

**Образовательная программа дополнительного образования - программа дополнительного образования детей и взрослых, дополнительная общеобразовательная программа - дополнительная общеразвивающая программа:**

✓ «Мини-футбол»

Образовательная программа разработана и утверждена Организацией.

Образовательная программа дополнительного образования - дополнительная общеобразовательная программа – дополнительная общеразвивающая программа  
✓ «Мини-футбол» рассмотрена на заседании Педагогического совета, протокол от 30.08.2018 № 135, утверждена приказом директора СПб ГБПОУ КПСС Ивилянном Имелсем Артемовичем от 29.05.2018 № 29-од.

Представленная образовательная программа «Мини-футбол» разработана в соответствии с:

- Федеральным законом российской Федерации от 29.12.2012 (ред. от 05.12.2017) № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»
- Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 29.08.2013 № 1008 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»
- Письмом Министерства образования Российской Федерации от 18.06.2003 № 28-02-484/16
- «Концепцией развития дополнительного образования детей», утвержденной распоряжением Правительства Российской Федерации от 04.09.2014 № 1726-р
- Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 04.07.2014 № 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей»
- «Примерными требованиями к программам дополнительного образования детей» (Приложение к письму Департамента молодежной политики, воспитания и социальной поддержки детей Минобрнауки России от 11.12.2006 № 06-1844)
- Письмом Министерства образования и науки Российской Федерации от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)
- Приказом Минобрнауки России от 25.10.2013 № 1185 «Об утверждении примерной формы договора об образовании на обучение по дополнительным образовательным программам» (Зарегистрировано в Минюсте России 24.01.2014 № 31102)
- Распоряжением Комитета по образованию Санкт - Петербурга от 01.03.2017. № 617-р Об утверждении методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеразвивающих программ в государственных образовательных учреждениях Санкт – Петербурга, находящихся в ведении Комитета по образованию
- Постановлением правительства Санкт-Петербурга от 4.06.2014 № 453 «О государственной программе Санкт-Петербурга "Развитие образования в Санкт-Петербурге» на 2015-2020 годы
- Уставом Санкт-Петербургского государственного бюджетного профессионального образовательного учреждения «Колледж «ПетроСтройСервис», утвержденным распоряжением Комитета по образованию от 03.09.2013 № 2024-р.

В соответствии с пп.3 и 4 Статьи 75. «Дополнительное образование детей и взрослых» Главы 10. «Дополнительное образование» Федеральный закон российской Федерации от 29.12.2012 (ред. от 05.12.2017) № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»:

- К освоению дополнительной общеобразовательной программы допускаются любые лица без предъявления требований к уровню образования.
- Содержание дополнительной общеобразовательной программы и сроки обучения по ней определяются образовательной программой, разработанной и утвержденной Организацией,

осуществляющей образовательную деятельность. Содержание дополнительной общеобразовательной программы определяется образовательной программой, разработанной и утвержденной Организацией, осуществляющей образовательную деятельность, в соответствии с федеральными государственными требованиями.

Цели и задачи дополнительной образовательной программы обеспечивает обучение, воспитание, развитие детей.

**Дополнительная образовательная программа включает следующие структурные элементы:**

1. Титульный лист
2. Общие положения
  - 2.1. Нормативная база разработки Программы
3. Цели и задачи реализации программы
4. Общая характеристика программы
5. Планируемые результаты освоения программы
6. Организационно-педагогические условия
7. Содержание и организация образовательного процесса
  - 7.1. Учебный план
  - 7.2. Учебно-тематический план
  - 7.3. Содержание изучаемого курса.
  - 7.4. Календарный учебный график
  - 7.5. Кадровое обеспечение реализации Программы
  - 7.6. Учебно-методическое и информационное обеспечение реализации Программы
    - Методическое обеспечение дополнительной образовательной программы
    - Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы:
      - Основные источники
      - Интернет-ресурсы
  - 7.7. Материально-техническое обеспечение реализации Программы
8. Оценочные материалы

Представленные документы согласованы Педагогическим советом СПб ГБПОУ КПСС (протокол от 30.08.2018 № 135 ) и утверждены приказом директора от 29.05.2018 № 29-од

## Пояснительная записка

Программа направлена на укрепление здоровья и гармоничное физическое развитие подростков, воспитание морально-волевых качеств, стойкого интереса к занятиям спортом. Программа имеет

### **Актуальность.**

Игра в мини-футбол - одна из интересных, захватывающих и популярных спортивных игр. Технические приемы, тактические действия включают в себе большие возможности для расширения и развития физических способностей, а также помогают в нравственном воспитании детей и подростков. Игра учит взаимодействию, взаимопомощи, дисциплинированности в коллективе. При игре в мини-футбол, у воспитанников развиваются такие физические качества как сила, быстрота, выносливость, ловкость, мобильность.

### **Педагогическая целесообразность программы.**

Через любовь к мини-футболу воспитанники будут больше задумываться над своей жизнью и поведением, более акцентировать свое внимание на здоровье и успехах в спорте и учебе. Через спорт, а в данном случае через мини-футбол, дети и подростки будут быстрее привыкать к самостоятельности и обдуманности действий. В жизни появится цель, стремления, а это не маловажно. Также спорт помогает создать режим здорового образа жизни, научит планировать свои действия и время. Мини-футбол командная игра, которая учит общению и взаимовыручке, реагировать на быстро меняющуюся обстановку, помогает быть в коллективе.

Программа способна влиять на качество жизни, так как приобщает юных петербуржцев к здоровому образу жизни, раскрывает творческий потенциал личности, побуждает к достижению значимого результата. Важным аспектом в освоении образовательной программы «Мини-футбол» является развитие у подростков умения быстро принимать решение, развивать ответственность за результат игры, воспитывать командный дух и умение играть в команде. Таким образом, данная программа помогает решить основную проблему современных подростков - дефицит эмоциональной и физической нагрузки.

**Цель:** Укрепление здоровья, формирование здорового образа жизни через овладение навыками игры в мини-футбол.

### **Задачи:**

#### Образовательные:

- обучить основам техники и тактики игры;
- обучить специальной терминологии;
- обучить основам командной игры.

#### Развивающие:

- развить устойчивый интерес к мини-футболу;
- развить способности (мышление, умение предугадать тактику противника);
- развить физические качества (сила, выносливость, гибкость, координация движений, скорость);
- сформировать навыки здорового образа жизни.

### Воспитательные:

- привить общую культуру поведения (основы гигиены, этикет);
- воспитать общечеловеческие качества (трудолюбие, усердие, целеустремленность);
- развить коммуникативные качества (взаимовыручка, взаимопонимание, выдержка, самообладание).

### **Условия реализации:**

- возраст детей: от 14 лет
- условия набора: принимаются все желающие, не имеющие медицинских противопоказаний для занятий мини-футболом.
- Условия формирования групп: разновозрастные.

**Срок реализации** образовательной программы - 1 год.

1 год обучения: 144 часа, 2 раза в неделю по 2 часа;

**Формы и режим занятий** индивидуально-групповые, групповые.

**Ожидаемые результаты и способы их проверки.**

### Для 1 года обучения:

#### **Знать:**

- правила расстановки игроков на поле ;
- правила игры в мини-футбол;
- название элементов и игроков по их амплуа;
- выполнение элементов игроками отдельных амплуа;
- розыгрыш мяча по различным комбинациям;
- правильное обозначение жестов судьи;
- систему ведения протокола и начисление очков;

#### **Уметь:**

- выполнять передачу мяча верхом;
- выполнять передачу мяча низом;
- выполнять удар по воротам ;
- выполнять набив мяча на левой и правой ноге;
- выполнять ввод мяча ;
- выполнять прием мяча ;
- исполнять различные комбинации в процессе игры.

**Способы проверки результатов программы:** участие в турнирах, товарищеские игры, сдача нормативов и контрольные занятия.

## Учебно-тематический план для 1 года обучения

№	Наименование тем	Кол-во часов		
		Всего	Теория	Практика
1.	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности	2	2	-
2.	Основы мини-футбола (правила соревнований)	4	2	2
3.	Основы физической подготовки	28	4	24
4.	Специальная физическая подготовка по мини-футболу	30	4	26
5.	Технические элементы в игровом процессе	44	8	36
6.	Тактика игры в мини-футболе	34	8	26
7.	Итоговое занятие. Игра.	2	-	2
	<b>Итого часов:</b>	<b>144</b>	<b>28</b>	<b>116</b>

# Содержание образовательной программы для 1 года обучения:

## 1. Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности

Теория: Цели и задачи обучения. Инструктаж по технике безопасности при проведении занятий по мини-футболу.

## 2. Основы мини-футбола (правила соревнований)

Теория. История развития и возникновения волейбола в мире и в России, достижения российских спортсменов. Правила игры в мини-футбол.

Практика. Просмотр турнирных таблиц различных чемпионатов; ознакомление со справочной литературой; просмотр видеозаписей игр; беседы с рассказом о том или ином турнире, игре и т.д.; более подробное объяснение и анализ игровых ситуаций.

## 3. Основы физической подготовки

Теория. Правила выполнения упражнений и действий, подача команд и указаний в процессе выполнения, подготовка к упражнениям и психологический настрой детей, наглядное исполнение упражнений тренером, либо более опытными учениками.

Практика. Повторение всех упражнений детьми с использованием необходимого инвентаря, проведение различного типа эстафет с элементами данных упражнений, возможность усовершенствования того или иного упражнения под конкретного ребенка. Выполнение беговых упражнений, упражнений на перекладине (одновременно и в группах).

## 4. Специальная физическая подготовка

Теория. Значимость специальных упражнений, их нацеленность. Наглядное исполнение упражнений тренером, либо более старшими и опытными обучающимися.

Практика. Выполнение одновременно: прыжковые упражнения на месте в совокупности с бегом, удары по мячу с места и в движении, бросание мяча, различных упражнений с мячами (прыжки с мячом, броски мяча); выполнение по группам: упражнения по перемещению на поле, владение мячом, упражнения с мячом и передачи мяча.

## 5. Технические элементы в игровом процессе

Теория. Технические элементы и упражнения: техника передачи из разных положений, техника перемещения и стойки и др. Правила выполнения элементов и упражнений. Личный пример исполнения мини-футбольных приемов и упражнений, просмотр иллюстраций и видеоматериала.

Практика. Выполнение упражнений с мячом, без мяча, упражнения в парах, внедрение технических элементов в игровой процесс: нападение, защита, командные действия.

## 6. Тактика в мини-футболе

Теория. Тактика игры и построение словесных схем игры. Позиции игрока в команде, его личные действия, действия в совокупности с партнерами, оценка его планов и их усовершенствование.

Практика. Проигрывание различных комбинаций на поле: игра в защите, игра в нападение, соревновательный процесс между обучающимися. Подготовка к соревнованиям.

## 7. Итоговое занятие. Игра.

Практика: Игра в мини-футбол. Соревнования по мини-футболу.



## Методическое обеспечение базовой программы для 1 года обучения:

№ п/п	Название темы (базовые разделы)	Форма проведения занятий	Методы и приемы проведения занятий	Дидактические материалы, техническая оснащенность	Форма подведения итогов
1.	Вводное занятие. Техника безопасности	Организация деятельности - групповая. Беседа. Объяснение. Инструктаж по ТБ	Словесный, наглядный, практический.	Инструкция по технике безопасности. Наглядный материал	Беседа
2.	Основы Мини-футбола (правила соревнований)	Организация деятельности - групповая. Рассказ. Объяснение. Практические задания.	Словесный, наглядный, практический	Турнирные таблицы различных чемпионатов, справочная литература, видеозаписи игр.	Опрос Беседа
3.	Основы физической подготовки	Организация деятельности - индивидуально-групповая. Объяснение. Показ упражнений педагогом.	Словесный, наглядный, практический	Спортивный инвентарь	Опрос Педагогическое наблюдение
4.	Специальная физическая подготовка	Организация деятельности - индивидуально-групповая.	Объяснительно-иллюстративный, репродуктивный	Спортивный инвентарь	Беседа Дискуссия
5.	Технические элементы в игровом процессе	Организация деятельности - индивидуально - групповая.	Словесный, наглядный, практический	Спортивный инвентарь	Беседа Опрос Педагогическое наблюдение
6.	Тактика игры в Мини-футболе	Организация деятельности - групповая, индивидуальная. Комбинированное занятие	Словесный, наглядный, практический	Схемы. Спортивный инвентарь	Опрос Беседа

7.	Итоговое занятие. Игра.	Организация деятельности - групповая. Открытое занятие	Репродуктивный, частично-поисковый	Спортивный инвентарь	Педагогическое наблюдение
----	----------------------------	---	------------------------------------	----------------------	---------------------------

### **Литература для педагога:**

1. Агашин Ф.К. Биомеханика ударных движений. М.: Физкультура и спорт, 2007 г. - 207 с.
2. Ахмеров Э.К. Волейбол для начинающих. Минск: Полымя, 2005 г. - 78 с.
3. М.: Физкультура и спорт, 2001г. - 152 с.
4. Лапутин А.Н. Обучение спортивным движениям. Киев: Здоровье, 2008 г.-216 с.
5. Лапутин А.Н., Уткин В.Л. Технические средства обучения: Учебное пособие для ин-ов физ. культуры М.: Физкультура и спорт, 1999 г.- 80с.
6. Носко Н.А. Формирование навыков у мини-футболиста различных возрастных групп: Автореф. дис. кан. пед. наук. К., 2002 г.- 22с.
7. Пименов М.П. Мини-футбол: специальные упражнения. Киев, 2004 г. - 188 с.

### **Литература для обучающихся:**

1. Ахмеров Э.К. Волейбол для начинающих. Минск: Полымя, 2005 г. - 78 с.
2. Ермаков С.С. Выбор оптимальных поз человека на основе математических моделей движения //Биомеханика на защите жизни и здоровья человека: Тез. докл. 1 Всеросс. Конф., 9-12 ноября 2002 г. Нижний Новгород, 1992. - т.2-91с.
3. Железняк Ю.Д. Юный волейболист. М.: Физкультура и спорт, 2008.-192 с.
4. Ивойлов А.В. Соревнования и тренировка спортсмена. Минск: Высшая школа. 2006 г. - 144 с.
5. Пименов М.П. Волейбол: специальные упражнения. Киев, 2003г. - 188 с.

## **Материально – техническое обеспечение:**

1. Спортивный зал 24 X 12м.
2. Стадион 20 x 40м;
3. Ворота 2x2;
4. мини-футбольные мячи;
5. Скакалки;
6. Тренажерный зал;
7. Баскетбольные мячи, мячи для большого тенниса, бадминтон;
8. Гимнастические скамейки;
9. Гимнастическая стенка;
10. Многопролетная перекладина;
11. Метбольные мячи (разного веса);
12. Гантели (разного веса), эспандеры;
13. Велотренажер, беговая дорожка.