



ДЕПАРТАМЕНТ ПО СПОРТУ И МОЛОДЕЖНОЙ ПОЛИТИКЕ
АДМИНИСТРАЦИИ ГОРОДА ТЮМЕНИ

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
ДЕТСКО-ЮНОШЕСКАЯ СПОРТИВНАЯ ШКОЛА «РУБИН» ГОРОДА ТЮМЕНИ

«Принята»
Педагогическим советом
МАУ ДО ДЮСШ «Рубин»
города Тюмени
«20» 08 20 19 г.
Протокол № 3



Дополнительная общеразвивающая
образовательная программа
в области физической культуры и спорта по виду спорта
МИНИ-ФУТБОЛ

*Программа рассчитана на детей
и подростков в возрасте от 6 до 18 лет*

Срок реализации программы 12 лет

*Авторы программы:
Киселев П.А.
Маршалко С.С.
(тренеры-преподаватели
по мини-футболу)
Ракова Е.В.
(инструктор-методист)*

г. Тюмень, 2019г.

Оглавление:

1. Раздел 1 «Комплекс основных характеристик программы»	3
1.1. Пояснительная записка	3
1.2. Цели и задачи	5
1.3. Содержание программы	6
1.4. Планируемые результаты	21
2. Раздел 2 «Комплекс организационно-педагогических условий»	22
2.1. Календарный учебный график	22
2.2. Условия реализации программы	24
2.3. Формы аттестации	24
2.4. Оценочные материалы	26
2.5. Методические материалы	26
3. Список использованной литературы	30
4. Приложения	31

Раздел № 1 «Комплекс основных характеристик программы»

1.1. Пояснительная записка.

Мини-футбол – самый массовый, самый зрелищный, самый игровой из всех игровых видов спорта. Мини-футбол можно использовать в общеобразовательной школе, как часть программы по физической культуре, мини-футбол преподаётся в спортивных школах, где готовят технически, тактически грамотных игроков. В мини-футбол играют в командах мастеров, где мини-футбол - это профессия человека. Есть мини-футбол мужской и женский, это говорит о том, что мини-футбол интересен всем!

Мини-футбол завоевывает все большую популярность в мире. Сегодня более 80 стран развивают эту игру. Прочно обосновалась эта игра и в России. Благодаря активной целенаправленной деятельности Ассоциации мини-футбола России, являющейся составной частью Российского футбольного союза, в нашей стране создана разветвленная организационная структура этого вида спорта. В чемпионате страны среди команд суперлиги и высшей лиги выступают 33 профессиональных коллектива. Более 500 команд являются участниками первенства России в первой и второй лигах. На местах открыты 20 региональных ассоциаций мини-футбола в стране. Заметные шаги в своем развитии делает и женский мини-футбол. Все большее внимание уделяется в стране и развитию детского и юношеского мини-футбола. Открываются первые спортивные школы по этому виду спорта, при мини-футбольных клубах организуются специализированные группы юных футболистов, во всероссийских соревнованиях ежегодно участвуют юношеские команды четырех возрастных групп.

Мини-футбол – игра очень привлекательная. Ведь, участвуя в игре, ребята получают удовольствие от умения укрощать мяч, от удачного взаимодействия с партнёрами, от напряжённой борьбы с соперником. Наблюдая за игрой со стороны, мы восхищаемся красотой и искромётностью комбинаций, ловкими финтами футболистов.

Играя в мини-футбол, каждый значительно чаще, чем сажем, в футболе, соприкасается с мячом и участвует в общих игровых действиях (а это, согласитесь приятно). Да и голов в мини-футболе забивается значительно больше, а это тоже плюс.

Есть у мини-футбола и другие достоинства. В эту игру можно играть на площадках малых размеров и с меньшим числом игроков командах, следовательно для этого можно приспособить любую полянку или лужайку.

В мини-футбол с успехом можно играть в спортивных залах, хоккейных «коробках», на простейших площадках, в жилых кварталах. Словом, можно смело утверждать, что это универсальная игра, словно специально создана для всеобщего увлечения.

Нормативная база

Дополнительная общеразвивающая образовательная программа в области физической культуры и спорта по виду спорта «хоккей» составлена в соответствии с Федеральным законом от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об

образовании в Российской Федерации», Приказом об утверждении особенностей организации и осуществления образовательной, тренировочной и методической деятельности в области физической культуры и спорта от 27 декабря 2013 г. № 1125, Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 9 ноября 2018 г. № 196 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам», Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 4 июля 2014 г. N 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей».

Направленность программы - физкультурно-спортивная.

Актуальность программы. В наш стремительный век, засилья компьютерными играми, сидячим образом жизни большим объемом информации в школе и дома – приводит к резкому ухудшению здоровья детей и подростков. Нестабильная социально – экономическая обстановка приводит к ряду негативных явлений.

Известно, что люди со слабо развитым мышечным тонусом с трудом могут решать некоторые проблемы.

Одним их величайших даров, что мы можем дать своим детям - это помочь развивать их двигательные навыки и подготовить их к ведению здорового образа жизни. Хотелось чтобы занимающиеся получали удовольствие и уверенность от движения своего тела и чувствовали себя в своем теле «как дома» так - как сидячий образ жизни оценивается, как серьезная угроза здоровью личности.

Практика показывает, что физическая культура и спорт являются эффективным средством профилактики: болезней, наркомании, курения, употребления алкоголя и других негативных явлений которые присутствуют в нашем обществе. Но в настоящее время бюджетные затраты на осуществление программ, связанных с вовлечением детей и учащейся молодежи в активные занятия физической культурой и спортом, на порядок ниже затрат на оказание и совершенствование лечебной помощи, лекарственное обеспечение и содержание молодых правонарушителей в специальных учреждениях, наркоманов и алкоголиков.

Занимаясь по данной программе хотелось бы повысить социальную значимость физической культуры и спорта и использовать это не только для профилактики правонарушений среди детей и подростков, но и для организации досуговой деятельности и оздоровления молодого поколения, формирования потребности в здоровом образе жизни, осуществления всестороннего гармоничного развития личности, воспитания ответственности и профессионального самоопределения в соответствии с индивидуальными способностями обучающихся, вовлечение максимального количества детей в систематические занятия спортом, выявление у них склонностей и пригодности для дальнейших занятий спортом, воспитание устойчивого интереса к ним.

Новизна программы заключается в том, что она не нацелена на подготовку профессиональных спортсменов, а развивает «многие свойства личности понемногу», не выделяющие явно каких-либо приоритетов среди многообразных способностей ребенка. С другой стороны программа взаимосвязана с дополнительной предпрофессиональной образовательной программой в области физической культуры и спорта по виду спорта «мини-футбол», реализуемой в детско-юношеской спортивной школе.

Педагогическая целесообразность заключается в осуществлении учета физиологических и психологических особенностей каждого обучающегося, в предоставлении каждому из них возможности осваивать тренировочные упражнения в соответствии с физиологическими особенностями организма.

Кроме того, педагогическую целесообразность образовательной программы мы видим в формировании у обучающихся чувства ответственности в исполнении своей индивидуальной функции в коллективном процессе (команда), с одной стороны, и формировании самодостаточного проявления всего спортивного потенциала при выполнении индивидуальных действий в соревновательной деятельности и формирования тактического мышления.

Отличительные особенности программы заключаются в том, что на отделении мини-футбола ДЮСШ «Рубин» могут заниматься дети различного уровня физической подготовки, без предварительного отбора, сохраняя и совершенствуя приобретенные навыки.

Возраст детей: данная программа рассчитана на детей и подростков в возрасте от 6 до 18 лет.

Сроки реализации программы: 12 лет.

Практическая значимость изучаемого материала заключается в привитии обучающимся понятия о здоровом образе жизни, необходимость которого разъясняется во время бесед о теории и методике спортивной тренировки и показывается на примерах достижения активного долголетия известными мастерами спорта; укреплении психического и физического здоровья, приобщения занимающихся к культуре общества.

1.2. Цель и задачи программы

Цель программы: развитие физических качеств и совершенствование двигательных способностей обучающихся, приобщение к здоровому образу жизни и укрепление здоровья средствами мини-футбола.

Задачи программы:

Обучающие:

- познакомить с тем, как сохранить свое здоровье, здоровье других;
- изучать материал по технической, тактической, специальной физической, психологической и теоретической подготовке.

Развивающие:

- развивать физические и технические качества, которые позволят в полной мере освоить навыки мини-футбола.

Воспитательные:

- сформировать коллектив единомышленников;
- формировать духовно-нравственные качества личности (доброта, честность, милосердие, воля к победе);
- воспитывать чувство гражданственности, патриотизма, толерантности, трудолюбия;
- формировать негативное отношение к табаку, алкоголю, наркотикам;
- воспитывать потребность в занятии физической культурой, спортом, закаливании и совершенствовании физических способностей и возможностей организма человека.

1.3. Содержание программы

Программа предусматривает последовательность изучения материала по технической, тактической, специальной физической, психологической, теоретической подготовке в соответствии с годами обучения и возрастом обучающихся. Установленная учебная нагрузка является максимальной. Учебно-тематический план рассчитан на 42 учебных недели.

Учебно-тематический план

№ раздела (УЭ)	Название раздела/темы/ учебный элемент (УЭ)	Форма проведения занятий	Количество часов			Формы аттестации/контроля
			всего	теория	практика	
1	Теоретическая подготовка	Беседа	4-6	4-6		беседа
2	Общая физическая	Учебно-тренировочное занятие	66-100		66-100	контрольные нормативы
3	Специальная физическая	Учебно-тренировочное занятие	26-40		26-40	контрольные нормативы
4	Техническая, Тактическая	Учебно-тренировочное занятие	52-80		52-80	контрольные нормативы
5	Интегральная (техничко-тактическая)	Учебно-тренировочное занятие	8-10		8-10	
6	Участие в соревнованиях	Товарищеская игра, матчевая встреча	8-12		8-12	Протокол игр
7	Контрольные испытания	Учебно-тренировочное занятие	4		4	контрольные нормативы

Содержание учебного плана**Раздел 1. Теоретическая подготовка**

Теоретическая подготовка проводится в форме бесед, лекций и непосредственно на тренировке; она связана с физической, технико-тактической, моральной и волевой подготовкой, как элемент практических занятий.