

Министерство образования и науки Амурской области
государственное профессиональное образовательное автономное учреждение
Амурской области
Райчихинский индустриальный техникум

РАССМОТРЕНО
на заседании педагогического
совета
протокол № 8 от «11» июня 2025 г.

УТВЕРЖДЕНО
Приказом директора
И.А. Черномордовой
№ 39 от 24.06.2025 г.

**Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа «Мини-футбол»**

Уровень программы: ознакомительный

Категория и возраст обучающихся:

обучающиеся 14-18 лет

Срок реализации программы: 1 год

Разработчик:
Педагог дополнительного образования
Николаев А.Н.

Оглавление.

1.Пояснительная записка	3
1.1. Краткая характеристика вида	3
1.2. Актуальность, цель, задачи программы	4
1.3. Адресат программы	5
1.4. Формы организации занятий и режим реализации программы	6
2.Учебный план и содержание программного материала	10
2.1. Учебный план	10
2.2. Содержание программного материала	11
2.3. Календарный учебный график.	14
3. Организационно – педагогические условия реализации программы	17
3.1. Учебно-методическое обеспечение	17
3.2. Материально-техническое обеспечение	18
3.3. Учебно-информационное обеспечение	19
3.4. Кадровое обеспечение	20
3.5. Интернет-ресурсы	21
4. Рабочая программа воспитания	22
Приложения	24

Раздел № 1. Комплекс основных характеристик программы

Нормативно-правовое обеспечение программы

1. Федеральный Закон РФ от 29.12.2012 г. № 273 «Об образовании в Российской Федерации» (с изм. от 31.07.2020 № 304-ФЗ, от 02.07.2021 № 322-ФЗ);
2. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 г. № 678-р);
3. Национальный проект «Образование» (утвержден Президиумом Совета при Президенте РФ по стратегическому развитию и национальным проектам (протокол от 24.12.2018 № 16);
4. Приказ Министерства Просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
5. Целевая модель развития региональной системы дополнительного образования детей (приказ Министерства просвещения РФ от 03.09.2019г. № 467);
6. Постановление Главного государственного санитарного врача от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (зарегистрировано в Минюсте России 18.12.2020 N 61573);
7. Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 N 02 «Об утверждении санитарных правил СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» (зарегистрировано в Минюсте РФ 29.01.2021 N 62296);
8. Методические рекомендации по разработке и реализации дополнительных общеобразовательных программ / Голубева С.А., Лантухова И.А. – Благовещенск: Изд-во ГАУ ДПО «АМИРО», 2022. – 111 с.
9. Устав Государственного профессионального автономного образовательного учреждения Райчихинский индустриальный техникум;
10. Правила внутреннего распорядка.
11. Правила по технике безопасности, пожарной безопасности, террористической опасности.

1.1 Пояснительная записка.

Направленность программы – физкультурно-спортивная.

Современное профессиональное образование нацелено на подготовку специалистов, у которых разносторонняя образованность сочетается с крепким здоровьем, специальная профессиональная готовность с высоким уровнем культуры, умственная и физическая работоспособность со здоровым стилем жизнедеятельности. Одним из главных факторов обеспечения такого сочетания, являются занятия физической культурой и спортом.

Мини-футбол – эффективное средство физкультурно-оздоровительной работы. Это увлекательная и массовая подвижная игра, которая не требует

особенных физических данных и больших финансовых вложений. 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 сердечно-сосудистой и дыхательной систем. Игра развивает мгновенную реакцию на зрительные и слуховые сигналы, повышает мышечное чувство, способность к быстрым чередованиям напряжений и расслаблений мышц.

1.2. Актуальность, цель, задачи программы

Актуальность программы. Разнообразие примеров игры с возникновением бесчисленных комбинаций, широкие возможности для единоборств с проявлением силы, ловкости, выносливости делают мини-футбол популярным видом спорта среди молодёжи.

Спортивная командная игра мини - футбол позволяет формировать и развивать востребованный в современных условиях профессиональный навык – умение работать в команде - при подготовке к будущей профессиональной деятельности.

Ключевые задачи процесса подготовки в спортивных командных играх - воспитание коллективизма, желание видеть и понимать коллективный интерес в каждый данный момент состязания, способность согласовывать личные интересы с интересами команды ради командной победы – близки задачам подготовки конкурентоспособного специалиста и являются актуальными на современном этапе.

Занятия мини-футболом позволяют восполнить дефицит двигательной активности обучающихся, обеспечивают организацию содержательного досуга, направлены на удовлетворение потребности обучающихся в активных формах деятельности, профилактику асоциального поведения, призваны мотивировать молодёжь к ведению здорового образа жизни, ориентированы на подготовку спортивного резерва для спортивных сборных команд.

Отличительные особенности и новизна программы. Особенность спортивной игры мини-футбол состоит в большом количестве соревновательных действий – приемов игры. Необходимо выполнять эти приёмы многократно в процессе соревновательной деятельности (в одной встрече, серии встреч) для достижения спортивного результата (выигрыша встречи, соревнования).

Отличительная особенность программы её доступность. Учебно-воспитательный процесс на занятиях ориентирован на обучающихся с различным уровнем подготовки, адаптируется с учётом задатков и способностей обучающихся.

Новизна программы заключается в методике организации занятий - специально отобранные игровые упражнения, направлены на приобретение и

совершенствование приёмов игры в мини-футбол позволят обучающимся укрепить мышечный каркас, развить координационные способности (ориентирование в пространстве, быстроту реакций), логику, воображение,

волевые качества, чувство ответственности, приобрести навыки взаимодействия в коллективе, проявить лидерские качества.

Методика работы опирается на комплекс научных положений теории и методики физического воспитания (П.К. Петров, Л.П.Матвеев, Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов, Ю.Ф. Курамшин и др.), положения теории и методики мини-футбола Андреев С. Н., Алиев Э. Г., Губа В.П., Еременко К. В.

Цель программы: обеспечить овладение обучающимися арсеналом технических и тактических приемов игры в мини – футбол.

Задачи программы:

1. Обучить основам техники и тактики игры в мини-футбол.
- 2.Расширять двигательный опыт обучающихся (ориентирование в пространстве, быстроту реакций и перестроение двигательных действий, точность дифференцирования, воспроизведение и оценивание пространственных, силовых и временных параметров движений, способность к согласованию движений в целостные комбинации);
- 3.Развивать и совершенствовать уровень общей и специальной физической подготовки обучающихся, навыки коллективного взаимодействия.

1.3.Адресат программы

Адресат программы: школьники, студенты профессиональных образовательных организаций 14-18 лет.

В ранней юности наблюдается усиленное развитие потребности в достижении, самоутверждении, стремлении к успеху в деятельности. Осознание своей физической силы (исчезают диспропорции отдельных частей тела, неуклюжесть, несоразмерность движений, интенсивно развивается мускулатура, наблюдается прирост силы) влияет на формирование самооценки, уверенности себе. Потребности и новообразования указанного возрастного периода могут быть удовлетворены и реализованы студентами в спортивной игре, командной состязательной деятельности.

К тренировочному процессу допускаются все желающие, не имеющие медицинских противопоказаний к занятиям избранного вида физкультурно-спортивной деятельности. Набор производится на основе заявления обучающегося.

Особенности комплектования групп. Наполняемость в группах устанавливается в количестве 20 человек.

Состав группы - постоянный.

1.4. Формы организации занятий и режим реализации программы

Форма обучения: очная.

Формы организации деятельности обучающихся:

- индивидуально-фронтальная - чередование индивидуальных и фронтальных форм работы;
- групповая - выполнение упражнений малыми группами, коллективное участие в учебных играх, соревнованиях.

Уровень программы – ознакомительный. Освоение программного материала предполагает знакомство с арсеналом технических приемов игры в мини - футбол, применением технических приёмов в различных тактических комбинациях, получение обучающимися первоначальных знаний в области игровой и соревновательной деятельности.

Режим занятий, периодичность и продолжительность занятий: 144 часов, 2 раза в неделю по 2 академических часа (45 минут). с 5 мин. Перерывом.

1.5. Срок реализации программы

Срок обучения по программе один год в общем объеме 144 часов, 36 учебных недели.

1.6. Ожидаемые результаты.

В результате освоения программы, обучающиеся:

- овладеют основами техники и тактики игры в мини-футбол, арсеналом технических и тактических приемов игры в мини – футбол;
- расширят двигательный опыт (ориентирование в пространстве, быстроту реакций и перестроение двигательных действий, точность дифференцирования, воспроизведение и оценивание пространственных, силовых и временных параметров движений, способность к согласованию движений в целостные комбинации);
- усовершенствуют уровень общей и специальной физической подготовки, навыки коллективного взаимодействия.

1.7. Формы контроля и подведения итогов обучения.

Эффективность соревновательного и тренировочного процессов в мини-футболе определяется с помощью контроля подготовленности спортсменов различных амплуа и команды в целом.

Реализация контроля в процессе подготовки мини-футболистов возможна лишь в том случае, если регистрируются три группы показателей:

- показатели функционального состояния и подготовленности спортсмена, зарегистрированные в стандартных условиях (с помощью тестов);

-показатели тренировочных и соревновательных воздействий; -показатели состояния внешней среды.

Контроль показателей функционального состояния и подготовленности спортсмена в большинстве случаев реализуется в ходе тестирования.

Контроль соревновательных воздействий имеет два направления: контроль результатов соревнований в циклах подготовки и измерения, и оценка эффективности соревновательной деятельности.

Контроль результатов соревнований мини-футболистов. В ходе такого контроля оценивают количество соревнований в определенном (чаще всего в годичном) цикле подготовки и динамику результатов. Динамика соревновательных результатов в цикле тренировки часто используется как показатель длительности удержания состояния, которое называют спортивной формой. Считается, что спортсмен находится в состоянии спортивной формы до тех пор, пока колебания его результатов в соревнованиях лежат в 2–3% зоне.

Контроль тренировочных воздействий в мини-футболе. Он заключается в систематической регистрации количественных значений характеристик тренировочных упражнений, выполняемых спортсменом. Контроль факторов внешней среды. Для того, чтобы принять правильное решение по итогам комплексного контроля, необходимо учитывать условия, в которых проходила соревновательная деятельность, а также выполнение контрольных нормативов в тренировочной деятельности.

Кроме того, само выполнение тренировочных программ часто зависит от состояния и условий внешней среды. Только оценив влияние этих факторов на ход соревновательной и тренировочной деятельности, можно составить полное представление об уровне подготовленности спортсмена

При организации комплексного контроля состояния спортсмена в теории и практике мини футбола выделяют следующие виды комплексного контроля: этапный, текущий и оперативный, каждый из которых связан с соответствующим типом состояний спортсменов.

Этапный - оценивается этапное состояние занимающихся, которое является следствием долговременного тренировочного эффекта, и на этой основе разрабатывается стратегия на последующий период занятий.

Этапный контроль предназначен для оценки устойчивого состояния занимающихся, проводится в конце конкретного этапа. В программу этапного контроля входят:

- диспансеризация;
- тестирование уровня физической подготовленности;
- тестирование технико-тактической подготовленности;

- анализ индивидуальных и групповых соревновательных действий.

Текущий, направленный на оценку текущих состояний, как следствие, нагрузок серии занятий, тренировочных и соревновательных макроциклов. Текущий контроль проводится для получения информации о состоянии футболиста после серии занятий и игр для внесения соответствующих коррекций в тренировочную и соревновательную деятельность.

Оперативный, когда предусматривается оценка оперативных состояний – срочных реакций организма спортсмена на нагрузки отдельных тренировочных занятий и соревнований. Таким образом оценивается состояние спортсмена в процессе занятий и осуществляется оперативная коррекция тренировочного воздействия.

В зависимости от используемых показателей, контроль классифицируется следующим образом:

– педагогический, когда оценивается уровень технико-тактической и физической подготовленности, особенности выступления в соревнованиях, динамика спортивных результатов, структура и содержание тренировочного процесса и др.;

Педагогический контроль по направленности и содержанию охватывает три основных раздела:

1. Контроль уровня подготовленности футболистов.
2. Контроль соревновательной деятельности.
3. Контроль тренировочной деятельности.

Оценка и контроль текущего состояния футболиста осуществляется при диспансеризации. Заключение о состоянии каждого футболиста чрезвычайно важно для инструктора, что позволяет ему более эффективно осуществлять занятия.

– медико-биологический при котором оценивается состояние здоровья, возможности функциональных систем, отдельных органов и механизмов;

– социально-психологический, связанный с изучением особенностей личности спортсмена, его психологического состояния и подготовленности, общего микроклимата и условий тренировочной и соревновательной деятельности.

Основные показатели продуктивности реализации программы – стабильность состава обучающихся, динамика прироста индивидуальных показателей, совершенствование результата в соревновательной деятельности.

В целях объективного определения уровня подготовки обучающихся спортсменов и своевременного выявления пробелов в их подготовке проводится комплексное тестирование спортсменов. Два раза в год в учебно-тренировочных

группах проводятся контрольные испытания по общей и специальной физической и технической подготовке. Оценка физического развития производится на общепринятой методике биометрических измерений. Уровень подготовленности обучающихся выражается в количественно-качественных показателях по технической, тактической, физической, теоретической подготовленности. Диагностика результатов проводится в виде тестов и контрольных упражнений.

С этой целью используются варианты тестов и контрольных упражнений, разработанные ведущими отечественными специалистами.

Одним из методов контроля эффективности занятий является участие обучающихся в учебных, контрольных и календарных играх. Контрольные игры проводятся регулярно в учебных целях. Календарные игры применяются с целью использования в соревновательных условиях изученных технических приемов и тактических действий. Календарные игры проводятся согласно плану игр и городского уровня.

Для определения уровня физической подготовленности занимающихся учитываются результаты испытаний на прыгучесть, быстроту перемещения, дальность метания набивных мячей и точность попаданий теннисным мячом, а также подтягивание из виса.

Для определения уровня технической подготовленности используется упражнения на точность попадания мячом при ударах, передача и остановки мяча. Большое значение имеет текущий контроль, в котором основное место занимает наблюдение за тем, как проходит овладение техническими и тактическими приемами, как обучающиеся применяют их в игре.

Критериями оценки являются: умения, демонстрируемые обучающимися при выполнении контрольных упражнений и улучшение результата контрольных нормативов.

Критерии оценки результативности определяются по трем уровням освоения: высокий, средний, низкий и не должны противоречить следующим показателям:

высокий уровень – успешное освоение обучающимся более 70% содержания образовательной программы;

средний уровень – успешное освоение воспитанником от 50% до 70% содержания образовательной программы;

низкий уровень – успешное освоение воспитанником менее 50% содержания образовательной программы.

Примерные нормативные требования по общей физической подготовке и специальной подготовке для занимающихся по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Мини-футбол» представлены в Приложениях 1,2.

2. Учебный план и содержание программного материала

2.1. Учебный план

№п/	Название темы	Количество часов			Формы промежуточной аттестации/контроля
		всего	теория	практика	
1-полугодие «Мини-футбол» 64 часов.					
1.	Техника безопасности при занятиях мини-футболом. Гигиена, врачебный контроль, предупреждение травматизма.	2	2	-	текущий тестирование
2.	История развития мини-футбола в РФ и за рубежом.	2	2	-	
3.	Оборудование и инвентарь.	2	2	-	промежуточное тестирование, педагогическое наблюдение учебная игра
4.	Правила соревнований по мини-футболу.	8	-	8	
5.	Общая и специальная физическая подготовка	20	-	20	
6.	Техническая подготовка.	30	-	30	
11-полугодие «Мини-футбол» 80 часов.					
7.	Инструктаж по технике безопасности на занятии. Техническая подготовка.	10	2	8	текущее педагогическое наблюдение учебная игра
8.	Техническая подготовка.	2	-	2	
9.	Тактическая подготовка.	4	-	4	
10.	Тестирование. Участие в соревнованиях.	4	-	4	
Итоговые занятия.					
11.	ОФП. Сдача нормативов (зачёт).	2	-	2	Итоговое соревнование, тестирование разбор игр
12.	Тестирование. Участие в соревнованиях.	2	-	2	
	ИТОГО	144 часа.			

2.2. Содержание программного материала.

1. Техника безопасности при занятиях мини-футболом. Гигиена, врачебный контроль, предупреждение травматизма.

Теория: Причины, вызывающие травматизм, потертости. Профилактика травматизма. Требования к местам проведения занятий, инвентарю, одежде, обуви. Безопасность при организации и проведении тренировки. Меры обеспечения безопасности во время соревнований.

Общие понятия о гигиене. Личная и общественная гигиена. Гигиенические основы режима учебы, отдыха, занятий спортом. Значение режима дня для занимающихся.

Практические занятия: Гигиенические требования, предъявляемые к местам занятий по мини-футболу. Гигиенические требования к спортивной одежде и обуви футболиста. Зависимость появления травматизма от неправильного отношения к гигиеническим требованиям. Предупреждение травм при занятиях мини-футболом.

Формы контроля: опрос, наблюдение.

2. История развития мини-футбола в РФ и за рубежом.

Теория: Краткие исторические сведения о возникновении футбола. Зарождение футбола в Европе, его основатели. Первые шаги футбола. Соревнования по мини-футболу.

Форма контроля: опрос.

3. Оборудование и инвентарь.

Теория: Футбольные мячи и их виды. Футбольные ворота. Фишки для обводки. Разноцветные накидки.

Форма контроля: опрос.

4. Правила соревнований по мини-футболу.

Теория: Состав команды. Замена игроков. Форма игрока.

Практические занятия: Основы судейской терминологии и жеста. Виды соревнований. Понятие о методике судейства.

Формы контроля: опрос, наблюдение, учебная игра.

5. Общая и специальная физическая подготовка. Общая физическая подготовка.

Теория: Строевые упражнения. Шеренга, колонна, фланг, интервал, дистанция. Команды предварительные и исполнительные. Построение, расчет. Повороты на месте и в движении. Ходьба в строю. Размыкания, смыкания строя, перестроение. Обозначение шага на месте, переход на ходьбу, бег и с бега на шаг. Остановка. Изменение скорости движения строя.

Практические занятия: Упражнения для укрепления мышц, костно-связочного аппарата и улучшения подвижности в суставах.

Для рук и плечевого пояса: сгибание и разгибание рук, махи, вращения, отведения и приведения, поднимание и опускание, движения рывками. Упражнения, выполняемые в различных положениях: стоя, сидя, лежа, на месте и в движении, в прыжке, самостоятельно и с партнером.

Для шеи и туловища: наклоны, повороты и вращения головы в разных направлениях. Наклоны, повороты и вращения туловища, вращение таза. Поднимание и опускание прямых и согнутых ног в положении лежа на спине, на животе, сидя, в висе; переход из положения лежа в сед и обратно; разнообразные сочетания этих упражнений; упражнения, способствующие формированию правильной осанки.

Для ног: поднимание на носки, ходьба на носках, пятках, внутренней и внешней сторонах стопы. Вращения в голеностопных суставах; сгибание и разгибание ног в тазобедренном, голеностопном и коленном суставах; приседания, отведения и приведения; махи ногой в различных направлениях. Выпады, пружинистые покачивания в выпаде, подскоки из различных исходных положений ног (на ширине плеч, одна впереди другой и т.п.). Сгибание и разгибание ног в висах и упорах. Прыжки, многоскоки, ходьба в полном приседе и полу приседе.

Упражнения для воспитания быстроты. Повторный бег на отрезках от 5 до 40 метров из различных исходных положений в различных направлениях. Бег с максимальной скоростью и резкими остановками, с внезапным изменением скорости и направления движения по звуковому, зрительному и тактильному сигналам. Ускорения. Эстафеты и игры с применением беговых упражнений. Ловля и быстрая передача мяча. Упражнения с мячами футбольными, связанные с бросками и ловлей отскочившего мяча в максимально быстром темпе. Игры и игровые упражнения, построенные на опережении действий партнера (овладение мячом, предугадывание маневра.), требующие мгновенных ответов на звуковые, зрительные, тактильные сигналы.

Челночный бег 3x10 м на время. Упражнения на расслабление определенных групп мышц.

Упражнения для воспитания силы. Подвижные и спортивные игры (по упрощенным правилам) с применением силовых приемов.

Упражнения для воспитания скоростно-силовых качеств. Прыжки в высоту, в длину, тройной с места и с разбега, многоскоки.

Подвижные игры с использованием отягощений малого веса. Эстафеты простые и комбинированные с бегом, прыжками, метаниями и переноской грузов. Игры и эстафеты с переноской предметов и т.д.

Упражнения для воспитания выносливости. Равномерный бег с невысокой скоростью, подвижные игры.

Упражнений для расслабления различных мышечных групп.

Специальная физическая подготовка. Комплексы упражнений направленных на развитие специфических физических качеств.

Формы контроля: тестирование, учебная игра.

6. Техническая подготовка

Теория: Понятие о спортивной технике. Передача мяча – верхняя, нижняя. Техника удара при верхней передаче. Приём снизу сильных ударов. Техника нападающего удара. Техника блокирующих действий. Игра в зонах.

Практические занятия: Техника удара по мячу. Удар внутренней стороной стопы – передача мяча на короткие и средние расстояния, взятие ворот с близкого расстояния. Удар серединой подъема – передача мяча и обстрел ворот соперника. Удар носком – обстрел ворот соперника, внезапно для вратаря. Удар внутренней частью подъема – применяется в игре. Удар внешней частью подъема – обстрел ворот, угловой, штрафной удары, выполнение скрытой передачи партнеру. Удар пяткой – скрытая передача мяча назад. Внутренней частью подъема. Резанный удар внешней частью подъема. Удары с полулета, с лета. Остановка мяча. Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы. Остановка катящегося мяча подошвой. Серединой подъема. Удары по мячу головой. Удар головой с места. Удар головой в прыжке. Удар головой – удар в броске. Удар боковой частью головы. Ведение мяча. Удар внешней частью подъема. Отбор мяча. Отбор мяча толчком. Отбор мяча подкатом.

Форма контроля: учебная игра.

7. Тактическая подготовка.

Теория: Понятие об индивидуальной и групповой тактике. Индивидуальная тактика, ее содержание и значение для игры. Целесообразность и особенности применения основных технических приемов в различных ситуациях и разными игроками. Групповая тактика, ее понятие и содержание. Групповые задачи командной игры. Тактика игры вратаря: выбор места, взаимодействие с партнерами.

Практические занятия: Индивидуальные действия. Игра в нападении: умение ориентироваться с мячом и без него. Выбор места для атакующих действий на определенном участке поля. Обучение игровым амплуа в команде. Умение выбрать тот или иной технический прием для эффективного решения технической задачи.

Игра в защите: выбор места для оборонительного действия. Опека игрока с мячом и без него. Перехват паса, отбор мяча. Целесообразный выбор того или иного технического приема для решения оборонительной задачи в данной игровой ситуации.

Командные взаимодействия. Игра в нападении: передачи мяча в парах, тройках, на месте и в движении, без смены и со сменой мест. Взаимодействие в парах с целью выхода на свободное место: «отдай — откройся», «скрестный выход». Умение выполнять групповые взаимодействия в различных фазах развития атаки.

Игра в защите: умение подстраховать партнера, переключиться. Взаимодействия двух игроков против двух, трех нападающих. Умение правильно оценить создавшуюся игровую ситуацию и выбрать целесообразный способ противодействия атакующим соперникам.

Форма контроля: учебная игра.

8. Тестирование. Участие в соревнованиях.

Теория: Установка на предстоящую игру. Характеристика команды противника. Разбор проведенной игры.

Практические занятия: Технический план игры команды и задания отдельным игрокам. Разбор на схеме игрового поля позиций каждого игрока при нападении, при игре в защите, а также при розыгрыше стандартных ситуаций.

Форма контроля: наблюдение, тестирование, разбор игр.

2.3. Календарный учебный график.

№п/п	Дата	Время проведения	Тема	Форма занятий	Место проведения	Форма контроля
1-полугодие «Мини-футбол» 64 часов.						
1.	2.09	16.00-17.35	Техника безопасности при занятиях мини-футболом. Гигиена, врачебный контроль, предупреждение травматизма.	беседа	Кабинет	текущий, тестирование
2.	4.09	16.00-17.35	История развития мини-футбола в РФ и за рубежом.	беседа	Кабинет	
3.	09.09	16.00-17.35	Оборудование и инвентарь.	практ. занятие	Кабинет Спортивный зал	
4.	11.09	16.00-17.35	Правила соревнований по мини-футболу.	практ. занятие	Кабинет Спортивный зал	текущий-педагогическое наблюдение

5.	16.09	16.00-17.35	Правила соревнований по мини-футболу.	практ. занятие беседа.	Спортивный зал	промежуточный -
6.	18.09	16.00-17.35	Правила соревнований по мини-футболу.	практ. занятие беседа.	Спортивный зал	
7.	23.09	16.00-17.35	Правила соревнований по мини-футболу.	практ. занятие беседа.	Спортивный зал	
8.-17.	25.09 30.09 02.10 07.10 09.10 14.10 16.10 21.10 23.10 28.10	16.00-17.35	Общая и специальная физическая подготовка.	практ. занятие беседа.	Спортивный зал	текущий-педагогическое наблюдение
18-34.	30.10 04.11 6. 11. 13. 18. 20 25 27. 02.12 04. 09. 11. 16. 18. 23. 25.	16.00-17.35	Техническая подготовка.	практическое занятие	Спортивный зал	
11-полугодие «Мини-футбол» 80 часов.						
35.	13.01	16.00-17.35	Инструктаж по технике безопасности на занятии. Учебная игра.	практическое занятие	Спортивный зал	Текущий-педагогическое наблюдение

36-50	15.01 20. 22. 27. 29. 03.02 05.02 10. 12. 17. 19. 24. 26. 03.03. 5.03	16.00- 17.30	Техническая подготовка. .	практ. занятие беседа.	Спортивны й зал	
51-68	10.03 12. 17. 19. 24. 26. 31. 2.04 7. 9. 14. 16. 21. 23. 28. 30. 5.05 7. 12. 14.	16.00- 17.35	Тактическая подготовка.	.беседа, практиче ское занятие практиче ское занятие	Спортивны й зал. Спорт. Площадка. .	
69	19.05	16.00- 17.35	Сдача нормативов (зачёт). Тестирование.	практиче ское занятие	Спортивны й зал.Спорт. Площадка.	итоговый- зачет
70	21.05	16.00- 17.35	Участие в соревнованиях.	практиче ское занятие	Спортивны й зал.Спорт. Площадка.	
71	26.05	16.00- 17.35	Участие в соревнованиях.	практиче ское занятие	Спортивны й зал.Спорт. Площадка.	
72	28.05	16.00- 17.35	Участие в соревнованиях	практиче ское занятие	Спортивны й за Спорт. Площадка.	
Итог конец года				144 часа		

3. Организационно – педагогические условия реализации программы

3.1. Учебно-методическое обеспечение

В процессе спортивной тренировки спортсменов, специализирующихся в мини-футболе (футзале), одной из ключевых задач является поддержание высокого уровня физической подготовленности, которая обеспечивает успешное ведение игровой и соревновательной деятельности, а также овладение всем арсеналом технических приемов и своевременное применение их в различных тактических комбинациях.

Обучение технике и тактике игры в мини-футбол строится с учетом закономерностей формирования двигательных навыков.

На 1-м этапе средства подготовки охватывают самый широкий круг упражнений и игр. Подготовка исключает специфическое воздействие на одно из многих необходимых футболисту качеств.

На 2-м и 3-м этапах обучения происходит формирование футбольных способностей и футбольного потенциала, с разучиванием и закреплением отдельных технических элементов и приемов. Футболисту необходимо приобрести и закрепить прочные навыки для решения технических и двигательных задач в игре.

Задачи 4-го этапа – совершенствования – заключаются в обеспечении физическим потенциалом, приобретенным на базе технических и тактических навыков: совершенствование всех качеств, которые были достигнуты на предыдущих этапах, а также реализация индивидуальных возможностей футболистов в игре. В будущем все умения и навыки должны использоваться в более сложных тренировочных условиях и соревновательных играх.

Задача каждого инструктора в игровом виде спорта научить занимающегося «командной игре», взаимодействию с партнерами, интуитивному предугадыванию того или иного игрового момента, молниеносному принятию решения для наиболее эффективного выхода из сложившейся игровой ситуации. Для решения таких задач необходимо применять специальные упражнения, направленные на развитие технико-тактических действий игроков.

Эффективность обучения в мини-футбол во многом зависит от соблюдения принципов обучения: сознательности и активности, наглядности; доступности и индивидуализации, систематичности; постепенности.

Словесные методы создают предварительные представления об изучаемом движении. Для этой цели преподаватель использует: объяснение, рассказ замечание, команды, указания.

Наглядные методы применяются главным образом в виде показа упражнения, наглядных пособий, видеофильмов. Эти методы помогают создать конкретные представления об изучаемых действиях.

Практические методы метод упражнений; игровой; соревновательный; круговой тренировки.

Главным из них является метод упражнений, который предусматривает многократные повторения движений.

Игровой и соревновательный методы применяются после того, как у обучающихся образовались некоторые навыки игры.

Метод круговой тренировки предусматривает выполнение заданий на специально подготовленных местах (станциях). Упражнения подбираются с учетом технических и физических способностей занимающихся.

Алгоритм учебного занятия.

- 1.Разминка. Общеразвивающие упражнения.
- 2.Подготовительные упражнения.
- 3.Подводящие упражнения
- 4.Упражнения по технике (тактике)
5. Контроль. Учебная игра.

3.2. Материально-техническое обеспечение.

Программа реализуется с использованием материально – технической базы ГПОАУ РИТ.

Для занятий имеется спортивный комплекс, включающий спортивный зал, тренажерные залы, открытый стадион широкого профиля, оборудованные спортивным инвентарем, согласно требованиям ФГОС СПО.

В рамках создания новых мест для реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы Министерством образования и науки Амурской области приобретено спортивное оборудование.

1. Ворота футбольные; Тип: футбольные стационарные (бетонируемые) Предназначены для проведения тренировок и игры устанавливаются на открытых площадках; 2шт.
2. Мяч футбольный Предназначен для игр и тренировок команд и клубов любительского уровня. Рекомендованное давление: 0,6-0,8 бар Окружность:

- 68 см. Количество панелей: 32. Количество подкладочных слоев: 4. Вес: 450 гр. Материал камеры: латекс с бутиловым ниппелем. Материал покрышки: синтетическая кожа (полиуретан).
3. Ворота футбольные уменьшенные переносные; Размеры 3000*2000*1000, Стойки и перекладина из профильной трубы: 80х80 мм. Боковины из трубы круглого сечения диаметром: 32 мм Стяжка из трубы круглого сечения диаметром: 32 мм Перекладина ворот соединена со стойками с помощью винтов. Толщина нити сетки: 3 мм. Вес: 35 кг. В комплекте противовесы.
 4. Стойки для обводки 10 шт.; Назначение: для тренировочного процесса спортсменов на открытой спортивной площадке с грунтовой поверхностью. Стойки для обводки состоят из конуса напольного размером 32 см и палки мягкой из ППЭ высотой 170 см.
 5. Фишки 20 шт.; Предназначены для тренировочного процесса футболистов.
 6. Мяч набивной (медицинбол); Материал изготовления чехла – натуральная кожа. Компл. 10 (медицинбол) Наполнитель – резиновая крошка. В комплекте входит: медбол 1 кг – 1 шт.; медбол 2 кг – 1 шт.; медбол 3 кг – 1 шт.
 7. Секундомер Тип: электронный профессиональный Шт. 2
 8. Насос ручной; Тип насоса: ручной. Шт. 2
 9. Скакалка; Предназначена для тренировок спортсменов. Шт. 20
 10. Барьер легкоатлетический 10 шт.; Используется как препятствие в легкоатлетическом беге на дистанции 100 м. и 400 м., а также как снаряд для сдачи норм ГТО, развития скоростно-силовых качеств, развития прыгучести.
 11. Мат гимнастический 4 шт ; Размер: 200 х 100 х 10 см Материал чехла: искусственная кожа. Молния на боковой стороне: наличие. Ручки для переноски: наличие. Наполнитель – поролон.
 12. Сетка для переноски мячей 2 шт. ; Сетка выполнена из капронового шнура. Вместительность мячей – 20 шт. Размер ячейки сетки 100 х 100 мм.
 13. Флаг для разметки Предназначены для разметки футбольного поля. Шт. 6 футбольного поля.
 14. Перчатки вратарские; Оснащены застёжками-липучками. Пара 4. Имеют набивку для защиты рук от удара по мячу и обеспечивают сцепление с вращающимися мячами во влажных и сухих условиях.

Для занятий каждый обучающийся должен иметь: сменную обувь, спортивную форму, спортивную обувь, средства личной гигиены.

Качество образовательного процесса, уровень оздоровительного влияния занятий на организм обучающихся зависит от соблюдения основных требований к организации занятий, обеспечения мер безопасности, выполнения санитарно-гигиенических требований.

3.3. Учебно - информационное обеспечение

Нормативно-правовая база

<https://obr.amurobl.ru/pages/dokumenty/>
<http://amur-iro.ru/rmc/regionalnyi-modelnyi-centr-rmc.html>

Список литературы

Для педагога

1. Губа В.П. Теория и методика мини-футбола (футзала). Учебник. – М.: Физкультура и спорт, 2017. – 153 с.
2. Железняк Ю.Д. Примерная программа спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва. – М.: Советский спорт, 2015.
3. Киселев П.А. Справочник учителя физической культуры / Киселева С.Б.: – Волгоград: Учитель, 2018.
4. Кузнецов А.А. Примерные программы основного общего образования. Физическая культура. Стандарты второго поколения/М.В.Рыжаков - М.: Просвещение, 2016.
5. Лапшин О.Б. Теория и методика подготовки юных футболистов. Мет. пособие – М.: Издательство «Смена», 2009.-218 с.
6. Методика организации занятий по мини-футболу : метод.указания / А. А. Клименко, М. В. Быков, М. В. Быкова, В. Ю. Лемиш. – Краснодар: КубГАУ, 2018. – 13 с.
7. Мини-футбол (футзал): примерная программа для детско - юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва [Текст]/С.Н.Андреев., Э.Г.Алиев., В.С.Левин., К.В. Еременко. – М.: Советский спорт, 2008. – 96 с.:ил.
8. Спортивные игры: Техника, тактика, методика обучения: Учеб.для студ..Савин, А

Для родителей

1. Губа В., Стула А., Кромке К. Подготовка футболистов в ведущих клубах Европы: монография/В. Губа, А.Стула., К.Кромке. – М.: Спорт, 2017 – 272 с.,ил.
2. Селуянов В.Н. Физическая подготовка футболистов [Текст]/В.Н.Селуянов, С.К.Сарсания, К.С.Сарсания. – М.: ТВТ Дивизион, 2006. – 192 с.

Для обучающихся

1. Бенгсбо Йенс. Наступательная тактика в футболе: пер.с англ./Йенс Бенгсбо, Биргер Пейтерсон. – К.: Олимпийская литература., 2012. – 176 с.:ил.
2. Бенгсбо Йенс. Оборонительная тактика в футболе: пер.с англ./Йенс Бенгсбо, Биргер Пейтерсон. – К.: Олимпийская литература, 2011. – 164 с.:ил.
3. Бланк Ден. IQ в футболе. Как обыграть соперника до начала матча, выбрав правильную стратегию игры. – М.: Эксмо, 2016 – 53 с.
4. Майер Ральф. Силовые тренировки в футболе. - М.: Спорт., 2016. – 128 с.

3.4. Кадровое обеспечение

Реализация дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы обеспечивается педагогическими работниками образовательной организации, а также лицами, привлекаемыми к реализации образовательной программы на условиях гражданско-правового договора, в том числе из числа руководителей и работников организаций, направление деятельности которых соответствует области программы.

Квалификация педагогических работников образовательной организации должна отвечать квалификационным требованиям, указанным в профессиональном стандарте «Педагог дополнительного образования детей и взрослых», утвержденного приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 5 мая 2018 г. № 298н.

Педагогические работники, привлекаемые к реализации образовательной программы, должны получать дополнительное профессиональное образование по программам повышения квалификации, в том числе в форме стажировки в организациях, направление деятельности которых соответствует области программы.

3.5. Интернет – ресурсы

<https://amfr.ru/> <https://culture.futbol/> <http://www.rusfutsal.ru/>

https://www.ballgames.ru/мини_футбол/ <https://footbolno.ru/istoriya-razvitiya-mini-futbola.html> https://vk.com/amfr_official

https://vk.com/livetv_sport?yclid=884055578351501311

Планируемые результаты:

Обучающийся:

- соблюдает правила здорового и безопасного образа жизни;

- демонстрирует основные волевые качества: смелость, решительность, целеустремлённость, настойчивость, выдержку, инициативность, дисциплинированность, способность управлять своими эмоциями, навыки конструктивного взаимодействия и сотрудничества.

4. Рабочая программа воспитания

Цель и особенности организуемого воспитательного процесса в ДОО

Цель: формирование всесторонне и гармонично развитой личности через проявление нравственных и психологических качеств.

Задачи:

1. формировать основы культуры общения и построения межличностных отношений, поддерживать атмосферу дружбы, уважения, помощи, поддержки, доверия друг другу;
2. формировать патриотическое сознание, чувство верности своему Отечеству, бережное отношение к историческому прошлому и традициям народов России;
3. воспитывать духовные ценности и убеждения.

Особенности и содержание деятельности.

Воспитательная система складывается из совместной деятельности педагога, обучающихся, родителей, из воспитания на занятии, вне занятия, через систему игровой, экскурсионной и творческой деятельности.

Воспитательная система складывается из совместной деятельности педагога, обучающихся, родителей, из воспитания на занятии, вне занятия, через систему игровой, экскурсионной и творческой деятельности.

Воспитательная деятельность направлена на создание условий развития обучающегося, открывающих возможности для его позитивной социализации, его личностного развития, развития инициативы и творческих способностей на основе сотрудничества со взрослыми и сверстниками и соответствующим возрасту видам деятельности.

Направления в воспитании: гражданско-патриотическое, нравственное, эстетическое, культуры быта и досуга.

Формы и содержание деятельности: Экскурсии, творческие мастер-классы, просмотры кинофильмов, беседы, игровые программы.

4.1. Календарный план воспитательной работы

№ п\п	Название мероприятия	Форма	Сроки	Место проведения
1	«Моя малая родина»	Экскурсия в Краеведческий музей.	Сентябрь	Кабинет
2	День народного единства	Беседа	Ноябрь	Кабинет
3	Новогодний серпантин	новогодний утренник	Декабрь	Кабинет
4	А ну-ка, мальчики!	игровая программа	Февраль	Кабинет
5	Подарок маме	Творческий мастер-класс	Март	Кабинет
6.	Просмотр кинофильма «Сестренка» режиссер А.Галибин (к празднованию Дня Победы)	Просмотр кинофильма	Май	Кабинет

Планируемые результаты:

1. Будут сформированы основы культуры общения и построения межличностных отношений, поддерживать атмосферу дружбы, уважения, помощи, поддержки, доверия друг другу;
2. Будут сформированы патриотическое сознание, чувство верности своему Отечеству, бережное отношение к историческому прошлому и традициям народов России;
3. Будут воспитаны духовные ценности и убеждения.

**Примерные нормативные требования по общей физической подготовке
для занимающихся по дополнительной общеобразовательной
общеразвивающей программе «Мини-футбол»**

		«5»	«4»	«3»
Бег 100 м. (сек.)	Ю	14,0	14,4	15,0
	Д	16,5	17,5	18,0
Бег 1000 м., 500 м. (мин. сек.)	Ю	3,40	3,50	4,0
	Д	1,55	2,0	2,15
Бег 3000 м. 2000 м. (мин. сек.)	Ю	13,5	14,3	15,0
	Д	11,15	12,0	12,5
Прыжок в длину с места (м. см.)	Ю	2,15	2,0	1,90
	Д	1,75	1,60	1,50
Прыжок в длину с разбега «согнув ноги» (м. см.)	Ю	4,30	4,0	3,80
	Д	3,40	3,20	3,0
Прыжок в высоту (м. см.)	Ю	1,26	1,20	1,15
	Д	1,05	1,0	90
Метание гранаты 700г., 500 г. (м. см.)	Ю	29	25	23
	Д	18	13	11
Поднимание туловища из положения лежа на спине, руки за головой (раз)	Д	30	25	20
Подтягивание на высокой перекладине (раз)	Ю	11	9	7
Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (раз)	Ю	30	25	20
	Д	10	8	6
Приседание на одной ноге без опоры	Ю	10/10	8/8	6/6
	Д	8/8	6/6	5/5
В висе поднимание прямых ног до касания перекладины	Ю	8	6	4
Челночный бег 3X10 сек.	Ю	8,0	8,4	8,7
	Д	8,7	9,3	9,7

Примерные нормативные требования по специальной подготовке
для занимающихся по дополнительной общеобразовательной
общеразвивающей программе «Мини-футбол»

Контрольные упражнения	пол	15	16	17
Жонглирование мячом ногами, правой, левой ногами	м	30	36	40
	д	22	26	30
Жонглирование мячом головой,раз	м	24	26	30
	д	16	18	22
Бег 30 м с ведением мяча,с	м	5,5	5,1	4,8
	д	5,7	5,4	5,1
Ведение мяча по «восьмерке», с	м	+	+	+
	д	+	+	+
Комплексный тест, с	м	+	+	+
	д	+	+	+
Удар ногой по неподвижному мячу в цель, число попаданий	м	4	4	5
	д	4	4	4