

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая
программа физкультурно-спортивной направленности**

Рабочая программа профильной смены

«Футбол для всех»

возраст учащихся 7-12 лет

Программу разработал:
учитель физической культуры
МБОУ «Школа № 178» г.о.Самара
Вончагова Ю.В.

Пояснительная записка

Рабочая программа школьной профильной смены «Футбол для всех» составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования (ФГОС НОО), Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования содержанием основных программ курса физической культуры.

Футбол - спортивная игра, которая пользуется большой популярностью среди детей

разных возрастов. Польза футбола заключена в развитии у обучающихся не только физических данных, но и лидерских качеств, коллективного мышления, навыков планирования, которые так необходимы современному человеку, чтобы достигать высокие результаты не только в спорте, но и по жизни.

Дополнительная общеразвивающая программа «футбол» (далее - Программа) имеет **физкультурно-спортивную направленность**.

Адресат программы – обучающиеся 7-12 лет не имеющие медицинских противопоказаний.

Актуальность Программы заключается в том, что игра в футбол повышает работоспособность, улучшает состояние здоровья, а главное – воспитывает личность, способную к самостоятельной, активной деятельности.

Уровень освоения – базовый, т.е. предполагает развитие и совершенствование у занимающихся основных физических качеств, формирование различных двигательных навыков, укрепление здоровья, расширение кругозора, формирование межличностных отношений в процессе освоения этой программы.

Цель – приобщение обучающихся к постоянным занятиям по футболу.

Задачи:

Обучающие:

- сформировать необходимые элементарные знания в области физической культуры и спорта;
- обучить жизненно важным двигательным умениям и навыкам;
- обучить основным техническим элементам (ведение мяча, передача мяча)

Развивающие:

- способствовать развитию основных физических качеств

(быстрота, ловкость, координация движений);

- улучшить состояние здоровья обучающихся;
- развить интерес к занятиям спортом, в частности футболом.

Воспитательные:

- сформировать у обучающихся установку на здоровый образ жизни;
- воспитать чувство товарищества на основе спортивной командной игры «Футбол».

Планируемые результаты

Личностные:

- сформировать интерес к занятиям спортом, в целом, и футболом в частности;
- сформировать систему представлений о физической культуре и спорте;
- сформировать широкий круг двигательных умений и навыков;
- сформировать навыки здорового образа жизни.

Предметные:

- овладеть элементарными навыками технической подготовки футболиста (ведение мяча, удары по мячу);
- овладеть жизненно важными двигательными умениями и навыками;
- развить основные физические качества (быстрота, координация движений, ловкость).

Место курса в учебном плане

Учебный курс «Футбол для всех» в МБОУ «Школа № 178» г.о.Самара реализуется в рамках школьной профильной смены для обучающихся в возрасте 7-12 лет.

Объем и срок освоения программы

Срок освоения программы – 3 дня. На полное освоение программы требуется 16 часов по смехе: 4,4,4,4 на каждый день.

Поурочное планирование занятий профильной смены «Футбол для всех»

№	Техническая подготовка	Час	Теория	Практика
1.	Техника передвижения с мячом.	2	0,5	1,5
2.	Техника удара по мячу ногой.	1		1
3.	Техника остановки мяча.	1		1
4.	Техника ведения мяча.	1		1
5.	Обманные движения (финты).	1		1
6.	Индивидуальные действия с мячом.	1		1
7.	Групповые действия с мячом.	1		1
8.	Техника передвижения с мячом.	2	0,5	1,5
	Тактическая подготовка			
9.	Упр. для развития умения «видеть поле».	1		1
10.	Тактика нападения. Работа с мячом.	1		1
11.	Тактика защиты. Работа с мячом.	2		1
12.	Групповые действия. Работа с мячом.	2		1
	Всего	16	1	15

ИСТОЧНИКИ ИНФОРМАЦИИ

1. Губа В.П., Квашук П.В., Краснощеков В.В. Футбол, примерная программа.- М., Советский спорт, 2010
2. Малькольм Кук, А.С.Т. Астрель. Сто одно упражнение для юных футболистов.- М., 2003.
3. Харви Д., Даргвонт Р. Футбол. Уроки лучшей игры. - М.: Шико, 2007.
4. Кузнецов. А.А. Футбол. Настольная книга детского тренера. - М.: Олимпия. Человек., 2008.
5. Плоп Б.И. Новая школа футбольной тренеровки.- «Олимпия Пресс», 2008.
6. Манаков Г.В. Подготовка футболистов. Теория и Практика. «Советский спорт» - 2007.
7. Железняк Ю.Д., Савин В.И., Портнов Ю.М., Лексанов А.В. Спортивные игры. Техника, тактика, методика обучения. Учебник для вузов. «Academia», 2008г.
8. Годик М.А. Физическая подготовка футболистов. «Олимпия. Пресс», 2008г.
9. Кузнецов В.сС, Колодгницкий Г.А., Физические упражнения и подвижные игры. Методическое пособие, Эпас, 2006.
10. Петров А. Футбол-это жизнь (Взгляд из России).- М., 2004.
11. Денни Милке. Футбол. Основы игры. «Астрель», 2007.
12. Ричард Дангворд, Дж. Миллер. Футбол для начинающих. «Астрель», 2006.
13. Петухов А.В. Футбол. Формирование основ индивидуального технико-тактического мастерства юных футболистов.- «Советский спорт», 2006.
14. Сассо Э., Футбольный тренер.- «Терра-Спорт», 2003.
15. Плетнев В. Футбол – класс. – М., 2004.
16. Пантелеева Е.В. Убойный футбол и другие игры для детей.- «Феникс», 2008.
17. Орджаникидзе З.Г Физиология футбола.- «Человек», 2008.
18. Веревкин М.П. Мини футбол на уроке физической культуры. – М.. «ТВТ Дивизион», 2006.
19. Полозов А. Мини-футбол. Новые технологии в подготовке команд.- М., «На каждый день», 2007.