

**Содержание**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 1. | Пояснительная записка | **стр.3** |
| 2. | Актуальность программы | **стр.3** |
| 3. | Цель и задачи программы | **стр.4** |
| 4. | Адресат программы | **стр.4** |
| 5. | Содержание рабочей программы | **стр.5** |
| 6. | Методы и формы обучения | **стр.5** |
| 7. | Режим занятий | **стр.5** |
| 8. | Срок освоения программы | **стр.5** |
| 9. | Объем часов | **стр.6** |
| 10. | Система формы контроля уровня достижений учащихся | **стр.6** |
| 11. | Ожидаемый результат | **стр.6** |
| 12. | Учебно-тематический план | **стр.7** |
| 13. | Содержание программы | **стр.8** |
| 14. | Диагностические и контрольные материалы | **стр.11** |
| 15. | Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение программы | **стр.12** |
| 16. | Список литературы | **стр.13** |

**Пояснительная записка**

Дополнительная общеразвивающая программа **«Мини футбол»** является **модифицированной,** по направленности **- физкультурно-спортивной**, по уровню освоения - **стартовой,**по способу подачи содержания и организацииучебного процесса – **горизонтальной.**

Программа разработана в соответствии со следующими документами:

* Федеральный Закон Российской Федерации от 29.12.2012 г. № 273 «Об образовании в Российской Федерации» (далее – ФЗ № 273),
* Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 29 августа 2013 г. № 1008 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»
* Концепция развития дополнительного образования детей от 4 сентября 2014 г. № 1726
* [Письмо Минобрнауки России от 14 декабря 2015 г. № 09-3564 "О внеурочной деятельности и реализации дополнительных общеобразовательных программ"](https://infourok.ru/go.html?href=https%3A%2F%2Fdogm.mos.ru%2Fupload%2Fiblock%2Fbd7%2Fps_mo_09_3564_14_12_2015_r15.pdf)
* [Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ.](https://infourok.ru/go.html?href=http%3A%2F%2Fxn----7sbbsodjdcciv4aq0an1lf.xn--p1ai%2Ffiles%2Fupload%2F2015-12-02_%2810%29.pdf) Письмо Минобрнауки России от 18.11.15 №09-3242
* СанПин 2.4.3172-14: «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей», утверждённый постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 4 июля 2014 года № 41.

Программа предназначена для оздоровительной работы с учащимися, проявляющими интерес к физической культуре и спорту. Данная программа представляет собой вариант программы дополнительного образования для учащихся средней школы. Программа спортивной секции «Мини-футбол» составлена с целью закрепления у учащихся интереса к спортивным играм.

Программа позволяет последовательно решать задачи физического воспитания школьников на протяжении обучения в школе, формируя у учащихся целостное представление о физической культуре, ее возможностях в повышении работоспособности и улучшения состояния здоровья, а главное - воспитывая личность, способную к самостоятельной творческой деятельности.

Программа последовательно решает задачи физического воспитания:

- укрепление здоровья, физическое развитие и повышение работоспособности учащихся;

- воспитание у школьников высоких нравственных качеств, формирование понятия о том, что забота о своем здоровье является не только личным долгом, воспитание потребности в систематических и самостоятельных занятиях физическими упражнениями;

- приобретение знаний в области гигиены, необходимых понятий и теоретических сведений по физической культуре и спорту;

- развитие основных двигательных качеств (скоростные качества, выносливость, ловкость, меткость, смекалку, прыгучесть);

- применение изученных приёмов в соревнованиях;

- использование свободного времени для сохранения и укрепления здоровья.

**Актуальность программы**

Мини-футбол - один из наиболее увлекательных и массовых видов спорта. Его отличает богатое и разнообразное двигательное содержание. Чтобы играть в волейбол, необходимо уметь быстро бегать, обладать силой, ловкостью и выносливостью. Эмоциональные напряжения, во время игры, вызывают в организме обучающихся высокие сдвиги в деятельности сердечно-сосудистой и дыхательной систем. Качественные изменения происходят и в дыхательном аппарате. Удары по мячу укрепляют костную систему, суставы становятся более подвижными, повышается сила и эластичность мышц. Постоянные взаимодействия с мячом способствуют улучшению глубинного и периферического зрения, точности в ориентировке в пространстве. Игра в мини-футбол развивает мгновенную реакцию на зрительные и слуховые сигналы, повышает мышечное чувство и способность к быстрым чередованиям напряжений и расслаблений мышц. Небольшой объем статических усилий и нагрузок в игре благотворно влияет на рост юных спортсменов. Игра в мини-футбол требует от занимающихся максимального проявления физических возможностей, волевых усилий и умения пользоваться приобретенными навыками. В процессе игровой деятельности обучающиеся проявляют положительные эмоции: жизнерадостность, бодрость, инициативу, желание победить. Благодаря своей эмоциональности игра в баскетбол представляет собой средство не только физического развития, но и активного отдыха.

Этим обусловлена **актуальность** данной программы.

**Цель и задачи программы**

**Цель программы** создание условий для развития физических, психологических и волевых качеств личности через обучение игре в мини-футбол, формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепления здоровья обучающихся и взрослых.

**Задачи программы:**

***Обучающие:***

-содействие гармоничному физическому развитию, всесторонне физической

подготовленности, укреплению здоровья обучающихся и привитие интереса к занятиям мини-футболом;

- обучение техническим и тактическим приёмам мини-футбола;

- повышение тренировочных и соревновательных нагрузок, уровня владения навыками игры в процессе многолетней подготовки до требований в командах высших разрядов;

- подготовка юных спортсменов-разрядников;

-подготовка инструкторов и судей по футболу;

- подготовка и выполнение нормативных требований.

***Развивающие:***

*-*укрепление здоровья и повышение работоспособности обучающихся;

- подготовка волевых, смелых, дисциплинированных, обладающих командной игровой подготовкой и бойцовскими качествами спортсменов;

- выявление задатков, способностей и спортивной одарённости;

- приобретение соревновательного опыта, навыков в организации и проведении

соревнований по общей физической и технической подготовке;

- формирование соревновательного навыка.

***Воспитательные:***

*-*воспитание ценностных ориентации на здоровый образ жизни;

- воспитание специальных физических качеств;

- воспитание черт спортивного характера.

**Адресат программы**

Дополнительная общеразвивающая программа **«Мини-футбол»** разработана для обучающихся 12-13 лет, не имеющих медицинских противопоказаний. Программа рассчитана для занятий с обучающимися (девочками) средней (12 -13 лет). Подростковый возраст требует особого внимания. Это ответственный период становления личности, интенсивного роста внутренних творческих сил и возможностей подрастающего человека. Противоречивость, свойственная в той или иной мере каждому возрастному этапу, в подростковом возрасте составляет самую его суть.

**Содержание рабочей программы**

Материал даётся в трёх разделах: основы знаний; общая и специально физическая подготовка; техника и тактика игры.

В разделе «Основы знаний» представлен материал по истории футболу (мини-футбол), правила соревнований.

В разделе «Общая и специально физическая подготовка» даны упражнения, которые способствуют  формированию общей культуры движений, подготавливают организм  к физической деятельности, развивают определённые двигательные качества.

В разделе «Техника и тактика игры» представлении материал, способствующий обучению техническими и тактическими приёмами игры.

В конце, обучения по программе, учащиеся должны знать правила игры и применять участие в соревнованиях.

Содержание самостоятельной работы включает в себя выполнение комплексов упражнений для повышения общей и специальной физической подготовки.

**Методы и формы обучения**

Большие возможности для учебно-воспитательной работы заложены в принципе совместной деятельности учителя и ученика. Занятия необходимо строить так, чтобы учащиеся сами находили нужное решение, опираясь на свой опыт. Полученные знания и умения. Занятия по технической, тактической, общефизической подготовке проводятся в режиме учебно-тренировочных по 1

часу в неделю.

Теория проходит в процессе учебно-тренировочных занятий, где подробно разбирается содержание правил игры, игровые ситуации, жесты судей.

Для повышения интереса занимающихся к занятиям по футболу (мини-футбол) и более успешного решения образовательных, воспитательных, оздоровительных задач  применяются  разнообразные формы и методы проведения этих занятий.

Словесные методы: создают у учащихся предварительные представления об изучаемом движении. Для этой цели используются: объяснение, рассказ, замечание, команды, указание.

Наглядные методы: применяются главным образом в виде показа упражнения, наглядных пособий, видеофильмов. Эти методы помогают создать у учеников конкретные представления об изучаемых действиях.

Практические методы:

- методы упражнений;

- игровой;

- соревновательный;

- круговой тренировки.

Главным из них является метод упражнений, который предусматривает многократное повторение упражнений. Разучивание упражнений осуществляется двумя методами:

- в целом;

- по частям.

Игровой и соревновательный методы применяются после того, как у учащихся образовались некоторые навыки игры.

Метод круговое тренировки предусматривает выполнение заданий на специально подготовленных местах (станциях). Упражнения выполняются с учётом технических и физических способностей занимающихся.

**Формы обучения:** индивидуальная, фронтальная, групповая, поточная.

**Режим занятий:** 2 раза в неделю по 2 и 2,5 часа.

**Срок освоения программы:** 1 год.

**Объем часов в год составляет** – 153 часа (34 недели по 4,5 часа в неделю).

**Система формы контроля уровня достижений учащихся**

Умения и навыки проверяются во время участия учащихся в школьном этапе соревнований. Подведение итогов по технической и общефизической подготовке 2 раза в год (сентябрь, май), учащиеся выполняют контрольные нормативы.

**Нормативы** **по физической и технической подготовке**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Упражнения | 12 лет | 13 лет |
| Бег 30 м (сек) | 5,3 | 5,1 |
| Бег 400м (сек) | 120 | 150 |
| 6-минутный бег (м) | 1320 | 880 |
| Прыжок в длину с/м (см) | 160 | 170 |
| Бег 30м с ведением мяча (сек) | 6,4 | 6,2 |
| Бег 5х30м с ведением мяча (сек) | 75 | 100 |
| Удар по мячу на дальность – сумма ударов правой и левой ногой (м) | 25 | 18 |
| Удар по мячу ногой на точность (число попаданий) | 6 | 7 |
| Ведение мяча, обводка стоек и удар по воротам (сек) | 15 | 20 |
| Жонглирование мячом (кол-во раз) | 8 | 10 |
| Удары по мячу ногой с рук на дальность и точность (м) | 15 | 10 |
| Доставание подвешенного мяча кулаком в прыжке (см) | 180 | 170 |
| Бросок мяча на дальность (м) | 10 | 18 |

**Ожидаемый результат** В конце изучения рабочей программы планируется снижение уровня заболеваемости детей, социальной адаптации учащихся, сформирование коммуникативных способностей, то есть умение играть в команде. Формирование здорового образа жизни учащихся, участие в общешкольных, районных и  краевых мероприятиях, качественное освоение практических и теоретических навыков  игры в футбол (мини-футбол), привитие любви к спортивным играм.

**Воспитательные результаты внеурочной спортивно-оздоровительной деятельности распределяются по трём уровням.**

1. **Результаты первого уровня** **(приобретение школьником социальных знаний, понимания социальной реальности и повседневной жизни)**: приобретение воспитанниками знаний о правилах ведения здорового образа жизни, об основных нормах гигиены, о технике безопасности при занятиях спортом; о спортивной игре мини-футбол, о принятых в обществе нормах отношения к природе, о способах организации досуга, участие в соревнованиях на секции.

2. **Результаты второго уровня (формирование позитивных отношений школьника к базовым ценностям нашего общества и к социальной реальности в целом):** развитие ценностных отношений воспитанника к своему здоровью и здоровью окружающих его людей, к спорту и физкультуре, к природе, к родному Отечеству, его истории и народу, к труду, к другим людям, участие в соревнованиях в школе.

**3.Результаты третьего уровня** **(приобретение школьником опыта самостоятельного социального действия):** приобретение воспитанником опыта актуализации спортивно-оздоровительной деятельности в социальном пространстве; организация досуга; опыта самообслуживания, самоорганизации и организации совместной деятельности с другими школьниками; опыта управления другими школьниками и принятия на себя ответственности за других. Спортивно-оздоровительная деятельность воспитанников за пределами школы (в районе, между отрядами летних оздоровительных лагерей).

**УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| N п/п | Название раздела, темы | Количество часов | | | Формы  аттестации/  контроля |
| Всего | Теория | Практика |
| **1.** | Введение в программу  1.1 Вводное занятие, ТБ 1.2 Беседы о ЗОЖ  1.3 История развития 1.4 Правила игры | **4** | **4** |  |  |
| **2.** | Общая физическая подготовка  2.1 Строевые упражнения  2.2 Элементы ходьбы и бега  2.3 Гимнастические упражнения  2.4 Л/а упражнения 2.5 Акробатические упражнения  2.6 Упражнения в висах и упорах  2.7 Подвижные игры | **66** | **4** | **62** |  |
| **3.** | Специальная физическая подготовка  3.1 Развитие физических качеств | **22** | **2** | **20** |  |
| **4.** | Техническая подготовка  4.1 Передвижения без мяча  4.2Приемы владения мячом ногами  4.3 Приемы игры головой  4.4 Остановка мяча  4.5 Ведение мяча  4.6 Обманные движения (финты)  4.7 Отбор мяча  4.8 Вбрасывание мяча 4.9 Техника игры вратаря | **22** | **3** | **19** |  |
| **5.** | Тактическая подготовка 5.1 Индивидуальные действия 5.2 Групповые действия 5.3 Позиционные действия 5.4 Командные действия | **30** | **11** | **19** |  |
| **6.** | Соревновательный период (контрольные игры и соревнования, турниры по минифутболу) | **6** | **-** | **6** |  |
| **7.** | Итоговые и показательные занятия | **3** | **1** | **2** |  |
|  | **Всего часов** | **153** | **25** | **128** |  |

**Содержание программы:**

**Раздел 1.** Введение в программу (основы знаний по мини-футболу)

1.1 Вводное занятие. ТБ Теория: Знакомство с программой. Беседа о технике безопасности.

1.2 Беседа о здоровом образе жизни

**Теория:** Значение здорового образа жизни. Базовые представления о приемах самоконтроля. Личная гигиена: уход за телом, закаливание, простейшие приемы самомассажа.

1.3 История и развитие мирового и отечественного футбола.

**Теория:** Лекция об истории и развитии футбола. Краткий обзор возникновения и развития мини-футбола. Год рождения мини-футбола. Основатель игры в футбол. Родина минифутбола. Первые шаги мини-футбола в мире и у нас в стране. Развитие мини-футбола среди школьников. Описание игры. Показ наглядных материалов.

1.4 Правила игры.

**Теория:** Состав команды, замена игроков. Права и обязанности игроков. Правила игры. Основы судейской терминологии и жеста. Виды соревнований. Понятие о методике судейства. Соревнования по мини-футболу среди школьников.

**Раздел 2.** Общая физическая подготовка

2.1 Строевые упражнения.

**Теория:** Понятие о строе и командах. Классификация строевых упражнений.

**Практика:** Строевые приемы (команды для управления группой). Построения (шеренга, колонна, фланг, дистанция и интервал). Перестроения (в одну, в две шеренги, в колонну по одному, по два). Предварительная и исполнительная части команд. Основная стойка. Повороты и передвижения (сомкнутый и разомкнутый строй, виды размыкания, перестроения, действия в строю на месте и в движении: построение, выравнивание строя, расчет в строю, повороты и полуобороты, размыкание и смыкание строя, перестроение шеренги и колонны в строю). Переход с шага на бег и с бега на шаг. Изменение скорости движения. Остановка во время движения шагом и бегом.

2.2 Элементы ходьбы и бега

**Теория:** Виды спортивной формы ходьбы и спортивной формы бега.

**Практика:** Походный шаг, строевой шаг, шаг на носках и на пятках, на внешнем своде стопы, перекатом с пятки на носок, с высоким подъемом бедер, в полуприседе, выпадами, ходьба на руках, ходьба в упоре присев сзади. Обычный бег, бег спиной вперед, бег с ускорением и замедлением темпа, бег с внезапной остановкой и сменой направления, семенящий бег, бег с высоким подниманием бедра, бег с захлестыванием голени назад, бег с отведением голени назад и наружу, бег выпадами.

2.3 Гимнастические упражнения

**Теория:** Виды гимнастики. Утренняя гимнастика. Спортивная гимнастика. Общеразвивающие упражнения (общая характеристика, классификация, типовые исходные положения).

**Практика:** Упражнения без предметов: для рук и плечевого пояса, для мышц предплечья и плеча, для плечевого сустава, для мышц ног и тазового пояса, брюшного пресса, тазобедренного сустава, туловища и шеи. Упражнения с предметами: со скакалками, резиновыми мячами, набивными мячами (1-2 кг), гантелями. Упражнения в парах, держась за мяч, упражнения в сопротивлении. Чередование упражнений руками, ногами - различные броски, выпрыгивание вверх с мячом, зажатым голеностопными суставами; в положении сидя, лежа - поднимание ног с мячом. Упражнения на гимнастических снарядах. Лазанье по гимнастической стенке, канату. Ходьба по скамейке. Смешанные висы.

2.4 Л/а упражнения

**Теория:** Общая характеристика и классификация основных видов л\а упражнений.

**Практика:** Бег: бег с ускорением 30-40 м. Низкий старт и стартовый разбег до 60 м. Челночный бег (3х10м). Эстафетный бег с этапами до 40м. Бег с препятствиями от 60 до 100 м (количество препятствий от 4 до 10), в качестве препятствий используются набивные мячи, учебные барьеры, условные окопы. Бег в чередовании с ходьбой до 400 м. Бег медленный до 3 11 минут. Бег или кросс до 1000 м. Прыжки в высоту с разбега способом «перешагивание». Прыжки в длину с места, тройной прыжок с места и с разбега. Прыжки в длину с разбега способом «согнув ноги». Полоса препятствий (из 10 видов упражнений). Метание малого мяча в цель на дальность отскока и на дальность.

2.5 Акробатические упражнения

**Теория:** Общая характеристика и классификация акробатических элементов.

**Практика:** Кувырок вперед из упора в положении сидя в группировке, кувырок назад, стойка на лопатках. Кувырок вперед из упора в упор присев и последующий прыжок вверх со взмахом рук. Группировки в приседе, сидя, лежа на спине. Перекат в сторону из упора, стоя на коленях. Перекат вправо (влево) из упора, стоя на правом (левом) колене, левая нога в сторону на носок. Перекаты в сторону в широкой группировке. Перекат назад из упора присев в упор на лопатках согнувшись.

2.6 Упражнения в висах и упорах Теория: Общие понятия упражнений на перекладине и упоре лежа. Практика: Из виса хватом сверху подтягивание. Из упора лежа сгибание и разгибание рук.

2.7 Подвижные игры Теория: Правила подвижных игр Практика: Подвижные игры на быстроту реакции («колечко», «поймай мешок»), на развитие скоростных качеств («салки», «кто быстрей», «бездомный заяц»), на развитие меткости («самый меткий», «сбей кегли»).

Раздел 3. Специальная физическая подготовка

3.1 Развитие физических качеств

**Теория:** Определения «сила», «гибкость», «ловкость», «быстрота, «выносливость».

**Практика:** Упражнения на развития быстроты (бег на 5, 10, 15 м из различных исходных положений, бег с остановками и изменением направления, челночный бег, бег с отягощением, с набивными мячами, бег «змейкой» между расставленными в различном положении стойками для обводки, обводка стоек на скорость, бег с быстрым изменением скорости, бег с изменением направления до 180 градусов, бег боком и спиной вперед и на перегонки). Упражнения на развитие силовых качеств (подъемы туловища, отжимания, приседания, висы, выпрыгивание вверх с двух ног в заданном темпе). Упражнения на выносливость (бег, прыжки через скакалку, напрыгивание на предметы различной высоты, серия прыжков с преодолением препятствий.). ОРУ на развитие гибкости (махи, статические упражнения, шпагат).

**Раздел 4.** Техническая подготовка

4.1 Передвижения без мяча.

**Теория:** Способы передвижения без мяча.

**Практика:** Бег - по прямой, изменяя направление и скорость, приставным и крестным шагом (вправо, влево). Прыжки: вверх толчком двух ног с места и толком двух ног с места и с разбега. Повороты во время бега налево и направо. Остановки во время бега: выпадом и прыжками (на обе ноги).

4.2 Приемы владения мячом ногами.

**Теория:** Классификация ударов по мячу. Строение нижних конечностей.

**Практика:** Удары по мячу серединой подъема ноги. Удары по мячу внутренней частью подъема ноги. Удары по мячу внешней частью подъема ноги. Удары по мячу внутренней стороной стопы. Удары по мячу внешней стороной стопы. Удар носком. Удар пяткой. Жонглирование мячом.

4.3 Приемы игры головой.

**Теория:** Правила безопасности при ударе по мячу головой.

**Практика:** Удары по мячу лобной частью головы (с места, в броске, в прыжке). Удары по мячу боковой частью головы.

4.4 Остановка мяча.

**Теория:** Способы остановки мяча. Запрещенные приемы обработки мяча.

**Практика:** Остановка мяча подошвой. Остановка мяча внутренней стороной стопы. Остановка мяча серединой подъема. Остановка мяча голенью. Остановка мяча бедром. Остановка мяча грудью. Остановка мяча головой.

4.5 Ведение мяча.

**Теория:** Различные способы ведения мяча.

**Практика:** Ведение внутренней и внешней стороной стопы: правой, левой ногой и поочередно; по прямой, меняя направление, между стоек и движущихся партнеров. Ведение серединой подъема и носком. Ведение мяча по «восьмерке». Ведение мяча с обводкой движущихся и противоборствующих соперников.

4.6 Обманные движения (финты).

**Теория:** Виды и способы обманных движений.

**Практика:** Обучение финтам после замедления бега или остановки – неожиданный рывок с мячом (прямо или в сторону), во время ведения мяча внезапная отдача мяча назад, откидывая его подошвой партнеру, находящемуся сзади: показать ложный запах для сильного удара по мячу, а вместо удара захватить мяч ногой и уйти с ним рывком, имитируя передачу партнеру, находящемуся слева, перенести правую ногу через мяч и, наклонив туловище влево, захватить мяч внешней частью подъема правой ноги и резко уйти вправо, этот же финт в другую сторону. При ведении показать остановку мяча подошвой (без касания или с касанием мяча подошвой) или удар пяткой назад – неожиданным рывком уйти с мячом; быстро отвести мяч подошвой под себя – рывком с мячом уйти вперед; при ведении неожиданно остановить мяч и оставить его партнеру, который движется за спиной, а самому без мяча уйти вперед, увлекая соперника («скрещивание») и др.

4.7 Отбор мяча.

**Теория:** Приемы отбора мяча. Способы отбора мяча перехватом и подкатом. Запрещенные способы отбора мяча.

**Практика:** Перехват мяча – быстрый выход на мяч с целью опередить соперника, которому адресована передача мяча. Обучение умению выбрать момент для отбора мяча, выполняя ложные движения и вызывая соперника, владеющего мячом, на определенные действия с мячом. Отбор в подкате – выбивая и останавливая мяч ногой.

4.8 Вбрасывание мяча.

**Теория:** Техника вбрасывания мяча вратарем после ловли.

**Практика:** Вбрасывание одной рукой из-за плеча, сбоку, снизу.

4.9 Техника игры вратаря

**Теория**: Форма вратаря. Профилактика травматизма.

**Практика:** Ловля катящихся и низколетящих мячей, ловля полувысоких мячей, ловля высоколетящих мячей, отбивание мяча кулаком, отбивание мяча двумя руками. Отбивание мячей ногой. Ловля мячей, катящихся в стороне от вратаря. Ловля низких, полу высоких и высоких мячей, летящих в стороне от вратаря.

Раздел 5. Тактическая подготовка

5.1 Индивидуальные действия

**Теория:** Роль игрока на поле. Учет индивидуальных особенностей личности при распределении игроков на поле.

**Практика:** Выбор места на поле. Ведение мяча и обводка. Отбор мяча.

5.2 Групповые действия

**Теория:** Роль групповых действий на поле.

**Практика:** Взаимодействие двух и более игроков. Умение точно выполнять передачу в ноги партнеру, на свободное место. Комбинации в парах: «стенка», «скрещивание», «пропуск мяча».

5.3 Позиционные действия

**Теория:** Выбор правильной позиции на поле.

**Практика:** Выбор позиции и взаимодействия игроков при атаке противника флангом и через центр.

5.4 Командные действия

**Теория:** Роль слаженных совместных действий команды.

**Практика:** Тактика защитников. Тактика игроков полузащиты. Тактика игроков нападения. Тактическая подготовка в двусторонней игре.

Раздел 6. Соревновательный период. Выезды на футбольные матчи. Участие в турнирах, соревнованиях и в товарищеских матчах.

**Практика:** Просмотры футбольных матчей, видеозаписей матча. Внутри школьные и районные соревнования.

Раздел 7. Итоговые и показательные занятия

**Теория:** Отгадывание кроссворда «Футбол».

**Практика:** Тестирование физической подготовленности. Показательные матчи.

***Диагностические и контрольные материалы***

-тесты по разделам программы;

-зачёт;

-контроль за освоением программного материала (не освоена программа, частично освоена, освоена полностью);

-карта самооценки учащегося;

-анкета;

-карта оценки педагогом компетентности учащегося;

- диагностика освоения программного материала;

**УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ «МИНИ-ФУТБОЛ»**

Для реализации программы в пределах освоения ОПОП дополнительной общеобразовательной программы общеразвивающей программы «Мини-футбол» будут использованы:

* Гимнастический зал;
* Тренажерный зал;
* Открытые спортивные площадки для занятий мини-футболом;
* Инвентарь и оборудование для занятий футболом.

Учебно-практическое

Футбольные ворота 2×3 м 2 шт.

Стойки для обводки 15шт.

Скакалки 15 шт

Мячи набивные различной массы (На каждого)

Мячи футбольные (На двух 15шт.)

Мячи футбольные (На каждого15 шт)

Отбивные сетки (На каждого)

Сетки для мячей 2шт.

Компрессор для накачивания мячей 1 шт.

Комплект фишек (30шт.) 3-х контрастных цветов

Конусы тренировочные 20шт

Тренировочные манишки 30 шт. 2-х контрастных цветов

Игровая форма 30шт. 2 комплекта двух цветов для команды

Для проведения учебно-методических занятий необходим комплект мультимедийного и коммуникационного оборудования: электронные носители, компьютер для аудиторной и внеадиторной работы;

Теоретический раздел:

-печатные учебные пособия

-методические указания по проведению занятий

-наглядные пособия

-учебные рисунки и плакаты

-инструкции и методическая литература

-специальная литература по педагогике и видам спорта, физиологии и психологии спорта

-справочная литература

Учебно-тренировочные занятия:

- приборы контроля развития основных физических качеств, уровня физической и спортивной подготовленности;

-спортивный инвентарь, спортивные тренажеры, спортивные залы.

Контрольные занятия:

-таблицы контрольных тестов физической подготовленности по виду спорта;

-тесты оценки теоретической и методической подготовленности студентов.

**Список литературы**

1.Днепров Э.Д., Аркадьев А.Г. «Сборник нормативных документов. Физическая культура» М. 2008 год;

2.«Физическая культура. 1 – 11 классы. Комплексная программа физического воспитания учащихся В.И.Ляха и др.» Волгаград 2010 год;

3.Лях В.И., Зданевич А.А. «Комплексная программа физического воспитания» 1-11 классы, М.2008 год;

4.Стандарты. Физическая культура. М. 2011 год;

5.Закон РФ «О физической культуре и спорте от 29. 04. 1999г;

6.Рабочие программы «Физическая культура 5-9 классы» Лях В.И., Просвещение  2014год

7.Рабочие программы «Физическая культура 10 – 11  классы» Лях В.И., Просвещение  2014год.

8.Учебник для образовательных организаций «Физическая культура 5-7 классы» М.Я.Виленского, М.Просвещение 2014год

9.Учебник для образовательных организаций «Физическая культура 10 – 11 классы» М.Я.Виленского, М.Просвещение 2014год

10.Учебник для образовательных организаций «Физическая культура 8 – 9 классы» М.Я.Виленского, М.Просвещение 2014год