

Муниципальное автономное образовательное учреждение,  
средняя общеобразовательная школа № 15 города Тюмени

**РАССМОТРЕНО**  
на заседании МО учителей  
эстетических дисциплин.  
Руководитель МО \_\_\_\_\_  
/ Кочева Д.Г../  
Протокол № 1  
от 30.08.2021 г.

**СОГЛАСОВАНО**  
заместитель директора

\_\_\_\_\_ / Зайцева С.Ю./

**УТВЕРЖДЕНО**  
Приказом директора МАОУ СОШ  
№ 15 города Тюмени  
от 31.08.2021 № 362

## **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

по ДОПОЛНИТЕЛЬНЫМ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫМ УСЛУГАМ

**«Мини-футбол»**  
**2-4 класс**

Срок реализации: период обучения 2021- 2022г.

Автор программы:  
Колчанов Андрей Дмитриевич, учитель физической культуры

2021-2022 учебный год

## Оглавление

Раздел I. Планируемые результаты.....	3
Раздел II. Содержание курса.....	9
Тематическое планирование .....	11



## **I. Планируемые результаты**

### ***Личностные результаты освоения предмета***

отражаются в индивидуальных качественных свойствах обучающихся, которые приобретаются в процессе освоения учебного предмета. Эти качественные свойства проявляются, прежде всего, в положительном отношении обучающихся к занятиям двигательной (физкультурной) деятельностью, накоплению необходимых знаний, а также в умении использовать занятия мини-футболом для удовлетворения индивидуальных интересов и потребностей, достижения личностно значимых результатов в физическом совершенстве. При занятиях мини-футболом стимулируется работа сердечно-сосудистой системы, развивается выносливость, скоростно-силовые и скоростные способности, укрепляются крупные мышцы рук, плеч, ног. Мини-футбол развивает такие жизненно важные качества как реакция на движущийся объект, реакция антиципации (предугадывания), быстрота мышления и принятия решений в неожиданно меняющихся игровых условиях, концентрация внимания и распределение внимания, что существенно сказывается на умственной деятельности и процессе обучения. Происходит общее укрепление и оздоровление организма. Дети учатся понимать собственное тело, управлять им, что помогает избежать травмоопасных ситуаций на переменах и при всех видах физической активности. Соревновательный элемент в мини-футболе способствует развитию личности ребенка, в частности качеств лидера, воспитывает целеустремленность и бойцовские качества. Мини-футбол позволяет выразить себя как индивидуально, так и как игрока команды. Способствует развитию уверенности в себе, умению ставить и решать двигательные задачи. Через усвоение мини-футбольного этикета служит прекрасным средством коммуникативного общения, развивает навыки сотрудничества и взаимопонимания.

### ***Метапредметные результаты освоения предмета***

характеризуют уровень сформированности качественных универсальных способностей обучающихся, проявляющихся в активном применении знаний и умений в познавательной и предметно-практической деятельности. Приобретенные на базе освоения содержания предмета «Физическая культура», в единстве с освоением программного материала других образовательных дисциплин, универсальные способности потребуются как в рамках образовательного процесса - умение учиться, так и в реальной повседневной жизни обучающихся.

#### ***В области физической культуры:***

- владение широким арсеналом двигательных действий и физических упражнений на базе овладения упражнениями с мячом, активное использование мини-футбола в самостоятельно организуемой спортивно-оздоровительной и физкультурно-оздоровительной деятельности;
- владение способами наблюдения за показателями индивидуального здоровья, физического развития, использование этих показателей в организации и проведении самостоятельных форм занятий по мини-футболу.

### ***Предметные результаты освоения***

характеризуют опыт обучающихся в творческой двигательной деятельности, которые приобретаются и закрепляются в процессе освоения учебного предмета. Приобретаемый опыт проявляется в освоении двигательных умений и навыков, умениях их применять при решении практических задач, связанных с организацией и проведением самостоятельных занятий по мини-футболу.

#### ***В области познавательной культуры:***

- владение знаниями об особенностях индивидуального здоровья и о функциональных возможностях организма, способах профилактики заболеваний средствами физической культуры, в частности мини-футбол;

#### ***В области нравственной культуры:***

- способность управлять своими эмоциями, проявлять культуру общения и взаимодействия в процессе занятий физической культурой, игровой и соревновательной деятельности в мини-футболе;

- владение умением предупреждать конфликтные ситуации во время совместных занятий физической культурой и спортом, разрешать спорные проблемы на основе уважительного и доброжелательного отношения к окружающим, самообладанием при проигрыше и выигрыше.

*В области трудовой культуры:*

- умение содержать в порядке спортивный инвентарь и оборудование, спортивную одежду, осуществлять их подготовку к занятиям и спортивным соревнованиям.

*В области эстетической культуры:*

- умение длительно сохранять правильную осанку при разнообразных формах движения и передвижений;

- умение передвигаться и выполнять сложно координационные движения красиво легко и непринужденно.

*В области коммуникативной культуры:*

- владение умением оценивать ситуацию и оперативно принимать решения, находить адекватные способы поведения и взаимодействия с партнерами во время учебной и игровой деятельности.

*В области физической культуры:*

- владение навыками выполнения жизненно важных двигательных умений (ходьба, бег, прыжки, и др.) различными способами, в различных изменяющихся внешних условиях;

- владение навыками выполнения разнообразных физических упражнений, технических действий в мини-футболе, а также применения их в игровой и соревновательной деятельности;

- умение максимально проявлять физические способности при выполнении тестовых заданий по мини-футболу.

## Учебно-тематический план

№ п/п	СОДЕРЖАНИЕ.	Кол-во часов.
1	ОФП	20
2	Специальная подготовка.	16
3	Техническая подготовка.	22
4	Тактическая подготовка.	22
	Итого часов в год.	80

Поурочный учебный план состоит из 80 занятий продолжительностью 1 час каждое.

В зависимости от индивидуальных возможностей учебной группы или при невозможности провести 68 занятий по объективным причинам (болезни, каникулы или др. уважительные причины) преподаватель может по своему усмотрению изменять порядок различных тем внутри учебного плана, или добавлять занятия в другие дни взамен пропущенных.

### **Ожидаемый результат**

Реализация данной программы будет способствовать повышению физиологической активности систем организма, содействию оптимизации умственной и физической работоспособности в режиме учебной деятельности, более успешной адаптации ребенка к школе, повышению интереса к занятиям физической культурой, увеличению числа учащихся стремящихся вести здоровый образ жизни.

### **Техническая подготовка:**

Занимающийся в секции должен:

- Овладеть всеми известными современному мини-футболу приемами игры и уметь осуществлять их в разных условиях.
- Уметь сочетать приемы друг с другом в любой последовательности в разнообразных условиях перемещения. Разнообразить действия, сочетая различные приемы.
- Овладеть комплексом приемов, которыми в игре приходится пользоваться чаще, а выполнять их с наибольшим эффектом; острая комбинационная игра требует максимального использования индивидуальных способностей .
- Постоянно совершенствовать приемы, улучшая общую согласованность их выполнения.

### **Тактическая подготовка:**

Для занимающегося в секции должно быть характерно:

- Быстрота сложных реакций, внимательность, ориентировка, сообразительность, творческая инициатива.
- Индивидуальные действия и типовые взаимодействия с партнерами, основные системы командных действий в нападении и защите.
- Сформированность умений эффективно использовать средства игры и изученный тактический материал, учитывая собственные силы, возможности, внешние условия и особенности сопротивления противника.
- Способность по ходу матча переключаться с одних систем и вариантов командных действий на другие.

• Календарно-тематическое планирование 2-4 классов

№	Дата по плану	Дата по факту	Тема занятия	Количество часов
1	1 нед.		Знакомство обучающихся друг с другом. Выявление уровня первичной подготовки детей в данном виде деятельности.	1
2			Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.	1
3	2 нед.		Втягивающая тренировка. Специальные упражнения, свободная практика.	1
4			Физподготовка. Челночный бег, футбол, изучение упражнения «квадрат».	1
5	3 нед.		Физподготовка. Бег, прыжки по лестицам, футбол, изучение упражнения «контроль мяча».	1
6			Физподготовка. Прыжки через барьер 2 серии через круг легкого бега, футбол.	1
7	4 нед.		Физподготовка. Бег с изменением направления, «квадрат», футбол.	1
8			Физподготовка. Челночный бег, прыжки через барьер, футбол.	1
9	5 нед.		Физподготовка. Рывки по диагоналям 3 раза, футбол, «контроль мяча»	1
10			Физподготовка. Челночный бег + удары по воротам, футбол	1
11	6 нед.		Отработка техники передвижения и владения мячом: остановка прием мяча.	1
12			Передвижение спиной вперед, повороты, удары по мячу внутренней частью стопы, ведение мяча по кругу.	1



13	7 нед.		Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой. Бег в сочетании с ходьбой.	1
14			Подвижные игры.	1
15	8 нед.		Обучение ударом по неподвижному мячу, чеканка мяча.	1
16			Подтягивание, приседание, пресс, длительный бег, игра в вышибалы.	1
17	9 нед.		Отработка ударов по мячу из различных положений, комбинации ударов.	1
18			Упражнение «квадрат». Двусторонняя учебная игра.	1
19	10 нед.		Общеразвивающие упражнения с набивным мячом, игра в гандбол.	1
20			Товарищеская игра.	1
21	11 нед.		Общеразвивающие упражнения в парах, подтягивания.	1
22			Эстафета на закрепление и совершенствование технических приемов.	1
23	12 нед.		Развитие скоростных и скоростно-силовых способностей, прыжки.	1
24			Ведение мяча до центра с последующим ударом по воротам, изучение новых технических приемов.	1
25	13 нед.		Обводка с помощью обманных движений, отработка изученных ударов.	1
26			Отработка паса щечкой в парах. Футбол.	1

27	14 нед.		Игры на закрепление тактических действий, силовые упражнения.	1
28			Ведение мяча с активным сопротивлением защитников, удар по неподвижному мячу внутренней стороной стопы.	1
29	15 нед.		Изучение индивидуальных тактических действий в защите. Двусторонняя учебная игра.	1
30			Развитие координационных способностей. Ведение + удар по воротам, квадрат.	1
31	16 нед.		Игры, развивающие физические способности. Бег с остановками и изменением направления	1
32			Изучение позиционного нападения: без изменений позиций игроков + удар с сопротивлением.	1
33	17 нед.		Общеразвивающие упражнения по методу круговой тренировки.	1
34			Полоса препятствий, удары-по неподвижному мячу, мяч стоит на месте, змейка + удар.	1
35	18 нед.		Отработка передач в движении, передача мяча на ход.	1
36			Отбор мяча толком плеча в плечо. Двусторонняя учебная игра.	1
37	19 нед.		Развитие гибкости, старты из различных положений, подтягивания.	1
38			Тренировка выносливости, изменение направления движений по си	1
39	20 нед.		Отработка тактики свободного нападения, ударов из различных положений.	1
40			Комбинации из освоенных элементов техники передвижений, применение их в игре.	1

41	21 нед.		Игры на развитие ориентации и мышления. Чеканка мяча через стойку.	1
42			Ввод мяча вратаря ударом ногой. Двусторонняя учебная игра.	1
43	22 нед.		Эстафеты на закрепление и совершенствование технических приемов	1
44			Специальные упражнения. Чеканка мяча.	1
45	23 нед.		Вратарь: ловля катящегося мяча. Удары по воротам из стандартных положений, по катящемуся мячу.	1
46			Отбор мяча перехватом, тактика игры 2 против 1.	1
47	24 нед.		Изучение технических приемов, прием мяча грудью. Двусторонняя учебная игра.	1
48			Остановка мяча различными частями тела: бедром, грудью, животом. Двусторонняя учебная игра.	1
49	25 нед.		Комбинации из освоенных элементов техники передвижений + эстафета.	1
50			Товарищеская игра МБОУ СОШ №1 – МБОУ СОШ №14.	1
51	26 нед.		Обучение финтам, салки вокруг столба, бег в квадрате.	1
52			Эстафета на закрепление изученных финтов, двусторонняя учебная игра.	1
53	27 нед.		Скоростные упражнения + удары по мячу из различных положений.	1
54			Изучение техники игры вратаря, точный бросок в цель, теннисбол.	1
55	28		Отбор мяча перехватом в движение, бег с препятствиями.	1

	нед.			
56			Ввод мяча вратарем рукой, чеканка мяча, квадрат.	1
57	29 нед.		Ведение мяча + удар по воротам. Футбол.	1
58			Тактическая подготовка, перебежки, треугольник, три колонны.	1
59	30 нед.		Эстафета дриблеров, двусторонняя учебная игра.	1
60			Игра на опережение, старты из различных положений.	1
61	31 нед.		Общеразвивающие упражнения без предметов, силовая подготовка.	1
62			Футбол без ворот, теннисбол, гандбол. Тренировка меткости.	1
63	32 нед.		Игры, развивающие физические способности. Бег с остановками и изменением направления.	1
64			Развитие координационных способностей. Ведение + удар по воротам, квадрат. Двусторонняя игра.	1
65	33 нед.		Прием мяча различными частями тела.	1
66			Изучение финтов, применение при сопротивлении защитника.	1
67	34 нед.		Удары – с разбега, с места, с подачи партнера, с одного шага.	1
68			Двусторонняя учебная игра.	1
69	35 нед.		Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой. Бег в сочетании с ходьбой.	1

70			Общеразвивающие упражнения в парах, бег с мячом.	1
71	36 нед.		Старты из различных положений, двусторонняя игра.	1
72			Упражнение змейка + удар по воротам. Футбол.	1
73	37 нед.		Двусторонняя учебная игра.	1
74			Двусторонняя учебная игра.	1
75	38 нед.		Двусторонняя учебная игра.	1
76			Двусторонняя учебная игра.	1
77	39 нед.		Двусторонняя учебная игра.	1
78			Двусторонняя учебная игра.	1
79	40 нед.		Итоговое занятие. Сдача контрольных нормативов.	1
80			Итоговое занятие. Сдача контрольных нормативов.	1