

ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДА МОСКВЫ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ГОРОДА МОСКВЫ
«ШКОЛА № 480 им. В.В. Талалихина»

109029 Москва, Средняя Калитниковская улица, дом 22, строение 1

Телефон: (495)670-53-51

Факс: (495)670-53-51

E-mail: 480@edu.mos.ru

http://

<http://sch480c.mskobr.ru/>

ОКПО 45408862

ОГРН 1037739282514

ИНН/КПП

7709387946/770901001

УТВЕРЖДАЮ

Директор ГБОУ Школы №480
С.Н. Бондарева _____

_____ 201__ года

СОГЛАСОВАНО

Председатель Управляющего Совета
А.А. Ершов _____

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА
Физкультурно-оздоровительной деятельности
(в том числе акваэробика, плавание).

«Первые шаги к футболу!»

Педагог дополнительного образования:
Павлов Алексей Игоревич

Москва

2017 г.

Пояснительная записка

Рабочая программа по футболу предназначена для спортивной секции по футболу. Данная программа является программой дополнительного образования, предназначенной для внеурочной формы дополнительных занятий по физическому воспитанию общеобразовательного учреждения.

Цели и задачи

Игра в футбол (мини-футбол) направлена на всестороннее физическое развитие и способствует совершенствованию многих необходимых в жизни двигательных и морально-волевых качеств.

Цель программы – углубленное изучение спортивной игры футбол (мини-футбол).

Основными задачами программы являются:

- укрепления здоровья;
- содействие правильному физическому развитию;
- приобретение необходимых теоретических знаний;
- овладение основными приёмами техники и тактики игры;
- воспитание воли, смелости, настойчивости, дисциплинированности, коллективизма, чувства дружбы;
- привитие ученикам организаторских навыков;
- повышение специальной, физической, тактической подготовки школьников по футболу (мини-футбол);
- подготовка учащихся к соревнованиям по футболу (мини-футбол).

Содержание рабочей программы

Материал даётся в трёх разделах: основы знаний; общая и специально физическая подготовка; техника и тактика игры.

В разделе «Основы знаний» представлен материал по истории футболу (мини-футбол), правила соревнований.

В разделе «Общая и специально физическая подготовка» даны упражнения, которые способствуют формированию общей культуры движений, подготавливают организм к физической деятельности, развивают определённые двигательные качества.

В разделе «Техника и тактика игры» представлены материалы, способствующие обучению техническими и тактическими приёмами игры.

В конце, обучения по программе, учащиеся должны знать правила игры и применять участие в соревнованиях.

Содержание самостоятельной работы включает в себя выполнение комплексов упражнений для повышения общей и специальной физической подготовки.

Методы и формы обучения

Большие возможности для учебно-воспитательной работы заложены в принципе совместной деятельности учителя и ученика. Занятия необходимо строить так, чтобы учащиеся сами находили нужное решение, опираясь на свой опыт. Полученные знания и умения.

Теория проходит в процессе учебно-тренировочных занятий, где подробно разбирается содержание правил игры, игровые ситуации, жесты судей.

Для повышения интереса занимающихся к занятиям по футболу (мини-футбол) и более успешного решения образовательных, воспитательных и

оздоровительных задач применяются разнообразные формы и методы проведения этих занятий.

Словесные методы: создают у учащихся предварительные представления об изучаемом движении. Для этой цели используются: объяснение, рассказ, замечание, команды, указание.

Наглядные методы: применяются главным образом в виде показа упражнения, наглядных пособий, видеофильмов. Эти методы помогают создать у учеников конкретные представления об изучаемых действиях.

Практические методы:

- методы упражнений;
- игровой;
- соревновательный;
- круговой тренировки.

Главным из них является метод упражнений, который предусматривает многократное повторение упражнений. Разучивание упражнений осуществляется двумя методами:

- в целом;
- по частям.

Игровой и соревновательный методы применяются после того, как у учащихся образовались некоторые навыки игры.

Метод круговой тренировки предусматривает выполнение заданий на специально подготовленных местах (станциях). Упражнения выполняются с учётом технических и физических способностей занимающихся.

Формы обучения: индивидуальная, фронтальная, групповая, поточная.

Ожидаемый результат

В конце изучения рабочей программы планируется снижение уровня заболеваемости детей, социальной адаптации учащихся, формирование коммуникативных способностей, то есть умение играть в команде.

Формирование здорового образа жизни учащихся, участие в общешкольных, районных и краевых мероприятиях, качественное освоение практических и теоретических навыков игры в футбол (мини-футбол), привитие любви к спортивным играм.

Календарно-тематическое планирование

Номер занятия	Тема занятия
1-4	Удары по катящемуся мячу внутренней стороной стопы, подъемом. Учебная игра
5-8	Остановка катящегося мяча подъемом и подошвой стопы. Учебная игра
9-13	Остановка мяча грудью, удары по мячу головой. Учебная игра
14-17	Обводка на медленной скорости, передача мяча партнеру, ловля низко летящего мяча вратарем. Учебная игра
18-21	Передвижение и прыжки, удары по мячу серединой подъема стопы. Учебная игра
22-25	Удары по мячу с полуплета внутренней и внешней частью подъема, внутренней и внешней стороной стопы, носком. Учебная игра
26-29	Удары головой – лбом, боковой частью. Учебная игра
30-34	Остановка мяча внутренней и внешней стороной стопы, серединой подъема, голенью, головой, грудью. Учебная игра
35-38	Финты, тактические приемы в нападении – индивидуальные, групповые и командные действия. Учебная игра