

Аннотация к рабочей программе по футболу

Направленность программы: физкультурно-спортивная.

Уровень программы: стартовый.

Возраст обучающихся: 7-8 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/ 14 часов.
3. Общая физическая подготовка (ОФП)/ 87 часов.
4. Специальная физическая подготовка (СФП)/ 28 часов.
5. Техническая подготовка/ 92 часа.
6. Тактическая подготовка/ 22 часа.
7. Учебно-тренировочные игры/ 15 часов.
8. 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 промежуточной аттестации

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

Промежуточная аттестация – форма контроля, реализуемая через прием контрольных нормативов и определяющая уровень успешности освоения обучающимися образовательной программы по выбранному виду спорта. Она включает в себя *годовое* оценивание результатов обучающегося по общей и специальной физической подготовке.

- бег 30 м с высокого старта (с);
- челночный бег 3х10 м (с);
- многоскоки (8 прыжков-шагов с ноги на ногу), м;
- кросс без учета времени;
- сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (кол-во раз);
- удар одной ногой по мячу на дальность (м);
- бег на 30 м с ведением мяча (с);
- жонглирование мячом (кол-во раз);
- комплексное упражнение: ведение мяча 10 м, обводка 3 стоек, удар по цели (с).

