**Футбол (мини – футбол)**

**Пояснительная записка**

Дополнительная образовательная программа спортивной секции по футболу (мини-футболу) по своему содержанию является физкультурно - спортивной, по функциональному предназначению – специальной, по форме организации – секционной. Срок реализации – 1 год. В 2016-2017 году на реализацию программы по дополнительному образованию выделен 1 час в неделю. Программа дополнительного образования спортивной секции по футболу (мини-футболу) имеет физкультурно - спортивную направленность. Новизна программы заключается в комплексном планировании, обобщении передового опыта. Актуальность реализуемой программы заключается в популярности игры в футбол, в доступности и зрелищности, что делает его прекрасным средством для привлечения к постоянным занятиям физической культурой широких масс обучающихся. по разновидности воздействия на организм футбол (мини-футбол) представляет идеальное средство для развития жизненно-необходимых навыков и совершенствования физических качеств. Педагогическая целесообразность: спортивные игры оказывают огромное воспитывающее действие на занимающихся. Спортивный коллектив становится активным фактором формирования сознательной дисциплины и морально-волевых качеств личности.

**Цели и задачи**

Игра в футбол (мини-футбол) направлена на всестороннее физическое развитие и способствует совершенствованию многих необходимых в жизни двигательных и морально-волевых качеств.

**Цель программы** – углубленное изучение спортивной игры футбол (мини-футбол).

Основными **задачами**программы являются:

* укрепления здоровья;
* содействие правильному физическому развитию;
* приобретение необходимых теоретических знаний;
* овладение основными приёмами техники и тактики игры;
* воспитание воли, смелости, настойчивости, дисциплинированности, коллективизма, чувства дружбы;
* привитие обучающимся организаторских навыков;
* повышение специальной, физической, тактической подготовки школьников по мини-футболу;
* подготовка обучающихся к соревнованиям по футболу (мини-футболу).

**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 футбола (мини-футбола), 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, обучающиеся 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 обучающегося. Занятия необходимо строить так, чтобы обучающиеся 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-футболу) и более успешного решения образовательных, воспитательных и оздоровительных задач  применяются  разнообразные формы и методы проведения этих занятий.

**Словесные методы:** создают у обучающихся 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 обучающихся 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.

**Система формы контроля уровня достижений обучающихся**

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

**Ожидаемый результат**

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

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Темы занятий** | **Кол-во часов** | **Дата** |
| 1 | Т/Б на спортивных играх. Организационный момент. | 1 |  |
| 2 | Основные правила игры в футбол | 1 |  |
| 3 | Техника передвижения игрока. Удар внутренней стороной стопы. | 1 |  |
| 4 | Остановка катящегося мяча подошвой, остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы | 1 |  |
| 5 | Ведение мяча | 1 |  |
| 6 | Удар по катящемуся мячу внешней частью подъема | 1 |  |
| 7 | Удар носком | 1 |  |
| 8 | Удар серединой лба на месте | 1 |  |
| 9 | Вбрасывание мяча из-за боковой линии | 1 |  |
| 10 | Ведение мяча в различных направлениях и с различной скоростью с пассивным сопротивлением защитника | 1 |  |
| 11 | Комбинации из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом | 1 |  |
| 12 | Удар по летящему мячу внутренней стороной стопы | 1 |  |
| 13 | Удар по летящему мячу средней частью подъема | 1 |  |
| 14 | Вбрасывание мяча из-за боковой линии | 1 |  |
| 15 | Ведение мяча с активным сопротивлением защитника | 1 |  |
| 16 | Обманные движения (финты) | 1 |  |
| 17 | Остановка опускающегося мяча внутренней стороной стопы | 1 |  |
| 18 | Комбинации из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом | 1 |  |
| 19 | Совершенствование техники ударов по мячу и остановок мяча. Удар по летящему мячу средней частью подъема | 1 |  |
| 20 | Резаные удары | 1 |  |
| 21 | Удар по мячу серединой лба | 1 |  |
| 22 | Удар боковой частью лба | 1 |  |
| 23 | Остановка катящегося мяча подошвой | 1 |  |
| 24 | Остановка летящего мяча внутренней стороной стопы | 1 |  |
| 25 | Остановка мяча грудью | 1 |  |
| 26 | Совершенствование техники ведения мяча | 1 |  |
| 27 | Совершенствование техники защитных действий. Отбор мяча толчком плечо в плечо | 1 |  |
| 28 | Отбор мяча подкатом | 1 |  |
| 29 | Совершенствование техники перемещений и владения мячом. Финт уходом | 1 |  |
| 30 | Финт ударом | 1 |  |
| 31 | Финт остановкой | 1 |  |
| 32 | Совершенствование тактики игры,  тактические действия в защите | 1 |  |
| 33 | Тактические действия в нападении | 1 |  |
| 34 | Двухстороння игра (Соревнование) | 1 |  |