

Частное профессиональное образовательное учреждение Тюменского областного союза
потребительских обществ «Тюменский колледж экономики, управления и права»
(ЧПОУ ТОСПО "ТюмКЭУП")

СОГЛАСОВАНА:

заместителем директора по
воспитательной работе



Н.Н.Дедова

" 01 " 09 202 21

УТВЕРЖДАЮ:

директор ЧПОУ ТОСПО

"ТюмКЭУП"



Т.В. Архипова

" 01 " 09 202 21

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
СПОРТИВНОЙ СЕКЦИИ ПО МИНИ-ФУТБОЛУ
на 2021-2022 учебный год

Тюмень 2021

Учебная программа спортивной секции «Настольный теннис» предназначена для обучающихся специальностей 38.02.05 Товароведение и экспертиза качества потребительских товаров, 38.02.01 Экономика и бухгалтерский учет (по отраслям), 38.02.02 Страхование дело (по отраслям), 40.02.01 Право и организация социального обеспечения, 38.02.07 Банковское дело, 43.02.11 Гостиничный сервис, 43.02.14 Гостиничное дело 43.02.10 Туризм, 38.02.06 Финансы (по отраслям), 40.02.03 Право и судебное администрирование, 21.02.05 Земельно-имущественные отношения, 09.02.07 Информационные системы и программирование, 43.02.15 Поварское и кондитерское дело

Организация-разработчик: ЧПОУ ТОСПО «Тюменский колледж экономики, управления и права»

Составитель: Сокол Ю.Я. преподаватель физической культуры

СОДЕРЖАНИЕ

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОГРАММЫ	стр.4
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ.....	стр.6
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ.....	стр.8
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	стр.10

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ПО МИНИ-ФУТБОЛУ

Актуальность рабочей программы заключается в том, что именно система секционных занятий в силу своей уникальности, способна не только раскрыть личностный потенциал любого студента, но и подготовить его к условиям жизни в высоко конкурентной среде, развить умения бороться за себя и реализовывать свои идеи. Поэтому студенту очень важно движение, именно с детства формируется потребность к занятиям физкультурой и спортом, привычка здорового образа жизни. Выбор методов и средств воздействия на привития обучающимся потребности к двигательной активности, которая определяется заинтересованностью и сознательным участием его в физкультурно-спортивном процессе.

В основу программы положены нормативные требования по физической и спортивно-технической подготовке, научные и методические разработки по мини-футболу отечественных и зарубежных специалистов.

Рабочая программа содержит научно обоснованные рекомендации по структуре и организации учебно-тренировочного процесса подготовки студентов колледжа.

Программный материал объединен в целостную систему поэтапной спортивной подготовки и воспитательной работы, предполагая решение следующих задач (весь период): укрепление здоровья, улучшение физического развития; привитие стойкого интереса к занятиям спортом; подготовка и участие в соревнованиях по мини-футболу.

Цель программы – содействие формированию разносторонне развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха; формированию устойчивых мотивов и потребностей, занимающихся в бережном отношении к своему здоровью; целостном развитии физических, психологических качеств, творческом использовании средств физической культуры в организации здорового образа жизни, воспитание активной жизненной позиции, нравственных и волевых качеств; интеллектуальное и эстетическое воспитание в процессе занятия.

Задачи:

а) образовательные задачи:

- совершенствование основных двигательных действий;
- совершенствование элементов техники мини-футбола;
- освоение технико-тактических приемов мини-футбола;
- практика судейства и ведение документации.

б) развивающие задачи:

- укрепление здоровья, развитие основных физических качеств и повышение функциональных возможностей организма;
- соблюдение санитарно-гигиенических норм и правил личной гигиены.

в) воспитательные задачи:

- нравственное воспитание в процессе занятий;
- воспитание положительных качеств личности, соблюдение норм коллективного взаимодействия и сотрудничества в учебно-тренировочной и соревновательной деятельности;
- воспитание чувства товарищества и взаимопомощи.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

2.1 Объем учебной нагрузки:

№	Вид учебной работы	Объем часов
1.	Теоретическая подготовка	4
2.	Техническая подготовка	68
3.	Тактическая подготовка	14
4.	Общая физическая подготовка	10
5.	Специальная физическая подготовка	12
	Всего	108

2.1. Тематический план спортивной секции Мини-футбол

№	Название темы	Количество часов
1	История развития мини-футбола	2
2	Правила игры и методика судейства соревнований	2
3	Техника игры в мини-футболе	2
4	Техника игры в защите	2
5	Техника перемещений в нападении	2
6	Техника игры в нападении	2
7	Техника перемещений в нападении	2
8	Техника игры в защите	2
9	Техника удара по мячу ногой	2
10	Техника игры в нападении	2
11	Техника удара по мячу ногой	2
12	Техника игры в нападении	2
13	Индивидуальные действия игрока	2
14	Техника игры в защите	2
15	Командные действия	2
16	Техника игры в нападении	2
17	Техника игры в защите	2
18	Прием и остановка мяча	2

19	Командные действия в нападении	2
20	Техника перемещений в нападении	2
21	Командные действия в обороне	2
22	Техника игры в нападении	2
23	Техника игры в нападении	2
24	Командные действия в обороне	2
25	Техника удара по мячу ногой	2
26	Прием и остановка мяча	2
27	Техника удара по мячу ногой	2
28	Командные действия в обороне	2
29	Командные действия в обороне	2
30	Техника игры в нападении	2
31	Прием и остановка мяча	2
32	Прием и остановка мяча	2
33	Командные действия в обороне	2
34	Техника игры в нападении	2
35	Техника удара по мячу ногой	2
36	Командные действия в нападении	2
37	Тактика игры в мини-футболе	2
38	Техника быстрого перехода из защиты в нападение	2
39	Прием и остановка мяча	2
40	Командные действия в нападении	2
41	Техника быстрого перехода из защиты в нападение	2
42	Командные действия в нападении	2
43	Командные действия в нападении	2
44	Тактические комбинации	2
45	Командные действия в нападении	2
46	Взаимодействия с партнером	2
47	Техника удара по мячу ногой	2
48	Техника удара по мячу ногой	
49	Индивидуальные действия игрока	2
50	Техника удара по мячу ногой	2
51	Техника быстрого перехода из защиты в нападение	2
52	Командные действия в нападении	2
53	Командные действия в обороне	2
54	Командные действия в нападении и защите	2
	ИТОГО	108

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Срок реализации учебной программы

2021 – 2022 учебный год

3.2. Набор и комплектование группы спортивной секции

Программа рассчитана на обучающихся 1 – 4 курсов

На занятия принимаются все желающие студенты.

Набор и комплектование группы спортивной секции проводится до 10 сентября.

3.3. Форма и режим занятий

Занятия группы секции проводятся 2 раза в неделю по 2 академических часа.

Форма занятий: индивидуальная, групповая

Продолжительность – 90 минут

3.4.

3.5. Материально-техническое обеспечение

Для занятий мини-футболом требуется:

спортивный зал;

Оборудование спортивного зала:

- рабочее место преподавателя;
- инвентарь для проведения занятий;
- мячи футбольные (мини);
- мячи баскетбольные;
- мячи футбольные;
- гимнастические скамейки;
- стойки для обводки
- ворота мини-футбольные с сетками;
- спортивная;
- раздевалка;

Технические средства обучения:

- магнитофон;
- фотоаппарат;
- компьютерная техника.

Каждый студент должен иметь:

- спортивную форму;
- спортивную обувь.

3.6. Информационное обеспечение спортивной секции

Печатные издания

1. 4. Верхошанский Ю.В. Программирование и организация тренировочного процесса.- М.: ФиС, 2017, с. 26-83.

2. 5. Гогонов Е.Н., Марьянов Б.И. Психология физического воспитания и спорта: Учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений. - М.: Издательский центр "Академия", 2018. - 288 с.
3. 6. Годик М.А. Контроль тренировочных и соревновательных нагрузок. - М.: ФиС, 2020. - 136 с.
4. 7. Головков В.В. Факторы, обеспечивающие эффективность соревновательной деятельности квалифицированных спортсменов в мини-футболе: Автореф. канд. дис. СПб., 2019. - 24 с.
5. Запорожанов В.А., Кузьмин А.И., Х. Созаньски. Комплексная система оценки перспективных возможностей юных спортсменов // Наука в олимпийском спорте. - 2019. - с.30 - 36
6. Конуров Д.М. Связь физической и тактической подготовки спортсменов в игровых видах спорта: Автореф. дис...канд.пед. наук. - М.,2017.-24с.
7. Кряж В.Н. Круговая тренировка в физическом воспитании студентов. - Минск: Высшая школа, 2019.-214с.

Дополнительные источники

1. Матвеев Л.П. Основы общей теории спорта и системы подготовки спортсменов. - К.: Олимпийская литература, 1999. - 320с.
2. Матвеев Л. П. Основы спортивной тренировки. - К.: Олимпийская литература, 1999. - 172с.
3. Мутко В.Л., Андреев С.Н., Алиев Э.Г. Мини-футбол - игра для всех. [Текст] / В.Л. Мутко, С.Н. Андреев, Э.Г. Алиев. - М.: Советский спорт, 2017. - 264 с.: ил.
4. Озолин Н.Г. Современная система спортивной тренировки. - М.: ФиС, 2018. - 479 с.
5. Петровский В.В. Организация спортивной тренировки. - Киев: Здоровье, 1998. - 96 с.
6. Платонов В.М. Подготовка квалифицированных спортсменов. - М.: ФиС, 1999. - 286 с.
7. Соломонко В.В., Лисенчук Г.А., Соломонко О.В. Футбол. - К.: Олимпийская литература, 1999.-286с.
8. Спортивные игры: совершенствование спортивного мастерства. Учебник для студентов высших учебных заведений. 4-е изд., стер/ Под ред. Ю.Д. Железняк. - М. : Академия, 2020. - 400с.
9. Теория и методика физического воспитания: Учебн. Для ин-тов физ.культ. / Под ред. Л.П. Матвеева и А.Д. Новиков. Т. I - М.: ФиС, 2016 - 304с.
10. Физиология человека: Учебн. для ИФК. 5-е изд./ Под ред. Н.В. Зимкина. - М.: ФиС, 2017. - 496с.

4.КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ПРОГРАММЫ

Ожидаемые результаты:

Обучающиеся должны знать:

- влияние занятий физическими упражнениями на дыхательную и сердечно-сосудистую системы;
- правила оказания первой помощи при травмах;
- гигиенические требования к питанию спортсмена, к инвентарю и спортивной одежде;
- методы тестирования при занятиях мини-футболом;
- приемы техники и тактики игры;
- правила игры в мини-футбол и судейства.

Обучающиеся должны уметь:

- выполнять программные требования по видам подготовки;
- выполнять технические и тактические приемы с учётом индивидуальных особенностей и игрового амплуа;
- выполнять установку на игру и разбор результатов;
- правильно применять технические и тактические приемы в игре;
- работать в коллективе, взаимодействуя с игроками команды, владеть навыками судейства;
- самостоятельно принимать решение на площадке во время игры.

Контроль и оценка результата обучения игре в настольный теннис осуществляется преподавателем в процессе проведения учебно-тренировочных занятий путем наблюдения.