

Кировское областное государственное профессиональное  
образовательное бюджетное учреждение  
«Кировский авиационный техникум»

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
СПОРТИВНОЙ СЕКЦИИ**

**Мини-футбол**

Программа спортивной секции «Мини-футбол» разработана в соответствии с Федеральными государственными стандартами среднего профессионального образования по специальностям, реализуемым в КОГПОБУ «Кировский авиационный техникум»

Организация-разработчик: КОГПОБУ «Кировский авиационный техникум»

Разработчик

Тюлькин В.Ю - тренер КОГПОБУ «Кировский авиационный техникум».


Рассмотрено: на заседании  
предметной комиссии ФК и БЖ

Протокол № 1 от 31.08. 2018 года

Председатель:  А.В. Лучинина

УТВЕРЖДАЮ

Зам. директора по ВР

 М.Ф. Бердинских  
« 31 августа » 2018 г.

Рекомендована Методическим советом КОГПОБУ «Кировский авиационный техникум».

## СОДЕРЖАНИЕ

1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ	стр. 4
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ СЕКЦИИ	5
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ СЕКЦИИ	8

# 1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ СЕКЦИЯ МИНИ-ФУТБОЛА

## 1.1. Область применения программы

Программа спортивной секции по мини-футболу предназначена для создания условий, необходимых для всестороннего развития личности, сохранения здоровья обучающихся, участия обучающихся в работе спортивных секций. Данная программа предназначена для внеурочной формы дополнительных занятий по физической культуре в техникуме.

## 1.2. Место в структуре основной профессиональной образовательной программы:

Секции по мини-футболу является внеаудиторной работой по дисциплине "Физическая культура"

## 1.3. Цели и задачи секции – требования к результатам освоения дисциплины:

**Цель работы секции** – удовлетворение потребностей обучающихся в занятиях физической культурой и спортом, углубленное изучение спортивной игры мини-футбол. Игра в мини-футбол направлена на всестороннее физическое развитие и способствует совершенствованию многих необходимых в жизни двигательных и морально-волевых качеств.

### **Основными задачами программы являются:**

- Укрепление здоровья;
- Содействие правильному физическому развитию;
- Приобретение необходимых теоретических знаний;
- Овладение основными приемами техники и тактики игры;
- Воспитание воли, смелости, настойчивости, дисциплинированности, коллективизма, чувства дружбы;
- Привитие студентам организаторских навыков;
- Повышение специальной, физической, тактической подготовки;
- Подготовка студентов к соревнованиям по футболу;

Студенты, успешно освоившие программу, смогут участвовать в соревнованиях по футболу различного масштаба.

## **2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ программы секции «Мини-футбол»**

### **2.1. Объем внеаудиторных занятий в год:**

<b>Вид учебной работы</b>	<b>Объем часов</b>
<b>Тренировочное занятие</b>	<b>136</b>

## 2.2. Тематический план и содержание секции МИНИ-ФУТБОЛА

Наименование разделов и тем	Содержание материала, практические работы, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов
1	2	3
<b>Раздел 1</b>	<b>Теоретическая подготовка</b>	<b>7</b>
	Развитие футбола в России и за рубежом. Общая характеристика сторон подготовки спортсмена. Физическая подготовка футболиста. Техническая подготовка футболиста. Тактическая подготовка футболиста. Психологическая подготовка футболиста. Соревновательная деятельность футболиста. Организация и проведение соревнований по футболу. Правила судейства соревнований по футболу. Места занятий, оборудование и инвентарь для занятий футболом.	
<b>Раздел 2</b>	<b>Техническая подготовка</b>	<b>40</b>
2.1	Имитация упражнений без мяча	10
2.2	Удары по мячу	15
2.3	Прием мяча	15
2.4	<b>Тактическая подготовка</b>	<b>30</b>
2.5	Действия игрока в нападении	8
2.6	Быстрая атака. Командные действия в нападении. Игра в футбол с заданными тактическими действиями.	12

	Действия игрока при отборе мяча	10
<b>Раздел 3</b>	<b>Физическая подготовка</b>	<b>36</b>
3.1	Общая подготовка	18
	Общеразвивающие упражнения: элементарные, с весом собственного веса, с партнером, с предметами (набивными мячами, гимнастическими палками, обручами, с мячами различного диаметра, скакалками), на снарядах (перекладина, опорный прыжок, стенка, скамейка, канат). Подвижные игры. Эстафеты. Полосы препятствий. Акробатические упражнения (кувырки, стойки, перевороты, перекаты).	
3.2	Специальная подготовка	18
	Упражнения для развития быстроты движений футболиста. Упражнения для развития специальной выносливости футболиста. Упражнения для развития скоростно-силовых качеств футболиста. Упражнения для развития ловкости футболиста.	
<b>Раздел 4</b>	<b>Участие в соревнованиях по футболу</b>	
4.1	Тестирование	23
	<b>Всего часов:</b>	<b>136</b>

### **3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ СЕКЦИИ**

#### **3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению**

Реализация программы секции требует наличия спортивного зала и спортивной площадки открытого типа.

Оборудование учебного кабинета:

- пропускная способность зала 60 человек;
- рабочее место преподавателя;
- спортивно-материальная база.

#### **3.2. Информационное обеспечение обучения**

**Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы:**

##### Основные источники

1. Дмитриева В. Ф. Физическая культура для профессий и специальностей технического профиля: учебник для образовательных учреждений сред. проф. образования. — М., 2017.
2. Дмитриева В. Ф. Физическая культура для профессий и специальностей технического профиля. Сборник задач: учеб. пособие для образовательных учреждений сред. проф. образования. — М., 2017.

##### Дополнительные источники

3. Трофимова Т. И., Фирсов А. В. Физическая культура для профессий и специальностей технического и естественно-научного профилей: Решение задач: учеб. пособие для студентов профессиональных образовательных организаций, осваивающих профессии и специальности СПО. под ред. — М., 2016.
4. Фирсов А. В. Физическая культура для профессий и специальностей технического и естественно-научного профилей: Учебник для студентов профессиональных образовательных организаций, осваивающих профессии и специальности СПО/ под ред. Трофимова Т. И. — М., 2017
5. Технические приемы игровых видов спорта. [Электронный ресурс]. <https://www.youtube.com>
6. Правила соревнований по различным видам спорта. [Электронный ресурс]. [HTTP://WWW.SPORTZONE.RU](http://WWW.SPORTZONE.RU)
7. Гладких, И. А. Круговая тренировка в процессе физического воспитания [Текст] / И. А. Гладких. — Гатчина. 2016. — С.7–13.