

МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 15

Принята на заседании
методического совета
от «04» марта 2017 г

Протокол № 06



УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ СОШ № 15

Т.Н. Дудник

2017 г

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
(ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ) ПРОГРАММА

Спорт для всех

«Мини-футбол»

Возраст обучающихся 14-17 лет

Срок реализации программы: 2 года

Количество часов в год 210

Автор-составитель программы:

Нигматуллин Ринат Дамирович

СУРГУТ
2017

**ПАСПОРТ ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ
(ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ) ПРОГРАММЫ МБОУ СОШ № 15**

Название программы	Спорт для всех “мини-футбол”
Направленность программы	физкультурно-спортивная
Ф.И.О. педагога, реализующего дополнительную общеобразовательную программу	Нигматуллин Ринат Дамирович
Год разработки	2017
Где, когда и кем утверждена дополнительная общеобразовательная программа	МБОУ СОШ № 15 методическое объединение 2017 г.
Информация о наличии рецензии	нет
Цель	формирование здорового образа жизни обучающихся в общеобразовательном учреждении через систематические занятия футболом; вовлечение их в физкультурно-оздоровительную и спортивно-массовую деятельность.
Задачи	<p>оздоровительные:</p> <ul style="list-style-type: none"> - содействие укреплению здоровья, разностороннему физическому развитию; - формирование правильной осанки при статических позах и передвижениях, обучение рациональному дыханию при выполнении физических упражнений; <p>образовательные:</p> <ul style="list-style-type: none"> - формирование основ естественных движений человека, а также других двигательных действий, согласно программе физического воспитания; - подготовка обучающихся к выполнению государственных требований уровней физической подготовленности; - приобретение знаний по физической культуре и умений применять физические упражнения в режиме дня; <p>воспитательные:</p> <ul style="list-style-type: none"> - воспитание моральных и волевых

	<p>качеств, навыков правильного поведения, интереса, потребности и привычки к систематическим занятиям физическими упражнениями;</p> <p>- воспитание физических качеств в соответствии с возрастными, половыми и индивидуальными особенностями учеников.</p>
Ожидаемые результаты освоения программы	<p>Ознакомление детей с основными техническими приёмами. Сформирование у детей стойкого интереса к футболу. Знание правил игры в футбол. Укрепление здоровья учащихся, содействие их правильному физическому развитию и повышение работоспособности. Развитие основных физических качеств. Освоение учащимися простейших способов самоконтроля за физической нагрузкой. Обладание элементарными теоретическими знаниями. Привитие учащимся потребности в систематических занятиях футболом.</p>
Срок реализации программы	2017-2019
Количество часов в неделю / год	6/210
Возраст обучающихся	14-17 лет
Формы занятий	Беседы. Практическое занятие. Сдача нормативов. Подвижные игры. Соревнования. Товарищеские встречи.
Методическое обеспечение	<p>Рабочая программа по футболу составлена на основании примерной программы, утвержденной Министерством образования и науки Российской Федерации.</p> <p>Автор программы: А.П Матвеев, Москва, 2006 год.</p>
Условия реализации программы (оборудование, инвентарь, специальные помещения, ИКТ и др.)	Тренажеры. Мячи. Скакалки. Скамейки. Теннисные мячи. Ворота. Фишки. Гимнастические маты.

**Пояснительная записка
о реализации учебно-тематического плана
на 2017/2019 учебный год**

Учебно-тематический план (далее – УТП) составлен в соответствии с программой по футболу и предназначен для организации занятий в школьной спортивной секции.

**Направленность дополнительной общеобразовательной программы –
физкультурно-спортивная**

Вид образовательной деятельности (например: декоративно-прикладное творчество, техническое творчество, вокально-хоровое творчество и т.п.) -

Цель (для данного года обучения): формирование здорового образа жизни обучающихся в общеобразовательном учреждении через систематические занятия футболом; вовлечение их в физкультурно-оздоровительную и спортивно-массовую деятельность.

Задачи (для данного года обучения):

Обучающие:

1. Формирование основ естественных движений человека, а также других двигательных действий, согласно программе физического воспитания;
2. Подготовка обучающихся к выполнению государственных требований уровней физической подготовленности;
3. Приобретение знаний по физической культуре и умений применять физические упражнения в режиме дня;

Развивающие:

1. Укрепление здоровья и закаливание организма;
2. Привитие интереса к систематическим занятиям футбола;
3. Обеспечение всесторонней физической подготовки, развития силовых, скоростных качеств, координации движений;

Воспитательные:

1. Воспитание моральных и волевых качеств, навыков правильного поведения, интереса, потребности и привычки к систематическим занятиям физическими упражнениями;
2. Воспитание физических качеств в соответствии с возрастными, половыми и индивидуальными особенностями учеников.

Информационная справка об особенностях реализации УТП в 2017/2018 учебном году:

Общий срок реализации исходной программы (количество лет)	2 года
Год обучения (первый, второй и т.д.)	2017-2019
Возраст воспитанников	14-17
Количество воспитанников в группе в текущем учебном году	18
Количество часов в неделю	6
Общее количество часов в год	210

Ожидаемые результаты на текущий учебный год:

Обучить правилам игры в футбол. Освоение учащимися простейших способов самоконтроля за физической нагрузкой. Обладание элементарными теоретическими знаниями. Привитие учащимся потребности в систематических занятиях футболом.

**Учебно-тематический план¹
на 2017/2018 учебный год**

№	Раздел, тема	Количество часов		
		Теоретическая часть	Практическая часть	Всего часов
1.	Знакомство обучающихся друг с другом. Выявление уровня первичной подготовки детей в данном виде деятельности.	1	-	1
2.	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.	1	-	1
3.	Техническая подготовка	10	32	52
4.	Тактическая подготовка	12	32	44
5.	Общая физическая подготовка (ОФП)	4	14	29
6.	Специальная физическая подготовка (СФП)	6	15	30
7.	Игровая подготовка	-	41	46
8.	Соревнования. Товарищеские матчи.	-	3	3
9.	Итоговое занятие. Сдача контрольных нормативов	-	4	4
	ИТОГО:	34	141	210

¹ УТП для данного года обучения.

Календарно-тематическое планирование

1 год обучения

№п/п	Наименование раздела программы	Тема занятия	Количество часов	Дата проведения занятий (план)	Дата проведения занятий (факт)
1.	Вводное занятие.	Знакомство обучающихся друг с другом. Выявление уровня первичной подготовки детей в данном виде деятельности.			
2.	Вводное занятие.	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.			
3.	СФП	Втягивающая тренировка. Специальные упражнения, свободная практика.			
4.	Техническая подготовка	Физподготовка. Челночный бег, футбол, изучение упражнения «квадрат».			
5.	Техническая подготовка	Физподготовка. Бег, прыжки по лестницам, футбол, изучение упражнения «контроль мяча».			
6.	Техническая подготовка	Физподготовка. Прыжки через барьер 2 серии через круг легкого бега, футбол.			
7.	Техническая подготовка	Физподготовка. Бег с изменением направления, «квадрат», футбол.			
8.	Техническая подготовка	Физподготовка. Челночный бег, прыжки через барьер, футбол.			
9.	Техническая подготовка	Физподготовка. Рывки по диагоналям 3 раза, футбол, «контроль мяча».			
10.	Техническая подготовка	Физподготовка. Челночный бег + удары по воротам, футбол			
11.	Техническая подготовка	Отработка техники передвижения и владения мячом: остановка прием мяча.			
12.	Техническая подготовка	Передвижение спиной вперед, повороты, удары по мячу внутренней частью стопы, ведение мяча по кругу.			
13.	Техническая подготовка	Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой. Бег в сочетании с ходьбой.			
14.	Игровая подготовка	Подвижные игры.			
15.	Тактическая подготовка	Обучение ударом по неподвижному мячу, чеканка мяча.			
16.	ОФП	Подтягивание, приседание, пресс, длительный бег, игра.			
17.	Тактическая подготовка	Отработка ударов по мячу из различных положений, комбинации ударов.			
18.	Игровая подготовка	Упражнение «квадрат». Двусторонняя учебная игра.			
19.	ОФП	Общеразвивающие упражнения с набивным мячом.			
20.	Соревнования	Товарищеская игра 8 класс против 9 класса.			
21.	ОФП	Общеразвивающие упражнения в парах, подтягивания.			
22.	ОФП	Эстафета на закрепление и совершенствование технических приемов.			
23.	СФП	Развитие скоростных и скоростно-			

		силовых способностей, прыжки.			
24.	Тактическая подготовка	Ведение мяча до центра с последующим ударом по воротам.			
25.	Тактическая подготовка	Обводка с помощью обманных движений, отработка изученных ударов.			
26.	Тактическая подготовка	Отработка паса щечкой в парах. Футбол.			
27.	Игровая подготовка	Игры на закрепление тактических действий, силовые упражнения.			
28.	Тактическая подготовка	Ведение мяча с активным сопротивлением защитников.			
29.	Игровая подготовка	Изучение индивидуальных тактических действий в защите. Двусторонняя учебная игра.			
30.	Тактическая подготовка	Развитие координационных способностей. Ведение + удар по воротам, квадрат.			
31.	Игровая подготовка	Игры, развивающие физические способности. Бег с остановками и изменением направления.			
32.	Тактическая подготовка	Изучение позиционного нападения: без изменений позиций игроков + удар с сопротивлением.			
33.	ОФП	Общеразвивающие упражнения по методу круговой тренировки.			
34.	Тактическая подготовка	Полоса препятствий, удары-по неподвижному мячу, мяч стоит на месте, змейка + удар.			
35.	Тактическая подготовка	Отработка передач в движении, передача мяча на ход.			
36.	Игровая подготовка	Отбор мяча толчком плеча в плечо. Двусторонняя учебная игра.			
37.	СФП	Развитие гибкости, старты из различных положений, подтягивания.			
38.	СФП	Тренировка выносливости, изменение направления движений по сигналу.			
39.	Тактическая подготовка	Отработка тактики свободного нападения, ударов из различных положений.			
40.	Игровая подготовка	Комбинации из освоенных элементов техники передвижений, применение их в игре.			
41.	Игровая подготовка	Игры на развитие ориентации и мышления. Чеканка мяча через стойку.			
42.	Техническая подготовка	Ввод мяча вратаря ударом ног. Двусторонняя учебная игра.			
43.	СФП	Эстафеты на закрепление и совершенствование технических приемов			
44.	СФП	Специальные упражнения. Чеканка мяча.			
45.	Техническая подготовка	Вратарь: ловля катящегося мяча. Удары по воротам из стандартных положений, по катящемуся мячу.			
46.	Тактическая подготовка	Отбор мяча перехватом, тактика игры 2 против 1.			
47.	Техническая подготовка	Изучение технических приемов, прием мяча грудью. Двусторонняя учебная игра.			

48.	Игровая подготовка	Остановка мяча различными частями тела: бедром, грудью, животом. Двусторонняя учебная игра.			
49.	Техническая подготовка	Комбинации из освоенных элементов техники передвижений + эстафета.			
50.	Соревнования	Товарищеская игра.			
51.	Тактическая подготовка	Обучение финтам, салки вокруг столба, бег в квадрате.			
52.	Тактическая подготовка	Эстафета на закрепление изученных финтов, двусторонняя учебная игра.			
53.	СФП	Скоростные упражнения + удары по мячу из различных положений.			
54.	Тактическая подготовка	Изучение техники игры вратаря, точный бросок в цель, теннисбол.			
55.	Тактическая подготовка	Отбор мяча перехватом в движение, бег с препятствиями.			
56.	Техническая подготовка	Ввод мяча вратарем рукой, чеканка мяча, квадрат.			
57.	Игровая подготовка	Ведение мяча + удар по воротам. Футбол.			
58.	Тактическая подготовка	Тактическая подготовка, перебежки, треугольник, три колонны.			
59.	Игровая подготовка	Эстафета дриблеров, двусторонняя учебная игра.			
60.	Игровая подготовка	Игра на опережение, старты из различных положений.			
61.	ОФП	Общеразвивающие упражнения без предметов, силовая подготовка.			
62.	Техническая подготовка	Футбол без ворот, теннисбол, гандбол. Тренировка меткости.			
63.	ОФП	Игры, развивающие физические способности. Бег с остановками и изменением направления.			
64.	ОФП	Развитие координационных способностей. Ведение + удар по воротам, квадрат. Двусторонняя игра.			
65.	Техническая подготовка	Прием мяча различными частями тела.			
66.	Техническая подготовка	Изучение финтов, применение при сопротивлении защитника.			
67.	Техническая подготовка	Удары – с разбега, с места, с подачи партнера, с одного шага.			
68.	Игровая подготовка	Двусторонняя учебная игра.			
69.	Техническая подготовка	Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой. Бег в сочетании с ходьбой.			
70.	ОФП	Общеразвивающие упражнения в парах, бег с мячом.			
71.	Игровая подготовка	Старты из различных положений, двусторонняя игра.			
72.	СФП	Упражнение змейка + удар по воротам. Футбол.			
73.	Игровая подготовка	Двусторонняя учебная игра.			
74.	Игровая подготовка	Двусторонняя учебная игра.			
75.	Соревнования	Товарищеская игра.			
76.	Подведение итогов	Итоговое занятие. Сдача контрольных нормативов.			

77.	Подведение итогов	Итоговое занятие. Сдача контрольных нормативов.			
Всего:			210		

Тематическое планирование
2 год обучения

№	Тема	Кол-во часов	
1	Правила поведения. Техника безопасности. Совершенствование перемещений.		
2	Перемещение приставным шагом. Игровое поле.		
3	Закрепление перемещения приставным шагом. Правила игры.		
4	Удар по неподвижному мячу внутренней стороной стопы. Остановка катящегося мяча подошвой. Совершенствование перемещения приставным шагом.		
5	Закрепление удара по неподвижному мячу внутренней стороной стопы. Перемещение в защитной стойке спиной вперёд. Закрепление остановки катящегося мяча подошвой.		
6	Совершенствование удара по неподвижному мячу внутренней стороной стопы. Закрепление перемещения в защитной стойке спиной вперёд. Совершенствование остановки катящегося мяча подошвой.		
7	Удар внешней частью подъёма. Совершенствование перемещений в защитной стойке спиной вперёд. Приём катящихся мячей внутренней стороной стопы.		
8	Закрепление удара внешней частью подъёма. Закрепление приёма катящихся мячей внутренней стороной стопы.		
9	Совершенствование удара внешней частью подъёма. Совершенствование приёма катящихся мячей внутренней стороной стопы.		
10	Удар носком. Удар серединой подъёма.		
11	Закрепление удара носком. Закрепление удара серединой подъёма.		
12	Совершенствование удара носком. Совершенствование удара серединой подъёма.		
13	Ведение мяча внешней частью подъёма.		
14	Закрепление ведения мяча внешней частью подъёма.		
15	Совершенствование ведения мяча внешней частью подъёма.		
16	Удар-откидка мяча подошвой. Ведение мяча серединой подъёма.		
17	Закрепление удара-откидки мяча подошвой. Закрепление ведения мяча серединой подъёма.		
18	Совершенствование удара-откидки подошвой. Совершенствование ведения мяча серединой подъёма.		
19	Ведение мяча внутренней частью подъёма. Удар пяткой.		
20	Закрепление ведения мяча внутренней частью подъёма. Закрепление удара пяткой.		
21	Совершенствование ведения мяча внутренней частью подъёма. Совершенствование удара пяткой		
22	Удар-бросок стопой. Ведение внутренней стороной стопы.		
23	Закрепление удара-броска стопой. Закрепление ведения		

	внутренней стороной стопы.		
24	Совершенствование удара-броска стопой. Совершенствование ведения внутренней стороной стопы.		
25	Ведение мяча носком. Приём катящихся мячей внутренней стороной стопы с переводом за спину.		
26	Закрепление ведения мяча носком. Закрепления приёма внутренней стороной стопы с переводом за спину.		
27	Совершенствование ведения мяча носком. Совершенствование приёма внутренней стороной стопы с переводом за спину.		
28	Ведение мяча подошвой. Приём летящих на высоте бедра мячей внутренней стороной стопы.		
29	Закрепление ведения мяча подошвой. Закрепление приёма летящих на высоте бедра мячей внутренней стороной стопы.		
30	Совершенствование ведения мяча подошвой. Совершенствование приёма летящих на высоте бедра мячей внутренней стороной стопы.		
31	Приём опускающихся мячей серединой подъёма. Удар с лёту внутренней стороной стопы.		
32	Закрепление приёма опускающихся мячей серединой подъёма. Закрепление удара с лёту внутренней стороной стопы.		
33	Совершенствование приёма опускающихся мячей серединой подъёма. Совершенствование удару с лёту внутренней стороной стопы.		
34	Приём летящего на игрока мяча грудью. Удар слёту серединой подъёма.		
35	Закрепление приёма летящего на игрока мяча грудью. Закрепление удара с лёту серединой подъёма.		
36	Совершенствование приёма летящего на игрока мяча грудью. Совершенствование удара слёту серединой подъёма.		
37	Приём опускающегося мяча бедром. Удар с лёту внешней частью подъёма.		
38	Закрепление приёма опускающегося мяча бедром. Закрепление удара с лёту внешней частью подъёма.		
39	Совершенствование приёма опускающегося мяча бедром. Совершенствование удара с лёту внешней частью подъёма.		
40	Финт «уходом». Групповые действия в обороне.		
41	Закрепление финта «уходом». Закрепление групповых действий в обороне.		
42	Совершенствование финта «уходом». Совершенствование групповых действий в обороне.		
43	Финт «уходом с убираем мяча внутренней частью подъёма». Подстраховка.		
44	Закрепление финта «уходом с убираем мяча внутренней частью подъёма». Закрепление подстраховки.		
45	Совершенствование финта «уходом с убираем мяча внутренней частью подъёма». Совершенствование подстраховки.		
46	Финт «уходом с ложным замахом на удар». Комбинации «смена мест».		
47	Закрепление финта «уходом с ложным замахом на удар». Закрепление комбинации «смена мест».		
48	Совершенствование финта «уходом с ложным замахом на удар». Совершенствование комбинации «смена мест».		
49	Финт «остановка мяча подошвой». Комбинация «пропускание мяча».		

50	Закрепление финта «остановка мяча подошвой». Закрепление комбинации «пропускания мяча».		
51	Совершенствование финта «остановка мяча подошвой».		
52	Финт «убирание мяча подошвой».		
53	Закрепление финта «убирание мяча подошвой».		
54	Совершенствование финта «убирание мяча подошвой».		
55	Финт «проброс мяча мимо соперника».		
56	Закрепление финта «проброс мяча мимо соперника».		
57	Совершенствование финта «проброс мяча мимо соперника».		
58	Отбор мяча накладыванием стопы.		
59	Закрепление отбора мяча накладыванием стопы.		
60	Совершенствование отбора мяча накладыванием стопы.		
61	Отбор мяча выбиванием.		
62	Закрепление отбора мяча выбиванием.		
63	Совершенствование отбора мяча выбиванием.		
64	Отбор мяча перехватом.		
65	Закрепление отбора мяча перехватом.		
66	Совершенствование отбора мяча перехватом.		
67	Индивидуальные действия без мяча в атаке «открывание».		
68	Закрепление индивидуальных действий без мяча в атаке «открывание».		
69	Совершенствование индивидуальных действий без мяча в атаке «открывание».		
70	«Отвлечение соперников». Действия обороняющегося против соперника без мяча.		
71	Закрепление «отвлечение соперников». Закрепление разбора игроков. Закрепление действий обороняющегося против соперника без мяча.		
72	Совершенствование «отвлечения соперников». Совершенствование разбора игроков. Совершенствование действий обороняющегося против соперника без мяча.		
73	Создание численного преимущества в отдельных зонах игрового поля. Комбинация «игра в два касания»		
74	Закрепление создания преимущества в отдельных зонах игрового поля. Закрепление комбинации «игра в два касания».		
75	Совершенствование создания преимущества в отдельных зонах игрового поля. Совершенствование комбинации «игра в два касания».		
76	Разбор игроков. Комбинация «стенка».		
77	Совершенствование разбора игроков. Совершенствование комбинации «стенка». Подведение итогов за год.		
Всего			