

## Аннотация к рабочей программе по футболу

**Направленность программы:** физкультурно-спортивная.

**Уровень программы:** стартовый.

**Возраст обучающихся:** 8-9 лет.

**Объем программы – 264 часа, срок освоения программы - 1 год.**

**Форма обучения** – очная.

**Форма организации учебной деятельности:** групповая, мало групповая, фронтальная по подгруппам.

**Виды занятий:** вводное, комбинированные, теоретические, практические, диагностические, итоговые, контрольные, соревновательные, игровые, показательные.

**Режим занятий**

Общее количество часов неделю – 6 часов.

Количество занятий в неделю – 3 занятия.

**Цель программы** - формирование физической культуры личности в процессе всестороннего развития физических и морально-волевых качеств обучающихся через овладение техникой и тактикой игры в футбол.

**Задачи:**

*Обучающие:*

✓ дать знания об основах физической культуры и спорта, истории развития футбола в мире, в России, области;

✓ познакомить с терминологией футбола, техническими требованиями к оборудованию и инвентарю;

✓ обучить базовым основам здорового образа жизни, личной и общественной гигиене;

✓ дать основные знания о правилах игры в футбол, соревнованиях по футболу;

✓ обучить основам организации и проведения досуговой деятельности с использованием средств футбола.

*Развивающие:*

✓ развивать стойкую мотивацию к регулярным занятиям спортом и, в частности, футболом;

✓ развивать специальные физические качества, необходимые для игры в футбол;

✓ развивать личностные качества игроков, единство командного духа.

*Воспитательные:*

✓ воспитать чувство ответственности, трудолюбия, дисциплинированности;

✓ воспитывать патриотические чувства, любовь к отчизне, гордость за доблестные спортивные достижения российских спортсменов;

✓ воспитать привычку к самостоятельным занятиям избранным видом спорта в свободное от учебы время;

✓ формировать потребность к ведению здорового образа.

### Основные разделы программы/ количество часов:

1. Вводное занятие и ИТБ/ 2 часа
2. Теоретическая подготовка/ 12 часов
3. Общая физическая подготовка (ОФП)/ 85 часов
4. Специальная физическая подготовка (СФП)/ 28 часов
5. Техническая подготовка/ 90 часов
6. Тактическая подготовка/ 28 часов
7. Учебно-тренировочные игры/ 11 часов
8. Участие в соревнованиях/ 6 часов
9. Аттестация обучающихся/ 4 часа

### **Планируемые результаты освоения программы**

По окончании Программы обучающиеся будут

*знать:*

- ✓ историю возникновения и развития выбранного вида спорта, характерные его особенности, правила игры и соревнований;
- ✓ основные направления развития физической культуры в обществе, их цели, задачи и формы организации;
- ✓ о здоровом образе жизни, его связи с укреплением здоровья и профилактикой вредных привычек, о роли и месте физической культуры в организации здорового образа жизни;
- ✓ технику безопасного поведения во время занятий выбранным видом спорта;
- ✓ правила личной гигиены спортсмена.

*уметь:*

- ✓ выполнять требования по общей физической подготовке в соответствии с возрастом и пройденным материалом;
- ✓ выполнять требования по специальной физической подготовке в соответствии с возрастом и пройденным материалом;
- ✓ владеть изученными тактическими приемами футбола;
- ✓ играть в футбол с соблюдением основных правил;
- ✓ выполнять игровые технические элементы и упражнения, подвижные игры и эстафеты с элементами футбола.

### **Периодичность и формы текущего контроля и итоговой аттестации**

*Текущий контроль* проводится тренером-преподавателем без прекращения процесса обучения, в течение всего учебного года (по мере освоения обучающимися программы).

*Итоговая аттестация* породит в конце учебного года и включает в себя итоговое оценивание результатов обучающегося по общей и специальной физической подготовке:

- бег 30 м с высокого старта (с);
- челночный бег 3x10 м (с);
- многоскоки (8 прыжков-шагов с ноги на ногу), м;
- кросс без учета времени;
- подтягивание на перекладине (кол-во раз);
- сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (кол-во раз);
- удар одной ногой по мячу на дальность (м);
- комплексное упражнение: ведение мяча 10 м, обводка 3 стоек, удар по цели;
- бег на 30 м с ведением мяча (с);
- жонглирование мячом (кол-во раз).