.

- Пасы: короткие, средние и длинные

• **Раздел 5. Тактика игры в футбол**

Теория

- Ознакомление с тактикой в защите и в нападении

Практика

- Игра в защите. Индивидуальные перемещения защитника. Личная защита (прессинг).

Зонная защита

- Игра в нападении. Открывание. Быстрый отрыв

Раздел 6. Специальная физическая подготовка

Теория

- Ознакомление с упражнениями.

Практика

- Развитие ловкости, быстроты ног и силы рук.

Раздел 7. Контрольные игры и соревнования

Теория

- Ознакомление с технико-тактическими действиями.

Практика

- Контрольные игры и соревнования

Раздел 8. Итоговое занятие

Практика

- Сдача итоговых нормативов.

МЕТОДИЧЕСКИЕ И ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

Многолетняя подготовка строится на основе следующих методических положений:

Использование *общепедагогических (дидактических) принципов воспитывающего обучения*: сознательности и активности занимающихся, наглядности, систематичности, доступности, индивидуализации, прочности и прогрессирования;

Целевая направленность к мастерству и спортивным достижениям путем неуклонного роста объема средств общей и специальной подготовки, соотношения между которыми изменяются из года в год в сторону увеличения объема специальной подготовки;

Оптимальное соотношение (соразмерность) различных сторон подготовленности детей в процессе многолетнего обучения;

Рост объема и интенсивности упражнений по мере улучшения физической подготовленности обучающихся, предпочтение упражнениям динамического характера с использованием различного темпа их выполнения;

Поиск средств, позволяющих решать одновременно несколько задач (на пример: сочетание физической и технической подготовки);

Занятия баскетболом предполагают **групповую форму организации деятельности детей** на каждом занятии при активном использовании индивидуального подхода к каждому ребёнку.

Наиболее часто используемыми **формами проведения занятий** тренировочное занятие, беседа, дискуссия, игра, общефизический тренинг.

Обучение баскетболу располагает целой системой разнообразных методов:

Целостный метод – практически любое практическое упражнение, трудность которого соответствует уровню подготовки воспитанников, может быть освоено целостно. Вместе с тем, следует учитывать, что использование целостного метода обучения подразумевает наличие определённого опыта, полученного ранее.

Метод расчленения применяется в основном при изучении относительно сложных приёмов, а также для коррекции учебного навыка, для исправления некоторых ошибок или работы над выразительностью рисунка.

Метод слова (метод устного изложения) – рассказ, описание, объяснение, беседа.

Наглядный метод (метод иллюстрации и демонстрации) — схемы, презентации,

представления, понятия.

Практический метод – упражнения, приучение, самостоятельно выполняемые обучающимися действия.

Метод закрепления изучаемого материала (метод повторности движений) – повторение пройденного материала до 3-х и более раз).

Метод авансирования успеха – создание ситуации успеха для каждого ребенка, стимулирование.

Метод игры — использование игровых сюжетов в структуре занятий.

Метод самостоятельной работы обучающихся по осмысливанию и усвоению нового материала;

Метод работы по применению знаний на практике и выработке умений и навыков: праздники, фестивали, концерты, конкурсы, открытые занятия;

Метод проверки и оценки знаний, умений и навыков обучающихся: повседневное наблюдение за воспитанниками, устный опрос (индивидуальный, групповой), контрольные занятия, соревнования, программированный контроль.

Структура занятий

В занятие включено: построение; ознакомление с целью и задачами занятия; напоминание техники безопасности; упражнения на разогрев организма; круговые тренировки; разучивание упражнений; демонстрация отработанных приемов и упражнений; итог; рефлексия.

Перечень дидактические материалы:

Видео игр и упражнений, подборки игр, заданий, комплексы упражнений.

ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

В процессе обучения применяются следующие виды и формы контроля:

предварительный контроль осуществляется педагогом в начале учебного года методом тестирования по общей физической подготовке;

текущий контроль (оценка усвоения изучаемого материала, физической подготовленности и состояния здоровья) осуществляется педагогом методом наблюдения;

промежуточный контроль проводится один раз в полугодие методом определения уровня и объема освоенных навыков;

итоговая аттестация проводится в конце каждого учебного года, методом тестирования по общей физической подготовке, позволяющим определить уровень освоенных навыков, а также методом устного опроса на владение теоретическими знаниями.

Для оценки умений и навыков разработана диагностическая карта с контрольными упражнениями, в которой фиксируются результаты обследования.

Во время игры оценка каждого игрока. КПД (коэффициент полезного действия)

– баллы выставляются каждому учащемуся по **пятибалльной шкале** по каждому показателю,

– затем все баллы суммируются, и вычисляется **среднеарифметический балл**

– уровень освоения программы выявляется по следующей шкале:

от 1 до 3,5 – уровень низкий (учащийся не может выполнить все предложенные задания) от 3,6 до 4,5 – уровень средний (учащийся выполняет некоторые предложенные задания) от 4,6 до 5 – уровень высокий (учащийся выполняет все предложенные задания)

Контрольные упражнения	Мальчики		
	Высокий уровень	Средний уровень	Низкий уровень
Бег на 30 м, сек.	5,7	6,3	7,0
Челночный бег 3×10 м/сек.	9,8	10,4	11,0
Прыжок в длину с места, см	140	130	115
Набивание мяча	6	4	2
Ведение мяча на скорость (30 метров)	9.0	10.2	11.5
Удары по воротам с 6 метров (10 ударов)	7	5	2
Передачи мяча в парах в одно касание (30 секунд)	20	15	10

Карта результатов освоения дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы

«Мини-футбол»

(название программы)

(вид контроля)

Год обучения № группы <hr/> Фамилия, имя обучающегося	Показатели результативности освоения обучающимися программы (конкретные знания, умения, навыки, указанные в программе)								Итоги освоения програм мы в баллах	Уровень освоения программы
	Сила	Выносливость	Быстрота	Точность ударов по воротам	Скоростно- силовые качества	Координация	Оценка техничко- тактических действий	Точность передач		

Баллы проставляются по пятибалльной (или иной) шкале по каждому показателю, затем суммируется и вычисляется среднеарифметический балл, который заносится в графу «Итоги освоения программы в баллах». Уровень освоения программы выявляется по следующей шкале: 1 – начальный (до 3,5 баллов), 2 – средний (3,6 – 4,5), 3 – высокий (4,6 – 5,0).

МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММ

№	Наименование темы	Формы занятий	Приемы и методы организации образовательного процесса	Дидактический материал	Техническое оснащение занятий	Формы подведения итогов
1	Вводное занятие. Правила поведения, техника безопасности	Традиционная внеаудиторные, дистанционное обучение	беседа, объяснение, показ, взаимоконтроль	Презентация, обучающие плакаты	Компьютер, проектор	- самоанализ; - взаимоанализ - опрос
2	Практические занятия Общая и физическая подготовка	Групповые практические занятия; Групповые и индивидуальные теоретические занятия; Индивидуальные занятия с отдельными спортсменами; Самостоятельные тренировки по заданию педагога; Просмотр учебных кинофильмов и соревнований; внеаудиторные, дистанционное обучение	объяснение, показ, практическая отработка, самоконтроль	lesgift.spb.ru/ru/libr/biblioteka Новиков Ю. А. Общая физическая подготовка/ Ю. А. Новиков-М.: Физкультура и спорт, 2010 г. Справочник тестов по оценке различных сторон подготовленности и спортсменов Автор: Грушин А.А. Издательство: Спорт 2020 г.	Спортивное оборудование, Спортивные снаряды	- самоанализ; - задания по ходу занятия; - контрольные занятия - педагогическое наблюдение. - проведение комплексов упражнений обучающимися.

2.1	Практические занятия Подвижные игры	Групповые практические занятия; Фронтальная, индивидуально - самостоятельная работа с мячом внеаудиторные, дистанционное обучение	практическая отработка, объяснение, показ, практическая отработка, взаимоконтроль	lesgaft.spb.ru/ru/libr/biblioteka Справочник тестов по оценке различных сторон подготовленности спортсменов Автор: Грушин А.А. Издательство: Спорт 2020 г.	Спортивные снаряды, спортивное оборудование	- контрольные занятия - самоанализ; - взаимонализ
2.2	Практические занятия Эстафеты с заданиями	Самостоятельные тренировки по заданию педагога; Просмотр учебных кинофильмов и соревнований; Внеаудиторные,	практическая отработка, объяснение, показ, практическая отработка, взаимоконтроль	lesgaft.spb.ru/ru/libr/biblioteka Новиков Ю. А. Общая физическая подготовка/ Ю. А. Новиков- М.: Физкультура и спорт, 2010 Г.	Судейское табло, Спортивные снаряды, Спортивное оборудование	- самоанализ; - взаимонализ - участия в спортивных мероприятиях.
2.3	Практические занятия Соревнования	Участие в спортивных соревнованиях. внеаудиторные, дистанционное обучение	взаимоконтроль	lesgaft.spb.ru/ru/libr/biblioteka	Судейское табло Спортивные снаряды, Спортивное оборудование	-взаимонализ -динамика результативности
3	Итоговые занятия	Групповые и индивидуальные теоретические занятия; внеаудиторные,	беседа, взаимоконтроль	lesgaft.spb.ru/ru/libr/biblioteka	Спортивное оборудование	- самоанализ; - взаимонализ -итоговые занятия.

СПИСОК ИСПОЛЬЗУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

1. Новиков Ю. А. Общая физическая подготовка/ Ю. А. Новиков- М.: Физкультура и спорт,2010 г.
2. Справочник тестов по оценке различных сторон подготовленности спортсменов Автор: Грушин А.А. Издательство: Спорт 2020 г.
3. Про футбол. Хочу все знать... Эрик Марсон. Пешком в историю 2018.
4. Футбол – только ли игра? Н.Симонян. 2018 г. Издательство «Человек».
5. Интернет-источники:
6. - <https://futsalua.org>

Для обучающихся:

1. Гришина Ю.И. Общая физическая подготовка. - М.,2010
2. Лукьяненко В.П. Физическая культура: основы знаний. - М.,2005.

№ п/п	Дата проведения		Тема	Кол-во часов по плану	
	По плану	По факту		Теория	Практика
1			Вводное занятие. Техника безопасности и правила поведения на занятиях по футболу.	2	
2			Правила соревнований по мини-футболу	1	1
3			Техника передвижений футболиста (бег, прыжки)	1	1
4			Техника передвижений футболиста (повороты, остановки)	1	1
5			Упражнения для мышц плечевого пояса и рук. Остановки мяча.	1	1
6			Упражнения для развития выносливости. Остановка мяча	1	1
7			Упражнения для развития мышц ног и таза. Ведение мяча.	1	1
8			Упражнения для развития скоростно-силовых качеств. Ведение мяча.	1	1
9			Упражнения для развития мышц брюшного пресса. Ведение мяча.	1	1
10			Упражнения для развития быстроты. Ведение мяча с обводкой.	1	1
11			Упражнения для мышц шеи и туловища. Ведение мяча с обводкой. Контрольная игра	1	1
12			Упражнения для развития гибкости. Ведение мяча с обводкой.	1	1
13			Упражнения для развития силовых качеств. Удары по мячу ногой.	1	1
14			Упражнения для развития силовых качеств. Контрольная игра.	1	1
15			Упражнения со скакалкой, на гимнастических снарядах. Удары по мячу ногой.	1	1
16			Легкоатлетические упражнения: низкий старт, бег на короткие дистанции. Удары по мячу ногой после выполнения технических действий.	1	1
17			Упражнения для развития быстроты. Удары по мячу ногой после выполнения технических действий.	1	1
18			Контрольная игра	1	1
19			Контрольная игра	1	1
20			Бег с препятствиями. Кросс. Удары по мячу ногой на точность и на дальность.	1	1
21			Упражнения для развития выносливости. Контрольная игра.	1	1

22			Упражнения в висах и упорах. Удары по мячу ногой на точность и на дальность.	1	1
23			Контрольная игра	1	1
24			Упражнения для развития скоростно-силовых качеств.	1	1
25			Упражнения для развития ловкости. Передача мяча в движении Контрольная игра	1	1
26			Эстафетный бег, эстафеты с предметами. Контрольная игра	1	1
27			Упражнения для развития гибкости. Удары по мячу головой. Контрольная игра.	1	1
28			Прыжок в длину с места, с разбега способом «согнув ноги». Контрольная игра	1	1
29			Упражнения для развития ловкости. Передача мяча в движении.	1	1
30			Упражнения для развития выносливости. Удары по мячу головой.	1	1
31			Упражнения для развития мышц ног и таза. Контрольная игра	1	1
32			Удары по мячу головой с пассивным и активным сопротивлением.	1	1
33			Упражнения для развития быстроты. Отбор мяча.	1	1
34			Упражнения для мышц шеи и туловища. Отбор мяча.	1	1
35			Упражнения для развития гибкости. Контрольная игра	1	1
36			Упражнения с набивными мячами. Контрольная игра	1	1
37			Упражнения для развития силовых качеств. Финты (обманные действия)	1	1
38			Упражнения со скакалкой, на гимнастических снарядах. Финты(обманные действия)	1	1
39			Упражнения для развития ловкости. Финты. Контрольная игра	1	1
40			Упражнения для развития выносливости. Вбрасывание из-за боковой линии.	1	1
41			Бег с препятствиями. Кросс. Упражнения для развития умения «видеть поле». Техника игры вратаря.	1	1
42			Упражнение в висах и упорах. Упражнения для развития силовых качеств. Упражнения для развития умения «видеть поле». Техника игры вратаря	1	1
43			Контрольная игра	1	1

44			Контрольная игра	1	1
45			Прыжок в высоту способом «перешагивание». Тактика нападения: индивидуальные действия без мяча. Тактика вратаря.	1	1
46			Упражнения для развития прыгучести. Контрольная игра	1	1
47			Упражнения для развития гибкости. Контрольная игра	1	1
48			Тактика нападения: групповые действия. Контрольная игра	1	1
49			Акробатические упражнения. Контрольная игра	1	1
50			Упражнения для развития скоростно-силовых качеств. Тактика нападения: командные действия. Тактика вратаря	1	1
51			Контрольная игра	1	1
52			Контрольная игра	1	1
53			Упражнения для развития мышц ног и таза. Тактика защиты: индивидуальные действия. Тактика вратаря.	1	1
54			Контрольные нормативы.	1	1
55			Контрольная игра	1	1
56			Упражнения для развития силовых качеств.	1	1
57			Упражнения для развития быстроты	1	1
58			Бег с препятствиями. Кросс. Удары по мячу ногой на точность и на дальность	1	1
59			Упражнения для развития мышц брюшного пресса. Ведение мяча.	1	1
60			Упражнения для развития выносливости.	1	1
61			Вводное занятие. Техника безопасности и правила поведения на занятиях по футболу. Краткий обзор возникновения и развития мини-футбола.	1	1
62			Правила соревнований по мини-футболу	1	1
63			Техника передвижений футболиста (бег, прыжки)	1	1
64			Техника передвижений футболиста (повороты, остановки)	1	1
65			Упражнения для развития мышц ног и таза. Ведение мяча.	1	1
66			Упражнения для развития скоростно-силовых качеств. Ведение мяча.	1	1
67			Упражнения для мышц шеи и туловища. Ведение мяча с обводкой.	1	1

68			Упражнения для развития гибкости. Ведение мяча с обводкой.	1	1
69			Упражнения с набивными мячами. Удары по мячу ногой. Контрольная игра	1	1
70			Упражнения для развития силовых качеств. Удары по мячу ногой.	1	1
71			Упражнения для развития силовых качеств. Контрольная игра.	1	1
72			Упражнения для развития ловкости. Удары по мячу ногой после выполнения технических действий.	1	1
73			Легкоатлетические упражнения: низкий старт, бег на короткие дистанции. Удары по мячу ногой после выполнения технических действий.	1	1
74			Контрольная игра	1	1
75			Контрольная игра	1	1
76			Бег с препятствиями. Кросс. Удары по мячу ногой на точность и на дальность.	1	1
77			Упражнения для развития выносливости. Контрольная игра.	1	1
78			Упражнения в висах и упорах. Удары по мячу ногой на точность и на дальность.	1	1
79			Контрольная игра	1	1
80			Упражнения для развития прыгучести. Передача в парах. Контрольная игра	1	1
81			Эстафетный бег. Передача в парах, тройках. Контрольная игра	1	1
82			Упражнения для развития скоростно-силовых качеств. Контрольная игра.	1	1
83			Упражнения для развития ловкости. Передача мяча в движении. Контрольная игра	1	1
84			Эстафетный бег, эстафеты с предметами. Контрольная игра	1	1
85			Упражнения для развития гибкости. Удары по мячу головой. Контрольная игра	1	1
86			Упражнения для развития ловкости. Передача мяча в движении.	1	1
87			Упражнения для развития выносливости. Удары по мячу головой.	1	1
88			Упражнения для развития мышц ног и таза. Контрольная игра	1	1
89			Упражнения для развития скоростно-силовых качеств. Контрольная игра	1	1

90			Упражнения для развития мышц брюшного пресса Контрольная игра	1	1
91			Упражнения для развития гибкости. Удары по мячу головой с пассивным и активным сопротивлением.	1	1
92			Упражнения для развития быстроты. Отбор мяча.	1	1
93			Упражнения для мышц шеи и туловища. Отбор мяча.	1	1
94			Упражнения для развития гибкости. Контрольная игра	1	1
95			Упражнения с набивными мячами. Контрольная игра	1	1
96			Упражнения для развития силовых качеств. Финты (обманные действия)	1	1
97			Упражнения для развития ловкости. Финты.	1	1
98			Легкоатлетические упражнения. Контрольная игра	1	1
99			Упражнения для развития быстроты. Вбрасывание из-за боковой линии.	1	1
100			Упражнения для развития выносливости. Вбрасывание из-за боковой линии.	1	1
101			Бег с препятствиями. Кросс. Упражнения для развития умения «видеть поле». Техника игры вратаря.	1	1
102			Тактика нападения: групповые действия. Контрольная игра	1	1
103			Акробатические упражнения. Контрольная игра	1	1
104			Упражнения для развития скоростно-силовых качеств. Тактика нападения: командные действия.	1	1
105			Тактика защиты: индивидуальные действия. Тактика вратаря. Контрольная игра	1	1
106			Контрольная игра	1	1
107			Тактика нападения: групповые действия.	1	1
108			Контрольная игра	1	1

