ГУ «Отдел образования города Семей Восточно-Казахстанской области»

КГУ «Средняя общеобразовательная школа №9» ГУ «Отдел образования г. Семей ВКО»

**Программа спортивной секции «Футбол»**

**8-11 класс**

**Разработчик:** Государственное учреждение «Средняя общеобразовательная школа №9»

Автор: Миронов А.Ю.

**Информация о программе**

Направление программы – спортивно-оздоровительное.

Уровень реализации – среднее образование.

Возрастной диапазон –6-10 лет.

**Пояснительная записка**

В современной жизни все больше использование занятий

физическими упражнениями направлено не на достижение высоких

результатов, а на повышение их оздоровительного влияния на широкие массы

населения. Для решения такой глобальной проблемы наиболее эффективными

средствами являются, прежде всего, спортивные игры.

В настоящее время футбол в нашей стране переживает стадию бурного подъёма, большое значение уделяется развитию детского футбола, направленного на активизацию действий, как в нападении, так и

в защите, а также индивидуальных и командных действий.

Футбол является одним из средств физического развития и

воспитания молодежи.

В соответствии с комплексной программой физического воспитания

школьников футбол является одним из средств физического воспитания. Техника игры в футбол многообразна.

По своему воздействию спортивные игры в т. ч. футбол являются наиболее комплексным и универсальным средством развития психомоторики человека. Специально подобранные упражнения, выполняемые индивидуально, в двойках, тройках, командах, подвижные игры и задания с мячом создают неограниченные возможности для развития, прежде всего координационных способностей.

Данная программа для учащихся 1 -5 классов ориентирована на последовательное освоение социально-психологических, анатомо-физиологических, педагогических основсистемы физического воспитания, а также для продолжения обучения и совершенствования двигательных действий в спортивных играх "Футбол".Программа рассчитана на углубленное изучение основ знаний тактики и техники игры "Футбол", повышение представления об этом виде спорта, участие в соревнованиях, соблюдение правил техники безопасности во время тренировок, занятий и оказание первой помощи при травмах.

***Цели и задачи.***

Спортивные игры направлены на всестороннее физическое развитие и способствуют совершенствованию многих необходимых в жизни двигательных и морально-волевых качеств.

Цель программы – углубленное изучение спортивной игрыфутбол.

Основными задачами программы являются:

* Укрепление здоровья;
* Содействие правильному физическому развитию;
* Приобретение необходимых теоретических знаний;
* Овладение основными приемами техники и тактики игры;
* Воспитание воли, смелости, настойчивости, дисциплинированности, коллективизма, чувства дружбы;
* Привитие ученикам организаторских навыков;
* Повышение специальной, физической, тактической подготовки школьников по Футболу;
* Подготовка учащихся к соревнованиям.

**Сетка часов спортивной секции по футболу в 8-11 классах**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **раздел** | **часы** | **1 полугодие** | | **2 полугодие** | |
| **Теоретический раздел** | **16** | **4** | **4** | **4** | **4** |
| **Технико-тактическая подготовка** | **34** | **8** | **8** | **8** | **10** |
| **Развитие координационных способностей** | **36** | **8** | **10** | **10** | **8** |
| **Контроль и тестирование** | **16** | **4** | **4** | **4** | **4** |
| **Всего часов** | **102** |  |  |  |  |

**Содержание планирования тренировочных занятий**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | | **Название темы** | **Тип**  **подготовки** | **Приме-чание** |
|  | | Общие требования к организации урока футбола. | Теоретическая. | 2 часа |
|  | | История возникновения футбола. | Интегрированная. | 2 часа |
|  | | Футбол в Казахстане. | Теоретическая. | 2 часа |
|  | | Кратко о правилах игры футбол. | Теоретическая. | 2 часа |
|  | | Требования безопасности во время занятий и соревнования. | Теоретическая. | 2 часа |
|  | | Санитарно-гигиенические требования. | Теоретическая. | 2 часа |
|  | | Возрастные особенности обучающихся 1-5 классов. | Теоретическая. | 2 часа |
|  | | Особенности физического развития обучающихся 1-5 классов. | ОФП | 2 часа |
|  | | Техника передвижения. | Техническая. | 2 часа |
|  | | Техника полевого игрока. | Техническая. | 2 часа |
|  | | Техника вратаря. | Техническая. | 2 часа |
|  | | Обманные движения-финты. | Техническая. | 2 часа |
|  | | Вбрасывание мяча. | Техническая. | 2 часа |
|  | | Технический комплекс. | Техническая. | 2 часа |
|  | | Базовая координация. | Техническая. | 2 часа |
|  | | Специальная координация. | Техническая. | 2 часа |
|  | | Тесты для контроля уровня координационных способностей. | Тестирование. | 2 часа |
|  | | Тест на координацию с мячом без мяча. | Тестирование. | 2 часа |
|  | | Точность передачи мяча. | Техническая. | 2 часа |
|  | | Чувство мяча. | Техническая. | 2 часа |
|  | | Удары по воротам. | Техническая. | 2 часа |
| 22. | Чувство мяча, согласование движений. | | Техническая. | 2 часа |
| 23 | | Жонглирование мячом в ограниченном пространстве. | Техническая. | 2 часа |
| 24. | | Ведение мяча на отрезке 10 метров. | Техническая. | 2 часа |
| 25 | | Выбор позиции по отношению к нападающему с мячом. | Тактическая. | 2 часа |
| 26 | | Защитные передвижения. | Техническая. | 2 часа |
| 27 | | Учебная игра. | Технико-тактическая. | 2 часа |
| 28 | | Индивидуальные действия при нападении. | Тактическая. | 2 часа |
| 29 | | Самоконтроль в процессе занятий спортом. | Теоретическая. | 2 часа |
| 30 | | ОФП | ОФП | 2 часа |
| 31 | | Удары по мячу левой и правой ногой. | Техническая. | 2 часа |
| 32 | | Выбор способа передачи в зависимости от расстояния. | Тактическая. | 2 часа |
| 33 | | Общая характеристика спортивной тренировки. Учебная игра. | Тактическая. | 2 часа |
| 34 | | Ожидаемые результаты. | Теоретическая. | 2 часа |

***Список литературы***

1. *Методическое пособие по футболу для занятий на уроках физической культуры в 5-11 классах.- Астана 2018.*

*Авторы: Кенетаев М. Утробин И.*

*1. Учебная программа«Физическая культура»для 5-11 классовобщеобразовательной школы. – Астана, 2014.*

*Авторы программы:Тайжанов С. ТлеугалиевЮ.Г. Қасымбекова С.И. Нуралиева С.К.*

*2.Тезисы материалов*

*Научно-методического семинара Российского футбольного союза «Периодизация в детско-юношеском футболе»*