|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Рассмотрено**  на заседании МО учителей  эстетического цикла  протокол № 1  от «\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 2022г.  председатель МО \_\_\_\_\_\_\_Е.Ф.Полякова | **Согласовано**  Заместитель директора  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Э.Н.Алексеева  «\_\_\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 2022г. | **Утверждаю**  Директор МОАУ «Лицей №7»  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Н.Г.Пушкарева  Приказ №\_\_\_\_от «\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_2022г. |

**Рабочая программа**

**по курсу платных образовательных услуг**

**«Мини-футбол»**

**1-4 класс**

|  |  |
| --- | --- |
| Составитель: | Секарев В.Н. |

г. Оренбург

2022-2023 учебный год

**Пояснительная записка**

Рабочая программа «Мини-футбол» разработана для учащихся 1-4 классов, направлена на содействие улучшению здоровья учащихся и на этой основе обеспечения нормального физического развития растущего организма и разностороннюю физическую подготовленность, приобретение учащимися необходимых знаний, умений, навыков для самостоятельного использования физических упражнений, закаливающих средств и гигиенических требований с целью поддержания высокой работоспособности во всех периодах жизни, а также воспитания навыков для самостоятельных занятий и умения вести здоровый образ жизни.

Данная программа направлена на привитие учащимися умения правильно выполнять основные технические приемы и тактические действия, обеспечение разносторонней физической подготовки. Программа призвана подготовить детей к сдаче учебных нормативов по физической и технической подготовке в соответствии с их возрастом.

Данная программа создавалась с учётом того, что система физического воспитания, объединяющая урочные, внеурочные формы занятий физическими упражнениями и спортом, должна создавать максимально благоприятные условия для раскрытия и развития не только физических, но и духовных способностей ребёнка, его самоопределения.

Новизна и оригинальность программы в том, что она учитывает специфику дополнительного образования и охватывает значительно больше желающих заниматься этим видом спорта, предъявляя посильные требования в процессе обучения. Она дает возможность заняться мини-футболом с «нуля» тем детям, которые еще не начинали проходить раздел «мини-футбол» в школе, а также внимание к вопросу воспитания здорового образа жизни, всестороннего подхода к воспитанию гармоничного человека.

Мини-футбол — командная игра, в которой каждый игрок согласовывает свои действия с действиями партнеров. Различные функции игроков обязывают их постоянно взаимодействовать друг с другом для достижения общей цели. Эта особенность имеет важное значение для воспитания дружбы и товарищества, привычки подчинять свои действия

интересам коллектива. Стремление превзойти соперника в быстроте действий, изобретательности, меткости подач, чёткости передач и других действий, направленных на достижение победы, приучает занимающихся мобилизовывать свои возможности, действовать с максимальным напряжением сил, преодолевать трудности, возникающие в ходе спортивной борьбы.

Занятия мини-футболом способствуют развитию и совершенствованию у занимающихся основных физических качеств, формированию различных двигательных навыков, укреплению здоровья.

Соревновательный характер игры, самостоятельность тактических индивидуальных и групповых действий, непрерывное изменение обстановки, удача или неуспех вызывают у играющих проявление разнообразных чувств и переживаний. Высокий эмоциональный подъем поддерживает постоянную активность и интерес к игре. Эти особенности мини-футбола создают благоприятные условия для воспитания у занимающихся умения управлять эмоциями, не терять контроля за своими действиями, в случае успеха не ослаблять борьбы, а при неудаче не падать духом. Формируя на основе вышеперечисленного у обучаемых поведенческих установок, баскетбол, как спортивная игра, своими техническими и методическими средствами эффективно позволяет обогатить внутренний мир ребенка, расширить его информированность в области оздоровления и развития организма.

Актуальность программы для современных детей ведущих малоподвижный образ жизни, вовлечение их в различные секции, в условиях агрессивной информационной среды, формирует позитивную психологию общения и коллективного взаимодействия, занятия в кружке, секции способствуют повышению самооценки, тренируясь в неформальной обстановке, в отличие от школы, где предъявляются строгие требования к дисциплине, ребёнок более раскрепощается, что раскрывает его скрытые возможности по формированию логического мышления.

Педагогическая целесообразность позволяет решить проблему занятости свободного времени детей, формированию физических качеств, пробуждение интереса детей к новой деятельности в области физической культуры и спорта.

В условиях современной общеобразовательной школы у учащихся в связи с большими учебными нагрузками и объемами домашнего задания развивается гиподинамия. Решить отчасти, проблему призвана программа

дополнительного образования «мини-футбол», направленная на удовлетворение потребностей в движении, оздоровлении и поддержании функциональности организма.

Цель программы:

*обучающая* – обучить детей технике и тактике игры в мини-футбол, правилам и особенностям данной игры, вопросам подготовки к играм с обязательным закреплением полученных знаний на практике;

*развивающая*– совершенствовать у юных спортсменов их техническое мастерство, тактическое мышление, способность анализировать ход матча, сложившейся ситуации, развивать умение работать в коллективе, вовлечь детей в активные занятия мини – футболом; популяризовать здоровый образ жизни среди обучающихся школы;

*воспитательная –* воспитывать у юных спортсменов чувство патриотизма, любви к Родине, коллективизма, нравственные качества (уважительность, тактичность, ответственность, настойчивость и др.), а также эмоциональные качества личности (оптимизм, бодрость и др.)

Задачи:

1. Образовательные:

· Формирование умения специальных двигательных действий, умений и навыков при игре в мини-футбол;

· Привитие навыков личной и спортивной гигиены.

2. Оздоровительные:

· Укрепление физического здоровья ребёнка;

· Совершенствование и повышение закрепленных свойств и устойчивости организма к простудным заболеваниям;

· Повышение общей приспособленности детей в период развития быстроты, ловкости, гибкости, выносливости, силы.

3. Воспитательные:

· Формирование потребности в здоровом образе жизни;

· Воспитание морально-волевых качеств.

Занятия проводятся 1 раз в неделю 2 часа (45 минут одно занятие) с 10-минутным перерывом на отдых, в год 72 ч.

Формы и режим занятий:

*Форма организации детей на занятии:*

групповая с организацией индивидуальных форм работы внутри группы, в парах, подгрупповая.

*Форма проведения занятий:* практическое, комбинированное, соревновательное.

Изучение теоретического материала осуществляется в форме 15-20-минутных бесед, которые проводятся, как правило, в начале занятий (как часть комплексного занятия). Кроме того, теоретические сведения сообщаются учащимся в процессе проведения практических занятий.

Практические занятия по физической, технической и тактической подготовке проводятся в форме игровых занятий по общепринятой методике.

**Ожидаемые результаты**

В результате освоения обязательного минимума содержания программы по мини-футболу дети в секции должны достигнуть следующего уровня развития физической подготовки:

*Знать*:

- историческое развитие физической культуры и спорта в России. Особенности возникновения и развития игры в футбол;

- о деятельности систем кровообращения, дыхания в процессе и после воздействия физических нагрузок и способах контроля над деятельностью этих систем;

- возрастные особенности развития основных физических качеств: силы, быстроты, выносливости;

- психофункциональные особенности собственного организма, индивидуальные способы контроля над развитием его адаптивных свойств, укрепления здоровья и повышения физической подготовленности;

- способы организации самостоятельных занятий физическими упражнениями с разной функциональной направленностью, правила использования спортивного инвентаря и оборудования;

- правила личной гигиены, профилактики травматизма и оказания доврачебной помощи при занятиях физическими упражнениями.

*Уметь*:

- технически правильно осуществлять двигательные действия в футболе, использовать их в условиях соревновательной деятельности и организации собственного досуга;

- проводить самостоятельные занятия по развитию основных физических способностей;

- управлять своими эмоциями, эффективно взаимодействовать со взрослыми и сверстниками, владеть культурой общения;

- соблюдать правила безопасности и профилактики травматизма на занятиях физическими упражнениями, оказывать первую помощь при травмах и несчастных случаях.

**Календарно-тематическое планирование занятий**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п урока** | **Тема занятия** | **Количество часов** | **Дата** | |
| **План** | **Факт** |
| 1 | **Вводное занятие, объяснение техники безопасности, правил игры, основ игры в футбол.** | 1 |  |  |
| 2 | **Стойки футболистов, передвижение на поле.** | 1 |  |  |
| 3 | **Обучение: передачи мяча внутренней частью стопы, остановка мяча.** | 1 |  |  |
| 4 | **Повторение: передачи мяча внутренней частью стопы, остановка мяча. Подвижная игра с мячом (Точная передача).** | 1 |  |  |
| 5 | **Развитие скоростно-силовых качеств.** | 1 |  |  |
| 6 | **Развитие координационных способностей (жонглирование мячом, резкие развороты).** | 1 |  |  |
| 7 | **Обучение: передача мяча подъемом. Совершенствование: передачи мяча внутренней частью стопы, остановка мяча.** | 1 |  |  |
| 8 | **Обучение: передача мяча навесом. Совершенствование ранее изученного материала.** | 1 |  |  |
| 9 | **Игра в квадрат двумя-тремя касаниями мяча.** | 1 |  |  |
| 10 | **Обучение: передача одним касанием мяча. Игра в футбол по упрощенным правилам.** | 1 |  |  |
| 11 | **Учебно-тренировочная игра в футбол.** | 1 |  |  |
| 12 | **Удары по воротам с 12 метров по катящемуся мячу. Удары по неподвижному мячу.** | 1 |  |  |
| 13 | **Удары по летящему мячу. Учебно-тренировочная игра в футбол.** | 1 |  |  |
| 14 | **Повторение ранее изученного материала. Двухсторонняя игра в футбол по основным правилам.** | 1 |  |  |
| 15 | **Развитие скоростно-силовых качеств.** | 1 |  |  |
| 16 | **Развитие координационных способностей (жонглирование мячом, резкие развороты).** | 1 |  |  |
| 17 | **Обучение: навесная передача и прием летящего мяча (грудью, головой, бедром, стопой).** | 1 |  |  |
| 18 | **Повторение: навесная передача и прием летящего мяча (грудью, головой, бедром, стопой).** | 1 |  |  |
| 19 | **Обучение: угловой удар (расстановка игроков)** | 1 |  |  |
| 20 | **Удары по летящему мячу. Учебно-тренировочная игра в футбол** | 1 |  |  |
| 21 | **Повторение ранее изученного материала. Двухсторонняя игра в футбол по основным правилам.** | 1 |  |  |
| 22 | **Развитие скоростно-силовых качеств.** | 1 |  |  |
| 23 | **Развитие координационных способностей (жонглирование мячом, резкие развороты).** | 1 |  |  |
| 24 | **Повторение ранее изученного материала. Двухсторонняя игра в футбол по основным правилам.** | 1 |  |  |
| 25 | **Обучение: навесная передача и прием летящего мяча (грудью, головой, бедром, стопой).** | 1 |  |  |
| 26 | **Повторение: навесная передача и прием летящего мяча (грудью, головой, бедром, стопой).** | 1 |  |  |
| 27 | **Обучение: угловой удар (расстановка игроков)** | 1 |  |  |
| 28 | **Удары по летящему мячу. Учебно-тренировочная игра в футбол** | 1 |  |  |
| 29 | **Повторение ранее изученного материала. Двухсторонняя игра в футбол по основным правилам.** | 1 |  |  |
| 30 | Развитие скоростно-силовых качеств. | 1 |  |  |
| 31 | Развитие координационных способностей (жонглирование мячом, резкие развороты). | 1 |  |  |
| 32 | Обучение: навесная передача и прием летящего мяча (грудью, головой, бедром, стопой). | 1 |  |  |
| 33 | Повторение: навесная передача и прием летящего мяча (грудью, головой, бедром, стопой). | 1 |  |  |
| 34 | Обучение: угловой удар (расстановка игроков) | 1 |  |  |
| 35 | Развитие скоростно-силовых качеств. | 1 |  |  |
| 36 | Развитие координационных способностей (жонглирование мячом, резкие развороты). | 1 |  |  |
| 37 | Повторение ранее изученного материала. Учебно-тренировочная игра в футбол. | 1 |  |  |
| 38 | Повторение ранее изученного материала. Учебно-тренировочная игра в футбол. | 1 |  |  |
| 39 | Развитие скоростно-силовых качеств. |  |  |  |
| 40 | Развитие координационных способностей (жонглирование мячом, резкие развороты). Игра в квадрат. | 1 |  |  |
| 41 | Изучение розыгрыша стандартных положений (штрафной, угловой, стандартный удары) | 1 |  |  |
| 42 | Изучение розыгрыша стандартных положений (штрафной, угловой, стандартный удары) | 1 |  |  |
| 43 | Изучение розыгрыша стандартных положений (штрафной, угловой, стандартный удары) | 1 |  |  |
| 44 | Повторение ранее изученного материала. Обучение игре в меньшинстве и большинстве. | 1 |  |  |
| 45 | Повторение ранее изученного материала. Обучение игре в меньшинстве и большинстве. | 1 |  |  |
| 46 | Повторение ранее изученного материала. Обучение игре в меньшинстве и большинстве. | 1 |  |  |
| 47 | Развитие скоростно-силовых качеств. | 1 |  |  |
| 48 | Развитие координационных способностей (жонглирование мячом, резкие развороты). Игра в квадрат. | 1 |  |  |
| 49 | Игра в футбол по определенному сюжету. | 1 |  |  |
| 50 | Игра в футбол по определенному сюжету. | 1 |  |  |
| 51 | Игра в футбол по определенному сюжету. | 1 |  |  |
| 52 | Игра в футбол по определенному сюжету. | 1 |  |  |
| 53 | Совершенствование различных ударов, приемов мяча, технических и тактических действий. Игра в футбол. | 1 |  |  |
| 54 | Совершенствование различных ударов, приемов мяча, технических и тактических действий. Игра в футбол. | 1 |  |  |
| 55 | Совершенствование различных ударов, приемов мяча, технических и тактических действий. Игра в футбол. | 1 |  |  |
| 56 | Товарищеская игра в футбол. | 1 |  |  |
| 57 | Круговая тренировка. Подвижные игры с элементами футбола | 1 |  |  |
| 58 | Круговая тренировка. Подвижные игры с элементами футбола | 1 |  |  |
| 59 | Развитие скоростно-силовых качеств. Техника ведения, остановки и отбора мяча. Техника ударов по мячу. | 1 |  |  |
| 60 | Развитие скоростно-силовых качеств. Техника ведения, остановки и отбора мяча. Техника ударов по мячу. | 1 |  |  |
| 61 | Челночный бег и прыжки, многоскоки. Учебная игра. | 1 |  |  |
| 62 | Челночный бег и прыжки, многоскоки. Учебная игра. | 1 |  |  |
| 63 | Подвижные игры с элементами футбола. | 1 |  |  |
| 64 | Подвижные игры с элементами футбола. | 1 |  |  |
| 65 | Обучение выбиванию мяча носком у партнера, ведущего мяч сбоку. Удары по воротам. | 1 |  |  |
| 66 | Обучение выбиванию мяча носком у партнера, ведущего мяч сбоку. Удары по воротам. | 1 |  |  |
| 67 | Обучение выбиванию мяча носком у партнера, ведущего мяч сбоку. Удары по воротам. | 1 |  |  |
| 68 | Тактическая игра в нападении и защите. Учебная игра | 1 |  |  |
| 69 | Тактическая игра в нападении и защите. Учебная игра | 1 |  |  |
| 70 | Подвижные игры с элементами футбола. | 1 |  |  |
| 71 | Подвижные игры с элементами футбола. | 1 |  |  |
| 72 | Товарищеская игра в футбол. | 1 |  |  |