

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Причулымская основная общеобразовательная школа» Зырянского
района**

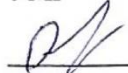
РАССМОТРЕНО

Педагогический совет

Протокол от 20.08.2024 №7

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по
УМР

 А.Л. Охотина

УТВЕРДИТЬ

приказом

от «20» августа 2024 г. № 125

Директор школы

 Т.Н. Самохвалова

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
НА 2024-2025 УЧЕБНЫЙ ГОД
Секция «Футбол»**

Составитель: С.А. Иванов
учитель физкультуры

Планируемые результаты

Игра в футбол (мини-футбол) направлена на всестороннее физическое развитие и способствует совершенствованию многих необходимых в жизни двигательных и морально-волевых качеств. **Цель** программы - углубленное изучение спортивной игры футбол (мини-футбол). Основными **задачами** программы являются:

- укрепления здоровья;
- содействие правильному физическому развитию;
- приобретение необходимых теоретических знаний;
- овладение основными приёмами техники и тактики игры;
- воспитание воли, смелости, настойчивости, дисциплинированности, коллективизма, чувства дружбы;
- привитие ученикам организаторских навыков;
- повышение специальной, физической, тактической подготовки школьников по футболу (мини-футбол);
- подготовка учащихся к соревнованиям по футболу (мини-футбол).

Содержание рабочей программы

Материал даётся в трёх разделах: основы знаний; общая и специально физическая подготовка; техника и тактика игры. В разделе «Основы знаний» представлен материал по истории футболу (мини-футбол), правила соревнований. В разделе «Общая и специально физическая подготовка» даны упражнения, которые способствуют формированию общей культуры движений, подготавливают организм к физической деятельности, развивают определённые двигательные качества. В разделе «Техника и тактика игры» представлен материал, способствующий обучению техническими и тактическими приёмами игры. В конце, обучения по программе, учащиеся должны знать правила игры и применять участие в соревнованиях. Содержание самостоятельной работы включает в себя выполнение комплексов упражнений для повышения общей и специальной физической подготовки.

Тематическое планирование

2 ч. в неделю, 68 ч. в год

Наименование раздела программы	Тема занятия	Кол-во часов	Номера занятий	Элементы содержания	Примечание
Теория	История футбола	3	1-3	Инструктаж по ТБ. История и развитие футбола и мини-футбола в России. Гигиенические занятия и навыки. Закаливание. Режим и питание спортсмена.	
Техническая подготовка	Остановка, передача мяча	5	4-8	Стойка игрока. Перемещение в стойке боком, лицом. Остановка и передача мяча на месте. Учебная игра	
		3	9-11	Стойка игрока. Перемещение спиной вперёд. Остановка и передача мяча в движении. Учебная игра	
	Ведение мяча	1	12	Ведение мяча внешней частью и средней частью подъёма. Игра «Квадрат». Учебная игра	
		1	13	Ведение мяча носком, внутренней стороной стопы. Игра «Квадрат». Учебная игра	
		1	14	Ведение мяча с изменением направления. Игра «Квадрат». Учебная игра	
	Остановка мяча	6	15-20	Остановка опускающегося мяча. Развитие двигательных качеств. Учебная игра.	

		1	21	Остановка мяча бедром и лбом. Элементы акробатики. Учебная игра.	
		1	22	Остановка мяча грудью. Жонглирование. Учебная игра.	
	Удары по мячу	6	23-28	Удары по мячу внешней стороной стопы и внешней частью подъёма. 6-10минутный бег. Учебная игра.	
		1	29	Техника игры вратаря. Учебная игра.	
		11	30-40	Удары по катящемуся мячу. «Квадрат». СФП. Учебная игра.	
		1	41	Удары по прыгающему и летящему мячу. Развитие двигательных качеств. Учебная игра.	
		1	42	Удары по мячу носком, пяткой. Жонглирование. Учебная игра.	
		1	43	Удары по мячу с полулёта. Элементы акробатики. Учебная игра.	

		1	44	Удары по мячу головой. Эстафеты. Учебная игра.	
		6	45-50	Удары по мячу головой. Эстафеты. Учебная игра.	
		5	51-55	Обманные движения (финты). Игра «Квадрат». Учебная игра	
		1	56	Отбор мяча. Вбрасывание. СФП. Учебная игра	
Тактическая подготовка		4	57-60	Индивидуальные действия в защите и в нападении. Тактика вратаря. Учебная игра	
		8	61-68	Групповые действия в защите и в нападении. Учебная игра	
		4	69-72	Тренировочные игры	
				Всего: 72 часа	

