

**Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
«Центр международного сотрудничества  
Министерства просвещения Российской Федерации»**

**«Международная школа «Интердом» имени Е.Д. Стасовой»**

РАССМОТРЕНО  
на заседании Методического  
объединения (МО)  
Протокол № 1 от 30.08.2023

ПРИНЯТО  
на заседании  
Педагогического совета  
Протокол № 1 от 30.08.2023

УТВЕРЖДЕНО  
Приказом № 129  
30.08.2023

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
ФИЗКУЛЬТУРНО- СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ  
«МИНИ-ФУТБОЛ»**

Срок реализации программы: 3 года

Возраст обучающихся: 9-17

Уровень обучения: базовый

Количество часов: 72

Составитель: Горьев Андрей Валерьевич,  
педагог дополнительного образования

г. Иваново, 2023 г.

## Пояснительная записка.

Сегодня дополнительное образование детей по праву рассматривается как важнейшая составляющая образовательного пространства, сложившегося в современном российском обществе. Оно социально востребовано и требует постоянного внимания и поддержки со стороны общества и государства как образование, органично сочетающее в себе воспитание, обучение и развитие личности ребенка, что нашло отражение в национальной доктрине образования в Российской Федерации, Федеральной программе развития образования. В Концепции модернизации российского образования подчеркнута важнейшая роль дополнительного образования детей как одного из определяющих факторов развития склонностей, способностей и интересов, социального и профессионального самоопределения детей и молодежи.

Физкультурно-спортивная работа в системе дополнительного образования детей ориентирована на физическое совершенствование ребенка, формирование здорового образа жизни, воспитание спортивного резерва нации. Здоровье детей и подростков является одним из важнейших показателей, определяющих потенциал страны (экономический, интеллектуальный, культурный), а также одной из характеристик национальной безопасности. Среди важнейших социальных задач, которые сегодня стоят перед образованием – забота о здоровье, физическом воспитании и развитии обучающихся.

Современное состояние здоровья детей и молодежи требует приоритетного внимания, что можно достичь формированием здорового образа жизни, физическим развитием занимающихся: закаливание, тренировку силы, выносливости, быстроты, гибкости и других качеств, отличающих здорового, тренированного человека, от физически немоощного. Эту задачу помогает решать занятия в спортивных группах дополнительного образования.

**Программа имеет физкультурно-спортивную направленность**, вид спорта мини - футбол и призвана осуществлять 3 исключительно важных функции:

- создавать эмоционально значимую среду для развития ребёнка и переживания им «ситуации успеха»;
- способствовать осознанию и дифференциации личностно-значимых интересов личности;
- выполнять защитную функцию по отношению к личности, компенсируя ограниченные возможности индивидуального развития детей в условиях общеобразовательной школы реализацией личностного потенциала в условиях дополнительного образования.

Ведущими ценностными приоритетами программы являются: демократизация учебно-воспитательного процесса; формирование здорового образа жизни; саморазвитие личности; создание условий для педагогического творчества; поиск, поддержка и развитие детской спортивной одаренности посредством выбранного ими вида спорта.

### **Актуальность**

данной программы дополнительного образования в том, что она усиливает вариативную составляющую общего образования, способствует реализации сил, знаний, полученных детьми и подростками в базовом компоненте, формированию жизненных ценностей, овладению опытом самоорганизации, самореализации, самоконтроля ребенка и помогает ребятам в профессиональном самоопределении. Актуальность программы обусловлена тем, что отвечает потребностям современных детей и их родителей, ориентирована на эффективное решение актуальных проблем ребенка, соответствует государственной политике в области дополнительного образования и социальному заказу.

Данная программа разработана в соответствии с основными нормативными и программными документами в области образования РФ :

Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. N 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации".

- Концепция развития дополнительного образования детей. Утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014 г. № 1726-р.
- Приказ Министерства образования и науки РФ от 29 августа 2013 г. No 1008 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам".
- «Примерные требования к содержанию и оформлению образовательных программ дополнительного образования детей (письмо Министерства образования РФ от 11.12.2006 N 06-1844).
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 4 июля 2014 г. № 41 "Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей".

### **Отличительные особенности и новизна программы:**

Занятия по программе формируют и развивают не только физическую активность, но и речь учащихся, умение общаться друг с другом, поддерживать доброжелательную атмосферу в коллективе, правильно оценивать и анализировать свою работу и работу товарищей.

К отличительным особенностям программы можно отнести ее ориентированность на применение широкого комплекса различного дополнительного материала по данному виду спорта в соответствии с возрастными особенностями воспитанников.

С целью оптимизации общекультурного, личностного и познавательного развития детей, преемственности ступеней образовательной системы наряду с предметным содержанием большое внимание уделяется формированию универсальных учебных действий. Практические занятия по программе связаны с использованием информационно-коммуникационных технологий для усиления визуальной и творческой составляющей обучения.

Отличительные особенности данной программы от уже существующих в этой области заключаются в том, что программа ориентирована на применение широкого комплекса базовых систематизированных знаний в области спорта. Программа не только дает основательную базу тренировочного процесса, своего рода «школу» по данному виду спорта, но и создаёт для обучающихся перспективу их творческого роста, личностного развития в программном поле данного образовательного учреждения (либо – при особой одарённости ребенка – за его пределами в специализированных спортивных школах, средних профессиональных учебных заведениях).

Основные принципы, заложенные в основу работы:

- Принцип творчества (программа включает в себе возможности для воспитания и развития творческих способностей детей);
- Принцип научности (детям сообщаются знания о великих игроках, тренерах, соревнованиях и др.)
- Принцип доступности (учет возрастных и индивидуальных особенностей);
- Принцип поэтапности (последовательность, приступая к очередному этапу, нельзя миновать предыдущий);
- Принцип динамичности (от самого простого до сложного);
- Принцип сравнений (разнообразие вариантов игры, методов и способов достижения результата, разнообразие походов);
- Принцип выбора (решений по реализации установок и способов без ограничений).

**Педагогическая целесообразность** данной программы обусловлена целым рядом качеств, которых нет (или они слабо выражены) у основного:

- личностная ориентация образования;
- профильность;
- практическая направленность;
- мобильность;
- разноуровневость;
- реализация воспитательной функции обучения через активизацию деятельности обучающихся.

**Цель программы:** приобщить детей к систематическим занятиям физической культурой и спортом, к здоровому образу жизни.

**Задачи программы:**

1. Укрепление здоровья и всестороннее физическое развитие детей и подростков.
2. Овладение воспитанниками спортивной техникой и тактикой футбола.
3. Воспитание высоких моральных и волевых качеств; развитие специальных физических качеств личности.
4. Приобретение практических навыков и теоретических знаний в области футбола, а также соблюдение общей и частной гигиены и осуществление самоконтроля.

Наряду с практическими занятиями, проводятся и теоретические занятия. Программа построена по принципу изучения, и повторения объема знаний, умений и навыков. Занятия проводятся в форме физкультурных занятий, теоретической подготовки, проведения культурно - массовых мероприятий, соревнований, бесед, конкурсов, игр, помогающих развивать и осуществлять в полной мере технологии и идеи личностно-ориентированного образования. В ходе проведения занятий используется, в том числе и индивидуальный подход. На занятиях по возможности используются технические средства (видео, наглядные пособия и др.)

**В программу заложены следующие принципы:**

- принцип индивидуализации, предполагающий учет личных возможностей и способностей ребенка;
- принцип доступности, последовательности.

**Возраст обучающихся, участвующих в реализации программы:**

В физкультурно-спортивные группы принимаются дети с 9 по 17 лет, не имеющие медицинских противопоказаний. Программа рассчитана на обучение детей и подростков в течении 3 лет и разбита на этапы обучения:

- 1-2 – учебно-тренировочные группы,
- 3 - группы совершенствования.

**Отличительной особенностью** содержания данной программы является количество часов и адаптация к условиям работы как массовость, так и на спортивное мастерство.

**Формы организации деятельности:** групповая, индивидуальная.

**Форма и режим занятий:** Программа предусматривает распределение учебно – тренировочного материала для занятий по мини-футболу на 76 часов и направлена на доступный для детей данного возраста уровень

освоения навыков и умений игры в мини-футбол. Практические занятия по **физической, технической и тактической** подготовке проводятся в форме игровых занятий по общепринятой методике. Предусмотрены задания на дом и он-лайн для самостоятельного совершенствования физических качеств и индивидуальной техники владения мячом. Большинство практических занятий следует проводить на открытом воздухе.

Изучение **теоретического** материала осуществляется в форме 5 – 10-минутных бесед, которые проводятся, как правило, в начале занятий (как часть комплексного занятия). Основными формами обучения игры в мини-футбол, являются: групповые занятия, которые отвечают характеру игры в мини-футбол, предусматривают повышенное требование взаимодействия между игроками, необходимость решения коллективных задач, участие в соревнованиях и инструкторская и судейская практика.

Формы проведения занятий: разучивание материала, практические занятия, закрепление навыков полученных на занятиях:

1. Практические занятия в зале
2. Силовая подготовка
3. Тренировочные школьные и районные и городские соревнования;
4. Подвижные игры;
5. Эстафеты.

**Количество и продолжительность занятий:** группа базового уровня 2 раза в неделю по 1 часу.

### **Ожидаемые результаты:**

Обучающиеся должны знать и иметь представление:

1. об особенностях зарождения, истории мини-футбола;
2. основы личной гигиены, причины травматизма при занятии мини-футболом и правила его предупреждения;
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 др.

### **1 года обучения**

К концу учебного года учащиеся:

1. Приобретают теоретические знания по всем разделам теоретической подготовки.
2. Осваивают основные средства ОФП

3. Осваивают основные приёмы игры в мини-футбол (перемещения, удары по мячу ногой, головой, остановки мяча, ведение мяча, обманные движения).
4. Выполняют основные действия игры вратаря.
5. Умеют ориентироваться в действиях с партнёрами и соперниками.
6. Применяют изученные способы ударов по мячу и способы остановки мяча.
7. Осваивают основы коллективной игры (взаимодействие двух и более игроков),
8. Ориентируются при розыгрыше соперниками стандартной ситуации.
9. Играют в мини-футбол.
10. Осваивают основы судейской и инструкторской практики.

### **2-3 года обучения**

К концу учебного года учащиеся:

1. Приобретают теоретические знания по всем разделам теоретической подготовки.
2. Знают и применяют основы атакующих и защитных действий.
3. Владели следующими техническими приёмами: перемещения в сочетании с техникой владения мячом, удары головой в прыжке, ведение правой и левой ногой, изменение направления и ритм движения.
4. Знают основные правила игры в мини-футбол.
5. Применяют в практической игре: обманные движения и отбор мяча, групповые комбинации.
6. Выполняют «финты» с учётом игрового места в составе команды.
7. Умеют оценивать игровую ситуацию.
8. Осуществляют переход от обороны к атаке.
9. Выполняют простейшие комбинации в стандартных ситуациях.
10. Умеют оценивать свои игровые действия.
11. Осваивают действия вратаря (занимать правильную позицию при «угловом», «штрафном», свободном ударах вблизи своих ворот).
12. Приобретают практику судейства игр.
13. Играют в мини-футбол.

У детей повышается уровень функциональной подготовки. Улучшается координация движений, скорость перемещения, мобильность. Появляется мотивация к учебной деятельности.

Учащиеся должны уметь:

1. выполнять требования по физической подготовке в соответствии с возрастом;
2. владеть тактико–техническими приемами мини-футбола;
3. Знать основы судейства;

Требования к уровню обучающихся:

- наличие интереса к спорту; стремление к спортивному самовыражению;
- владение основами спортивной грамоты;
- проявление навыков коллективной деятельности;
- умение двигаться по площадке, не бояться соперников, культура поведения в игре;
- стремление к победе, умение выполнять команды тренера;
- овладение навыками ОФП;

Игра в мини – футбол способствует развитию личностных качеств занимающихся и является средством формирования у обучающихся универсальных способностей (компетенций). Эти способности (компетенции) выражаются в метапредметных результатах образовательного занятия и активно проявляются в разнообразных видах деятельности, выходящих за рамки игр в мини-футбол.

Универсальными компетенциями у занимающихся на этапе начального образования являются:

- умения организовывать собственную деятельность, выбирать и использовать средства для достижения ее цели;
- умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей;
- умения доносить информацию в доступной, эмоционально-яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми.

Воспитательная работа;

Воспитание - способность у ребенка выстраивать индивидуальный вариант собственной жизни в границах достойной жизни.



На протяжении занятий с детьми, педагог решает задачу формирования личных качеств это: воспитание патриотизма, воспитание нравственных качеств (честность, доброжелательность, терпимость, коллективизм, дисциплинированность, самообладание) в сочетании с волевыми (настойчивость, смелость, упорство, терпеливость), воспитание трудолюбия, чувства прекрасного. Значимой фигурой в воспитательном процессе является педагог, оказывающий огромное воспитательное воздействие на обучающихся своим личным примером.

Значительное в воспитательной работе отводится соревнованиям, где особенно ярко проявляются личностные качества обучающегося. Необходимо фиксировать не только спортивные результаты учащихся, но и отмечать недостатки морально-психологической подготовленности, настраивать его как на достижение определенных результатов, так и на проявление морально-волевых качеств.

#### Формы организации воспитательной работы:

- собрания, лекции и беседы с учащимися;
- информации о спортивных событиях в стране, мире;
- культурно-массовые мероприятия;

**Мониторинг** личностного развития обучающихся в процессе освоения ими образовательной программы осуществляется на основе диагностики личностного развития. В ходе реализации программы отслеживается уровень сформированности организационно-волевых качеств (терпение, воля, самоконтроль); ориентационных качеств (самооценка, интерес к занятиям); поведенческих качеств (конфликтность, тип сотрудничества).

**Формой подведения итогов** реализации дополнительной образовательной программы данной направленности являются соревнования и показательные выступления.

**УЧЕБНЫЙ ПЛАН ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ  
ПО МИНИ-ФУТБОЛУ НА 2023-2024 УЧЕБНЫЙ ГОД  
ВОЗРАСТ ДЕТЕЙ 9-18 ЛЕТ.**

Содержание занятий	Уровень подготовки		
	1	2	3
<b>1. Теоретические занятия</b>			
Инструктаж по ТБ	1	1	1
Правила игры в футбол и мини-футбол	1	1	1
Подведение итогов	1	1	1
<b>2. Практические занятия</b>			
Общая физическая подготовка	11	3	3
Специальная физическая подготовка	18	14	14
Тактическая подготовка	8	20	20
Техническая подготовка	22	22	22
<b>3. Соревнования</b>			
Контрольные игры и соревнования	14	14	14
<b>ВСЕГО:</b>	<b>76</b>	<b>76</b>	<b>76</b>

**Содержание программы занятий.**

1. **Вводное занятие:** техника безопасности, гигиенические навыки, правила игры, организация и проведение соревнований по футболу и мини-футболу.
2. **ОФП:** прыжковые упражнения - основа скоростно-силовой подготовки юных футболистов, гимнастические и акробатические упражнения, повторный и переменный бег.
3. **СФП:** подвижные спортивные игры, упражнения для развития быстроты, частоты движений, развитие ловкости движений.

4. **Техника игры:** анализ деталей техники работы с мячом, обучение элементам техники. Обучение технике в условиях соприкосновения с соперником и в соревновательных условиях, анализ деталей техники работы с мячом.
5. **Тактика игры:** обучение и совершенствование игровых индивидуальных, групповых и командных тактических действий, игровые тактические действия по заданию тренера. Установка на игру и разбор игры.
6. **Основы методики обучения и тренировки футболистов:** рассказ, показ, разучивание (повторение), анализ обучения движениям - методы обучения. Учебно-тренировочные занятия - основная форма работы с молодыми футболистами. «Круговая тренировка» - форма организации занятий.
7. **Инструкторская и судейская практика:** судейское руководство игрой, оформление протокола игры.
8. **Контрольные нормативы:** сдача контрольных нормативов, участие в соревнованиях.

Основными показателями выполнения программных требований по уровню подготовленности учащихся являются:

- участие в соревнованиях по возрастной программе, общегородских мероприятий, входящих в утвержденный Департаментом образования города Иваново
- выполнение контрольных нормативов по общей и специальной физической подготовке;
- овладение теоретическими знаниями и навыками;

**Методическое обеспечение:** Весь учебный материал программы распределен в соответствии с принципом комплектования групп и рассчитан на последовательное и постепенное расширение теоретических знаний, практических умений и навыков.

Основные задачи, на которые должен опираться педагог дополнительного образования: – укрепление здоровья и закаливание организма; привитие интереса к систематическим занятиям мини-футболом; обеспечение всесторонней физической подготовки, развитие силовых, скоростных, скоростно-силовых качеств, координации движений, овладение основным арсеналом технических и тактических приемов игры; приобретение опыта участия в соревнованиях; воспитание судейских и инструкторских навыков; совершенствование навыков самостоятельных занятий.

Изучение теоретического материала программы рекомендуется проводить в форме 10-15 минутных бесед, которые проводятся, как правило, в начале

занятий. Кроме того, теоретические сведения сообщаются учащимся в процессе проведения практических занятий. Кроме того, теоретические сведения сообщаются учащимся в процессе проведения практических занятий. При изучении теоретического материала следует широко использовать наглядные пособия, видеозаписи. В конце занятия педагог дополнительного образования рекомендует специальную литературу для самостоятельного изучения. Педагог, подбирая материал для занятий, должен наряду с новым, обязательно включать в занятия упражнения, приемы техники и тактики игры из ранее усвоенного учебного материала для его закрепления и совершенствования.

В секциях дополнительного образования, занимающиеся должны получить элементарные навыки судейства игры по мини-футболу

Практические занятия по физической, технической и тактической подготовке проводятся в форме групповых занятий по общепринятой методике, разработанной педагогом дополнительного образования. Педагогам рекомендуется давать занимающимся задания на дом для самостоятельного совершенствования физических качеств и индивидуальной техники владения мячом.

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

Одним из основных условий успешной организации учебно-тренировочных занятий секции мини-футбола является наличие мини-футбольного поля 30х60м. с простейшим подсобным оборудованием и спортивный зал размером 12х24м.

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

1.	Ворота мини-футбольные с сетками	2 штуки
2.	Мячи мини-футбольные	15 штук
3.	Гимнастические скамейки	3-4 штуки
4.	Скакалки	15 штук
5.	Стойки для обводки	25 штук
6.	Насос электрический со штуцером	1 штука
7.	Многофункциональный секундомер	1 штука

8.	Спортивная форма для участия в соревнованиях	Комплект
9.	Планшет для показа видеозаписей	1 штука

### Список литературы:

1. Андреев «Мини-футбол в школе» ОАО Издательство « Советский спорт» 2008г
2. Андреев С.Н., Алиев Э.Г. Мини-футбол в школе 2006.
3. Андреев С.Н., Алиев Э.Г., Левин В.С. МИНИ-ФУТБОЛ (футзал). примерная программа спортивной подготовки для ДЮСШ и СДЮШОР. – М.: Советский спорт , 2010.
4. Верхошанский Ю.В. Программирование и организация тренировочного процесса.- М.: ФиС, 1985
5. Дьячков В.М. Методы совершенствования физической подготовки. – М.: Физкультура и спорт,1973.
6. Конуров Д.М. Связь физической и тактической подготовки спортсменов в игровых видах спорта: Автореф. дис...канд.пед. наук. – М.,2002.
7. Матвеев Л.П. Основы спортивной тренировки. М.: ФиС, 1977.
8. Мини-футбол – игра для всех. В.Л. Мутко, С.Н. Андреев, Э.Г. Алиев. – М.: Советский спорт, 2007.
9. Волков С.В. « Теория и методика детского и юношеского спорта» Олимпийская литература 2002 г.Ж-Л Чесно «Футбол. Обучение базовой техники» Спорт Академ. Пресс 1998г
- 10.Мини-фубол (футзал) : Примерная программа для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва С.Н. Андреев, Э. Г. Алиев, В. С. Левин, К. В. 4.Еременко. - М.: Советский спорт, 2010. - 96 с.