

**БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ОРЛОВСКОЙ ОБЛАСТИ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО
ОБРАЗОВАНИЯ
«ДЕТСКИЙ ОЗДОРОВИТЕЛЬНО-ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ (ПРОФИЛЬНЫЙ)
ЦЕНТР «ЕЛОЧКА»**

«Утверждаю»

Директор БУ ОО ДО
«Детский оздоровительно-образовательный
(профильный) центр «Ёлочка»



О.С. Шоршина

(приказ № 34 от 27.03. 2019 г.)

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ
ПРОГРАММА
ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ
НАПРАВЛЕННОСТИ
«СЕКЦИЯ ФУТБОЛА»**

(возраст детей от 10-16 лет)

Автор-составитель программы:
Инструктор по физической культуре Ю.И. Шулев.

Пояснительная записка.

Программа предназначена для тренеров-преподавателей, педагогов и руководителей учреждений дополнительного образования физкультурно-спортивной направленности является важнейшим документом, регламентирующим учебно-тренировочную и воспитательную работу, предназначена для повышения спортивного уровня, повышения учебно-тренировочного процесса, своевременного его содержания, формирования у спортсменов прочной системы знаний и навыков.

ЦЕЛЬ:

Создание условий для развития физических качеств, личностных качеств, овладения способами оздоровления и укрепления организма учащихся посредством занятий футболом.

ЗАДАЧИ:

- обучить детей техническим приемам игры в футбол;
- дать представление об оздоровлении организма и улучшении самочувствия;
- обучить учащихся техническим и тактическим приёмам футбола;
- научить правильно регулировать свою физическую нагрузку;
- способствовать повышению работоспособности обучающихся;
- развивать двигательные способности;
- формировать навыки самостоятельных занятий физическими упражнениями во время игрового досуга;
- воспитывать чувство коллективизма, взаимопомощи и взаимовыручки;
- воспитывать дисциплинированность;
- способствовать снятию стрессов и раздражительности.

Принципы программы:

- ***Актуальность.*** Создание условий для повышения мотивации к обучению игры в футбол, стремление развивать спортивные возможности обучающихся.
- ***Системность.*** Курс строится от частных примеров (индивидуальных занятий) к общим (командные задачи).
- ***Практическая направленность.*** Содержание занятий секции направлено на освоение основных навыков, которые пригодятся в дальнейшей школьной программе, на решение тактических задач, которые

впоследствии помогут ребятам принимать участие в школьных и городских соревнованиях и олимпиаде по физической культуре.

- **Обеспечение мотивации.** Во-первых, развитие интереса к футболу как к командной игре, во-вторых, успешное усвоение учебного материала школьного курса физической культуры.
- **Курс ориентационный.** Он осуществляет учебно-практическое знакомство со многими областями спорта, удовлетворяет познавательный интерес школьников к проблемам спорта, укрепляет здоровье, ведется установка на здоровый образ жизни.

Сроки реализации программы: Программа секции рассчитана на 1 смену (18 занятий).

Форма обучения: Программа предполагает групповую форму обучения. Продолжительность каждого занятия не должна превышать 45 минут.

Методы обучения:

- решение тактических и логических задач;
- участие в игровых комбинациях;
- работа в парах, в группах;
- командные игры.

Ожидаемые результаты:

- усвоить основные базовые знания по игре футбол, ключевые понятия;
- помочь обучающимся овладеть способами приема и передачи мяча;
- формировать командный дух;
- развивать тактическое мышление;
- способствовать улучшению качества двигательной активности в группах.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

Количество учебных часов	14
Промежуточная аттестация – технический зачет	1
Итоговая аттестация – контрольные игры	3

Всего часов	18
--------------------	-----------

Распределение часов учебного плана по видам занятий.

№	Виды занятий	Всего часов
1	Тактическая подготовка (лекции, беседы и т.д.)	5
2	Практика (техническая и интегральная подготовка, соревнования).	13

Всего: 18 часов

Распределение программного материала по видам занятий
(теория)

№	Темы занятий.	Количество часов.
1	Лекции, беседы. Футбол в российской системе воспитания.	1
2	Оборудования мест соревнований, инвентарь и спортивная форма.	1
3	Правила соревнований и судейская практика.	1
4	Тактика игры. Тактические схемы в современном футболе. Универсализация игровых функций футболистов в современном футболе.	1
5	Психологическая подготовка футболистов. Психологические тесты. Врачебный контроль и самоконтроль.	1

Всего: 5 часов

РАБОЧИЙ ПЛАН ЛЕКЦИЙ

Тема 1.	Футбол в Российской системе физического воспитания. История развития футбола и его этапы. Популярность футбола и широкое его применение в Российской системе физического воспитания. Участие Российских спортсменов в международных соревнованиях. Футбол в лагере. Участие сборной команды в соревнованиях
Тема 2.	Оборудование мест соревнований, инвентарь и спортивная форма. Виды спортивных площадок, их размеры. Основной и дополнительный инвентарь. Виды оборудования, инвентаря и форм.
Тема 3.	Правила соревнований и судейская практика. Состав судейской коллегии. Обязанности судей. Обязанности игроков. Изучение терминологии в судействе.
Тема 4.	Тактика игры. Тактические схемы в современном футболе. Универсализация игровых функций футболистов в современном футболе.
Тема 5.	Психологическая подготовка современного футболиста. Психологические тесты и мероприятия проводимые для психологической подготовке футболистов. Тренировка как психологический процесс.
Тема 6.	Врачебный контроль и самоконтроль. Цели и задачи врачебного контроля. Структура тела человека. Оказание первой помощи при ушибах, растяжений, разрывах связок и переломах. Контроль за физическим состоянием.

ПРАКТИЧЕСКИЕ ЗАНЯТИЯ.

Тема занятия	Общее количество часов
1. Совершенствование техники игры в футбол:	
1) Совершенствование техники передвижений.	1
2) Совершенствование техники передач мяча.	1
3) Совершенствование техники ведения мяча.	1
4) Совершенствование ударов по мячу.	1
5) Совершенствование остановки мяча.	1

6) Совершенствование обводки соперника.	1
7) Совершенствование перехватов мяча.	1
8) Совершенствование отбора мяча.	1
2. Обучение тактике игры в футбол на практике.	2
3. Контрольные игры.	3
4. Участие в соревнованиях.	-

Всего: 13 часов.

ОЦЕНОЧНЫЙ МАТЕРИАЛ:

1. Промежуточная аттестация (технический зачет)
2. Контрольные игры.

ФИНАНСОВЫЕ УСЛОВИЯ:

За счет субсидии на обеспечение государственного задания учреждения.

ОРГАНИЗАЦИОННО – КАДРОВЫЕ УСЛОВИЯ:

1. Материально – технические: волейбольные мячи, перекладины для подтягивания в висе, гимнастические скакалки для прыжков на каждого обучающегося, волейбольная сетка, резиновые эластичные бинты на каждого обучающегося.
2. Кадровые условия: педагог, имеющий высшее и средне-специальное образование по данному направлению. Либо педагог, имеющий высшее, средне-специальное или дополнительное специальное образование по направлению деятельности;
3. Информационно – библиотечные ресурсы: в наличии набор методической литературы.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ.

№	Автор	Наименование	Год	Издательство
1	Федоров А.А., Тюленьков С.Ю	Научно-методические основы подготовки футболистов в залах.	1995	Метод. пособие для тренеров. – М.
	Максименко И.Г	Планирование и контроль	2000	Луганск: «Знание».

2		тренировочного процесса в спортивных играх.		
3	Золотарев А.П.	Структура и содержание многолетней подготовки спортивного резерва в футболе.	1997	Диссертация д-ра пед. наук. – Краснодар.
4	Алабин В.Г	Многолетняя тренировка юных спортсменов.	1997	Метод. пособие для тренеров. – М.