

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа №17
с углубленным изучением отдельных предметов»

623408, Свердловская область, Каменск-Уральский городской округ, улица Челябинская, 19, телефон/факс 300-196

Рассмотрено и рекомендовано к
утверждению Методическим советом
МАОУ «Средняя школа № 17»

Протокол от 30.05.2023 г. № 4

Утверждаю
Директор МАОУ
«Средняя школа № 17»
Т.Е. Гареева
Приказ от 31.05.2023 г. № 5/1-од.



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ
«МИНИ-ФУТБОЛ»

Срок реализации - 1 год
Общее количество часов в год - 74 часа
Количество часов в неделю - 2 часа
Возраст обучающихся – 7-12 лет

Составитель: педагог дополнительного образования
Юрченко Евгений Сергеевич

1. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ

1.1. Пояснительная записка

Дополнительная общеразвивающая образовательная программа «Мини-футбол», разработана на основании: - Федерального Закона «Об образовании в Российской Федерации» (№ 273-ФЗ от 29.12.2012),

- Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»,

- Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 30.09.2020 г. № 533 «О внесении изменений в Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утверждённый приказом Министерства просвещения Российской Федерации 09.11.2018 №196

-Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 "Об утверждении санитарных правил СП 2.4. 3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи".

- Устава муниципального автономного общеобразовательного учреждения «Средняя общеобразовательная школа №17 с углубленным изучением отдельных предметов», утв. Приказом ОМС «Управления образования» от 01.09.2022 №407

- Положением «Об организации и осуществлении образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным общеразвивающим программам в муниципальном автономном общеобразовательном учреждении «Средняя общеобразовательная школа №17 с углубленным изучением отдельных предметов», утв. приказ от 30.08.2018 №164

Направленность программы – физкультурно-спортивная.

Актуальность. 25 июля 2020 Министерство спорта Российской Федерации и Российский футбольный союз и заключили соглашение со Свердловской областью о развитии футбола. Цели, с которыми было подписано соглашение, напрямую связаны с реализацией федерального проекта «Спорт - норма жизни» национального проекта «Демография» и стратегии развития футбола в России до 2030 года. В регионе планируется модернизировать систему подготовки резерва, повысить уровень кадровой обеспеченности футбола, расширить географию региональных и муниципальных соревнований, а также способствовать созданию и устойчивому развитию профессиональных футбольных клубов. «Развитие спорта в регионах, привлечение людей к спортивному образу жизни являются приоритетными задачами министерства спорта, на решение которых направлена федеральная целевая программа «Спорт — норма жизни». Футбол – один из самых популярных видов спорта, которым увлекаются люди всех возрастов. Именно футбол своим историческим притяжением мотивирует огромное число людей по всей стране приобщаться к спорту.

Актуальность программы определяется запросами родителей и потребностью детей в занятиях спортом и физической культурой. Родители справедливо считают, что ребенок, который занимается спортом, развивается

быстрее и гармоничнее своих сверстников. По результатам анкетирования родителей и реализации дополнительных образовательных программ в прошлом учебном году особенной популярностью пользуется игра «Мини футбол».

Актуальность Программы для современных детей, ведущих малоподвижный образ жизни, заключается в том, что происходит вовлечение их в различные секции, в условиях агрессивной информационной среды формируется позитивная психология общения и коллективное взаимодействие, повышается самооценка.

Программа является педагогически целесообразной, так как направлена не только на получение детьми образовательных знаний, умений и навыков по мини-футболу, а обеспечивает организацию содержательного досуга, укрепление здоровья, удовлетворение потребности детей в активных формах познавательной деятельности и двигательной активности.

Одной из важнейших задач, стоящих перед школой, тренером является привлечение как можно большего числа младших школьников к систематическим занятиям спортом для повышения уровня физической подготовленности.

Отличительная особенность. Программа отличается от других тем, что основой подготовки занимающихся в секции является не только технико-тактическая подготовка юных футболистов, но и общефизическая подготовка, направленная на более высокий показатель физического развития школьников. Расширяется кругозор и интерес к данному виду спорта.

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

Материал программы «Мини-футбол» даётся в четырех разделах: основы знаний; подготовка; техника и тактика игры; соревнования.

В разделе «Основы знаний» представлен материал по истории 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» представлены материал, способствующий овладению техническими и тактическими приёмами игры.

Адресат: программа рассчитана на мальчиков и девочек в возрасте от 7 до 12 лет. Обеспечивает непрерывность дополнительного образования. Программа построена по принципу изучения, углубления и повторения объема знаний, умений и навыков. Наполняемость групп может составлять от 10 до 15 человек.

Для обучающихся школьного возраста необходимостью является потребность в высокой двигательной активности. Мини-футбол наиболее благоприятен для развития физических способностей – скоростных и координационных, а также способностей длительно выполнять циклические действия в режимах умеренной и большой интенсивности.

Набор на обучение по Программе производится по заявлению обучающихся. Для комплектации групп по Программе не производится отбор детей по антропометрическим данным, гибкости и другим показателям пригодности к данному виду спорта. Группы формируются независимо от гендерной принадлежности, по возрасту участников. К спортивно-

оздоровительному этапу допускаются все лица, желающие заниматься футболом и не имеющие медицинских противопоказаний. В группах осуществляется физкультурно-оздоровительная и воспитательная работа, направленная на разностороннюю физическую подготовку преимущественно оздоровительной направленности и овладение основами техники футбола. При появлении вакантных мест возможен дополнительный прием поступающих в течение учебного года.

Индивидуальные особенности учащихся в соответствии с профилем программы: программа позволяет последовательно решать задачи подготовки юных футболистов, формируя у учащихся целостное представление о футболе, о физической культуре, возможностях в повышении работоспособности и улучшении состояния здоровья, а главное воспитать личность, способную к самостоятельной, творческой деятельности.

Своеобразие настоящей программы заключается в том, что она создана на основе курса обучения игре в футбол. Технические приемы, тактические действия и особенно игра в футбол таят в себе большие возможности для формирования жизненно важных двигательных навыков и развития физических особенностей детей. Исследователи игровой деятельности подчеркивают её уникальные возможности не только для физического, но и нравственного воспитания детей, особенно для развития познавательных интересов, выработки воли и характера, формирование умения ориентироваться в окружающей действительности, воспитания чувства коллективизма. Игровой процесс обеспечивает развитие образовательного потенциала личности, её индивидуальности, творческого отношения к деятельности.

Программа является педагогически целесообразной, так как направлена не только на получение детьми образовательных знаний, умений и навыков по футболу, а обеспечивает организацию содержательного досуга, укрепление здоровья, удовлетворение потребности детей в активных формах познавательной деятельности и двигательной активности.

В действиях с мячом совершенствуются навыки большинства основных движений. Игры с мячом – это своеобразная комплексная гимнастика. Футбол способствует формированию у обучающихся умений самостоятельно принимать решения в зависимости от условий игры. Упражнения и игры с мячом при соответствующей организации их проведения благоприятно влияют на работоспособность ребенка. Способствуют гармоничному развитию центральной нервной системы и всего организма.

Режим занятий – два раза в неделю по 1 часу.

Объем программы – общее количество учебных часов за весь период обучения – 74 часа, продолжительность программы один год, по учебному плану 74 часа. **Срок освоения программы** – один год.

Формы обучения – очная, групповая.

Виды занятий: лекция, тренировочные занятия, соревнования.

Формы подведения результатов: опрос, соревнования, контрольное занятие.

1.2. Цель и задачи программы

Цель программы – полноценное физическое развитие и укрепления здоровья школьников посредством приобщения к регулярным занятиям

спортом, через овладение техникой и тактикой игры в мини-футбол и ее основными правилами.

Обучающие:

- приобретение необходимых теоретических знаний для игры в футбол;
- подготовка учащихся к соревнованиям по мини-футболу.
- обучение специальной, физической, тактической подготовки школьников по мини футболу.

Развивающие:

- воспитание воли, смелости, настойчивости, дисциплинированности, коллективизма, чувства дружбы.

Воспитательные: формирование ценностного отношения к здоровью.

1.3 Содержание общеразвивающей программы Учебный план

№ п/п	Наименование раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Основы знаний	2	2		Опрос, анкетирование
3	Общая и специально - физическая подготовка	30		30	Контрольный урок
4	Техническая и тактическая подготовка	36	2	34	Соревнования
5	Соревнования	6		6	Открытая тренировка
	Итого	74 ч.	4	70	

1.4. Содержание учебного плана

1.Основы знаний

1.1 Краткий обзор возникновения и развития футбола.

Теория: Год рождения футбола. Основатель игры в футбол. Родина футбола. Первые шаги футбола в мире и у нас в стране. Развитие футбола среди школьников. Описание игры.

1.2 Значение занятий физической культурой и спортом.

Теория: Физическая подготовка и ее роль в футболе. Рациональный суточный режим. Режим дня и питание. Личная гигиена: уход за телом, закаливание, простейшие приемы самомассажа. Утренняя гимнастика. Гигиена одежды, обуви. Гигиенические требования к инвентарю и спортивной форме. Зависимость появления травм от неправильного отношения к гигиеническим требованиям.

Понятие о тренировке и спортивной форме. Общее понятие о строении и функциях организма человека, взаимодействие систем организма. Костная система и ее развитие. Связочный аппарат и его функции. Влияние физических упражнений на

История футбола на Олимпийских играх.

Техника безопасности на занятиях по футболу. Санитарно-гигиенические требования, предъявляемые к одежде, обуви, спортивному инвентарю и оборудованию.

2. Общая и специально физическая подготовка

*Практика: **Общеразвивающие упражнения без предметов***

Упражнения для рук и плечевого пояса: сгибания и разгибания, вращения, махи, отведения и приведения, рывки. Упражнения выполняются на месте и в движении.

Упражнения для мышц шеи: наклоны, повороты головы в различных направлениях.

Упражнения для туловища: упражнения на формирование правильной осанки; в различных исходных положениях — наклоны, повороты туловища; в положении лежа — поднятие и опускание ног, круговые движения одной и обеих ног, поднятие и опускание туловища.

Упражнения для ног: различные маховые движения ног, приседания на обеих и на одной ноге, выпады, выпады с дополнительными пружинящими движениями.

Упражнения с сопротивлением: упражнения в парах — повороты и наклоны туловища, сгибание и разгибание рук, переталкивание, приседания, приседания с партнером, переноска партнера на спине и на плечах, элементы борьбы в стойке, игры с элементами сопротивления.

Упражнения с предметами

Упражнения с короткой и длинной скакалкой: на одной и обеих ногах прыжки с вращением скакалки вперед, назад; прыжки с поворотами, прыжки в приседе и полуприседе, прыжки с продвижением шагом и бегом.

Упражнения с отягощением: упражнения с набивными мячами — броски, ловля в различных исходных положениях (стоя, сидя, лежа), с поворотами и приседаниями; броски и ловля мячей парами и группами (вес мячей 2—4 кг).

Упражнения с гантелями, штангой, мешками с песком: сгибание и разгибание рук, повороты и наклоны туловища, поднятие на носки, приседания.

Акробатические упражнения

Кувырки (вперед, назад и в стороны) в группировке, «полушпагат»; полет-кувырок вперед с места и с разбега, перевороты (в стороны и вперед).

Подвижные игры и эстафеты

Игры с мячом; игры с бегом, с элементами сопротивления, с прыжками, с метанием; эстафеты встречные и круговые с преодолением полосы препятствий в различных исходных положениях (стоя, сидя, лежа), с поворотами и приседаниями; броски и ловля мячей парами и группами (вес мячей 2—4 кг).

Специальные упражнения

Приседание на одной ноге («пистолет») с последующим подскоком вверх. Лежа на животе - сгибание ног в коленях с сопротивлением партнера или резинового амортизатора (для укрепления мышц задней поверхности бедра). Броски набивного мяча ногами на дальность за счет энергичного маха ногами вперед. Удары по футбольному мячу ногами и головой на дальность.

Вбрасывание футбольного и набивного мяча на дальность.

Для вратаря: из упора стоя у стены одновременное и попеременное сгибание рук в лучезапястных суставах. То же, но передвижение на руках вправо (влево) по кругу (носки ног на месте).

В упоре лежа хлопки ладонями.

Упражнения для кистей рук с гантелями и кистевым амортизатором.

Сжатие теннисного (резинового) мяча.

Многократное повторение упражнений в ловле и бросках набивного мяча от груди двумя руками (особое внимание обращать на движения кистей и пальцев).

Броски футбольного и набивного мячей одной рукой на дальность.

Ловля набивных мячей, направляемых 2—3 партнерами с разных сторон, с последующими бросками.

Упражнения для развития быстроты.

Повторное про бегание коротких отрезков (10—30 м) из различных исходных положений (лицом, боком и спиной к стартовой линии, сидя, лежа, находясь в положении широкого выпада, медленного бега, подпрыгивания или бега на месте и в разных направлениях).

Бег с изменением направления (до 180°). Бег прыжками. Эстафетный бег. Бег с изменением скорости: после быстрого бега резко замедлить бег или остановиться, затем выполнить новый рывок в том же или другом направлении и т. д. Челночный бег 2x10 м, 4x5 м, 4x10 м, 2x15 м

3. Техническая и тактическая подготовка

Теория: Правила соревнований. Состав команды, замена игроков. Права и обязанности игроков. Правила игры. Основы судейской терминологии и жеста. Виды соревнований. Понятие о методике судейства.

Практика: техника игры.

Удары по мячу ногой. Удары подъемом (внешней, внутренней частью и серединой), стопой (внутренней и внешней стороной) по неподвижному, катящемуся, прыгающему и летящему мячу. Удары пяткой (назад) по катящемуся мячу. Резаные удары (внутренней и внешней частью подъема по катящемуся вперед, навстречу и сбоку мячу). Удары с полулета (всеми способами).

Удары по мячу головой. Удары серединой и боковой частью лба без прыжка и в прыжке с разбега по летящему с различной скоростью и траекторией мячу.

Удары вниз и верхом, вперед, в стороны и назад (по ходу полета мяча), посылая мяч на короткое и среднее расстояние с пассивным и активным сопротивлением, с оценкой тактической обстановки перед выполнением удара. Резаные удары боковой частью лба. Перевод мяча лбом. Удары на точность. Остановка мяча.

Остановка подошвой, внутренней и внешней стороной стопы катящегося и опускающегося мяча с поворотом на 90° (в зависимости от расположения игроков противника и создавшейся игровой обстановки). Остановка грудью летящего мяча с поворотом на 90°. Остановка опускающегося мяча бедром и лбом. Остановка изученными способами мячей, катящихся или летящих с различной скоростью и траекторией, с разных расстояний и направлений; на высокой скорости движения с последующим ударом или рывком.

Ведение мяча.

Ведение серединой подъема, носком и внутренней стороной стопы. Ложные

движения (финты).

При ведении имитировать остановку мяча подошвой или удар пяткой назад (без касания или с касанием мяча подошвой) и рывком вперед уйти с мячом. Быстро отвести мяч подошвой ноги под себя — уйти с мячом вперед. Быстро отвести мяч ногой под себя — повернуться и уйти с мячом в сторону или назад. При ведении неожиданно остановить мяч, оставив его партнеру, находящемуся за спиной, и уйти без мяча вперед, увлекая за собой соперника («скрещивание»). Ложная передача мяча партнеру.

Отбор мяча.

Отбор мяча у соперника накладыванием стопы на мяч, выполняя ложные движения и вызывая противника на определенные действия с мячом с целью его отбора. Вбрасывание мяча.

Вбрасывание из-за боковой линии с места - положения, параллельного расположению ступней ног. Вбрасывание мяча изученными способами с разбега: на точность и дальность (по коридору шириной 2—3 м). Техника игры вратаря. Ловля в броске мяча, летящего в сторону от вратаря на высоте живота, груди, головы и колен. Ловля катящегося в сторону мяча в броске. Ловля катящегося и летящего на различной высоте мяча на выходе из ворот без падения, с падением и в броске. Ловля опускающихся и прыгающих мячей. Отбивание ладонями, пальцами рук в броске мячей, летящих в сторону от вратаря на высоте живота, груди, головы и колен. Отбивание ладонями, пальцами рук катящегося мяча в броске. Перевод мяча через перекладину ворот ладонями (двумя, одной) в прыжке. Броски мяча одной рукой с боковым замахом и снизу на точность и дальность. Бросок мяча одной рукой из-за плеча на дальность и точность. Выбивание мяча с рук и с полулета на точность и дальность. Выбивание мяча с земли и с рук на дальность и точность.

Тактика игры.

В нападении. Освобождение из-под опеки противника для получения мяча. Единоборство с соперниками, применяя обводку и ложные движения. Взаимодействие с партнерами при равном соотношении и численном превосходстве защитников соперника, используя короткие и средние передачи. Атака со сменой и без смены мест флангом и через центр. «Скрещивание» и игра «в стенку». Тактические комбинации при выполнении стандартных положений.

В защите. Персональная опека и комбинированная оборона. Подстраховка и помощь партнеру. Действия при отражении атаки соперника при равном соотношении сил и при его численном преимуществе. Взаимодействие с вратарем. Выбор позиции и страховка партнера при атаке противника флангом и через центр. Организация оборонительных действий при введении мяча в игру из стандартных положений. Тактика вратаря. Организация построения «стенки» при пробитии штрафного и свободного ударов вблизи своих ворот. Игра на выходах из ворот при ловле катящихся по земле и летящих на различной высоте мячей. Руководство партнерами по обороне. Комбинации с защитниками при введении мяча в игру ударом от ворот. Судейская практика. Судейская практика проводится в ходе учебных игр.

Техника игры.

Удары по мячу ногой.

Резаные удары внешней и внутренней частями подъема по летящему мячу. Удар «подсечка» (носком). Бросок мяча подъемом. Переводы мяча стопой и грудью. Удары на точность, силу и дальность, Удары по мячу головой. Удары серединой и боковой частью лба без прыжка и в прыжке с поворотом до 180°.

Удары в прыжке с падением. Удары на точность, силу и дальность. Остановка мяча. Остановка с поворотом до 180° — внутренней и внешней стороной стопы катящегося и опускающегося мяча, грудью — летящего мяча. Остановка подъемом опускающегося мяча. Остановка мяча в движении. Ведение мяча. Ведение мяча изученными способами, выполняя рывки и обводку. Ложные движения (финты). Имитируя желание овладеть мячом, катящимся навстречу или сбоку, неожиданно пропустить мяч между ног или сбоку (для партнера). Перенести правую ногу через мяч влево и, наклоняя туловище влево, послать мяч внутренней частью подъема левой ноги слева от соперника, обехать его справа и продолжить ведение мяча (финт Месхи). Выполнение двух следующих один за другим финтов (если первый финт противник сумел разгадать). Отбор мяча. Отбор мяча в «полушпагате», «шпагате» и подкате.

Вбрасывание мяча. Вбрасывание мяча с разбега. Техника игры вратаря. Отбивание мяча кулаком в прыжке на выходе из ворот. Отбивание мяча ногой, катящегося или низко летящего вблизи вратаря. Действия вратаря против вышедшего с мячом противника; ловля мяча без падения и с броском в ноги (в группировке и без группировки). Повторный бросок на мяч.

Тактика игры. В нападении. Создание численного перевеса в атаке за счет скоростного маневрирования по фронту и за счет подключения из глубины обороны полузащитников и защитников. Смена флангов атаки путем точной длинной передачи мяча на свободный от игроков соперника фланг (со своевременным подключением партнера). Взаимодействие при развитии атак вблизи ворот противника и завершении атаки ударом по воротам. Комбинации с переменной мест.

В защите. Игра центральных защитников по зонному принципу. Создание численного превосходства в обороне. Действия при начале атаки соперника из стандартных положений вблизи своих ворот. Перестройка от обороны к началу и развитию атаки.

Тактика вратаря. Выбор места в штрафной площади при ловле мяча на выходе и на перехвате.

Руководство игрой партнеров по обороне. Ввод мяча в игру. Организация контратаки.

3. Соревнования.

Практика: товарищеские матчи между группами.

1.5. Планируемые результаты

Предметные

Обучающиеся:

- приобретут необходимых теоретических знаний для игры в футбол;
- научатся тактической подготовке в игре мини-футбол;
- получат теоретические сведения о мини-футболе, познакомятся с правилами игры;
- подготовятся к соревнованиям по мини-футболу;
- ознакомятся с правилами техники безопасности во время игры в мини-футбол;
- освоят упражнения СФП;
- узнают о роли капитана команды (его правах и обязанностях);
- ознакомятся с правилами использования спортивного инвентаря;
- научатся владеть игровыми ситуациями на поле;
- освоят технику передвижений, остановок, поворотов, а также технику ударов

по воротам;

- овладеют техническими приемами и тактическими взаимодействиями;
- узнают основы личной гигиены, причины травматизма при занятии мини-футболом и правила его предупреждения;
- улучшат общую физическую подготовку и здоровье;
- приобщатся к регулярным занятиям спортом.

Метапредметные:

регулятивные

обучающиеся:

- осознают необходимость двигательной деятельности, накопления нужных знаний, а также умения использовать ценности физической культуры для удовлетворения индивидуальных интересов и потребностей, достижения личностно значимых результатов в физическом совершенстве;
- проявят положительные качества личности и управление своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявят дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.

коммуникативные

обучающиеся:

- смогут анализировать и творчески применять полученные знания в самостоятельных занятиях физической культурой;
- находить адекватные способы поведения и взаимодействия с партнерами во время игровой деятельности.

Познавательные

обучающиеся:

- научатся понимать значение физической культуры как средства организации здорового образа жизни;
- научатся понимать, что здоровье - это важнейшее условие саморазвития и самореализации человека.

Личностные

Обучающиеся:

- научатся управлять своими эмоциями;
- формировать установки на здоровый образ жизни.

2. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

2.1. Условия реализации программы

1. Материально-техническое обеспечение

Основной учебной базой для проведения занятий является спортивный зал, и стадион (при хороших погодных условиях) МАОУ «Средняя школа №17» с футбольной разметкой площадки, футбольными воротами, а также наличие футбольных мячей для каждого ученика, набивных мячей, гимнастических скакалок, гантелей, баскетбольных, волейбольных мячей, стоек для обводки, гимнастических матов; в зале имеется бревно гимнастическое, стенка гимнастическая, канат.

2. Информационное обеспечение

Основы футбола:

https://kartaslov.ru/книги/Алексей_Заваров_Футбол_для_начинающих_Основы_и_правила/2

Видео уроки <https://pculture.ru/sekcii/football/video-urok/>

3. Кадровые условия

Педагог с педагогическим образованием, без требования к категории.

4. Методические материалы

Дидактические материалы:

- картотека упражнений по спортивным играм;
- правила игры в футбол;
- правила судейства в футболе;
- методические рекомендации по организации безопасного ведения двусторонней игры;
- рекомендации по организации подвижных игр с баскетбольным, футбольным и волейбольным мячами;
- рекомендации по организации работы с картотекой упражнений.

2.2. Формы аттестации

Формой подведения итогов реализации дополнительной образовательной программы являются:

- тестирование на начало и на окончание года обучения на знание теоретического материала;
- сдача контрольных нормативов по ОФП.

2.3. Оценочные материалы

Критерии и нормы оценивания

Педагогический контроль и оценка подготовки обучающихся группы являются важными элементами, определяющими эффективность процесса обучения и тренировки. Для получения объективной информации планируется

использовать педагогическое наблюдение и тестирование.

Метод тестирования дает возможность оценить уровень подготовленности учащихся группы, прирост их физического развития и совершенствования технического мастерства. Контроль осуществляется по таблице нормативов, разработанной школой на основе программы спортивной подготовки для Детско-юношеских спортивных школ, специализированных Детско-юношеских школ олимпийского резерва.

Умения и навыки проверяются во время участия учащихся в соревнованиях различного уровня по мини-футболу. Подведение итогов по технической и общефизической подготовке 2 раза в год (декабрь, май), учащиеся выполняют контрольные нормативы.

Нормативы по физической и технической подготовке 7-10 лет

№	Наименование	Возраст	7	8	9	10
1. Общая физическая подготовка						
1.	Бег 30 м (сек)		6,5	6,0	5,6	5,3
2.	Бег 300 м (сек)		66	63	61	60
3.	Бег 400 м (сек)		2,10	2,05	1,55	1,50
4.	6-минутный бег		700	800	900	1000
5.	12- минутный бег		1700	1800	1900	2000
6.	Прыжок в длину с места (см)		145	150	155	160
7.	Тройной прыжок в длину с места (см)		420	435	445	450
8.	Подтягивание (раз)		5	6	7	8
2. Специальная физическая подготовка						
1.	Бег 30 м (с мячом, сек)		8,2	7,5	7,0	6,4
2.	Челночный бег 30 м х 5 раз (с мячом)		1,10	1,05	1,02	60
3.	Доставание		40	45	50	55

	подвешенного мяча (см)					
4.	Удары на дальность (м)		10-15	15-20	20-25	25-30
3. Техническая подготовка						
1.	Удары на точность 30/40м по 10 раз		7	8	9	10
2.	Жонглирование		5	7	8	10
3.	Ведение 30 м, обводка 5-ти стоек через 6 м (сек)		27	25	22	20

Нормативы по физической и технической подготовке 11-12 лет

№	Наименование	Возраст	11	12
1. Общая физическая подготовка				
1.	Бег 15 м (сек)		2,7	2,6
2.	Бег 30 м (сек)		5.0	4.7
3.	Бег 60 м (сек)		9.4	9.2
4.	Бег 100 м (сек)		15.6	15.2
5.	Бег 400 м (мин)		1.20	1.15
6.	Бег 1500 м (мин)		5.55	5.45
7.	Челночный бег 10x30 м (сек)		58.0	56.0
8.	6 минутный бег		1300	1400
9.	Подтягивание (раз)		5	6
10	Десятикратный прыжок с ноги на ногу (м)		17	19

11	Прыжок с места (м)		170	190
2. Специальная физическая подготовка				
1.	Бег 30 м (с мячом, сек)		5.6	5.4
2.	Челночный бег 30 м х 5 раз (с мячом)		33.0	31.0
3.	Доставание подвешенного мяча (см)		40	45
4.	Удары на дальность (м)		25-30	30-35
3. Техническая подготовка				
1.	Удары на точность 30/40м по 10 раз		13	14
2.	Жонглирование		70	90
3.	Ведение 30 м, обводка 5-ти стоек через 6 м (сек)		12.0	11.0

Оценочные материалы по проверке теоретической подготовке представлены в приложении 1.

2.4. Методы, формы, технологии организации занятий

Основными формами проведения занятий спортивной секции являются: учебно - тренировочные занятия, соревнования. 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.

Теоретические занятия проходят в процессе учебно-тренировочных занятий, где подробно разбирается содержание правил игры, игровые ситуации, жесты судей. Узнают историю развития мини-футбола в России. Приобретут гигиенические знания и навыки (уход за кожей, волосами, ногтями, полости рта). Также узнают о вреде курения, режиме дня и его значение для юного

спортсмена, технику безопасности на занятиях.

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

Словесные методы – позволяют в кратчайший срок передать большую по объему информацию, поставить перед обучаемыми проблемы и указать пути их решения. Слово активизирует воображение, память, чувства обучающихся, создают у них предварительные представления об изучаемом движении. Для этой цели используются: объяснение, рассказ, замечание, команды, указание.

Практические методы – это методы обучения, направленные на применение полученных знаний к решению практических задач. Они выполняют функции углубления знаний, умений, контроля и коррекции, стимулируют познавательную деятельность. Практические методы подразделяются на:

- методы упражнений;
- игровой;
- соревновательный;
- круговой тренировки.

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

- целиком;
- по частям.

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

Метод «круговая тренировка» предусматривает выполнение заданий на специально подготовленных местах (станциях). Упражнения выполняются с учётом технических и физических способностей занимающихся.

Формы обучения: индивидуальная, фронтальная, групповая.

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

Активные методы обучения – это такие методы обучения, при которых деятельность обучаемого носит продуктивный, творческий характер. К активным методам обучения относят дидактические игры, анализ конкретных ситуаций, решение проблемных задач, обучение по алгоритму, мозговую атаку и т.д.

3. Список литературы

Для педагогов

1. Залетаев И.П., Полиевский С.А.. Общеразвивающие упражнения. Москва: «Физкультура и спорт», - 2018, - 120 стр.

2. Колодницкий Г.А., Кузнецов В.С., Маслов М.В. Внеурочная деятельность учащихся. «Футбол». Работаем по новым стандартам. М.: Просвещение, - 2016, - 95 стр.
3. Колодницкий Г.А., Кузнецов В.С. Физическая культура. Упражнения и игры с мячами., Москва «Издательство НЦ ЭНАС»,- 2016
4. Лях В.И., Зданевич А.А. Физическая культура. 1-11 классы: комплексная программа физического воспитания учащихся; Волгоград: Учитель, -2012
5. Лях В.И. Физическая культура. Тестовый контроль 1-4 классы., М.: Просвещение, - 2019
6. Мукиан М., Дьюрст Д. Шаг за шагом. Все о тренировке юного футболиста, М.: Астрель АСТ, -2017
7. Патрикеев А.Ю. Подвижные игры 1-4 классы; Москва: ВАКО, - 2007, - 176 стр.
8. Швыков. И.А. Спорт в школе. Футбол «Терра спорт», Москва -2002, - 141 стр.

Для обучающихся и родителей

1. Колоднецкий Г.А., Кузнецов В.С, Маслов М.В.- «Внеурочная деятельность учащихся» - Футбол.-2011г.
2. Чирва В.Г. Футбол. Методика совершенствования «техники эпизодов игры»,- 2001

Тест по теме: "Основы знаний"

Правильный вариант ответа отмечен знаком +

1. Как переводится слово «футбол»?

- нога + мяч
- + ступня + мяч
- бить + мяч
- пинать + мяч

2. Какая страна считается родиной футбола?

- + Англия
- Испания
- СССР
- Уругвай

3. Какая максимально допустимая длина футбольного поля?

- 140 м
- + 120 м
- 110 м
- 100 м

4. Как называется линия, на которой расположены футбольные ворота? - торцевая линия

- поперечная линия
- боковая линия
- + линия ворот

5. На каком расстоянии от ворот находится линия штрафной площади футбольного поля, параллельная воротам?

- 15 м
- 15,5 м
- 16 м
- + 16,5 м

6. Сколько флагов используется в разметке футбольного поля?

- + 4
- 6
- 8
- 10

Итоговый тест**1. Какое расстояние между стойками футбольных ворот (ширина ворот)? - 7,12 м**

- 7,22 м
- + 7,32 м
- 7,42 м.

2. Какое расстояние от поверхности футбольного поля до перекладины ворот (высота футбольных ворот)?

- 2,14 м
- 2,24 м
- 2,34 м

+ 2,44 м

3. Какая окружность футбольного мяча?

- 56 – 58 см

- 65 – 67 см

+ 68 – 70 см

- 69 – 71 см

4. Какой вес футбольного мяча до начала игры?

- 300 – 330 г

+ 410 – 450 г

- 425 – 475 г

- 470 – 500 г

5. Какое минимальное количество игроков допускается в одной футбольной команде?

- 6

+ 7

- 8

- 9

6. Каким способом определяется право начального удара и выбор ворот в начале футбольного матча?

+ жеребьёвкой

- по решению арбитра

- на выбор гостей

- на выбор хозяев

7. Какой забитый мяч в чужие ворота не засчитывается в футболе? - с начального удара

- с удара от ворот

- с углового удара

+ со свободного удара

8. С какого момента после возобновления игры в футболе мяч считается в игре? - с момента касания игрока к мячу

+ с момента начала движения мяча

- когда мяч пройдёт путь равный длине его окружности

- когда после начального удара к мячу коснётся другой игрок

9. С какой точки выполняется свободный удар, назначенный в пределах площади ворот, в пользу атакующей команды?

- с места нарушения

- с 11-метровой отметки

- с места пересечения линии ворот и боковой линии, ограничивающей площадь ворот

+ с линии площади ворот, параллельной линии ворот, в точке, ближайшей к месту нарушения

10. С какой точки выполняются свободные и штрафные удары, назначенные в пределах площади ворот, в пользу обороняющейся команды? - с места нарушения

- с угла площади ворот

- с линии площади ворот, параллельной линии ворот

+ с любой точки площади ворот

11. В каком из перечисленных случаев может возникнуть положение «вне игры» в футболе?

- при ударе от ворот
- при вбрасывании
- при угловом ударе
- + при штрафном ударе
- + не засчитывает гол и назначает повтор пенальти

12. Засчитывается ли в футболе гол, если мяч после удара от ворот попадает в ворота?

- + засчитывается только в чужие ворота
- засчитывается только в свои ворота
- засчитывается при попадании в любые ворота
- не засчитывается

13. Засчитывается ли в футболе гол, если мяч после углового удара попадает в ворота?

- + засчитывается только в чужие ворота
- засчитывается только в свои ворота
- засчитывается при попадании в любые ворота
- не засчитывается
- + назначить свободный удар в пользу обороняющейся команды с места повторного касания

14. Из скольких ударов от каждой команды состоит серия «послематчевых пенальти» для определения победителя в футболе?

- 1
- 3
- 4
- + 5

15. Что означает жест футбольного судьи – поднятая вверх одна рука? - штрафной удар

- + свободный удар
- замена
- конец матча

16. Что означает предъявленная футбольным арбитром жёлтая карточка? - замечание

- + предупреждение
- удаление
- замена

17. Что означает предъявленная футбольным арбитром красная карточка? - замечание

- предупреждение
- + удаление
- замена

18. Что означает жест помощника футбольного судьи – поднятый над головой флаг между двумя руками?

- офсайд («вне игры»)
- удаление
- + замена

- выход мяча за пределы поля

19. Кто из игроков, находящихся на поле, имеет право выполнять пенальти во время футбольного матча?

- игрок, против которого было совершено нарушение или игрок, находящийся

ближе других к месту нарушения

+ любой игрок

- любой игрок, кроме вратаря

- любой игрок, ещё не выполнявший в этом матче пенальти

- никому (команда играет без вратаря)

20. В каком месте заменённый игрок должен покинуть футбольное поле? - в месте пересечения боковой и центральной линий со стороны технической зоны - в месте пересечения боковой и центральной линий с любой стороны поля + за боковую линию в точку, ближайшую к месту нахождения заменённого футболиста

- за линию ворот