

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ СРЕДНЯЯ ШКОЛА
«ЦЕНТР ОБРАЗОВАНИЯ» г. ВОЛГОДОНСКА

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ СШ

«Центр образования» г. Волгодонска

Приказ от 09.11.2021 № 399

Л.В.Семёнова



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Название курса: «Юный футболист»

Направление: физкультурно-спортивное

Класс: 1-4

Учитель:

Соловьев Дмитрий Владимирович

г. Волгодонск

2021 год

Пояснительная записка

Рабочая программа по футболу является программой дополнительного образования, предназначенной для дополнительных занятий по физическому воспитанию общеобразовательного учреждения. Принята в общеобразовательном учреждении, где используется программа В. И. Ляха, А. А. Зданевича.

Цели и задачи

Игра в 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).

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. Занятия по технической, тактической, общефизической подготовке проводятся в режиме учебно-тренировочных по 1 часу в неделю.

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. 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.

Система формы контроля уровня достижений учащихся

Умения и навыки проверяются во время участия учащихся в школьном этапе соревнований.

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

№	Дата	Тема занятия	Количество часов
1	15.11	Выявление уровня первичной подготовки детей в данном виде деятельности. Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности. Изучение правил игры. Обучение и совершенствование техники передвижения футболиста	1
2	17.11	Втягивающая тренировка. Специальные упражнения, свободная практика. Физподготовка. Челночный бег, футбол, изучение упражнения «квадрат». Обучение и совершенствование техники удара по мячу на месте	1
3	22.11	Физподготовка. Бег, прыжки, футбол, изучение упражнения «контроль мяча». «квадрат». Обучение и совершенствование техники удара по мячу в движении.	1
4	24.11	Физподготовка. Бег с изменением направления, «квадрат», футбол. Челночный бег. Обучение и совершенствование техники удара по мячу с лета и полулета	1
5	29.11	Физподготовка. Рывки по диагоналям 3 раза, футбол, «контроль мяча». Челночный бег; удары по воротам. Обучение и совершенствование техники ударов по мячу головой на месте и в движении.	1
6	01.12	Отработка техники передвижения и владения мячом: остановка прием мяча. Передвижение спиной вперед, повороты, удары по мячу внутренней частью стопы, ведение мяча по кругу.	1
7	06.12	Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой. Бег в сочетании с ходьбой. Обучение и совершенствование техники ударов по мячу головой в нападении.	1

8	08.12	Обучение ударом по неподвижному мячу, чеканка мяча. Подтягивание, приседание, пресс, длительный бег.	1
9	13.12	Отработка ударов по мячу из различных положений, комбинации ударов. Упражнение «квадрат». Обучение и совершенствование техники остановки мяча	1
10	15.12	Общеразвивающие упражнения с набивным мячом ; Упражнение «квадрат». Обучение и совершенствование техники ведения мяча	1
11	20.12	Общеразвивающие упражнения в парах, подтягивания.	1
12	22.12	Развитие скоростных и скоростно-силовых способностей, прыжки.	1
13	27.12	Обводка с помощью обманных движений, отработка изученных ударов.	1
14	29.12	Игры на закрепление тактических действий, силовые упражнения.	1
15	10.01	Изучение индивидуальных тактических действий в защите. Двусторонняя учебная игра.	2
16	12.01	Игры, развивающие физические способности. Бег с остановками и изменением направления.	2
17	17.01	Общеразвивающие упражнения по методу круговой тренировки.	2
18	19.01	Развитие гибкости, старты из различных положений, подтягивания..	2
19	24.01	Отработка тактики свободного нападения, ударов из различных положений.	2
20	26.01	Игры на развитие ориентации и мышления. Чеканка мяча через стойку.	1

21	31.01	Обучение и совершенствование техники вбрасывания мяча. Чеканка мяча.	1
22	02.02	Обучение техники нападения и выхода игрока на свободную позицию. техники игры без мяча.	1
23	09.02	Обучение и совершенствование техники быстрого прорыва.	1
24	14.02	Обучение и совершенствование техники игры вратаря	1
25	16.02	Ввод мяча вратаря ударом ногой. Обучение и совершенствование техники отбора мяча	1
26	21.02	Комбинации из освоенных элементов техники передвижений, применение их в игре.	1
27	28.02	Тренировка выносливости, изменение направления движений по сигналу	1
28	02.03	Тренировка выносливости, изменение направления движений по сигналу	1
29	05.03	Обучение и совершенствование техники ведения мяча ведущей и Не ведущей ногой.	1
30	09.03	Полоса препятствий, удары - по неподвижному мячу, мяч стоит на месте, удар.	1
31	14.03	Изучение позиционного нападения: без изменений позиций игроков удар с сопротивлением.	1
32	16.03	Ведение мяча с активным сопротивлением защитников, удар по неподвижному мячу внутренней стороной стопы.	1
33	28.03	Отработка паса щечкой в парах. Футбол.	1
30	30.03	Ведение мяча до центра с последующим ударом по воротам, изучение новых технических приемов.	1
31	04.04	Эстафета на закрепление и совершенствование технических приемов.	1
32	06.04	Обучение и совершенствование техники обманных движений	1

33	11.04	Обучение и совершенствование техники персональной защите. Учебная игра с разбором допущенных ошибок.	1
34	13.04	Совершенствование основных тактических и технических навыков	1
35	18.04	Отработка ударов по мячу из различных положений, комбинации ударов. Упражнение «квадрат». Обучение и совершенствование техники остановки мяча	1
36	20.04	Игры, развивающие физические способности. Бег с остановками и изменением направления.	1
37	25.04	Обучение и совершенствование техники удара по мячу с лета и полулета	1
38	27.04	Челночный бег; удары по воротам. совершенствование техники ударов по мячу головой на месте и в движении	1