

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Футбол»

Направленность – физкультурно-спортивная.

Вид программы – авторская.

Цель программы - обучение техническим приёмам и основами индивидуальной, групповой и командной тактики игры в футбол.

Возраст обучающихся: программа ориентирована на мальчиков среднего и старшего школьного возраста (10 – 17 лет).

Продолжительность реализации программы: рассчитана на **три года** обучения. Полный курс программы составляет **432 часа**.

Учебный режим по каждому году:

с 1 по 3 год обучения – 4 часа в неделю (2 занятия по 2 академических часа с перерывом между занятиями 15 минут и 15 минут на рефлексию и подведение итогов по окончании), 144 часа в год. Образовательный процесс рассчитан на 36 недель ежегодно.

Условия реализации: программа реализуется по Договору сетевого взаимодействия с МБУДО «Центр детского творчества «Южный» и МБОУ «Средняя школа № 17».

Краткое содержание программы: Изучение полного курса программы разделено на два образовательных уровня:

I – базовый уровень - укрепление здоровья и закаливание организма посредством комплекса всесторонней физической подготовки обучающихся, привитие у них интереса к систематическим занятиям футболом, а также обучение начальным основам техники и тактики игры в футбол.

II - уровню спортивного совершенствования – дальнейшее повышение уровня общей и специальной физической подготовки, технико-тактического мастерства; совершенствование технических приёмов, морально-волевых качеств; накопление соревновательного опыта.

Критерии освоения полного курса программы:

Должны уметь - выполнять технически правильно и изученными способами все упражнения с мячом; выполнять различные тактические действия с мячом и без мяча, самостоятельно проводить разминку, перед игрой или тренировкой.

Должны знать: правила поведения, меры безопасности на занятиях футболом; правила игры в футбол; краткие сведения о строении и функциях организма человека; значение водных процедур (умывания, закаливания, купания, душ); требования гигиены к занятиям физическими упражнениями; значение разминки перед занятиями физическими упражнениями и игрой в футбол; причины и профилактика травматизма; обязанности игроков и судей; места занятий, инвентарь и требования к ним; историю возникновения футбола.