

Отдел образования
администрации г. Уварово Тамбовской области

муниципальное бюджетное образовательное учреждение
дополнительного образования
«Детско-юношеская спортивная школа»

РАССМОТРЕНА
на Педагогическом совете
протокол от 01.09.2021г. № 1

УТВЕРЖДЕНА
Приказ директора
МБОУ ДО ДЮСШ № 72-од
от 01.09.2021г.



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«МИНИ-ФУТБОЛ»**

(физкультурно-спортивная направленность)

Возраст учащихся: 6-17 лет

Уровень освоения: ознакомительный

Срок реализации: 10 месяцев

Разработчики программы:
зам.директора по УВР Фомичева И.В.
методист Горнова Л.Б.

г.Уварово

2021 г.

ИНФОРМАЦИОННАЯ КАРТА ПРОГРАММЫ

1. Учреждение	Муниципальное бюджетное образовательное учреждение «Детско-юношеская спортивная школа»
2. Полное название программы	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Мини-футбол»
3. Сведения об авторах:	
3.1. Ф.И.О., должность	Зам. директора по УВР Фомичева Ирина Викторовна методист Горнова Лариса Борисовна
4. Сведения о программе:	
4.1. Нормативная база	Федеральный закон от 29 декабря 2012 года №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»; Концепция развития дополнительного образования детей (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014 г. №1726-р); Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам (утвержден Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 09 ноября 2018 г. № 196); Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы), (разработанные Минобрнауки России совместно с ГАОУ ВО «Московский государственный педагогический университет», ФГАУ «Федеральный институт развития образования», АНО ДПО «Открытое образование», 2015г.); Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 4 июля 2014 г. N 41 г. Москва «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей»
4.2. Область применения	Дополнительное образование
4.3. Направленность	Физкультурно-спортивная
4.4. Уровень освоения программы	Ознакомительный
4.5. Вид программы	Общеобразовательная, общеразвивающая
4.6. Возраст учащихся по программе	6-17 лет
4.7. Продолжительность обучения	10 месяцев

Содержание

Блок №1. «Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы»

1.1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА	4
1.2. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ	6
1.3. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ	8
1.3.1. Учебный план	8
1.3.2. Содержание программы	11
1.4. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ	14

Блок № 2. «Комплекс организационно-педагогических условий»

2.1 УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ	16
2.1.1 Материально-техническое обеспечение	16
2.2. ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ	16
2.3 Методическое обеспечение программы	18
2.4.СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ	19

Блок №1. «Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы»

1.1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Мини-футбол» (далее Программа) муниципального бюджетного образовательного учреждения дополнительного образования «Детско-юношеская спортивная школа» (далее ДЮСШ) ориентирована на такой *вид спорта*, как мини-футбол.

Направленность программы – *физкультурно-спортивная*.

Уровень освоения содержания образования – *ознакомительный*.

Форма реализации – *групповая*.

Актуальность данной программы обусловлена тем, что традиционная система физического воспитания в общеобразовательных учреждениях на современном этапе не обеспечивает необходимого уровня физического развития и подготовленности учащихся. Этот факт требует увеличения их двигательной активности, а также расширения внеурочной физкультурно-оздоровительной и спортивной работы, цель которой – заложить фундамент крепкого здоровья молодого поколения нашей страны в соответствии с государственными национальными проектами «Здоровье» и «Спорт». Программа также учитывает результаты анализа детского и родительского спроса.

Новизна состоит в возможности методами физической культуры и спорта предоставить равные права в получении образовательных услуг категорией населения, не вовлечённой в физкультурную деятельность по футболу из-за более раннего возраста и состояния здоровья. Одним из направлений, способствующих решению этих задач, является создание в ДЮСШ спортивно-оздоровительных групп (СОГ) для детей *6-17 лет*.

Педагогическая *целесообразность* разработки и реализации Программы состоит в том, что физическое воспитание обучающихся в общеобразовательном учреждении и учреждении дополнительного образования представляет собой единую систему, составными частями которой являются: крепкое здоровье, хорошее физическое развитие, оптимальный уровень двигательных способностей, знания и навыки в области физической культуры, мотивы и освоенные способы (умения) осуществления физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности.

Проблема здорового образа жизни подрастающего поколения сегодня одна из актуальных задач государства и общества. В связи с этим, в данную программу включены спортивно-массовые мероприятия, спортивные соревнования, посвящённые данной теме, а также посещение спортивных мероприятий и соревнований, проводимые другими спортивными отделениями.

Реализация данной программы позволит сформировать команды учащихся среднего и старшего возраста для участия в спортивных соревнованиях регионального и межрегионального уровня, а детей младшего школьного возраста подготовит для обучения по предпрофессиональной программе.

Программа разработана на основании:

- Федерального закона от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

- Федерального закона от 04.12.2007 г. № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»;

- Приказа Министерства спорта Российской Федерации от 27.12.2013 г. № 1125 «Об утверждении особенностей организации и осуществления образовательной, тренировочной и методической деятельности в области физической культуры и спорта»;

- Письма Министерства спорта Российской Федерации от 12.05.2014 г. №ВМ-04-10/2554 «Методические рекомендации по организации спортивной подготовки в Российской Федерации».

Основная функция Программы – физическое образование.

Отличительные особенности дополнительной образовательной программы заключаются в том, что, занимаясь по данной программе, учащиеся получают основы знаний и практические умения для дальнейшего обучения в учебных группах ДЮСШ по предпрофессиональной программе отделения «Футбол».

Дошкольный и младший школьный возраст является весьма благоприятным периодом для разучивания новых движений. Примерно до 90% общего объёма двигательных навыков, приобретаемых в течение всей жизни человека, осваивается в возрасте от 6 до 9 лет, поэтому разучивание большого количества новых разнообразных движений является основным требованием к содержанию физической подготовки детей этого возраста.

В этом возрасте у детей наблюдается неустойчивое внимание. Для поддержания устойчивого внимания следует создать на тренировочном занятии повышенный эмоциональный уровень, используя, в основном, игровые формы, оценку действий каждого ребёнка, метод поощрения.

Для детей 6-9 летнего возраста свойственно конкретно-образное мышление, поэтому особенно важным на занятиях является доступный для понимания образный показ и наглядный метод объяснения.

В основу отбора и систематизации материала положены **принципы комплексности, преемственности и вариативности.**

Принцип комплексности выражен в теснейшей взаимосвязи всех сторон тренировочного процесса: теоретической, физической, технической, тактической и психологической подготовок.

Принцип преемственности прослеживается в последовательности изложения теоретического материала в течение обучения, в углублении и расширении знаний по вопросам теории в соответствии с требованиями, в постепенном усложнении содержания тренировок, в росте объёмов тренировочных нагрузок, в единстве задач, средств и методов подготовки.

Принцип вариативности даёт определенную свободу выбора средств и методов, в определении времени для подготовки обучающихся. Исходя из конкретных обстоятельств, при решении той или иной педагогической задачи

педагоги могут вносить свои коррективы в построение тренировочных циклов, занятий, не нарушая общих подходов.

На обучение по дополнительным общеобразовательным общеразвивающим программам принимаются дети дошкольного возраста, школьники, не достигшие минимального возраста, дающего права на поступление в группы начальной подготовки, а также не прошедшие конкурсный отбор для обучения по дополнительным предпрофессиональным образовательным программам. Зачисление в ДЮСШ на обучение по общеобразовательным общеразвивающим программам осуществляется на основании заявления родителя (законного представителя) и медицинского допуска для занятий в спортивной школе.

Зачисление учащихся в группы производится в течение всего учебного года при наличии вакансий. Количество детей в группе – 10-15 человек.

Во всех периодах образовательного процесса большое внимание уделяется общей физической подготовке (до 80%), игровому методу разучивания, закрепления и совершенствования изучаемого материала.

Занятия рекомендуется проводить в группах с учётом возраста, уровня физической подготовленности, строго дозируя нагрузку.

Сроки реализации программы – 10 месяцев.

Количество учебных часов – 168 часа.

Основные формы занятий:

Урочная форма:

- групповое занятие;

- теоретическое занятие.

Внеурочная:

- соревнование;

- домашнее задание.

Режим занятий

Таблица №1

Этапный норматив Этап и год подготовки	Количество часов в неделю	Количество тренировок в неделю	Общее количество часов в год	Общее количество тренировок в год
Спортивно- оздоровительный	4	2	168	84

1.2. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ

Цель программы – создание условий для развития физических качеств и способностей, необходимых для занятий мини-футболом, укрепления здоровья и формирования у воспитанников потребности в здоровом образе жизни и интереса к физической культуре и спорту.

Задачи:

Обучающие:

- Развивать основные физические способности (качества) и повышать функциональные возможности организма;

- Повышать общий уровень теоретических знаний обучающихся о средствах, методах и формах организации самостоятельных занятий, в том числе с использованием современных информационных и интернет-технологий;

- Осваивать знания о физической культуре и спорте, роли и формировании здорового образа жизни.

- Обучать умению использовать различные системы и виды физических упражнений в самостоятельных занятиях физической культурой.

- Обучать навыкам выполнения разнообразных физических упражнений различной функциональной направленности, технических действий базовых видов спорта, а также применять их в игровой и соревновательной деятельности.

- Создавать положительное отношение обучающихся к виду спорта мини-футбол, мотивировать к участию в спортивно-оздоровительной деятельности;

Развивающие:

- Развивать двигательную активность за счет направленного воспитания основных физических качеств и физических способностей.

- Развивать умение взаимодействовать с окружающими, выполняя разные физические упражнения в пределах физических потребностей и возможностей учащегося.

- Развивать познавательные, эмоциональные и волевые качества учащегося.

- Развивать коммуникативные качества и умение работать в команде.

- Развивать позитивное отношение к занятиям физической культурой, спортивным играм.

Воспитательные:

- Воспитывать ценностное отношение к своему здоровью и жизни, здоровью окружающих людей.

- Воспитывать положительные качества личности, нормы коллективного взаимодействия и сотрудничества в учебной и соревновательной деятельности;

- Воспитывать индивидуальные психические черты и особенности в общении и коллективном взаимодействии средствами и методами командно-игровой деятельности;

- Воспитывать положительное отношение к занятиям физической культурой и желание продолжать своё физическое совершенство в дальнейшем.

Виды и формы контроля: педагогический (промежуточная и итоговая аттестация в форме контрольно-переводных испытаний) и *врачебный*.

Педагогический контроль используется для оценки степени достижения цели и решения задач, определенных образовательной программой. Он должен быть комплексным, проводиться регулярно и своевременно, основываться на объективных критериях.

Контроль за уровнем общей и специальной физической подготовки проводится с помощью специальных контрольных (контрольно-переводных)

нормативов по годам обучения, которые представлены тестами, позволяющими оценить уровень развития физических и технических качеств. Результаты контрольных испытаний фиксируются в протоколах сдачи контрольно-переводных нормативов.

Врачебный контроль предусматривает:

- 1) углубленное медицинское обследование педиатром (2 раза в год);
- 2) медицинское обследование перед соревнованиями;
- 3) врачебно-педагогические наблюдения в процессе тренировочных занятий;
- 4) санитарно-гигиенический контроль за режимом дня, местами тренировок и соревнований, одеждой и обувью;
- 5) контроль над выполнением учащимися рекомендаций врача по состоянию здоровья, режиму тренировок и отдыха.

Результаты врачебного контроля отмечаются в личных картах спортсмена.

1.3. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

1.3.1. Учебный план

Тренировочная деятельность организуется в течение всего календарного года в соответствии с календарным учебным графиком, годовым учебным планом и календарем спортивно-массовых мероприятий. Годовой учебный план рассчитан на 42 недели.

Планирование является необходимым условием для решения задач, стоящих перед ДЮСШ. Оно позволяет определить содержание процесса подготовки, выбрать основные направления деятельности, эффективные средства и методы обучения и тренировки. При планировании тренировочной работы необходимо учитывать задачи учебной группы, условия работы, преемственность и перспективность. План должен быть обоснованным и реальным.

Педагог должен составлять для каждой группы план-график учебного процесса на год, рабочие планы и конспекты учебных занятий. В конспекте должны быть отражены задачи (что изучать, совершенствовать, проверять, направленность занятий и т.п.); основные упражнения, их дозировка (время выполнения упражнения, количество повторений, длина пути и т.п.), организационно-методические указания (что проверять, как построить, как исправить ошибки, какие методические приемы применить и т.п.).

Тематический учебный план и примерные графики распределения учебных часов представлены в программе.

Общий объем годового учебного плана должен быть выполнен полностью.

Единицей измерения учебного времени в спортивной школе является один академический час продолжительностью 45 минут.

Продолжительность одного занятия не должна превышать двух академических часов, т.е. 90 минут.

Учет учебно-тренировочной работы ведется в журнале, где указываются сведения о занимающихся, посещаемость занятий, пройденный материал, спортивные результаты. Педагог ведет отчетность в установленном порядке.

Примерный учебный план на 42 недели

Таблица №2

№ п/п	Тема	Количество часов в том числе			Формы аттестации/ контроля
		всего	теория	практика	
1.	Теоретическая подготовка	8	8		Опрос, собеседование, тест-задания
1.1.	Физическая культура и спорт в России.	1	1		
1.2.	Гигиена, врачебный контроль и самоконтроль.	1	1		
1.3.	Общая и специальная физическая подготовка.	2	2		
1.4.	Основы техники и тактики мини-футбола.	2	2		
1.5.	Спортивные соревнования по мини-футболу.	1	1		
1.6.	Места занятий, оборудование и инвентарь.	1	1		
2.	Общая физическая подготовка	60		60	Тестирование
2.1.	Сила	16		16	
2.2.	Быстрота	16		16	
2.3.	Гибкость	14		14	
2.4.	Ловкость	14		14	
3.	Техническая подготовка	40		40	Тестирование
3.1.	Ведение мяча	10		10	
3.2.	Удары	10		10	
3.3.	Прием и передачи	10		10	
3.4.	Отбирание мяча	10		10	
4.	Тактическая подготовка	18		18	Наблюдение
4.1.	Атака	10		10	
4.2.	Оборона	8		8	
5.	Игровая подготовка	30		30	Наблюдение
5.1.	Подвижные игры с элементами мини-футбола	10		10	
5.2.	Спортивные игры	20		20	
6.	Соревнования	10		10	Наблюдение
7.	Итоговая аттестация	2		2	Тестирование
ИТОГО		168	8	160	

Календарный учебный график

Таблица №3

Разделы подготовки, содержание занятий	ВСЕГО	Периоды тренировок									
		сентябрь	октябрь	ноябрь	декабрь	январь	февраль	март	апрель	май	июнь
Теория	8	1	1	1	1	1	1	1	1		
Общая физическая подготовка	60	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6
Техническая подготовка	40	5	3	3	5	4	4	5	4	3	4
Тактическая подготовка	18	2	2	2	2	1	2	2	2	1	2
Игровая подготовка	30	3	3	3	3	3	2	3	4	3	3
Соревнования	10	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
Промежуточная (итоговая) аттестация	2									2	
Всего часов:	168	18	16	16	18	16	16	18	18	16	16

1.3.2. Содержание программы

Теоретическая подготовка (8 ч.)

Данный раздел дается весь период учебного года и во всех частях тренировки (подготовительная, основная, заключительная). Теоретический материал дается в течение 5-10 минут.

Физическая культура и спорт в России.

Понятие «физическая культура». Значение физической культуры для подготовки граждан России к трудовой деятельности и защите Родины. Формы занятий физическими упражнениями детей школьного возраста. Единая всероссийская спортивная классификация для развития спорта в России. Важнейшие решения Правительства РФ по вопросам развития физической культуры и спорта.

Гигиена, врачебный контроль и самоконтроль.

Понятие о гигиене и санитарии. Общие представления об основных системах энергообеспечения человека. Гигиенические требования к питанию спортсменов. Понятие о тренировке и «спортивная форма». Массаж и самомассаж. Баня. Режим дня юного спортсмена. Закаливание. Дневник. Особенности травматизма в мини-футболе. Оказание первой помощи при несчастных случаях.

Общая и специальная физическая подготовка. Средства общей и специальной физической подготовки, применяемые в процессе обучения и тренировки с юными спортсменами в мини-футболе. Единство общей и специальной физической подготовки. Взаимосвязь между развитием основных физических качеств. Контрольные упражнения и нормативы по общей и специальной физической подготовке для юных футболистов.

Основы техники и тактики мини-футбол. Понятие о технике мини-футбола. Характеристика основных приемов игры. О соединении технической и физической подготовки. Понятие о тактике мини-футбола. Характеристика тактических действий. Анализ технических и тактических действий в атаке и обороне. Классификация техники и тактики мини-футбола.

Спортивные соревнования по мини-футболу. Правила игры. Права и обязанности игроков. Роль капитана команды. Его права и обязанности. Планирование, организация и проведение соревнований по мини-футболу. Виды соревнований. Система проведения соревнований. Судейство соревнований по мини-футболу. Судейская бригада: главный судья, 1-й судья, 2-й судья, 3-й судья, хронометрист, судья-информатор. Их роль в организации и проведении соревнований.

Места занятий, оборудование и инвентарь.

Игровая площадка для проведения занятий и соревнований по мини-футболу. Подсобное оборудование. Технические средства, используемые при обучении юных футболистов. Мячи. Их подготовка к занятиям и играм. Требования к спортивной одежде и обуви. Уход за ними.

Практическая подготовка (160 ч.)
Общая физическая подготовка (ОФП - 60 ч.)

На данном этапе ОФП дается в подготовительной и основной части тренировочного занятия (обучение, закрепление).

Сила. Упражнения с преодолением собственного веса, подтягивание из виса, отжимание в упоре, приседания на одной и двух ногах. Упражнения с отягощениями для рук и для ног. Гимнастические упражнения: упражнения без предметов, упражнения для мышц рук и плечевого пояса, упражнения для мышц ног и таза. Упражнения с предметами: со скакалками и мячами. Акробатические упражнения: перекаты, кувырки, стойки.

Быстрота. Повторный бег по дистанции от 30 до 100 м со старта, с ходу, с максимальной скоростью. Бег за лидером, бег под уклон.

Гибкость. Общеразвивающие упражнения с широкой амплитудой движения. Упражнения с помощью партнера (пассивные наклоны, отведение ног, рук до предела, мост, шпагат). Общеразвивающие упражнения с предметами в парах, кругах, шеренгах.

Ловкость. Разнонаправленные движения рук и ног. Кувырки вперед, назад, в стороны, с места, с разбега и с прыжка. Стойки на голове, руках и лопатках. Элементы борьбы, подвижные и спортивные игры, эстафеты.

Техническая подготовка (40 ч.)

Ведение мяча:

- внутренней частью подъема стопы («змейкой» между стойками, по прямой с изменяющейся скоростью);
- попеременно внешней и внутренней поверхностью стопы с изменяющейся скоростью передвижения.

Удары:

- серединой подъема стопы с места и с разбега по неподвижному, катящемуся и летящему мячу;
- после отскока от земли;
- с поворотом; пяткой ноги;
- головой по летящему мячу (стоя на месте и в прыжке).

Передача мяча:

- на месте (продольные, поперечные, диагональные, низкие, высокие);
- в движении.

Отбирание мяча. Отбор мяча выбиванием и выпадом у соперника, движущегося навстречу, слева и справа от игрока. Отбор мяча у соперника толчком плеча в плечо.

Тактическая подготовка (18 ч.)

Атака. Индивидуальные действия: атакующие действия без мяча, с мячом, ведение, финты, удар по воротам. Групповые действия: комбинации «игра в одно-два касания», «стенка». Комбинации при розыгрыше стандартных положений.

Командные действия. Индивидуальные действия вратаря.

Оборона. Обороняющие действия против соперника без мяча и с мячом. Групповые действия в обороне. Командные действия в обороне (концентрированная).

Игровая подготовка (30 ч.)

Подвижные игры с элементами футбола. Эстафеты с ведением, передачами мяча. Игры («салки», «бег кенгуру», «коршун и насадка», «защита крепости», «бег в квадрате», «салки вокруг стойки», «вызов номеров», «пятнашки»).

Спортивные игры: мини-футбол, волейбол, футбол.

Соревнования (12 ч.)

Соревнования. Участие в соревнованиях различного уровня.

Промежуточная (итоговая) аттестация (2 ч.)

Важнейшей функцией управления наряду с планированием является контроль, определяющий эффективность учебно-тренировочной работы с футболистами на всех этапах многолетней подготовки. Систематически ведётся учёт подготовленности путём:

- текущей оценки усвоения изучаемого материала;
- оценки результатов выступления в соревнованиях;
- выполнения контрольных упражнений по общей и специальной физической подготовке, для чего организуются специальные соревнования.

Цель:

Контроль над качеством специального и физического развития учащихся спортивно-оздоровительного этапа.

Задачи:

Определить уровень общей физической подготовленности обучающихся отделений и вести её учёт за учебный год.

Восстановительные средства и мероприятия (вне сетки часов)

Восстановительные мероприятия

Основные восстановительные средства:

1. Душ – применять после каждого тренировочного занятия 5-10 минут.
2. Ванны – за 30 минут до сна и сразу после тренировки (t 36-38⁰ с добавлением «Хвойного экстракта»).
3. Парная баня – применять накануне «дня отдыха».
4. Массаж и самомассаж.

Восстановительные средства

К здоровью юных спортсменов предъявляются большие требования, так как в процессе тренировочно-соревновательной деятельности могут возникнуть условия для развития перенапряжения и утомления. Восстановительные процессы подразделяются на следующие: текущее восстановление в ходе выполнения упражнений; срочное восстановление,

происходящее сразу после окончания работы; отставленное восстановление, которое наблюдается на протяжении длительного времени после выполнения тренировочной нагрузки; стресс-восстановление – восстановление после перенапряжений. Для восстановления работоспособности обучающихся спортивных школ используется широкий круг средств и мероприятий (педагогических, психологических и медико-биологических) с учетом возраста, этапа подготовки, интенсивности тренировочных нагрузок и индивидуальных особенностей юных спортсменов.

Педагогические средства восстановления включают:

- рациональное планирование тренировочного процесса в соответствии с функциональными возможностями организма, построение тренировочных и соревновательных циклов, четкую организацию работы и отдыха;
- построение отдельного тренировочного занятия с использованием средств восстановления: полноценная разминка, подбор инвентаря, оборудования и мест для занятий, упражнений для активного отдыха и расслабления, создание положительного эмоционального фона;
- варьирование интервалов отдыха между отдельными упражнениями и тренировочными занятиями;
- разработку специальных физических упражнений с целью ускорения восстановления работоспособности спортсменов, совершенствования технических приемов и тактических действий.

Психолого-педагогические средства включают:

специальные восстановительные упражнения на расслабление, дыхательные, на растяжение, восстановительного характера, чередование средств ОФП и психорегуляции.

1.4. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Ожидаемый результат реализации Программы:

приобретение учащимися следующих знаний, умений и навыков в предметных областях:

- 1) В области теории и методики физической культуры и спорта:
 - место и роль физической культуры и спорта в современном обществе;
 - основы законодательства в сфере физической культуры и спорта (правила избранных видов спорта, требования, нормы и условия их выполнения для присвоения спортивных разрядов и званий по избранным видам спорта; федеральные стандарты спортивной подготовки по избранным видам спорта; общероссийские антидопинговые правила, утвержденные федеральным органом исполнительной власти в области физической культуры и спорта, и антидопинговые правила, утвержденные международными антидопинговыми организациями; предотвращение противоправного влияния на результаты официальных спортивных соревнований и об ответственности за такое противоправное влияние);
 - основы спортивной подготовки;
 - необходимые сведения о строении и функциях организма человека;

- гигиенические знания, умения и навыки;
- режим дня, закаливание организма, здоровый образ жизни;
- основы спортивного питания;
- требования к оборудованию, инвентарю и спортивной экипировке;
- требования техники безопасности при занятиях избранным видом спорта.

2) В области общей и специальной физической подготовки:

- освоение комплексов физических упражнений;
- развитие основных физических качеств (гибкости, быстроты, силы, координации, выносливости) и их гармоничное сочетание применительно к специфике занятий избранным видом спорта;

- укрепление здоровья, повышение уровня физической работоспособности и функциональных возможностей организма, содействие гармоничному физическому развитию.

3) В области вида спорта «Мини-футбол»:

- овладение основами техники и тактики в избранном виде спорта;
- приобретение соревновательного опыта путем участия в спортивных соревнованиях;

- повышение уровня функциональной подготовленности;

- освоение соответствующих возрасту, полу и уровню подготовленности занимающихся тренировочных и соревновательных нагрузок;

- выполнение требований, норм и условий их выполнения для присвоения спортивных разрядов и званий по избранному виду спорта. По окончании обучения в спортивно-оздоровительных группах 80% обучающихся должны выполнить нормативы по ОФП с показателями высокой и средней подготовленности, 20 % - с показателями низкой. По этим результатам из воспитанников с высокими и средними показателями подготовленности формируют группы начальной подготовки.

Реализация данной программы позволит подготовить детей младшего школьного возраста для обучения по предпрофессиональной программе, а также произвести отбор наиболее перспективных детей для формирования сборной команды, которая сможет достойно представить муниципалитет в спортивных соревнованиях регионального и межрегионального уровня.

Блок № 2. «Комплекс организационно-педагогических условий»

Календарный учебный график

Таблица №4

Наименование группы	Продолжительность обучения (количество учебных недель)	Количество занятий в неделю/ в год	Количество часов в неделю/ в год
Мини-футбол	42 недели	2/84	4/168

Продолжительность каникул – с 1 по 10 января.

2.1. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

2.1.1. Материально-техническое обеспечение программы

Материально-техническое обеспечение: спортивная площадка, тренажерный зал, оборудование и инвентарь, необходимый для реализации программы:

-Ворота футзальные	- 1 комплект
-Сетка футзальная	- 4 шт.
-Форма футбольная	- 16 комплектов
-Мячи для мини-футбола тренировочные	- 10 шт.
-Мячи для мини-футбола соревновательные	- 3 шт.
-Форма вратарская	- 2 комплекта
-Перчатки вратарские	- 4 комплекта
-Манишки	- 15 шт.

2.2. ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ

Оценивание результатов обучения осуществляется через практическую деятельность и через организацию мониторинга результатов обучения и личностного развития обучающихся в процессе освоения ими дополнительной образовательной программы. Организуется входная диагностика (в начале учебного года), итоговая аттестация (в конце учебного года). После проведения диагностики оформляется протокол, что позволит проследить достижения обучающихся в динамике в течение прохождения всего учебного года. Анализ работы обучающихся также можно оценивать по итогам муниципальных и региональных соревнований.

Оценочные материалы

По общей физической подготовке:

1. Бег 30м.

Упражнение выполняется по правилам соревнований по легкой атлетике, с высокого старта.

2. Челночный бег 3x10 м.

По команде учащийся подходит к линии старта берет один кубик. По команде «Марш!» учащийся бежит с кубиком до финишной линии 10-метрового отрезка, кладет его на линию, возвращается за вторым кубиком и также кладет его на линию финиша. Секундомер включается по команде «Марш!» и выключается в момент касания пола вторым кубиком. Броски кубиков запрещаются.

3.Прыжок в длину с места.

Выполняется из исходного положения «стоя», стопы параллельно друг другу у линии отталкивания (не переступая ее). Прыжок выполняется вперед на максимально возможное расстояние. Замер результата проводится по последней точке опоры. Участнику дается три попытки. В зачет идет лучший результат.

По специальной физической подготовке:

4.Бег 30 м с ведением мяча выполняется с высокого старта, мяч можно вести любым способом, делая на отрезке не менее трех касаний мяча, не считая остановки за финишной линией.

Упражнение считается законченным, когда игрок пересечет линию финиша. Судья на старте фиксирует правильность старта и количество касаний мяча, а судья на финише - время бега.

5.Вбрасывание мяча на дальность выполняется в соответствии с правилами игры в футбол по коридору шириной 2 м. Мяч, упавший за пределами коридора, не засчитывается. Даются три попытки. Учитывается результат лучшей попытки.

Таблица №5

№ п/п	Контрольные упражнения	Уровень подготовки		
		Отлично	Хорошо	Удовлетвори.
1	Бег 30 м	5.9	6.1	6.3
2	Челночный бег 3x10 м	8,8	9,0	9,2
3	Прыжок с места	120	110	100
4	Бег 30 м с ведением мяча	7.3	7.5	7.7
5	Вбрасывание	5	4	3

2.3. МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

Таблица №6

<i>Раздел</i>	<i>Форма занятия</i>	<i>Приёмы и методы учебно-воспитательного процесса</i>	<i>Форма подведения итогов</i>
Теоретическая подготовка.	Лекция, беседа, посещение соревнований.	Рассказ, просмотр аудио и видео мат. Наблюдение за соревнованиями.	Опрос уч-ся, тестирование.
Общая и специальная физическая подготовка.	Объяснение, практическое занятие	Словесный метод, метод показа. Групповой, поточный, повторный, попеременный, игровой, дифференцированный методы.	А) Контрольные тесты и упражнения. Мониторинг. Сдача контрольных нормативов. Б) Контрольные тесты и упражнения. Мониторинг.
Технико-тактическая подготовка.	Объяснение, демонстрация технического действия, беседа, практическое занятие, показ видео материала, посещение соревнований, участие в соревнованиях.	Повторный, дифференцированный, игровой, соревновательный методы. Идеомоторный метод. Метод расчленённого разучивания. Метод целостного упражнения. Метод подводящих упражнений. Посещение и последующее обсуждение соревнований.	Контрольные тесты и упражнения, мониторинг, соревнования, товарищеские встречи, зачёты. Игры с заданиями, результаты участия в соревнованиях.
Итоговая аттестация	Соревнования (школьные, районные, областные), Товарищеские встречи. Тестирование. Мониторинг.	Индивидуальный. Контрольная работа. Участие в соревнованиях и товарищеских встречах. Метод опроса.	Обсуждение результатов соревнований. Обработка тестов. Обработка контрольных результатов.

	Сдача контрольных норм по ОФП. Судейство и организация соревнований.		
Медицинское обследование	Медосмотр		

2.4. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

Для педагога:

1. М.Г. Каменцер. Спортшкола в школе. Изд-во «Физкультура и спорт». Москва 1985 г.
2. Программа «Футбол» для детско-юношеских школ и специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва, утвержденная комитетом по физической культуре и спорту при Совете Министров СССР. Изд – во: Москва 1977 г.
3. Г.С. Зонин. Особенности учебно-тренировочной работы с юными футболистами в процессе многолетней подготовки. Изд – во: Федерация футбола Татарстан 2003 г.
4. Шон Грин. Программа юношеских тренировок. Тренировки в возрасте 5-8 лет. Изд-во: ООО «РА Квартал». Фонд «Национальная академия футбола», 2009 г.
5. МассимоЛюкези. Обучение системе игры 4-3-3. Изд-во: ТВТ Дивизион, 2008 г.
6. Б.Г. Чирва. Футбол. Концепция технической и тактической подготовки футболистов. Изд-во: ТВТ Дивизион, 2008 г.
7. Робин Джоунс, Том Трэнтер. Футбол. Тактика защиты и нападения. Изд-во: ТВТ Дивизион, 2008 г.
8. Мартин Бидзинский. Искусство первого касания мяча. Как подготовить техничного футболиста. Изд-во: ООО «РА Квартал». Фонд «Национальная академия футбола», 2009 г.
9. Хан Бергер. Уроки футбола для молодежи 6-11 лет. Овладеть мячом и учиться играть в команде. Изд-во: ООО «Агентство «КРПА Олимп». Фонд «Национальная академия футбола», 2010 г.

Для детей:

1. Коротков И.М. Подвижные игры в занятиях спортом. М., ФиС, 1981г.
2. Никитушкин В.Г. Многолетняя подготовка юных спортсменов. – М.: Физическая культура, 2010.

3. Никитушкин В.Г. Теория и методика юношеского спорта: учебник. – М.: Физическая культура, 2010.
4. Б.Г. Чирва. Футбол. Игровые упражнения при сближенных воротах для тренировки техники игры. Изд-во: ТВТ Дивизион, 2008 г.

Аудиовизуальные средства

1. Видеозаписи с соревнований различного уровня.

Перечень Интернет-ресурсов

- <http://dusshuvarovo.68edu.ru/>
- сайт Управления по физической культуре, спорту и туризму Тамбовской области ("<http://sport.tmbreg.ru/>")
- сайт Управления образования и науки Тамбовской области (obraz.tmbreg.ru)
- сайт отдела образования администрации г.Уварово (<http://ooguvr.68edu.ru/>)
- электронный журнал «Профилактика зависимостей» (<http://www.centri-antipav.ru>)