

Аннотация
к дополнительной общеразвивающей программе
«Мини-футбол»

Данная программа составлена на основе примерной программы для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва под редакцией С.Н. Андреева, Э. Г. Алиева, В. С. Левина, К. В. Еременко. Мини-футбол (футзал): - М.: Советский спорт, 2010. - 96 с.

Дополнительная общеразвивающая программа «Мини-футбол» имеет физкультурно-спортивную направленность.

В данной программе материал подается подробно, последовательно, циклично с переходом с одних разделов программы на другие. В одних и тех же разделах, в чередующихся циклах, тренировка строится по концентрической системе с усложнениями.

Специально подобранные игровые упражнения, выполняемые индивидуально, в группах, командах, задания с мячом создают неограниченные возможности для развития, прежде всего координационных (ориентирование в пространстве, быстрота реакций, перестроения двигательных действий, точность дифференцирования и оценивания пространственных, временных и силовых параметров движений, способность к согласованию отдельных движений в целостные комбинации) и кондиционных (силовых, выносливости, скоростных) способностей, а также всевозможных сочетаний этих групп способностей. Одновременно материал тренировок и соревнований оказывают многостороннее влияние на развитие психических процессов воспитанников (восприятие, внимание, память, мышление, воображение и др.), воспитание нравственных и волевых качеств, что обусловлено необходимостью соблюдения правил и условий игровых упражнений и самой игры, согласования индивидуальных, групповых и командных взаимодействий партнеров и соперников.

Целью программы является оздоровление учащихся, развитие физических и психических качеств, а так же подготовка спортивных резервов для участия в соревнованиях по мини-футболу различного уровня.

Таким образом, в процессе занятий мини-футболом с учащимися решаются следующие задачи:

- укрепить здоровье, повысить работоспособность организма, формировать и совершенствовать двигательные умения и навыки, развить и совершенствовать двигательные качества;
- формировать навыки здорового образа жизни и устойчивого желания и осознанного отношения к выполнению физических упражнений;
- формировать знания о мини-футболе, его истории и о современном развитии.

В группе могут заниматься все желающие при наличии допуска врача, подтверждающего отсутствие противопоказаний к занятиям по мини-футболу. Возраст занимающихся от 7 до 9 лет (младшая группа), от 9 до 11 лет (старшая группа).

Программа составлена для занятий в спортивно-оздоровительных группах и рассчитана на 1 год (1 раз в неделю по 2 академических часа для каждой возрастной группы).

Диагностика результативности и освоения программы проводится по журналу учета посещаемости тренировочных занятий.

Промежуточная аттестация проводится в форме зачетной игры.