



САНКТ-ПЕТЕРБУРГСКОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СЕСТРОРЕЦКИЙ ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЙ КОЛЛЕДЖ ИМ.С.И.МОСИНА»

РАССМОТРЕНА
на педагогическом совете
СПб ГБПОУ «СТК им. С.И.Мосина»
протокол № 1 от «30» августа 2023 г.

УТВЕРЖДЕНА
Приказ № 97-уч от 31 августа 2023 г.
Директор СПб ГБПОУ
«СТК им. С.И.Мосина»
Бухаров Д.В.



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЫ
«ОСНОВЫ МИНИ-ФУТБОЛА»**

Срок освоения: 1 год
Возраст обучающихся: 16-22 лет

Разработчик:
Скворцов С.А., педагог
дополнительного образования

Особенности обучения

Программа «Основы мини-футбола» имеет характерные свойства, отличающие от других существующих программ по мини-футболу, которые заключаются в построении учебного процесса, направленный не только на развитие спортивного мастерства, но и на оздоровление детей, позволяя посещать занятия детям с разным уровнем физической подготовленности.

Задачи и планируемые результаты обучения

Задачами программы «Основы мини-футбола» являются:

обучающие:

- овладеть техническим и практическими приемам и действиям по мини-футболу;

развивающие:

- создание и обеспечение необходимых условий для повышения уровня физической подготовленности и укрепления здоровья в свободное время после учебных занятий;

- снятие эмоционального напряжения у детей средствами мини-футбола;

воспитательные:

- формирование здорового образа жизни и привычки к систематическим занятиям спортом.

Содержание обучения

Раздел № 1 – Общая и специальная физическая подготовка.

Тема 1. Комплектование группы.

Комплектование группы. Входной контроль.

Тема 2. Теоретическая подготовка.

Вводный инструктаж. Правила игры в мини-футбол.

Тема 3. Общая физическая подготовка.

Первичный инструктаж. Физические упражнения на развитие основных физических качеств.

Комплексы физических упражнений на развитие необходимых физических качеств для игры в мини-футбол.

Тема 4. Специальная физическая подготовка.

Специально-беговые и специально-прыжковые упражнения. Комплексы физических упражнений на развитие скоростно-силовых и координационных способностей.

Раздел № 2 – Обучение техническим приемам и тактическим действиям в мини-футболе.

Тема 5. Индивидуальная техническая подготовка.

Техника передвижения, ведения и контроля мяча в мини-футболе. Техника приёма и обработки мяча. Техника удара по воротам. Техника отбора мяча. Техника коротких и длинных передач. Техника проката и переката мяча подошвой. Техника движения без мяча (выбор позиции, открывание, обыгрыш соперника без мяча). Технические приемы и финты для обыгрыша соперника.

Техника голкипера в мини-футболе.

Тема 6. Тактическая подготовка.

Обучение тактике атаки. Создание численного преимущества в отдельных зонах игрового поля. Комбинация «Игра в одно-два касания». Комбинация «Стенка». Комбинация «Смена мест». Комбинация «Пропускание мяча» и «Скрещивание». Обучение тактике обороны. Действия обороняющегося против соперника с мячом. Разбор игроков. Подстраховка. Переключение. Групповой отбор. Действия обороняющегося в игре в меньшинстве. Командные тактические действия. Концентрированная и рассредоточенная оборона. Прессинг. Персональная система обороны. Комбинация при розыгрыше стандартных положений. Комбинация при розыгрыше стандартных положений.

Раздел № 3 – Совершенствование технических приемов и тактических действий в мини-футболе.

Тема 7. Совершенствование технических и тактических действий в процессе игры в мини-футбол.

Совершенствование техники передвижения, ведения и контроля мяча в мини-футболе.

Совершенствование техники приёма и обработки мяча, ударов различными способами по воротам, Совершенствование техники коротких передач и отбора мяча. Совершенствование техники проката и переката мяча подошвой. Совершенствование техники длинных передач мяча и удара головой. Совершенствование технических приемов и финтов для обыгрыша соперника. Совершенствование тактики атаки. Создание численного преимущества в отдельных зонах игрового поля. Отработка комбинация «игра в одно-два касания», «стенка», «смена мест», «пропускание мяча», «скрещивание». Совершенствование тактики обороны. Отработка действий в обороне разбор игроков, подстраховка, переключение, групповой отбор. Действия обороняющегося в игре в меньшинстве. Совершенствование командных тактических действий. Концентрированная и рассредоточенная оборона. Прессинг. Персональная система обороны. Комбинация при розыгрыше стандартных положений. Комбинация при розыгрыше стандартных положений.

Раздел № 4 – Оценка степени освоения технических приемов и тактических действия в мини-футболе.

Тема 8. Контрольные нормативы

Тестирование уровня физической подготовленности. Тестирование уровня технической подготовленности в игре мини-футбол.

Планируемые результаты освоения программы

После освоения программы «Основы мини-футбола» дети овладеют техническими приемами и тактическими взаимодействиями, научатся играть в мини-футбол, именно:

- приобретают теоретические знания по всем разделам теоретической подготовки;
- осваивают основные средства ОФП;
- осваивают основные приёмы игры в мини-футбол (перемещения, удары по мячу ногой; головой, остановки мяча, ведение мяча, обманные движения);
- выполняют основные действия игры вратаря;
- умеют ориентироваться в действиях с партнёрами и соперниками;
- применяют изученные способы ударов по мячу и способы остановки мяча;
- осваивают основы коллективной игры (взаимодействие двух и более игроков);
- ориентируются при розыгрыше соперниками стандартной ситуации;
- играют в мини-футбол.

Вместе с этим учебные занятия будут иметь оздоровительный эффект, так как они проводятся в осенне-весенний период на свежем воздухе, а также будут укреплять здоровья и формировать привычку к систематическим занятиям спортом и здорового образу жизни.

Личностные результаты:

- стремление к самосовершенству и саморазвитию;
- выдержка, трудолюбие, ответственность;
- уважение, дисциплинированность.

Метапредметные результаты:

- освоение обучающимися межпредметных понятий и универсальных учебных действий (познавательных, коммуникативных, регулятивных) в рамках программы;
- способность их использования в учебной, познавательной и социальной практике;
- умение принимать правильное решение за кратчайшие сроки.

Предметные результаты:

- освоение учащимися в ходе обучения по программе специфическими знаниями и умениями по мини-футболу.

Календарно-тематический план

№ п/п	Раздел, тема занятия	Количество аудиторных часов		Планируемая дата проведения	Фактическая дата проведения
		теоретические занятия	практические занятия		
I ПОЛУГОДИЕ		2	62		
Раздел № 1 – Общая и специальная физическая подготовка.					
Тема 1. Комплектование группы.		4			
1.	Занятие 1. Комплектование группы. Входной контроль.	-	2		
2.	Занятие 2. Комплектование группы. Входной контроль.	-	2		
Тема 2. Теоретическая подготовка.		2			
3.	Занятие 1. Вводный инструктаж. Правила игры в мини-футбол.	1	1		
Тема 3. Общая физическая подготовка.		4			
4.	Занятие 1. Первичный инструктаж. Физические упражнения на развитие основных физических качеств.	1	1		
5.	Занятие 2. Комплексы физических упражнений на развитие необходимых физических качеств для игры в мини- футбол.	-	2		
Тема 4. Специальная физическая подготовка.		8			
6.	Занятие 1. Специально-беговые и специально-прыжковые упражнения.	-	2		
7.	Занятие 2. Специально-беговые и специально-прыжковые упражнения.	-	2		
8.	Занятие 3. Комплексы физических упражнений на развитие скоростно- силовых и координационных способностей.	-	2		
9.	Занятие 4. Комплексы физических упражнений на развитие скоростно- силовых и координационных способностей.	-	2		
Раздел № 2 – Обучение техническим приемам и тактическим действиям в мини-футболе.					
Тема 5. Техническая подготовка.		46			

10.	Занятие 1. Техника передвижения, ведения и контроля мяча в мини-футболе.	-	2		
11.	Занятие 2. Техника приёма и обработки мяча в мини-футболе.	-	2		
12.	Занятие 3. Техника приёма и обработки мяча в мини-футболе.	-	2		
13.	Занятие 4. Техника удара по воротам в мини-футболе.	-	2		
14.	Занятие 5. Техника удара по воротам в мини-футболе.	-	2		
15.	Занятие 6. Учебно-тренировочные двухсторонние игры (соревнования)	-	2		
16.	Занятие 7. Техника отбора мяча в мини-футболе	-	2		
17.	Занятие 8. Техника отбора мяча в мини-футболе.	-	2		
18.	Занятие 9. Техника коротких передач мяча в мини-футболе.	-	2		
19.	Занятие 10. Техника коротких передач мяча в мини-футболе.	-	2		
20.	Занятие 11. Техника проката и переката мяча подошвой в мини-футболе.	-	2		
21.	Занятие 12. Техника проката и переката мяча подошвой в мини-футболе.	-	2		
22.	Занятие 13. Учебно-тренировочные двухсторонние игры (соревнования).	-	2		
23.	Занятие 14. Техника длинных передач мяча и удара головой.	-	2		
24.	Занятие 15. Техника движения без мяча (выбор позиции, открывание, обыгрыш соперника без мяча).	-	2		
25.	Занятие 16. Техника движения без мяча (выбор позиции, открывание, обыгрыш соперника без мяча).	-	2		
26.	Занятие 17. Технические приемы и финты для обыгрыша соперника.	-	2		
27.	Занятие 18. Технические приемы и финты для обыгрыша соперника.	-	2		
28.	Занятие 19. Технические приемы и финты для обыгрыша соперника.	-	2		
29.	Занятие 20. Учебно-тренировочные двухсторонние игры (соревнования).	-	2		
30.	Занятие 21. Техника голкипера в мини-футболе.	-	2		
31.	Занятие 22. Техника голкипера в мини-футболе.	-	2		
32.	Занятие 23. Промежуточный контроль индивидуальной технической подготовленности.	-	2		
II ПОЛУГОДИЕ		-	80		

Тема 6. Тактическая подготовка.		36			
33.	Занятие 1. Обучение тактике атаки. Создание численного преимущества в отдельных зонах игрового поля.	-	2		
34.	Занятие 2. Обучение тактике атаки. Комбинация «Стенка».	-	2		
35.	Занятие 3. Обучение тактике атаки. Комбинация «Скрещивание» и «Стенка».	-	2		
36.	Занятие 4. Обучение тактике атаки. Комбинация «Игра в одно-два касания».	-	2		
37.	Занятие 5. Обучение тактике атаки. Комбинация «Смена мест».	-	2		
38.	Занятие 6. Учебно-тренировочные двухсторонние игры (соревнования).	-	2		
39.	Занятие 7. Обучение тактике обороны. Действия обороняющегося против соперника с мячом.	-	2		
40.	Занятие 8. Обучение тактике обороны. Разбор игроков.	-	2		
41.	Занятие 9. Обучение тактике обороны. Подстраховка.	-	2		
42.	Занятие 10. Обучение тактике обороны. Переключение.	-	2		
43.	Занятие 11. Обучение тактике обороны. Групповой отбор.	-	2		
44.	Занятие 12. Обучение тактике обороны. Действия обороняющегося в игре в меньшинстве.	-	2		
45.	Занятие 13. Учебно-тренировочные двухсторонние игры (соревнования).				
46.	Занятие 14. Командные тактические действия. Прессинг.	-	2		
47.	Занятие 15. Командные тактические действия. Персональная система обороны.	-	2		
48.	Занятие 16. Командные тактические действия. Комбинация при розыгрыше стандартных положений.	-	2		
49.	Занятие 17. Учебно-тренировочные двухсторонние игры (соревнования).	-	2		
50.	Занятие 18. Промежуточный контроль тактической подготовленности.	-	2		
Раздел № 3 – Совершенствование технических приемов и тактических действий в мини-футболе.					
Тема 7. Совершенствование технических и тактических действий в процессе игры в мини-футбол.		40			
51.	Занятие 1. Совершенствование техники передвижения, ведения, контроля, передачи, приема и обработки мяча в	-	2		

	мини-футболе.				
52.	Занятие 2. Совершенствование техники ударов различными способами по воротам и технике голкипера в мини-футболе	-	2		
53.	Занятие 3. Совершенствование техники коротких передач, проката и переката подошвой и отбора мяча в мини-футболе.	-	2		
54.	Занятие 4. Совершенствование техники длинных передач мяча, удара головой и действиям голкипера.	-	2		
55.	Занятие 5. Совершенствование техники технических приемов и финтов для обыгрыша соперника, ударам по воротам и действиям голкипера.	-	2		
56.	Занятие 6. Учебно-тренировочные двухсторонние игры (соревнования).	-	2		
57.	Занятие 7. Совершенствование тактики атаки. Создание численного преимущества в отдельных зонах игрового поля.	-	2		
58.	Занятие 8. Совершенствование тактики атаки. Комбинация «Игра в одно-два касания», «Стенка».	-	2		
59.	Занятие 9. Совершенствование тактики атаки. Комбинация «Игра в одно-два касания», «Стенка».	-	2		
60.	Занятие 10. Совершенствование тактики атаки. Комбинация «Смена мест», «Пропускание мяча», «Скрещивание».	-	2		
61.	Занятие 11. Совершенствование тактики обороны. Разбор игроков, подстраховка.	-	2		
62.	Занятие 12. Совершенствование тактики обороны. Разбор игроков, подстраховка.	-	2		
63.	Занятие 13. Совершенствование тактики обороны. Переключение, Групповой отбор.	-	2		
64.	Занятие 14. Совершенствование тактики обороны. Разбор игроков, подстраховка. Переключение, Групповой отбор.	-	2		
65.	Занятие 15. Учебно-тренировочные двухсторонние игры (соревнования).	-	2		
66.	Занятие 16. Совершенствование командных тактических действий. Прессинг.	-	2		
67.	Занятие 17. Совершенствование командных тактических действий. Прессинг и персональная система обороны.	-	2		
68.	Занятие 18. Совершенствование тактики обороны. Действия обороняющегося в игре при прессинге.	-	2		

69.	Занятие 19. Совершенствование командных тактических действий. Комбинации при розыгрыше стандартных положений.	-	2		
70	Занятие 20. Совершенствование командных тактических действий. Комбинации при розыгрыше стандартных положений.	-	2		
Раздел № 4 – Оценка степени освоения технических приемов и тактических действия в мини-футболе.					
Тема 8. Контрольные нормативы.		4			
71	Занятие № 1. Тестирование уровня физической подготовленности.	-	2		
72	Занятие № 2. Тестирование уровня технической подготовленности в игре мини-футбол.	-	2		

6. МЕТОДИЧЕСКИЕ И ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

6.1 Методические материалы

В данном разделе должны быть представлены:

используемые практики, технологии и методы (современные педагогические, информационно-коммуникационные технологии, технологии дистанционного и электронного обучения, групповые и индивидуальные методы обучения) с описанием применения в процессе реализации обучающих, развивающих и воспитательных задач ДОП;

дидактические средства с указанием формы и тематики методических материалов, в том числе электронные образовательные ресурсы;

информационные источники:

списки литературы для разных категорий участников образовательного процесса - педагогов, учащихся, родителей, включающие учебную литературу, справочные пособия, художественную и психолого-педагогическую литературу. Списки оформляются в соответствии с требованиями ГОСТ Р 7.0.100-2018 "Библиографическая запись. Библиографическое описание. Общие требования и правила составления";

интернет-источники - названия и адреса образовательных и профессиональных сайтов, расположенных в сети Интернет, используемых педагогом в образовательном процессе и рекомендуемых учащимся и родителям.

Дидактические средства и информационные источники могут быть представлены в виде разделов учебно-методического комплекса к ДОП по форме, разработанной в организации или самостоятельно педагогом.

6.2. Оценочные материалы

Для отслеживания результативности образовательной деятельности (эффективности программы) проводятся:

- стартовый контроль;
- текущий контроль;
- промежуточный контроль
- итоговый контроль.

Кроме того, одним из основных критериев оценки эффективности освоения обучаемыми программы учебного курса является их результативная соревновательная деятельность.