

## **Аннотация к рабочей программе дополнительного образования «Мини-футбол»**

**Футбол** – это вид спорта, который предполагает в себе игру в мяч ногами, но, категорически нельзя руками. А целью игры является забить больше голов в ворота соперника, чем противник забьёт вам. Этот командный вид спорта считается самым популярным в мире.

Название «футбол» происходит от двух английских слов: «бол» - мяч и «фут» - ступня.

Официально есть 17 правил игры. Всё может зависеть от возраста, пола и физических возможностей игроков. Но если говорить про самый популярный (мужской взрослый футбол), то есть по 45 минут два тайма, а между ними игроки отдыхают 15 минут.

В случае если после 90 минут игры каждая команда забила равное количество голов, то считается, что матч сыгран вничью. Или же добавляется дополнительное время (2 тайма продолжительностью 15 минут). Если и после этого забитых мячей равное количество, то пробивается серия пенальти. Пенальти – это удар по воротам, который может отбить только вратарь, но не запрещается отдать пас другому игроку.

Можно использовать различные схемы: 4-3-2-1 (4 защитника, 3 опорных полузащитника, 2 атакующих полузащитника и 1 нападающий), 3-5-2 (3 защитника, 5 полузащитников и 2 нападающих) и т.д. Но вратарь должен быть обязательно. Он единственный игрок, который может брать мяч в руки, но в ограниченной части поля возле ворот.

Существуют огромное количество нарушений или фолов: подножка, подкат, толчок руками и т.д. За нарушение дать желтую карточку, а также могут назначить штрафной или свободный удар. За две желтых карточки даётся карта красного цвета и игрок, который её получил, покидает поле в зависимости от правил турнира (на одну игру или больше).

Есть много разновидностей футбола: футзал (футбол в помещении), пляжный футбол (на песке), настольный (на специальном поле похожим на стол), футбольный фристайл (игроки делают самые сложные футбольные трюки – финты).

### **Пояснительная записка**

Рабочая программа по футболу является программой дополнительного образования, предназначенной для внеурочной формы дополнительных занятий по физическому воспитанию общеобразовательного учреждения.

Принята в общеобразовательном учреждении, где используется программа В. И. Ляха, А. А. Зданевича. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Данная рабочая программа курса «Футбол» позволяет решать задачи физического воспитания обучающихся, формируя у них целостное представление о физической культуре, ее возможностях в повышении работоспособности и улучшении состояния здоровья, а главное — воспитывая личность, способную к самостоятельной, творческой деятельности.

Программа создана на основе курса обучения игре в футбол.

Программа решает основные задачи физического воспитания:

- укрепление здоровья и повышение работоспособности обучающихся;
- воспитание у школьников морально-нравственных качеств;
- развитие основных двигательных качеств.

Материал программы дается в четырех разделах:

1. Основы знаний
2. Общая физическая подготовка
3. Специальная подготовка
4. Примерные показатели двигательной подготовленности.

В разделе «Основы знаний» представлен материал, способствующий расширению знаний обучающихся о собственном организме, гигиенических требованиях, избранном виде спорта, о возможностях человека.

В разделе «Общая физическая подготовка» даны упражнения и другие необходимые действия, которые способствуют формированию общей культуры движений, развивают определенные двигательные качества.

В разделе «Специальная подготовка» представлен материал по футболу, способствующий обучению школьников техническим и тактическим приемам.

В разделе «Примерные показатели двигательной подготовленности» приведены упражнения и тесты, помогающие следить за уровнем подготовленности обучающихся.

Выполнение задач обучения зависит от подбора подводящих упражнений, четкого и доступного объяснения разучиваемых двигательных действий, широкого использования наглядных пособий и технических средств обучения.

Учебно-тренировочные занятия по «Футболу» проводятся 3 раз в неделю по 2 часа. Планирование занятий строится на основе учебных материалов, изложенных в данной программе. При планировании учитываются местные климатические условия.

Численный состав группы 15-20 человек.

Время занятия – 45 мин.

Основные задачи группы новичков:

Решаются определённые задачи:

укрепление здоровья и закаливание организма;

привитие интереса к систематическим занятиям футболом;

обеспечение всесторонней физической подготовки с преимущественным развитием быстроты, ловкости и координации движений;

овладение техническими приёмами, которые наиболее часто и эффективно применяются в игре, и основами индивидуальной, групповой и командной тактики игры в футбол; освоение процесса игры в соответствии с правилами футбола;

участие в соревнованиях по футболу; изучение элементарных теоретических сведений о личной гигиене, истории футбола, технике и тактике, правил игры в футбол.

### **Цели и задачи**

Игра в 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 ученикам организаторских навыков;
- повышение специальной, физической, тактической подготовки школьников по футболу (мини-футбол);
- подготовка учащихся к соревнованиям по футболу (мини-футбол).