

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Для создания наиболее благоприятных условий реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Футбол» МБУДО «ДДЮТиЭ» Московского района города Казани заключило договора о сетевом взаимодействии с общеобразовательными учреждениями Московского района г. Казани. Предусмотрено проведение совместных мероприятий с использованием помещений и оборудования.

Актуальность программы «Футбол»: Программа способствует улучшению здоровья и физической подготовленности учащихся, воспитанию морально-волевых качеств и на этой основе – обеспечение нормального физического развития растущего организма.

Цель: Совершенствование необходимых в жизни двигательных и морально-волевых качеств учащихся средствами футбола.

Задачи: Обучающие:

- расширение знаний в области футбола и спорта в целом;
- обучение навыкам игры в футбол на уровне компетентности;
- обучение техническим приёмам и правилам игры, приёмам контроля физической нагрузки при самостоятельных занятиях;
- овладение навыками регулирования психического и эмоционального состояния.

Развивающие:

- совершенствование двигательных навыков, навыков и умений игры;
- повышение технической и тактической подготовленности в данном виде спорта;
- развитие физических качеств, укрепление здоровья, расширение функциональных возможностей организма;
- освоение базовых технических приемов игры.

Воспитательные:

- формирование у детей интереса и любви к футболу и спорту; выработка организаторских навыков и умения действовать в коллективе;
- воспитание координационных качеств и скоростных способностей, гибкости, чувства ответственности, дисциплинированности, взаимопомощи.

Особенности программы: Изучение новейших и современных тактических действий и методических приёмов позволяет достигнуть более высокого результата в игре, в процесс обучения внедряется активная психологическая подготовка и воспитательная работа. Применение метода психорегуляции на тренировках ориентирует учащихся на достижение наивысших результатов в освоении игры и стремлению к победам.

Результаты освоения программы:

Учащиеся должны знать:

- историю мирового футбола;
- виды подготовки: психическая подготовка, морально-волевая;
- гигиенические требования в футболе;
- терминологию игры и жесты судьи;
- установку на игру и анализ игры;
- правила игры в футбол, организации и проведения соревнований.

Учащиеся должны уметь:

- оказать первую помощь; выполнять спортивный массаж;
- осуществлять самоконтроль;
- владеть техникой ведения мяча, ударов по мячу, обманных движений (финтов);
- технически правильно осуществлять двигательные действия, применяющиеся в футболе, использовать их в условиях соревновательной деятельности;
- применять в игре изученные тактические действия и приёмы;
- соблюдать правила игры;
- регулировать психическое состояние во время тренировок и соревнований;
- осуществлять соревновательную деятельность.

Адресат программы: учащиеся в возрасте 10-16 лет.

Объем и срок освоения программы: 1 год обучения, 216 часов в год, 6 часов в неделю.