**Согласована:**
педагогическим советом МБОУ
«Усть-Язьвинская ООШ»
протокол от 19.09.2025 г. № 7

**Утверждаю**
Директор МБОУ «Усть-Язьвинская ООШ»
_____ (Н.А. Собянина)
от 22.09.2025 № 121(а)

# ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
## «Мини-футбол»
**Направленность физкультурно-спортивная**
**Уровень базовый**

Рассчитана на детей от 12 до 16 лет
Срок реализации: 1 год (136 часов)

Автор-составитель:
Педагог дополнительного образования:
Титов Андрей Сергеевич

**Содержание планирование работы**

Данная рабочая программа дополнительного образования разработана для учащихся 5-9 классов, направлена на реализацию **спортивно-оздоровительного направления**, рассчитана на 136 учебных часов (занятий) из расчета 4 ч в неделю. Темы и разделы выбраны с учётом имеющейся материальной базы и местных климатических условий. Она предусматривает изучение и дальнейшее совершенствование специальных движений на практических занятиях, выполнение учащимися контрольных нормативов, участие в соревнованиях.

**Общими задачами являются:**

содействие гармоническому и физическому развитию, всесторонней физической подготовке и укреплению здоровья учащихся: привитие потребности к систематическим занятиям физическими упражнениями.

**Цель:** совершенствование всех функций организма, укрепление нервной, сердечно-сосудистой, дыхательных систем, опорно-двигательного аппарата. Повышение сопротивляемости организма человека неблагоприятным влияниям внешней среды.

**Задачи:** укрепление здоровья, закаливание организма, содействие правильному физическому развитию, обучение жизненно важным двигательным навыкам, воспитание привычки к систематическим самостоятельным занятиям физической культурой и спортом, привитие необходимых гигиенических навыков и умений.

**По итогам обучения учащиеся должны знать и уметь**:

-историю развития футбола.

-футбол – один из основных и наиболее массовых видов спорта.

-освоить технику бросков, передач и ведения мяча.

-иметь представление о технике ведения остановки и отбора мяча, о технике ударов по мячу. Игра без вратарей и с вратарями.

**Планируемые результаты :**

**--Универсальные компетенции:**

Уметь взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей в процессе обучения, умение активно включаться в коллективную деятельность.

**--Личностные:**

-- Составлять и правильно выполнять комплексы утренней гимнастики, организация собственной деятельности

--Вести дневник самонаблюдения за физическим развитием и физической подготовленностью, контролировать режимы нагрузок по внешним признакам, самочувствию и показателям частоты сердечных сокращений;

– Организовать и проводить самостоятельные занятия

**--Метапредметные:**

--Характеристика и объективная оценка действия на основе освоенных знаний и имеющего опыта; обнаружение ошибок при выполнении учебных заданий, общение и взаимопомощи; организации места занятий; упражнение эмоциями при общении со сверстниками; анализ и объективная оценка результатов собственного труда.

**Универсальные учебные действия;**

**--познавательные: обще тренировочные** — выполнение ударов внутренней частью подъёма по неподвижному и катящемуся мячу, ведения остановки и отбора мяча.

**-регулятивные -** принимать и сохранять поставленную **тренировочную задачу при выполнении упражнений,** принимать инструкцию педагога и четко следовать ей, вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок.

**--коммуникативные - уметь;** договариваться и приходить к общему решению в совместной игровой деятельности, задавать вопросы, взаимодействовать со сверстниками во время выполнения задания.

**--личностные: самоопределение -** давать адекватную позитивную самооценку; проявлять познавательный интерес к изучению раздела «Мини – футбола»

- желание заниматься футболом

-стремление овладеть основами техники ведения остановки и отбора мяча, техники броска мяча на точность

-расширение знаний по вопросам правил соревнований.

-повышение уровня разносторонней физической подготовленности.

-развитие волевых качеств: целеустремленности, настойчивости, решительности, смелости, самообладания.

-интерес родителей к занятиям ребенка в кружке.

**Ожидаемый результат:**

В результате регулярного посещения занятий учащиеся должны:
* повысить уровень своей физической подготовленности;
* приобрести навыки и умения по изучаемому виду спорта;
* использовать их в условиях соревновательной деятельности и организации собственного досуга;
* уметь проводить самостоятельные занятия по развитию основных физических способностей;
* уметь разрабатывать индивидуальный двигательный режим, подбирать и планировать физические упражнения, поддерживать оптимальный уровень индивидуальной работоспособности;
* у учащихся должен сформироваться интерес к постоянным самостоятельным занятиям спортом и дальнейшему самосовершенствованию.

Следование основным принципам здорового образа жизни должно стать привычным для учащихся и сформироваться представление о том, что ЗОЖ – это индивидуальная система ежедневного проведения человека, которая обеспечивает ему максимальное благополучие, в том числе и физического с учётом его индивидуальных качеств и запросов.

## Тематическое планирование

| №п\п | Тема занятия | Количество часов |
|---|---|---|
| 1 | Техника ведения мяча. | 4 |
| 2 | Техника ведения мяча. Техника передачи и остановки мяча. | 4 |
| 3 | Техника ведения мяча. Техника передачи и остановки мяча. | 4 |
| 4 | Техника ведения мяча. Техника передачи и остановки мяча. | 4 |
| 5 | Техника передачи и остановки мяча. | 4 |
| 6 | Техника ведения мяча. | 4 |
| 7 | Техника ведения мяча. Техника передачи и остановки мяча. | 4 |
| 8 | Техника ведения мяча. Техника передачи и остановки мяча. | 4 |
| 9 | Техника ведения мяча. Техника передачи и остановки мяча. | 4 |
| 10 | Техника передачи и остановки мяча. | 4 |
| 11 | Техника ведения мяча. | 4 |
| 12 | Техника передачи и остановки мяча. | 4 |
| 13 | Техника передачи и остановки мяча. | 4 |
| 14 | Техника передачи и остановки мяча. | 4 |
| 15 | Техника передачи и остановки мяча. | 4 |

| | | |
|---|---|---|
| 16 | Техника передачи и приема мяча. Техника отбора мяча. | 4 |
| 17 | Техника передачи и приема мяча. Техника отбора мяча. | 4 |
| 18 | Техника передачи и приема мяча. Техника отбора мяча. | 4 |
| 19 | Техника передачи и приема мяча. Техника отбора мяча. | 4 |
| 20 | Техника передачи и остановки/прием мяча. Техника отбора мяча. | 4 |
| 21 | Техника отбора мяча корпусом (обучение). | 4 |
| 22 | Техника передачи мяча и отбора мяча корпусом. | 4 |
| 23 | Техника отбора мяча. | 4 |
| 24 | Техника отбора мяча. | 4 |
| 25 | Техника отбора мяча. | 4 |
| 26 | Техника передачи и отбора мяча. | 4 |
| 27 | Техника удара по мячу внутренней и средней частью подъема (обучение) | 4 |
| 28 | Техника удара по мячу внутренней и средней частью подъема. | 4 |
| 29 | Техника удара по мячу внутренней и средней частью подъема. | 4 |
| 30 | Техника удара по мячу внутренней и средней частью подъема. | 4 |
| 31 | Техника удара по мячу внутренней и средней частью подъема. | 4 |
| 32 | Техника удара по мячу внутренней и средней частью подъема. | 4 |
| 33 | Техника удара по мячу внутренней и средней частью подъема. | 4 |
| 34 | Техника удара по мячу внутренней и средней частью подъема. | 4 |
| | Всего | 136 часов |

**Дополнительная литература.**


1.Оздоровительные основы физических упражнений Л. Д. Назаренко г. Москва. «Просвещение» 2020г.

2. В.И. Бутин, А.Д. Викулов «Развитие физических способностей у детей 5 – 7 классов» 2019г. Упражнения с предметами на уроках футбола

3.Н.И Дереклеева «Двигательные игры, тренинги и уроки здоровья» Москва «Вако» 2021г.

4.В.М. Качашкин «Методика физического воспитания». 2017 г. Москва. «Просвещение».

5.Журнал – Физическая культура в школе № 1 – 8. 2020 г. – 2021 г