

Утверждаю
Директор ЧОУ «Венда» Белич О.Л.



Дополнительное образование

Футбол

Первый год обучения

Рабочая программа

Москва

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ «ФУТБОЛ»

Личностные результаты:

- Развитие навыков сотрудничества со сверстниками;
- Понимание необходимости личного участия в формировании собственного здоровья;
- Знания о функциональных возможностях организма;
- Положительные качества личности и умение управлять своими эмоциями;
- Дисциплинированность, внимательность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;

Метапредметные результаты:

- Умение самостоятельно ставить для себя новые задачи, акцентировать мотивы и развивать интересы своей познавательной деятельности;
- Умение планировать, контролировать и объективно оценивать свои физические, учебные и практические действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации;
- Самостоятельно оценивать уровень сложности заданий (упражнений) в соответствии возможностями своего организма;
- Умение работать в коллективе: находить компромиссы и общие решения, разрешать конфликты на основе согласования различных позиций;
- Формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение, умение вести дискуссию, обсуждать содержание и результаты совместной деятельности.

Предметные результаты:

- Укрепление здоровья;
- Формирование интереса к футболу;
- освоение жизненно важных двигательных действий;
- Выявление перспективных детей по отношению к игровой деятельности;
- Создание фонда двигательных умений и навыков
- Формирования «Я» в игровой деятельности.

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

1. Вводное занятие.

Знакомство с мячом. Изучение правил техники безопасности на тренировке.
Разучивание основных подвижных игр с мячом.

2. Развитие физических качеств.

Развитие быстроты, ловкости и гибкости по средствам ОФП,ОРУ, подвижных игр.

3. Обучение базовым техническим приемам.

Обучение техническим приемам таким как, ведение мяча внутренней и внешней стороной стопы, средней частью подъема; прием мяча подошвой, внутренней стороной стопы; передача мяча внутренней стороной стопы; удар по мячу средней частью подъема.

4. Обучение простейшим тактическим действиям.

Обучение таким тактическим действиям как открывание, закрывание игрока.

Основные формы организации обучения и тренировки.

Основная форма – урок (тренировочное занятие).

Задачи: Воспитательная; Оздоровительная; Специальная; Всесторонняя.

Виды занятий: Тематические; Комплексные.

Виды подготовки: Техническая; Физическая; Тактическая.

Комплекс: Техника – Тактика; Техника – Физика; Тактика – Физика; Техника – Тактика – Физика.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

| № п/п | Наименование темы | Всего часов |
|--------------|--------------------------------------|--------------------|
| 1 | Вводное занятие. Знакомство с мячом. | 4 |
| 2 | Развитие физических качеств | 25 |
| 3 | Обучение техническим приемам | 25 |
| 4 | Обучение тактическим действиям | 14 |
| Всего часов | | 68 |