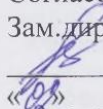



ГОСУДАРСТВЕННОЕ АВТОНОМНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ СВЕРДЛОВСКОЙ ОБЛАСТИ
«СЛОБОДОТУРИНСКИЙ АГАРНО-ЭКОНОМИЧЕСКИЙ
ТЕХНИКУМ»

Согласовано:
Зам. директора по СПР
 /С.Н.Кайгородцева/
«» 10 2017г.



Утверждено:
Директор ГАПОУ
СО «СТАЭТ»
 /С.Д.Бучельникова/
«» 01 2017г.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«МИНИ-ФУТБОЛ»

Составитель:

Хворов Николай Александрович
мастер производственного обучения,
ГАПОУ СО «СТАЭТ»

2017г.

СОДЕРЖАНИЕ

1.	Титульный лист	1
2.	Пояснительная записка	3
3.	Объём и содержание	5
4.	Планируемые результаты	5
5.	Учебный план	6
6.	Учебно-тематический план	7
7.	Календарный учебный график	10
8.	Оценочные материалы	10
9.	Методическое обеспечение	11
10.	Условия реализации программы	11
11.	Список литературы	13

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеразвивающая программа разработана на основе нормативных документов:

1. Федеральный закон от 29.12.2012г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», статей: 2 (п.9, п.22), 12 (п.1ч.4; ч.5), 13 (ч.1,2), 28 (п.6 ч.3), 33 (ч.2), 55 (ч.2), 58 (ч.1), 59 (ч.1),75 (ч.1, ч.4);
2. Приказ Министерства просвещения РФ от 09.11.2018г. №196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительной общеобразовательным программам»;
3. СанПин 2.4.4.3172-14, утверждённый Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 04.07.2014г. №41;
4. Концепция развития дополнительного образования детей (Распоряжение Правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014 года № 1726-р);

Направленность программы физкультурно-спортивная.

Значимость (актуальность) и педагогическая целесообразность программы.

Мини-футбол –одна из самых популярных и массовых коллективных спортивных игр. Современный мини-футбол являет собой яркое зрелище, благодаря разнообразным проявлениям физических качеств тактического мышления часто используются в других видахспорта.

Мини-футбол широко используется в различных звеньях системы физического воспитания. В тоже время мини-футбол – мощное средство агитации и пропаганды физической культуры и спорта.

Технические приемы, тактические действия и собственно сама игра в мини-футбол включают в себе большие возможности для формирования жизненно важных двигательных навыков и развития физических способностей детей. Научные исследования игровой деятельности подчеркивают ее уникальные возможности не только для физического и нравственного воспитания детей, но и для развития познавательных интересов, выработки воли, характера, формирования умения ориентироваться в окружающей действительности, воспитания чувства коллективизма.

Отличительные особенности программы.

Разработанная программа направлена не только на развитие спортивного мастерства, но и на оздоровление детей, позволяя посещать занятие воспитанникам с разной физической подготовкой и физическими способностями. Последовательно изложены задачи каждого этапа обучения данному виду спорта, отмечается сохранение педагогических принципов и последовательность обучения. Программа признана подготовить детей к сдаче учебных нормативов по физической и тактической подготовке в соответствии с их возрастом. В доступной форме изложен учебный материал и материал критериев готовности обучающихся при переходе от одного года обучения к другому. Основной отличительной чертой данной программы является тесное сотрудничество учителя и педагога, что позволяет решать поставленные задачи образовательной и спортивно-оздоровительной направленности. В содержание программы заложена возможность отбора талантливых, одаренных ребят, это переход на более высокий уровень практической работы. В отличии от исходной программы добавлены собственные упражнения с учетом индивидуальных и возрастных особенностей детей.

Адресат программы.

Возраст занимающихся в объединении «Мини-футбол» 15-20 лет.

Срок освоения программы - 1 год.

Режим занятий.

Количество занятий в неделю зависит от года обучения:

1 год обучения - 2 раза в неделю по 2 учебных часа, перерыв между занятиями 10 минут), всего 140 часов.

Наполняемость групп не рекомендуется превышать 15 детей. Группы могут быть одновозрастные или разновозрастные.

В группы начальной подготовки второго и последующих годов обучения могут быть зачислены учащиеся, не занимающиеся в группе первого года на основании тестирования по ОФП (приложение 1).

Форма обучения – очная.

Основные формы учебно-тренировочного процесса: групповые учебно-тренировочные.

Цель программы:

реализация потенциала физического и личностного развития обучающихся, совершенствование физических качеств, способностей через тактическую и техническую подготовку по мини футболу.

Задачи программы:

Обучающие:

1. Научить основам игры в мини-футбол.
2. Обучить навыкам ведения тактических действий игры.
3. Формирование практических умений в организации самостоятельных форм занятий мини-футболом

Развивающие:

1. Развитие координация
2. ОФП

Воспитательные:

1. Формирование трудолюбия в жизни и в спорте.
2. Развитие коммуникативных качеств
3. Способствовать развитию желания ребенка к самопознанию и самоопределению.

ОБЪЕМ, СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Объем программы: Общее количество учебных часов, необходимых для освоения программы: Всего: 140 часов, 1 год обучения -4 часа в неделю.

Содержание программы

Программа состоит из разделов:

1. Охраны труда и техника безопасности.
2. Общая физическая подготовка.
3. Специальная физическая подготовка.
4. Техническая подготовка, тактическая подготовка, интегральная тренировка.
5. Соревновательная подготовка. Контрольные нормативы.

Раздел 1 «**Охрана труда и техника безопасности**» знакомит занимающихся с основными правилами техники безопасности на учебно-тренировочных занятиях, спортивно – массовых мероприятиях, формирует навыки страховки и самостраховки. Учит обеспечению личной безопасности во время самостоятельных занятий физической культурой и спортом.

Раздел 2 «**Общая физическая подготовка**» содержит материал, реализация которого формирует у детей общую культуру движений, укрепляет здоровье, содействует развитию разносторонних умений и навыков, развивает основные физические качества.

В разделе 3 «**Специальная физическая подготовка**» представлен материал с учетом характера игровой деятельности, способствующий приобретению умений игры мини-футбол и эффективному их использованию в этой деятельности, развивающий всесторонние способности, а также всевозможные сочетания этих групп способностей, у занимающихся не только при работе с мячом, но и без мяча.

Разделы 4 «**Техническая подготовка**», «**Тактическая подготовка**» и «**Интегральная тренировка**» включают в свое содержание различные средства физической культуры направленные на формирование и развитие жизненно-важных двигательных навыков и умений. Специальные упражнения (индивидуальные, групповые и игровые упражнения с мячом) позволяют избирательно решать задачи обучения в отдельных элементах техники, их вариативности, различных связок и фрагментов игровой деятельности.

Раздел 5 «**Соревновательная подготовка**», «**Контрольные нормативы**» содержит всю совокупность технических приемов в условиях комплексного проявления основных физических качеств и тактических действий. Содержит подбор упражнений, выполнение которых позволяет тренеру определить степень усвоения учебного материала и уровень физического развития и подготовленности занимающихся.

При подборе упражнения по видам подготовки обязательно соблюдение педагогических принципов от простого к сложному, от известного к неизвестному на которых строится учебно-тренировочный процесс, дающий возможность последовательно от года к году обучать детей новым, более сложным двигательным действиям.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

1. Будут знать

- Основные правила техники безопасности при занятии мини-футболом.
- Упражнения на освоение навыков ходьбы и развития координационных способностей.

- Упражнения входящие в комплекс СФП.
- Технику бега спиной и лицом вперед.
- Правильная постановка стопы при передаче и остановке мяча.

Будут уметь

- Поведение на занятиях по мини-футболу
- Преодолевать различные виды дистанции, различные виды бега и прыжков
- Обучающиеся должны научиться выполнять удары по мячу ведущей ногой (внутренней стороной стопы, серединой подъема), удар по мячу головой, стоя на месте. Выполнять удар по мячу левой и правой ногой.
- Уметь находить выход из стрессовых ситуациях
- Прыгать в длину, бегать короткие отрезки, Бегать средние дистанции, Бегать длинные дистанции, подтягиваться, отжиматься.
- участвовать в соревнованиях
- уметь находить выход из конфликтных ситуаций
- иметь адекватное представление о себе как личности и своих способностях, будет осознавать способы поддержания своей самооценки
- уважительно относиться к старшим и младшим.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

Название разделов программы	Количество часов			Форма промежуточной аттестации
	всего	теория	практика	
Раздел 1. Основы знаний	2	2		Опрос, Тест, Регулярность посещения.
Раздел 2. ОФП	11	2	9	Сдача норматива по ОФП
Раздел 3. СФП	13	2	11	Наблюдение, учебная игра с произвольным использованием приемов нападения и защиты, оценка проявления инициативы и творчества, выполнение контрольных упражнений, самоконтроль
Раздел 4. «Техническая подготовка», «Тактическая подготовка» и «Интегральная тренировка»	100	10	90	Промежуточная и итоговая аттестация, наблюдение, самоконтроль, выполнение указаний тренера, прием нормативов
Раздел 5. Соревновательная подготовка Контрольные нормативы (промежуточная аттестация)	12	4	8	Сдача норматива по тактике и технической подготовке Промежуточная и итоговая аттестация, наблюдение, самоконтроль
Итого:	140	20	120	

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

№ п/п	содержание	Общее количество часов по теме		всего
		теорет ических	практи ческих	
	Раздел 1. Основы знаний	1		1
1.	Т.Б по футболу. Теоретическая подготовка.	1		
	Раздел 2 ОФП	2	9	11
1.	О.Ф.П. Лазание перелазания в различных исходных положениях на животе спине по гимнастической стене.		1	
2.	О.Ф.П. упражнения с футбольными волейбольными мечами.		4	
3.	О.Ф.П. упражнения с футбольными теннисными мечами.	1	1	
4.	О.Ф.П. упражнения с футбольными волейбольными мечами	1	1	
5.	Физическая подготовка футболистов.ОФП.		2	
	Раздел 3. СФП	3	11	12
1.	С.Ф.П. для развития быстроты на ускорение 20-30 м.	1	1	
2.	Физическая подготовка СФП.		2	
3.	С.Ф.П. для развития скоростно -силовых качеств.	1	1	
4.	Физическая подготовка СФП.		2	
5.	С.Ф.П. для развития быстроты на ускорение 100 м.	1	1	
6.	С.Ф.П. для развития ловкости.		2	
7.	С.Ф.П. Круговая тренировка с элементами футбола.		2	
	Разделы.4 «Техническая подготовка», «Тактическая подготовка» и «Интегральная тренировка»	10	92	100
1	Обучение передвижения. Повороты, выпады.		2	
2	Удары, внутренней стороны стопы, частью подъема,		2	
3	Тактическая подготовка. Упражнения для развитие во время видение мяча		2	
4	Ведение, выбивание мяча, остановка мяча.	1	1	
5	Ведение, выбивание мяча, остановка мяча.		1	
6	Владения мячом. Ведение, выбивание мяча, остановка мяча		1	

7	Остановки мяча, ногой, туловищем, головой.	1	1	
8	Остановки мяча, ногой, туловищем, головой		2	
9	Остановки мяча, ногой, туловищем, головой		2	
10	Финты, уходом, ударом ногой, головой, остановкой туловищем.	1	1	
11	Финты, уходом, ударом ногой, головой, остановкой туловищем.		2	
12	Финты, уходом, ударом ногой, головой, остановкой туловищем.	1	1	
13	Отбор мяча. В выпаде в подкате.		2	
14	Удары, внутренней стороны стопы, частью подъема,		2	
15	Удары, внутренней стороны стопы, частью подъема,		2	
16	Техника владения мячом. Ловля, отбивание, переводы, броски.	1	1	
17	Техника владения мячом. Ловля, отбивание, переводы, броски		2	
18	Техника владения мячом. Ловля, отбивание, переводы, броски		2	
19	Тактика игры. Нападения, защита.	1	1	
20	Тактика игры. Нападения, защита		2	
21	Тактика игры. Нападения, защита		2	
22	Техника передвижения . Бег, прыжки, остановки, повороты.		2	
23	Удары. Ногой, головой.		2	
24	Силовые единоборства.Отбор, плечом, бедром		2	
25	Техника передвижения . Бег, прыжки, остановки, повороты		2	
26	Техника передвижения . Бег, прыжки, остановки, повороты.		2	
27	Совершенствование ударов по мячу		2	
28	Изучения функции игроков .Центральный нападающий, крайний нападающий, защитник.	1	1	
29	Изучения функции игроков .Центральный нападающий, крайний нападающий, защитник.		2	
30	Изучения функции игроков. Центральный нападающий, крайний нападающий, защитник.		2	
31	Тактика обороны. Индивидуальная, опека, отбор мяча, групповая тактика, ловля мяча на себя.	2		
32	Тактика обороны. Индивидуальная, опека, отбор мяча, групповая тактика, ловля мяча на себя.		2	

33	Тактика обороны. Индивидуальная, опека, отбор мяча, групповая тактика, ловля мяча на себя.		2	
34	Тактика обороны. Индивидуальная, опека, отбор мяча, групповая тактика, ловля мяча на себя.		2	
35	Тактика нападения. Индивидуальные качества игрока, обводка, прием мяча. Передача, контратака.	1	1	
36	Тактика нападения. Индивидуальные качества игрока, обводка, прием мяча. Передача, контратака		2	
37	Тактика нападения. Индивидуальные качества игрока, обводка, прием мяча. Передача, контратака		2	
38	Тактика нападения. Индивидуальные качества игрока, обводка, прием мяча. Передача, контратака		2	
39	Совершенствование ударов по мячу.		2	
40	Повторение правил игры в футбол.		2	
41	Учебная игра совершенствование ранее изученных приемов.		2	
42	Изучение терминологий игры в футбол.		2	
43	Совершенствование тактических действий.		2	
44	Совершенствование защитных действий.		2	
45	Совершенствование нападающих действий.		2	
46	Учебная игра.		2	
47	Передвижения. Повороты, выпады.		2	
48	Совершенствование ведения мяча.		2	
49	Силовые единоборства. Отбор, плечом, бедром.		2	
50	Прием нормативам по технической и физической подготовки работа над ошибками.		2	
51	Силовые единоборства. Отбор, плечом, бедром		2	
	Раздел 5. Соревновательная подготовка Контрольные нормативы (промежуточная аттестация)	4	8	14
1	Товарищеская встреча внутри объединения.		4	
2	Товарищеская встреча внутри объединения.		2	
3	Товарищеская встреча внутри объединения.		2	
4	Прием нормативов по технической и физической подготовке работа над ошибками.	1		
5	Контрольные тесты.	2		
6	Подведение итогов работы за учебный год домашнее задания на каникулы.	1		
	Итого:	20	120	140

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

№ п/п	Название разделов	Месяц								
		сентябрь	октябрь	ноябрь	декабрь	январь	февраль	март	апрель	май
1	Охрана труда и техника безопасности	1				1				
2	Общая физическая подготовка	2	1	--	2	-	2	1	2	2
3	Специальная физическая подготовка	1	2	2	1	1	2	2	2	1
4	Техническая подготовка	5	4	5	4	8	5	8	6	5
5	Тактическая подготовка	2	5	4	3	4	4	4	3	2
6	Интегральная тренировка	1	3	1	1	4	2	2	1	2
7	Соревновательная подготовка Контрольные нормативы Промежуточная аттестация		1	1	2		1	1		3
	всего: 140	10	17	15	17	13	17	17	18	16

ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

- Для входной диагностики используются нормативы по ОФП и технической подготовке, соответствующие возрасту обучающихся.
- Основными формами отслеживания результатов является промежуточная аттестация, а также участие в соревновательной деятельности. (Приложение 1)

Результативность усвоения данной программы определяется с помощью использования разнообразных способов проверки:

- текущий контроль знаний в процессе устного опроса (индивидуального и группового);
- текущий контроль умений и навыков в процессе наблюдения за индивидуальной работой;
- самоконтроль.

При подведении итогов реализации образовательной программы используются следующие формы:

- открытые занятия,
- зачёты,
- соревнования,
- товарищеские игры,

Открытые занятия проводятся один раз в полугодие.

Соревнования проводятся один раз в полугодие.

- Социализация учащихся идет через набор показателей и критериев (приложение 3)

Входная диагностика, промежуточная аттестация- смотреть приложение 2

МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

Методы:

* словесной передачи знаний и руководства действиями занимающимися: объяснение, рассказ, беседа;

* обучения техники и тактики: демонстрация (показ), разучивание технико-тактических действий по частям и в целом, анализ действий (своих и противника), разработка вариантов технико-тактических действий, творческие задания в процессе тренировки и соревнований;

* выполнения упражнений для развития физических качеств: непрерывный, повторный, круговой, контрольный, игровой, соревновательный.

Запись игр на видео, просмотр и разбор ошибок.

Запись расстановки на доске.

Направленность: комплексная и тематическая.

Разносторонняя тренировка, где обучение и тренировка является единым педагогическим процессом, который тесно взаимосвязан между физической, технической и тактической подготовкой юных футболистов и обеспечивает единство процесса их обучения и поэтому чрезмерное увлечение узкоспециализированными упражнениями нередко приводит к задержке роста мастерства на следующих этапах подготовки.

Способы обучения строятся на дифференцированной основе, исходя из личностных качеств обучаемых.

УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Требования к режиму занятий детей мини-футболом.

Режим учебно-воспитательного процесса (расписание занятий) должен соответствовать требованиям СанПиНа 2.4.4.1251-03. Расписание занятий в спортивно – оздоровительных группах и группах начальной подготовки составляется с учетом того, что они являются дополнительной нагрузкой к обязательной учебной работе детей и подростков в общеобразовательных учреждениях и поэтому необходимо соблюдение следующих гигиенических требований:

- при зачислении в группу каждый ребенок должен представить справку от врача о состоянии здоровья с заключением о возможности заниматься в группах дополнительного образования по футболу;
- посещение ребенком занятий более чем в 2-х (секциях, студиях и т.д.) в один день не рекомендуется;
- предпочтительно совмещение занятий спортивного и неспортивного профиля;

- кратность посещения занятий одного профиля рекомендуется не более 2-х раз в неделю;
- между занятиями в общеобразовательном учреждении (не зависимо от обучения) и посещением учебно-тренировочных занятий должен быть перерыв для отдыха не менее часа;

Требуется спортивная площадка не менее 12*24 метра.

1. Мяч мини-футбольный 10 шт(размер 4)
2. Фишки 20 шт.
3. Манишки игровые 10 шт.
4. Ворота мини-футбольные 2 шт.
5. Скакалка 30 шт
6. Мяч набивной 10 шт
7. Палки гимнастические 10 шт
8. Мячи волейбольные 9 шт.
9. Мячи баскетбольные 5 шт.
10. Мячи теннисные 15 шт.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Ю.Д. Железняк, Ю.М. Портнов Спортивные игры. «Академия» 2014.
2. Былеева Л., Коротков И., Яковлев В.. Подвижные игры. М. «Физкультура и спорт». 2014.
3. Верхошанский Ю.В. Основы специальной физической подготовки спортсменов М. ФиС2008.
4. Громова О.Е.. Спортивные игры для детей. М. « ТЦ Сфера». 2003.
5. Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Теория и методика физического воспитания и спорта. М. изд. Центр «Академия». 2010.