

Аннотация к дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Мини-футбол 9-11 классы» Актуальность программы заключается в том что, она ориентирована, прежде всего, на реализацию двигательной потребности ребенка с учетом его конституционных особенностей и физических возможностей. Мини-футбол – это увлекательная и массовая подвижная игра. Она проста, эмоциональна и отличается высоким оздоровительным эффектом. Чтобы играть в мини-футбол, нужно быстро бегать, мгновенно изменять движения по направлению и скорости, высоко прыгать, обладать силой, ловкостью, выносливостью. Выполнение движений с мячом сопровождается эмоциональным напряжением, выявляет активизацию деятельности сердечнососудистой и дыхательной систем. Игра развивает мгновенную реакцию на зрительные и слуховые сигналы, повышает мышечное чувство, способность к быстрым чередованиям напряжений и расслаблений мышц. В условиях современной общеобразовательной школы у учащихся в связи с большими учебными нагрузками и объемами домашнего задания развивается гиподинамия. Решить отчасти, проблему призвана программа «мини-футбол», направленная на удовлетворение потребностей в движении, оздоровлении и поддержании функциональности организма. Соревновательный характер игры, самостоятельность действий, непрерывное изменение обстановки, удача или неуспех вызывают у играющих проявление разнообразных чувств и переживаний. Высокий эмоциональный подъем способствует поддержанию постоянной активности и интереса к игре. Эти особенности мини-футбола создают благоприятные условия для воспитания у занимающихся умения управлять эмоциями, не терять контроля за своими действиями, в случае успеха не ослаблять борьбы, а при неудаче не падать духом. Теоретическая подготовка юных футболистов включает в себя такие вопросы, как личная гигиена, одежда спортсмена, профилактика травматизма, правила игры. Теоретические сведения сообщаются ученикам в ходе практических занятий в разных частях, в паузах между упражнениями, в перерывах между играми. Игра в мини-футбол направлена на всесторонне физическое развитие и способствует совершенствованию многих необходимых в жизни двигательных и морально-волевых качеств. Цель образовательной программы. Цель программы – углубленное изучение спортивной игры Мини - футбол. Целью занятий являются: приобретение учащимися необходимых знаний, умений, навыков для самостоятельного использования физических упражнений, закаляющих средств и гигиенических требований с целью поддержания высокой работоспособности во всех периодах жизни; воспитания навыков для самостоятельных занятий и умения вести здоровый образ жизни; развивать физические качества, необходимые для овладения игрой мини – футбол, придерживаться принципов гармоничности, оздоровительной направленности учебного процесса. Задачи: • укрепление здоровья; • содействие правильному физическому развитию; • приобретение необходимых теоретических знаний; • овладение основными приемами техники и тактики игры; • воспитание воли, смелости, настойчивости, дисциплинированности, коллективизма, чувства дружбы; • привитие ученикам организаторских навыков; • повышение специальной, физической, тактической подготовки школьников по Мини - футболу; • подготовка учащихся к соревнованиям по Мини - футболу; • отбор лучших учащихся для участия в соревнованиях. • прививать учащимся знания по физической культуре, развивать двигательные навыки и умения в соответствии с требованиями образовательной программы, формировать у учащихся убеждение в том, что забота человека о своем здоровье и физическом развитии является не только его личным делом, но и общественным долгом. • создавать условия для организованной занятости учащихся; • поддерживать и развивать одаренных детей, увлеченных Мини - футболом; • формировать социальную активность воспитанников через участие в соревнованиях по Мини - футболу, воспитывать ответственность за результаты своего труда. Задачи общеобразовательной программы. ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ: - обучение технике и тактике игры мини-футбол; - развитие умения технических действий и тактических командных действий игры мини-футбол. РАЗВИВАЮЩИЕ: - развитие эстетического вкуса, чувства интереса и растворения в красивом; - развитие техники исполнения приемов и передач, атакующих и защитных действий, раскрытие

характера игроков; - развитие координации, выносливости и скоростно-силовых показателей игроков. - предоставить возможность дальнейшего развития способностей обучающихся, создать фундамент для перехода на более высокий уровень. ВОСПИТАТЕЛЬНЫЕ: - формирование воображения и фантазии; - воспитание командного духа; - пропаганда здорового образа жизни. Адресат программы Программа разработана для обучающихся 15 -17 лет. Сроки реализации программы. Программа рассчитана на 1 год. Режим занятий. Режим занятий: по 1 часу раза в неделю.