

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
средняя общеобразовательная школа №1

РАССМОТРЕНА  
На педагогическом совете  
Протокол № 1  
от «31» 08 2023г.



УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ СОШ №1

Т.О. Катербарг

2023г.

**Дополнительная общеобразовательная программа**  
**«Юные футболисты»**  
физкультурно-спортивная направленность

Срок реализации программы: 1 год  
Возраст обучающихся: 9-11 лет

Автор-составитель:  
Назаренко Даниил Алексеевич,  
педагог дополнительного образования

## **Аннотация к программе**

Дополнительная образовательная программа «Юные футболисты» предназначена для учащихся 3-4 классов.

**Цель:** приобщение обучающихся к здоровому образу жизни посредством углубленного изучения спортивной игры мини-футбол, воспитание гармонично развитых, активных, стойких, волевых и дисциплинированных юных спортсменов.

### **Задачи:**

#### **Образовательные:**

- ознакомить учащихся с правилами самоконтроля состояния здоровья на занятиях и дома; формировать здоровый образ жизни;

- изучить основы техники и тактики игры в мини - футбол;

- способствовать приобретению необходимых теоретических знаний в мини - футбол;

#### **Развивающие:**

- способствовать овладению основными приемами техники и тактики игры в мини - футбол;

- развивать устойчивый интерес к данному виду спорта;

- развивать креативные способности (мышление, умение предугадать тактику игры противника);

- содействовать правильному физическому развитию;

- развивать физические способности (силу, выносливость, гибкость, координацию движений);

- развивать специальные технические и тактические навыки игры в мини - футбол;

- подготовить обучающихся к соревнованиям по мини - футболу;

- содействовать отбору лучших обучающихся в команду школы по мини - футболу;

#### **Воспитательные:**

- способствовать воспитанию воли, смелости, настойчивости, дисциплинированности, коллективизма, чувства дружбы;

- способствовать формированию у обучающихся организаторских навыков;

- способствовать привитию общей культуры поведения.

### **Планируемые результаты:**

#### **Личностные результаты**

- определять и высказывать простые и общие для всех людей правила поведения при сотрудничестве (этические нормы);

- в предложенных педагогом ситуациях общения и сотрудничества, опираясь на общие для всех простые правила поведения, делать выбор при поддержке других участников группы и педагога, как поступить.

#### **Метапредметные результаты**

- определять и формулировать цель деятельности на занятии с помощью учителя, а далее самостоятельно;

- добывать новые знания: находить ответы на вопросы, используя разные источники информации, свой жизненный опыт и информацию, полученную на занятии;

- перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всей команды.

#### **Предметные результаты**

- умение донести свою позицию до других: оформлять свою мысль. Слушать и понимать речь других;

- совместно договариваться о правилах общения и поведения в игре и следовать им;

- учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика).

**Планируемые для участия конкурсы/соревнования/мероприятия:** соревнования между группами, участие в соревнованиях различного уровня.

**Срок реализации программы:** 1 год

**Возраст обучающихся:** 8-11 лет

**Количество часов:** 32 часа (1 час в неделю), продолжительность одного занятия 40 минут.

## ПАСПОРТ ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Название программы	Юные футболисты
Направленность программы	Физкультурно-спортивная
Ф.И.О. автора (составителя) программы	Назаренко Даниил Алексеевич
Год разработки или модификации	2023 год
Где, когда и кем утверждена программа	Программа утверждена педагогическим советом от 31.08.2023г., протокол №1
Информация и наличие рецензии	Отсутствует
Цель	Приобщение обучающихся к здоровому образу жизни посредством углубленного изучения спортивной игры мини-футбол, воспитание гармонично развитых, активных, стойких, волевых и дисциплинированных юных спортсменов.
Задачи	<p><b>Образовательные:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ознакомить учащихся с правилами самоконтроля состояния здоровья на занятиях и дома; формировать здоровый образ жизни;</li> <li>• изучить основы техники и тактики игры в мини - футбол;</li> <li>• способствовать приобретению необходимых теоретических знаний в мини - футбол;</li> </ul> <p><b>Развивающие:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• способствовать овладению основными приемами техники и тактики игры в мини - футбол;</li> <li>• развивать устойчивый интерес к данному виду спорта;</li> <li>• развивать креативные способности (мышление, умение предугадать тактику игры противника);</li> <li>• содействовать правильному физическому развитию;</li> <li>• развивать физические способности (силу, выносливость, гибкость, координацию движений);</li> <li>• развивать специальные технические и тактические навыки игры в мини - футбол;</li> <li>• подготовить обучающихся к соревнованиям по мини - футболу;</li> <li>• содействовать отбору лучших обучающихся в команду школы по мини - футболу;</li> </ul> <p><b>Воспитательные:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• способствовать воспитанию воли, смелости, настойчивости, дисциплинированности, коллективизма, чувства дружбы;</li> <li>• способствовать формированию у обучающихся организаторских навыков;</li> <li>• способствовать привитию общей культуры поведения.</li> </ul>
Ожидаемые результаты освоения программы	<p><b>Личностные результаты</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- определять и высказывать простые и общие для всех людей правила поведения при сотрудничестве (этические нормы);</li> <li>- в предложенных педагогом ситуациях общения и сотрудничества, опираясь на общие для всех простые правила поведения, делать выбор при поддержке других участников группы и педагога, как поступить.</li> </ul>

	<p><b>Метапредметные результаты</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- определять и формулировать цель деятельности на занятии с помощью учителя, а далее самостоятельно;</li> <li>- добывать новые знания: находить ответы на вопросы, используя разные источники информации, свой жизненный опыт и информацию, полученную на занятии;</li> <li>- перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всей команды.</li> </ul> <p><b>Предметные результаты</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- умение донести свою позицию до других: оформлять свою мысль. Слушать и понимать речь других;</li> <li>- совместно договариваться о правилах общения и поведения в игре и следовать им;</li> <li>- учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика).</li> </ul>
Срок реализации программы	1 год
Количество часов в неделю / год	1 час в неделю / 32 часа в год
Возраст обучающихся	9-11 лет
Формы занятий	Коллективная, групповая
Методическое обеспечение	<p><u>Дидактические материалы:</u> схемы и плакаты освоения технических приемов мини-футбола. Правила игры в мини-футбол. Правила судейства в мини-футболе. Регламент проведения турниров различных уровней. Положение о соревнованиях по мини-футболу.</p> <p><u>Методические рекомендации:</u> рекомендации по организации безопасного ведения игры. Рекомендации по организации подвижных игр.</p>
Условия реализации программы (оборудование, инвентарь, специальные помещения, ИКТ, и др.)	<p>Спортивный зал: минимальные размеры 24x12м.</p> <p>Оборудование и инвентарь:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Футбольные ворота - 2 шт.</li> <li>2. Конусы - 10 шт.</li> <li>3. Гимнастические стенки - 2 шт.</li> <li>4. Гимнастические скамейки - 3 - 4шт.</li> <li>5. Гимнастические маты - 3шт.</li> <li>6. Скакалки - 20шт.</li> <li>7. Мячи набивные (масса 1 кг) - 10шт.</li> <li>8. Резиновые амортизаторы - 10 шт.</li> <li>9. Мячи мини - футбольные - 10 шт.</li> <li>10. Рулетка - 2 шт.</li> <li>11. Макет площадки с фишками - 2 комплекта.</li> </ol>

## Пояснительная записка

Футбол — командный вид спорта, цель которого — забить мяч в ворота соперника ногами или другими частями тела (кроме рук) большее количество раз, чем команда соперника. В настоящее время самый популярный и массовый вид спорта в мире. Интерес к мини-футболу с каждым годом растет, поэтому по массовости и популярности он опережает многие виды спорта. У мини-футбола есть ещё одно ценное качество — он универсален. Так, систематические занятия мини-футболом оказывают на организм школьников всестороннее развитие, повышают общий уровень двигательной активности, совершенствуют функциональную деятельность организма, обеспечивая правильное физическое развитие. Урок мини-футбола в школе рассматривается как средство не только физической подготовки, освоения технической и тактической стороны игры, но и повышения умственной работоспособности, снятия утомления учащихся, возникающего в ходе занятий по общеобразовательным дисциплинам.

Мини-футбол формирует такие положительные навыки и черты характера, как умение подчинять личные интересы коллектива, класса, команды, взаимопомощь, чувство долга.

### **Программа разработана в соответствии с нормативно-правовыми документами:**

1. Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
2. Распоряжение Правительства РФ от 31.03.2022 г. № 678-р «Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года»;
3. Приказ Министерства просвещения РФ от 27.07.2022 N 629 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
4. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
5. Федеральный закон от 24.07.1998 № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребёнка в РФ»;
6. Федеральный закон от 21.11.2011 №323-ФЗ «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации»;
7. Государственная программа Российской Федерации «Развитие образования» (утверждена Постановлением Правительства РФ от 26.12.2017 № 1642 (ред. от 22.02.2021) «Об утверждении государственной программы Российской Федерации» Развитие образования»;
8. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 г. № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей» ред. от 02.02.2021г.;
9. Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22.09.2021г. № 652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;
10. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 09.01.2014 г. №2 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;
11. Письмо Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015г. № 09–3242 «О направлении Методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые)».

Реализация общеразвивающей программы осуществляется за пределами ФГОС и не предусматривает подготовку обучающихся к прохождению ГИА по образовательным программам.

**Актуальность программы:** мини-футбол всегда был востребован в детской среде, количество желающих заниматься мини-футболом заметно возрастает с каждым годом. Мини-футбол доступен всем, играют в него как в закрытых помещениях, так и на открытых

площадках. Несложный инвентарь и простые правила этой увлекательной игры покоряют многих любителей. Выбор спортивной игры – мини-футбол определился популярностью ее в детской среде, доступностью, широкой распространенностью, учебно-материальной базой школы и подготовленностью самого учителя. Очень важно, чтобы ребенок мог после уроков снять физическое и эмоциональное напряжение. Это легко можно достичь в спортивном зале посредством занятий мини-футболом, которые направлены на удовлетворение потребностей в движении, оздоровлении и поддержании функциональности организма.

**Направленность программы:** физкультурно-спортивная

**Уровень освоения программы:** базовый

**Отличительные особенности:** данная программа является модифицированной и имеет как оздоровительное, так и прикладное значение. Она состоит из трех разделов: основы знаний, развитие двигательных способностей, спортивные мероприятия.

**Цель:** приобщение обучающихся к здоровому образу жизни посредством углубленного изучения спортивной игры мини-футбол, воспитание гармонично развитых, активных, стойких, волевых и дисциплинированных юных спортсменов.

**Задачи:**

**Образовательные:**

- ознакомить учащихся с правилами самоконтроля состояния здоровья на занятиях и дома; формировать здоровый образ жизни;

- изучить основы техники и тактики игры в мини - футбол;

- способствовать приобретению необходимых теоретических знаний в мини - футбол;

**Развивающие:**

- способствовать овладению основными приемами техники и тактики игры в мини - футбол;

- развивать устойчивый интерес к данному виду спорта;

- развивать креативные способности (мышление, умение предугадать тактику игры противника);

- содействовать правильному физическому развитию;

- развивать физические способности (силу, выносливость, гибкость, координацию движений);

- развивать специальные технические и тактические навыки игры в мини - футбол;

- подготовить обучающихся к соревнованиям по мини - футболу;

- содействовать отбору лучших обучающихся в команду школы по мини - футболу;

**Воспитательные:**

- способствовать воспитанию воли, смелости, настойчивости, дисциплинированности, коллективизма, чувства дружбы;

- способствовать формированию у обучающихся организаторских навыков;

- способствовать привитию общей культуры поведения.

### **Организационно-педагогические условия**

**Адресат программы / количество обучающихся в группе:** учащиеся 3-4 класса / 10-14 человек.

**Срок реализации программы / количество часов:** 1 год / 32 часа, 1 раз в неделю

В условиях карантинных мероприятий, активированных дней реализация программы возможна в дистанционном режиме с использованием программы «Сферум».

**Режим занятий:** 1 раз в неделю по 1 академическому часу.

**Формы обучения:** групповая

**Методы обучения:** словесные, наглядные, практические

**Формы занятий:** лекция, практикум, соревнования, сдача нормативов.

**Планируемые результаты:**

**Личностные результаты**

- определять и высказывать простые и общие для всех людей правила поведения при сотрудичестве (этические нормы);

- в предложенных педагогом ситуациях общения и сотрудничества, опираясь на общие для всех простые правила поведения, делать выбор при поддержке других участников группы и педагога, как поступить.

#### **Метапредметные результаты**

- определять и формулировать цель деятельности на занятии с помощью учителя, а далее самостоятельно;

- добывать новые знания: находить ответы на вопросы, используя разные источники информации, свой жизненный опыт и информацию, полученную на занятии;

- перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всей команды.

#### **Предметные результаты**

- умение донести свою позицию до других: оформлять свою мысль. Слушать и понимать речь других;

- совместно договариваться о правилах общения и поведения в игре и следовать им;

- учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика).

**Формы промежуточной аттестации и итогового контроля:** диагностика результатов проводится в виде тестов и контрольных упражнений. В конце учебного года все учащиеся группы сдают по общей физической подготовке контрольные зачеты.

#### **Материально-техническое обеспечение:**

Спортивный зал: минимальные размеры 24х12м.

Для проведения занятий в секции мини - футбола необходимо иметь следующее оборудование и инвентарь:

1. Футбольные ворота - 2 шт.
2. Конусы - 10 шт.
3. Гимнастические стенки - 2 шт.
4. Гимнастические скамейки - 3 - 4шт.
5. Гимнастические маты - 3шт.
6. Скакалки - 20шт.
7. Мячи набивные (масса 1 кг) - 10шт.
8. Резиновые амортизаторы - 10 шт.
9. Мячи мини - футбольные - 10 шт.
10. Рулетка - 2 шт.
11. Макет площадки с фишками - 2 комплекта.

### **Учебно-тематический план**

№	Наименованием разделов и тем	Количество часов			Форма аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Основы знаний	1	1		Тестирование
2	Развитие двигательных способностей	26		26	Сдача нормативов, контрольные игры
3	Спортивные мероприятия	4		4	Товарищеские игры, соревнования
4	Итоговое занятие. Сдача контрольных нормативов	1		1	Сдача нормативов
	<b>Всего:</b>	<b>32</b>	<b>1</b>	<b>31</b>	

## Календарный учебный график

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятий	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
<b>Раздел 1. Основы знаний</b>								
1	10	07	09.00-09.40	Лекция	1	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.	Спортивный зал	Тест
<b>Раздел 2. Развитие двигательных способностей</b>								
1	10	14	09.00-09.40	Практикум	1	Втягивающая тренировка. Специальные упражнения, свободная практика	Спортивный зал	Практикум
2	10	21	09.00-09.40	Практикум	1	Физподготовка. Челночный бег, футбол, изучение упражнения «квадрат».	Спортивный зал	Практикум
3	10	25	09.00-09.40	Практикум	1	Физподготовка. Бег, прыжки по лестницам, футбол, изучение упражнения «контроль мяча»	Спортивный зал	Практикум
4	11	03	09.00-09.40	Практикум	1	Физподготовка. Челночный бег, прыжки через барьер, футбол.	Спортивный зал	Практикум
5	11	11	09.00-09.40	Практикум	1	Физподготовка. Рывки по диагоналям 3 раза, футбол, «контроль мяча».	Спортивный зал	Практикум
6	11	18	09.00-09.40	Практикум	1	Физподготовка. Челночный бег + удары по воротам, футбол.	Спортивный зал	Практикум
7	11	25	09.00-09.40	Практикум	1	Отработка техники передвижения и владения мячом: остановка прием мяча.	Спортивный зал	Практикум
8	12	02	09.00-09.40	Практикум	1	Передвижение спиной вперед, повороты, удары по мячу внутренней частью стопы, ведение мяча по кругу.	Спортивный зал	Практикум
9	12	09	09.00-09.40	Практикум	1	Подвижные игры.	Спортивный зал	Контрольные игры
10	12	16	09.00-09.40	Практикум	1	Обучение ударом по неподвижному мячу, чеканка мяча.	Спортивный зал	Практикум
11	12	23	09.00-09.40	Практикум	1	Подтягивание, приседание, пресс, длительный бег, игра в вышибалы.	Спортивный зал	Практикум
12	01	09	09.00-09.40	Практикум	1	Отработка ударов по мячу из различных положений, комбинации ударов.	Спортивный зал	Практикум



13	01	13	09.00-09.40	Практикум	1	Общеразвивающие упражнения в парах, подтягивания.	Спортивный зал	Практикум
14	01	20	09.00-09.40	Практикум	1	Развитие скоростных и скоростно-силовых способностей, прыжки	Спортивный зал	Практикум
15	01	27	09.00-09.40	Практикум	1	Ведение мяча до центра с последующим ударом по воротам, изучение новых технических приемов.	Спортивный зал	Практикум
16	02	03	09.00-09.40	Практикум	1	Обводка с помощью обманных движений, отработка изученных ударов.	Спортивный зал	Практикум
17	02	10	09.00-09.40	Практикум	1	Отработка паса «щечкой» в парах. Футбол.	Спортивный зал	Практикум
18	02	17	09.00-09.40	Практикум	1	Игры на закрепление тактических действий, силовые упражнения.	Спортивный зал	Контрольные игры
19	02	24	09.00-09.40	Практикум	1	Игры, развивающие физические способности. Бег с остановками и изменением направления.	Спортивный зал	Контрольные игры
20	03	02	09.00-09.40	Практикум	1	Развитие координационных способностей. Ведение + удар по воротам, квадрат.	Спортивный зал	Практикум
21	03	09	09.00-09.40	Практикум	1	Общеразвивающие упражнения по методу круговой тренировки.	Спортивный зал	Практикум
22	03	16	09.00-09.40	Практикум	1	Отработка передач в движении, передача мяча на ход.	Спортивный зал	Практикум
23	03	23	09.00-09.40	Практикум	1	Отбор мяча толком плеча в плечо. Двусторонняя учебная игра.	Спортивный зал	Контрольные игры
24	04	06	09.00-09.40	Практикум	1	Тренировка выносливости, изменение направления движений по сигналу.	Спортивный зал	Практикум
25	04	13	09.00-09.40	Практикум	1	Развитие гибкости, старты из различных положений, подтягивания.	Спортивный зал	Практикум
26	04	20	09.00-09.40	Практикум	1	Изучение индивидуальных тактических действий в защите. Двусторонняя учебная игра.	Спортивный зал	Контрольные игры

<b>Раздел 3. Спортивные мероприятия</b>								
27	04	27	09.00-09.40	Соревнование	1	Товарищеская игра.	Спортивный зал	Соревнование
28	05	04	09.00-09.40	Соревнование	1	Товарищеская игра.	Спортивный зал	Соревнование
29	05	11	09.00-09.40	Соревнование	1	Товарищеская игра.	Спортивный зал	Соревнование
30	05	18	09.00-09.40	Соревнование	1	Товарищеская игра.	Спортивный зал	Соревнование
<b>Раздел 4. Итоговое занятие. Сдача контрольных нормативов</b>								
31	05	25	09.00-09.40	Практикум	1	Итоговое занятие. Сдача контрольных нормативов.	Спортивный зал	Сдача нормативов
<b>ИТОГО часов:</b>					<b>32</b>			

## Содержание программы

### Раздел 1. Основы знаний

**Теория:** Профилактика травматизма при занятиях футболом. Понятие о «спортивной форме», утомлении, переутомлении. Меры предупреждения переутомлений. Значение активного отдыха для спортсмена.

### Раздел 2. Развитие двигательных способностей

**Практика:** Физподготовка. Челночный бег, изучение упражнения «квадрат». Бег, прыжки по лестницам, изучение упражнения «контроль мяча», прыжки через барьер. Рывки по диагоналям 3 раза. Отработка техники передвижения и владения мячом: остановка прием мяча. Передвижение спиной вперед, повороты, удары по мячу внутренней частью стопы, ведение мяча по кругу. Подвижные игры. Обучение ударом по неподвижному мячу, чеканка мяча. Отработка ударов по мячу из различных положений, комбинации ударов. Ведение мяча до центра с последующим ударом по воротам, изучение новых технических приемов. Обводка с помощью обманных движений, отработка изученных ударов. Развитие координационных способностей. Отработка передач в движении, передача мяча на ход. Изучение индивидуальных тактических действий в защите.

### Раздел 3. Спортивные мероприятия

**Практика:** Позиционное нападение без изменения позиций игроков. Позиционное нападение с изменением позиций игроков. Нападение в игровых заданиях 3:1, 3:2, 3:3, 2:1 с атакой и без атаки ворот. Игра по упрощенным правилам на площадках разных размеров. Игры и игровые задания 2:1, 3:1, 3:2, 3:3.

### Раздел 4. Итоговое занятие. Сдача контрольных нормативов

**Практика:** Удары по неподвижному и катящему мячу внутренней стороной и средней частью подъема. Удары по катящему мячу носком, серединой лба (по летящему мячу). Удары по летящему мячу внутренней стороной стопы и средней частью подъема. Остановка катящего мяча внутренней стороной стопы и подошвой. Остановка мяча грудью. Удары по воротам указанными способами на точность (меткость) попадания мячом в цель. Передача мяча партнеру. Ловля низколетящего мяча вратарем.

## Список литературы

### **Литература для педагога:**

1. Патрикеев А. Ю. Формирование личностных и регулятивных умений на уроках физической культуры 1-11 классы /А. Ю. Патрикеев - М.: «Учитель». 2015. - 237 с.
2. Патрикеев А.Ю. Поурочные разработки ФГОС. Физическая культура 5 класс / А. Ю. Патрикеев - М.: «Вако». 2016. - 272 с.
3. Лях В. И. Физическая культура. Тестовый контроль. 5-9 классы / В. И. Лях - М.: «Просвещение». 2019. - 208 с.
4. Кузнецов В. В. Практикум по теории и методике физического воспитания и спорта / В. В. Кузнецов, Ж. К. Холодов - М.: «Дрофа». 2017. - 144 с.

### **Литература для обучающихся:**

1. Виленский М. Я. Физическая культура. 5-7 классы / М. Я. Виленский, В.И. Лях - М.: «Просвещение», 2016. -239 с.