Аннотация

на дополнительную общеобразовательную общеразвивающую программу

"Мини-футбол для начинающих"

Направленность

Образовательная программа «Мини-футбол для начинающих» имеет физкультурно-оздоровительную направленность, направлена на удовлетворение потребностей в движении, оздоровлении и поддержании функциональности организма.

Актуальность

В настоящее время футбол - самый популярный и массовый вид спорта в мире. Систематические занятия мини-футболом способствуют повышению общего уровня двигательной активности детей, служат важным фактором компенсации гиподинамии, что, безусловно, положительно скажется на состоянии здоровья подрастающего поколения.

В результате занятий укрепляется опорно-двигательный аппарат, укрепляются мышцы, улучшается работа кровеносной и дыхательной систем. Развивается ловкость, координация, быстрота реакции, игровое мышление, повышаются скоростно-силовые характеристики и выносливость, укрепляются морально-волевые качества игрока.

Объем и сроки реализации программы.

- 72 часа в год
- 1 год
- Базовый

Адресат программы

Учащиеся 7-12 лет, преимущественно из учащихся ОУ, не имеющие медицинских противопоказаний.

Цель:

Оздоровление и укрепление организма учащихся посредством занятий мини-футболом.

Задачи.

Образовательные

- обучить учащихся техническим приемам игры в мини-футбол;
- дать представление об оздоровлении организма и улучшении самочувствия;
- научить правильно регулировать свою физическую нагрузку;
- научить правилам закаливания организма.

Развивающие

- развить координацию движений и основные физические качества;
- развить двигательные способности;
- сформировать навыки самостоятельных занятий физическими упражнениями во время игрового досуга.

Воспитательные

- способствовать выработке дисциплины и самодисциплины;
- способствовать снятию стрессов и раздражительности.

Условия реализации программы

В объединение зачисляются все желающие заниматься, без конкурсного отбора, с условием предоставления медицинской справки об отсутствии противопоказаний к занятиям по мини-футболу.

При реализации программы используется смешанное (гибридное) обучение - сочетание традиционных форм очного обучения с элементами электронного обучения и дистанционных образовательных технологий, в котором используются системы google класса, виртуальные тренажеры, онлайн-игры и т.п.

Основная форма организации детей на очных занятиях:

Фронтальная: работа со всей группой одновременно (показ, объяснение, демонстрация, и т.п.)

Групповая: работа в парах, тройках для выполнения определенных технико-тактических задач.

Индивидуальная: для отработки определенных технических элементов.

Материально-техническое обеспечение.

Для занятий по программе необходимо:

Спортивный школьный зал.

Спортивный инвентарь:

- Ворота мини-футбольные
- Насос универсальный для накачивания мячей
- Фишки и конусы для обводки;
- Футбольные мячи на каждого обучающегося;
- Сетка для переноски мячей;
- Набивные мячи на каждого обучающегося;
- Турники для подтягивания в висе;
- Стойки-фишки ограничители;
- Майки-манишки;
- Скакалки для прыжков на каждого обучающегося.

Спортивные снаряды:

- Гимнастические скамейки- 5-6 штук;
- Гимнастическая стенка -12 пролетов.

Планируемые результаты

Личностными результатами освоения обучающимися содержания программы являются следующие умения:

- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

Метапредметными результатами освоения обучающимися содержания программы являются следующие умения:

- общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы;
- организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;

Предметными результатами освоения обучающимися содержания программы по мини-футболу являются следующие умения:

- представлять физическую культуру как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;
- организовывать и проводить со сверстниками игры по мини-футболу;
- в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий;
- находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия, выделять отличительные признаки и элементы.