

УПРАВЛЕНИЕ ОБЩЕГО И ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
АДМИНИСТРАЦИИ ГОРОДА НОРИЛЬСКА

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СРЕДНЯЯ ШКОЛА № 21»
(МБОУ «СШ № 21»)

ПРИНЯТА

на заседании методического совета
от «31» августа 2021г.
протокол № 1



УТВЕРЖДЕНА

приказом директора МБОУ «СШ № 21»
№ 01-05-378 от «01» сентября 2021г.

В.В. Решетняк

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«МИНИ-ФУТБОЛ»

Направленность: физкультурно – спортивная;
Уровень – базовый;
Возраст обучающихся – 8-18 лет;
Срок реализации – 1 год.

Программу составил Крылосов Михаил Викторович, учитель физической культуры

Норильск
2021

СОДЕРЖАНИЕ

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.....	3
ФОРМЫ И РЕЖИМ ЗАНЯТИЙ.....	4
ПРОГРАММНЫЙ МАТЕРИАЛ.....	5
КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ СПОРТИВНОЙ СЕКЦИИ «МИНИ-ФУТБОЛ» (ПРИЛОЖЕНИЕ).....	7
ТРЕБОВАНИЯ К УРОВНЮ ПОДГОТОВКИ ОБУЧАЮЩИХСЯ.....	18
ПЕРЕЧЕНЬ ЛИТЕРАТУРЫ И СРЕДСТВ ОБУЧЕНИЯ.....	19

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Данная программа позволяет последовательно решать задачи физического воспитания школьников на протяжении всех лет обучения в школе. Содержание образования по физической культуре обеспечивает возможность выбора учащимися заниматься в спортивных кружках. Ребята предпочитают занятия в спортивных секциях по ручному мячу и мини футболу. По своему воздействию спортивная игра является наиболее комплексным и универсальным средством развития ребенка. Занятия в спортивных секциях способствуют развитию у учащихся основных физических качеств.

Цель проведения тренировок в секции мини-футбола – содействие формированию всесторонне развитой личности в процессе физического совершенствования. Установка на всестороннее развитие личности предполагает овладение учащимися техническими приемами, тактическими действиями, повышение спортивного мастерства, достижение высоких результатов в спортивных соревнованиях, проводимых на уровне района, области.

Достижение этой цели обеспечивается решением связанных задач направленных на:

- укрепление здоровья, содействие нормальному физическому развитию;
- развитие двигательных (кондиционных и координационных) способностей;
- нравственное воспитание учащихся, выработка воли и характера. Формирование высоких моральных качеств: сознательности, активности, дисциплинированности, целеустремленности, выдержки, самообладания;
- формирование умения ориентироваться в окружающей действительности;
- воспитание чувства коллективизма;
- воспитание потребностей к регулярным занятиям физической культурой и спортом.

ФОРМЫ И РЕЖИМ ЗАНЯТИЙ.

Формы обучения: учебно-тренировочное занятие (фронтальный, групповой, поточный), учебно-тренировочная игра в мини-футбол.

Занятия проводятся 1 группа (2-4классы) с 3 сентября 2021г. по 21мая 2022г.

Продолжительность занятия	Периодичность в неделю	Количество часов в неделю	Количество недель в год	Количество часов за год
Пятница 1 час Суббота 2 часа	1 раз 1 раз	1 час 2 часа	36	108
Итого 3 часа	2 раза	3 часа		

Занятия проводятся 2 группа (5-11 классы) с 3 сентября 2020 г.по 23 мая 2022г.

Продолжительность занятия	Периодичность в неделю	Количество часов в неделю	Количество недель в год	Количество часов за год
Понедельник 2 часа Пятница 3 часа	1 раз 1 раз	2 часа 3 часа	36	180
Итого 5 часа	2 раза	5 часа		

Формы подведения итогов реализации внеурочной образовательной программы.

По окончании курса учащийся получит возможность овладеть понятиями «Техника игры», «Тактика игры», знать правила игры, владеть основными техническими приемами, применять полученные знания в игре и организации самостоятельных занятий мини-футболом, сформировать первичные навыки судейства.

Основной формой подведения итогов является соревнование:

- 1) школьные соревнования
- 2) участие в муниципальных соревнованиях.

ПРОГРАММНЫЙ МАТЕРИАЛ.

Основная Направленность	Содержание
Основы знаний	Правила игры в мини-футбол. Организация и судейство соревнований по мини-футболу. Жестикуляция судей. Правила техники безопасности при занятиях мини-футболом. Техничко-тактические действия в защите и в нападении.
Освоение техникой передвижений	Стойка игрока. Перемещения в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперед. Ходьба, бег и выполнение заданий (сесть на пол, встать, подпрыгнуть и т. д.)
Освоение техники приемов и передач мяча	Передачи мяча правой и левой ногой на месте и после перемещений. Передачи мяча правой и левой ногой стоя боком, спиной к цели. Передачи мяча в парах в движении. Приём мяча сверху. Передача мяча головой. Передача мяча головой в прыжке
Освоение техники ведения мяча	Ведение мяча правой и левой ногой. Ведение мяча носком. Ведение мяча внутренней частью стопы. Ведение мяча внешней частью стопы.
Освоение техники ударов по мячу	Удар внутренней стороной стопы. Удар внутренней частью подъёма. Удар внешней частью подъёма. Удар носком. Удар пяткой. Резаные удары. Удары с лёта. Удар с полулета. Удары по неподвижному и катящемуся мячу внутренней частью подошвы. Удары средней частью стопы по катящемуся мячу Удары по летящему мячу Удары по мячу головой. Удары по мячу головой в прыжке. Удар «щёчкой». Удар «кручёный»
Освоение техники отбора мяча	Отбор мяча соперника плечом в плечо. Отбор мяча в подкате
Освоение техники остановки мяча	Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы (щёчкой). Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы (щёчкой) и серединой подъёма. Остановка мяча внутренней частью стопы. Остановка мяча грудью и бедром. Остановка катящегося и опускающегося мяча подошвой.
Освоение техники обманных движений	Обманные движения. Обводка соперника. Финты.
Овладение тактикой игры в нападении.	Выход на свободное место. Игра в «стенку». Игра на добивание. Быстрый прорыв. «Забегание» Командные тактические действия через игрока передней линии с изменением позиций игроков.
Овладение	Взаимодействие игроков задней линии с игроками передней линии. Зонная защита. Опека соперника. Закрывание.

тактикой игры в защите	Перехват. Построение стенки. Комбинированная защита. Зонная защита. Комбинированная защита.
Овладение игрой и развитие психомоторных способностей.	Учебная игра в мини-футбол с заданиями. Учебно-тренировочная игра. Товарищеские встречи со сборными командами близлежащих школ.
Овладение организаторскими способностями	Организация и судейство учебно-тренировочных игр, соревнований между классами. Проведение разминки тренировочных занятий.

Занятия проводятся с 3 сентября 2021г.по 21 мая 2022г. В праздничные дни занятия не проводятся: (05-06.11., 1.01., 07- 08.01)

Учебно- тематический план (103 часов).

№п/п	Содержание	Кол-во часов
1	Теория	5
2	Специальная техническая подготовка	53
3	Специальная тактическая подготовка	45
4	ОФП	На каждом занятии

Занятия проводятся 2 группа (5-11 классы) с 3 сентября 2021 г.по 23мая 2022г. В праздничные дни занятия не проводятся: (01.11., 05.11 02.05.,09.05)

Учебно-тематический план (174 часа).

№п/п	Содержание	Кол-во часов
1	Теория	5
2	Специальная подготовка техническая	90
3	Специальная подготовка тактическая	79
4	ОФП	На каждом занятии

**Календарно-тематический план на 2020-2021 учебный год
Группа № 1**

№ п.п.	Дата	Тема	Кол – во часов	Форма контроля ЗУН	Примечание
1	3.09	Раздел 1. Теория. Тема 1.1. Основы техники безопасности. Правила.	5 5	Текущий	
2	04.09.			Текущий	
3	04.09			Текущий	
4	10.09.			Текущий	
5	11.09.			Текущий	
6	11.09.	Раздел 2. Специальная техническая подготовка Тема 2.1. Техника ведения, остановки и отбора мяча. Техника ударов по мячу.	53 10	Текущий	
7	17.09.			Текущий	
8	18.09.			Текущий	
9	18.09.			Текущий	
10	24.09.			Текущий	
11	25.09.			Текущий	
12	25.09.			Текущий	
13	01.10.			Текущий	
14	02.10.			Текущий	
15	02.10.			Текущий	
16	08.10.	Тема 2.2. Определение уровня скоростно-силовой подготовленности.	4	Текущий	
17	09.10.			Текущий	
18	09.10.			Текущий	
19	15.10.			Текущий	
20	16.10.	Тема 2.3. Техника основных элементов.	29	Текущий	
21	16.10.			Текущий	

22	22.10.			Текущий	
23	23.10.			Текущий	
24	23.10.			Текущий	
25	29.10.			Текущий	
26	12.11.			Текущий	
27	13.11.			Текущий	
28	13.11.			Текущий	
29	19.11.			Текущий	
30	20.11.			Текущий	
31	20.11.			Текущий	
32	26.11.			Текущий	
33	27.11.			Текущий	
34	03.12.			Текущий	
35	04.12.			Текущий	
36	04.12.			Текущий	
37	10.12.			Текущий	
38	11.12.			Текущий	
39	11.12.			Текущий	
40	17.12.			Текущий	
41	18.12.			Текущий	
42	18.12.			Текущий	
43	24.12.			Текущий	
44	25.12.			Текущий	
45	25.12.			Текущий	
46	31.12.			Тема 2.4. Развитие способностей. Совершенствование техники игры.	10
		Итого за 1 полугодие: часов			
47	14.12.	Текущий			
48	15.12.	Текущий			
49	15.12.			Текущий	

50	21.12			Текущий	
51	22.12.			Текущий	
52	22.12.			Текущий	
53	28.12.			Текущий	
54	29.12.			Текущий	
55	29.12.			Текущий	
56	04.02.			Текущий	
57	05.02.			Текущий	
58	05.02.			Текущий	
59	11.02.	Раздел 3. Специальная тактическая подготовка Тема 3.1. Тактика игры.	45 15	Текущий	
				Текущий	
60	12.02.			Текущий	
61	12.02.			Текущий	
62	18.02.			Текущий	
63	19.02.			Текущий	
64	19.02.			Текущий	
65	25.02.			Текущий	
66	26.02.			Текущий	
67	26.02.			Текущий	
68	04.03.			Текущий	
69	05.03.			Текущий	
70	05.03.			Текущий	
71	11.03.	Тема 3.2. Развитие психомоторных способностей.	20	Текущий	
72	12.03.			Текущий	

73	12.03.			Текущий	
74	18.03.			Текущий	
75	19.03.			Текущий	
76	19.03.			Текущий	
77	25.03.			Текущий	
78	26.03.			Текущий	
79	26.03.			Текущий	
80	01.04.			Текущий	
81	02.04.			Текущий	
82	02.04.			Текущий	
83	08.04.			Текущий	
84	09.04.			Текущий	
85	09.04.			Текущий	
86	15.04.			Текущий	
87	16.04.			Текущий	
88	16.04.			Текущий	
89	22.04.			Текущий	
90	23.04.			Текущий	
91	23.04.	Тема 3.3. Основные виды деятельности в игре.	15	Текущий	
92	29.04.			Текущий	
93	30.04.			Текущий	
94	30.04.			Текущий	
95	06.05.			Текущий	
96	07.05.			Текущий	

97	07.05.			Текущий	
98	13.05.			Текущий	
99	14.05.			Текущий	
100	14.05.			Текущий	
101	20.05.			Текущий	
102	21.05.			Текущий	
103	21.05.			Текущий	
				Итого за 2 полугодие: часа Всего часов: часа	

*ОРУ - общеразвивающие упражнения

По программе – ч.

Фактически дано –

Сокращено –

Праздничные дни –.

Больничный лист - _____ ч.

Активированный день - _____ ч.

**Календарно-тематический план на 2020-2021 учебный год
Группа № 2**

№ п.п.	Дата	Тема Занятий	Кол – во часов	Форма контроля ЗУН	Примечание	
1	03.09.	Раздел.1 Теория Тема1.1.Основы техники безопасности. Правила.	5	Текущий		
2	03.09.					
3	03.09.					
4	06.09.					
5	06.09.					
6	10.09.	Раздел 2. Специальная подготовка техническая Тема 2.1.Техника ведения, остановки и отбора мяча. Техника ударов по мячу.	90 15	Текущий		
7	10.09.				Текущий	
8	10.09.				Текущий	
9	13.09.				Текущий	
10	13.09.				Текущий	
11	17.09.				Текущий	
12	17.09.				Текущий	
13	17.09.				Текущий	
14	20.09.				Текущий	
15	20.09.				Текущий	
16	24.09.				Текущий	
17	24.09.				Текущий	
18	24.09.				Текущий	
19	27.09.				Текущий	
20	27.09.				Текущий	
21	01.10.	Тема 2.1. Определение уровня скоростно-силовой подготовленности.	5	Текущий		
22	01.10.				Текущий	

23	01.10.			Текущий	
24	04.10.			Текущий	
25	04.10.			Текущий	
26	08.10.	Тема 2.2. Техника основных элементов.	45	Текущий	
27	08.10.			Текущий	
28	08.10.			Текущий	
29	11.10.			Текущий	
30	11.10.			Текущий	
31	15.10.			Текущий	
32	15.10.			Текущий	
33	15.10.			Текущий	
34	18.10.			Текущий	
35	18.10.			Текущий	
36	22.10.			Текущий	
37	22.10.			Текущий	
38	22.10.			Текущий	
39	25.10.			Текущий	
40	25.10.			Текущий	
41	29.10.			Текущий	
42	29.10.			Текущий	
43	29.10.			Текущий	
44	08.11.			Текущий	
45	08.11.			Текущий	
46	12.11.			Текущий	
47	12.11.			Текущий	
48	12.11.			Текущий	
49	15.11.			Текущий	
50	15.11.			Текущий	
51	19.11.			Текущий	
52	19.11.			Текущий	
53	19.11.			Текущий	
54	22.11.			Текущий	
55	22.11.			Текущий	

56	26.11.			Текущий	
57	26.11.			Текущий	
58	26.11.			Текущий	
59	29.11.			Текущий	
60	29.11.			Текущий	
61	03.12.			Текущий	
62	03.12.			Текущий	
63	03.12.			Текущий	
64	06.12.			Текущий	
65	06.12.			Текущий	
66	10.12.			Текущий	
67	10.12.			Текущий	
68	10.12.			Текущий	
69	13.12.			Текущий	
70	13.12.			Текущий	
71	17.12.	Тема 2.3. Развитие способностей. Совершенствование техники игры.	25	Текущий	
72	17.12.			Текущий	
73	17.12.			Текущий	
74	20.12.			Текущий	
75	20.12.			Текущий	
				Итого за 1 полугодие:	
76	24.12.			Текущий	
77	24.12.			Текущий	
78	24.12.			Текущий	
79	27.12.			Текущий	
80	27.12.	Текущий			
81	31.12.	Текущий			
82	31.12.	Текущий			
83	31.12.	Текущий			
84	14.01.	Текущий			
85	14.01.	Текущий			
86	14.01.	Текущий			
87	17.01.	Текущий			
88	17.01.	Текущий			

89	21.01.			Текущий	
90	21.01.			Текущий	
91	21.01.			Текущий	
92	24.01.			Текущий	
93	24.01.			Текущий	
94	28.01.			Текущий	
95	28.01.			Текущий	
96	28.01.	Раздел 3. Специальная тактическая подготовка Тема 3.1.Тактика игры.	83 30	Текущий	
97	31.01.			Текущий	
98	31.01.			Текущий	
99	04.02.			Текущий	
100	04.02.			Текущий	
101	04.02.			Текущий	
102	07.02.			Текущий	
103	07.02.			Текущий	
104	11.02.			Текущий	
105	11.02.			Текущий	
106	11.02.			Текущий	
107	14.02.			Текущий	
108	14.02.			Текущий	
109	18.02.			Текущий	
110	18.02.			Текущий	
111	18.02.			Текущий	
112	21.02.			Текущий	
113	21.02.	Текущий			
114	25.02.	Текущий			
115	25.02.			Текущий	
116	25.02.			Текущий	
117	28.02.			Текущий	
118	28.02.			Текущий	
119	04.03.			Текущий	
120	04.03.			Текущий	

121	04.03.	Тема 3.2.Развитие психомоторных способностей	30	Текущий	
122	07.03.			Текущий	
123	07.03.			Текущий	
124	11.03.			Текущий	
125	11.03.			Текущий	
126	11.03.			Текущий	
127	14.03.			Текущий	
128	14.03.			Текущий	
129	18.03.			Текущий	
130	18.03.			Текущий	
131	18.03.			Текущий	
132	21.03.			Текущий	
133	21.03.			Текущий	
134	25.03.			Текущий	
135	25.03.			Текущий	
136	25.03.			Текущий	
137	28.03.			Текущий	
138	28.03.			Текущий	
139	01.04.			Текущий	
140	01.04.			Текущий	
141	01.04.			Текущий	
142	04.04.			Текущий	
143	04.04.			Текущий	
144	08.04.			Текущий	
145	08.04.			Текущий	
146	08.04.			Текущий	
147	11.04.			Текущий	
148	11.04.			Текущий	
149	15.04.			Текущий	
150	15.04.			Текущий	
151	15.04.	Тема 3.3.Основные виды деятельности в игре.	23	Текущий	
152	18.04.			Текущий	
153	18.04.			Текущий	
154	22.04.			Текущий	

155	22.04.			Текущий	
156	22.04.			Текущий	
157	25.04.			Текущий	
158	25.04.			Текущий	
159	29.04.			Текущий	
160	29.04.			Текущий	
161	29.04.			Текущий	
162	06.05.			Текущий	
163	06.05.			Текущий	
164	06.05.			Текущий	
165	13.05.			Текущий	
166	13.05.			Текущий	
167	13.05.			Текущий	
168	16.05.			Текущий	
169	16.05.			Текущий	
170	20.05.			Текущий	
171	20.05.			Текущий	
172	20.05.			Текущий	
173	23.05.			Текущий	
174	23.05.			Текущий	
				Итого за 2	
				полугодие: часов	
				Всего часов: часов	

*ОРУ - общеразвивающие упражнения

По программе –ч.

Фактически дано –

Сокращено –

Праздничные дни – 2,9 мая

Больничный лист - _____ ч.

Активированный день - _____ ч.

ТРЕБОВАНИЯ К УРОВНЮ ПОДГОТОВКИ ОБУЧАЮЩИХСЯ.

Учащиеся должны знать и иметь представление:

- 1) об особенностях зарождения, истории мини-футбола;
- 2) о физических качествах и правилах их тестирования;
- 3) основы личной гигиены, причины травматизма при занятиях мини-футболом и правила его предупреждения;
- 4) основы судейства игры мини-футбол.

Учащиеся должны уметь:

- 1) выполнять по физической подготовке в соответствии с возрастом;
- 2) владеть тактико-техническими приемами мини-футбола;
- 3) уметь организовать самостоятельные занятия мини-футболом, а также, с группой товарищей;
- 4) организовывать и проводить соревнования по мини-футболу в классе, во дворе, в оздоровительном лагере и другое.

ПЕРЕЧЕНЬ ЛИТЕРАТУРЫ И СРЕДСТВ ОБУЧЕНИЯ.

- 1 - Комплексная программа по физическому воспитанию 1-11 классы под редакцией Г.А. Колодницкий, В.С. Кузнецов, М.В. Маслов «Просвещение» 2011г.
- 2 - Государственная программа Министерства образования и науки РФ по Физической культуре для профильного обучения. Москва. Просвещение. 2010г.
- 3 – Г.А.Васильков « От игры к спорту» М. Физкультура и спорт. 1990г.
- 4 – С.Н. Андреев Э.Г Алиев мини-футбол в школе ОАО Изд «Советский спорт» 2006г.