Муниципальное общеобразовательное учреждение

средняя общеобразовательная школа с.Трескино

Колышлейского района Пензенской области.

«Рассмотрено» на заседании «Согласовано» «Утверждаю»

педагогического совета заместитель директора директор МОУ СОШ

протокол №1 30.08.2017 по ВР\_\_\_\_\_\_ Орлова С.В. с.Трескино

\_\_\_\_\_\_ Лачугин В.А.

Программа

дополнительного образования

кружка «Юный футболист».

Руководитель: Хохлов А.А.

2017 год.

**ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Рабочая программа по **футболу** предназначена для организации занятий в школьной спортивной секции. Учащихся в секции необходимо разделить по возрасту и физическому развитию.

***Цель программы -***обеспечить всестороннюю физическую подготовку ребёнка, отбор спортивно одарённых детей для подготовки футболистов высокого класса, привитие ценностей здорового образа жизни

***Актуальность и новизна программы:***Программа помогает адаптировать учебный процесс к индивидуальным особенностям ребёнка, создать условия для максимального раскрытия творческого потенциала тренера-преподавателя, комфортных условий для развития и формирования талантливого ребёнка.

Успешность обучения футболу детей, прежде всего, обусловлена адекватностью программы обучения, средств и методов, которые использует преподаватель, возрастным и индивидуальным особенностям ребёнка. Возрастные, половые и индивидуальные различия ребёнка являются

важнейшими причинами, которые определяют эффективность освоения отдельных элементов и приёмов техники футбола.

***Задачи программы***:

* Создание условий для развития личности ребёнка;
* Развитие мотивации юного футболиста к познанию и творчеству;
* Обеспечение эмоционального благополучия ребёнка и подростка;
* Приобщение обучающихся к достижениям мировой культуры, российским традициям, национальным особенностям региона;
* Укрепление психического и физического здоровья;
* Создание условий для профессионального самоопределения и творческой самореализации спортсмена;
* Просмотр талантливых детей в юношески сборные команды региона.

**Основные средства обучения:**

* Упражнения для изучения техники, тактики футбола и совершенствование в ней
* Общефизические упражнения
* Специальные физические упражнения
* Игровая практика.

**Формы подведения итогов реализации дополнительной образовательной программы:**

* Тестирование
* Контрольно-переводные нормативы по этапам подготовки
* Соревнования.

Успешная подготовка футболиста высокой квалификации возможна только при условии тесной преемственности каждого этапа обучения спортсмена.

В итоге каждого этапа тренировки проводится отбор, задачей которого является оценка уровня развития тех сторон физической и специальной подготовленности, на совершенствование которых был направлен учебно-тренировочный процесс на этом этапе, а также прогнозирование успеха на следующем этапе многолетней тренировки.

**Тематическое планирование**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № | Изучаемый материал | Кол-во часов |
| 1 | Правила поведения. Техника безопасности. Правила игры. | 2 |
| 2 | Быстрое нападение. Игровое поле. | 2 |
| 3 | Закрепление быстрого нападения. Маневрирование. | 4 |
| 4 | Совершенствование быстрого нападения. Совершенствование маневрирования. | 4 |
| 5 | Резаные удары. Подстраховка. | 2 |
| 6 | Закрепление резаных ударов. Закрепление подстраховки. | 2 |
| 7 | Совершенствование резаных ударов. Совершенствование подстраховки. | 4 |
| 8 | Удар носком. Удар серединой подъёма. | 2 |
| 9 | Закрепление удара носком. Закрепление удара серединой подъёма. | 4 |
| 10 | Совершенствование удара носком. Совершенствование удара серединой подъёма. | 4 |
| 11 | Ведение мяча внешней частью подъёма. | 2 |
| 12 | Закрепление ведения мяча внешней частью подъёма. | 2 |
| 13 | Совершенствование ведения мяча внешней частью подъёма. | 4 |
| 14 | Удар-откидка мяча подошвой. Ведение мяча серединой подъёма. | 4 |
| 15 | Закрепление удара-откидки мяча подошвой. Закрепление ведения мяча серединой подъёма. | 2 |
| 16 | Совершенствование удара-откидки подошвой. Совершенствование ведения мяча серединой подъёма. | 4 |
| 17 | Ведение мяча внутренней частью подъёма. Удар пяткой. | 2 |
| 18 | Закрепление ведения мяча внутренней частью подъёма. Закрепление удара пяткой. | 2 |
| 19 | Совершенствование ведения мяча внутренней частью подъёма. Совершенствование удара пяткой | 4 |
| 20 | Удар-бросок стопой. Ведение внутренней стороной стопы. | 2 |
| 21 | Закрепление удара-броска стопой. Закрепление ведения внутренней стороной стопы. | 4 |
| 22 | Совершенствование удара-броска стопой. Совершенствование ведения внутренней стороной стопы. | 4 |
| 23 | Ведение мяча носком. Приём катящихся мячей внутренней стороной стопы с переводом за спину. | 2 |
| 24 | Закрепление ведения мяча носком. Закрепления приёма внутренней стороной стопы с переводом за спину. | 2 |
| 25 | Совершенствование ведения мяча носком. Совершенствование приёма внутренней стороной стопы с переводом за спину. | 4 |
| 26 | Ведение мяча подошвой. Приём летящих на высоте бедра мячей внутренней стороной стопы. | 2 |
| 27 | Закрепление ведения мяча подошвой. Закрепление приёма летящих на высоте бедра мячей внутренней стороной стопы. | 2 |
| 28 | Совершенствование ведения мяча подошвой. Совершенствование приёма летящих на высоте бедра мячей внутренней стороной стопы. | 4 |
| 29 | Приём опускающихся мячей серединой подъёма. Удар с лёту внутренней стороной стопы. | 2 |
| 30 | Закрепление приёма опускающихся мячей серединой подъёма. Закрепление удара с лёту внутренней стороной стопы. | 2 |
| 31 | Совершенствование приёма опускающихся мячей серединой подъёма. Совершенствование удару с лёту внутренней стороной стопы. | 4 |
| 32 | Приём летящего на игрока мяча грудью. Удар с лёту серединой подъёма. | 2 |
| 33 | Закрепление приёма летящего на игрока мяча грудью. Закрепление удара с лёту серединой подъёма. | 2 |
| 34 | Совершенствование приёма летящего на игрока мяча грудью. Совершенствование удара слёту серединой подъёма. | 2 |
| 35 | Приём опускающегося мяча бедром. Удар с лёту внешней частью подъёма. | 2 |
| 36 | Закрепление приёма опускающегося мяча бедром. Закрепление удара с лёту внешней частью подъёма. | 2 |
| 37 | Совершенствование приёма опускающегося мяча бедром. Совершенствование удара с лёту внешней частью подъёма. | 4 |
| 38 | Финт «уходом». Групповые действия в обороне. | 2 |
| 39 | Закрепление финта «уходом». Закрепление групповых действий в обороне. | 2 |
| 40 | Совершенствование финта «уходом». Совершенствование групповых действий в обороне. | 4 |
| 41 | Финт «уходом с убиранием мяча внутренней частью подъёма». Подстраховка. | 2 |
| 42 | Закрепление финта «уходом с убиранием мяча внутренней частью подъёма». Закрепление подстраховки. | 2 |
| 43 | Совершенствование финта «уходом с убиранием мяча внутренней частью подъёма». Совершенствование подстраховки. | 4 |
| 44 | Финт «уходом с ложным замахом на удар». Комбинации «смена мест». | 2 |
| 45 | Закрепление финта «уходом с ложным замахом на удар». Закрепление комбинации «смена мест». | 2 |
| 46 | Совершенствование финта «уходом с ложным замахом на удар». Совершенствование комбинации «смена мест». | 4 |
| 47 | Финт «остановка мяча подошвой». Комбинация «пропускание мяча». | 2 |
| 48 | Закрепление финта «остановка мяча подошвой». Закрепление комбинации «пропускания мяча». | 2 |
| 49 | Совершенствование финта «остановка мяча подошвой». | 2 |
| 50 | Финт «убирание мяча подошвой». | 2 |
| 51 | Закрепление финта «убирание мяча подошвой». | 2 |
| 52 | Совершенствование финта «убирание мяча подошвой». | 2 |
| 53 | Финт «проброс мяча мимо соперника». | 2 |
| 54 | Закрепление финта «проброс мяча мимо соперника». | 2 |
| 55 | Совершенствование финта «проброс мяча мимо соперника». | 2 |
| 56 | Отбор мяча накладыванием стопы. | 2 |
| 57 | Закрепление отбора мяча накладыванием стопы. | 2 |
| 58 | Совершенствование отбора мяча накладыванием стопы. | 2 |
| 59 | Отбор мяча выбиванием. | 4 |
| 60 | Закрепление отбора мяча выбиванием. | 2 |
| 61 | Совершенствование отбора мяча выбиванием. | 4 |
| 62 | Отбор мяча перехватом. | 2 |
| 63 | Закрепление отбора мяча перехватом. | 2 |
| 64 | Совершенствование отбора мяча перехватом. | 4 |
| 65 | Индивидуальные действия без мяча в атаке «открывание». | 4 |
| 66 | Закрепление индивидуальных действий без мяча в атаке «открывание». | 2 |
| 67 | Совершенствование индивидуальных действий без мяча в атаке «открывание». | 2 |
| 68 | «Отвлечение соперников». Действия обороняющегося против соперника без мяча. | 2 |
| 69 | Закрепление «отвлечение соперников». Закрепление разбора игроков. Закрепление действий обороняющегося против соперника без мяча. | 4 |
| 70 | Совершенствование «отвлечения соперников». Совершенствование разбора игроков. Совершенствование действий обороняющегося против соперника без мяча. | 4 |
| 71 | Создание численного преимущества в отдельных зонах игрового поля. Комбинация «игра в одно касания» | 4 |
| 72 | Закрепление создания преимущества в отдельных зонах игрового поля. Закрепление комбинации «игра в одно касание». | 4 |
| 73 | Совершенствование создания преимущества в отдельных зонах игрового поля. Совершенствование комбинации «игра в одно касание». | 4 |
| 74 | Позиционное нападение. | 4 |
| 75 | Соревновательная деятельность | 8 |
| Всего |  | 204 |

**ПРОГРАММНЫЙ МАТЕРИАЛ**

В период обучения образовательный процесс строится по пути расширения приобретённых на этапе начальной подготовки умений и навыков. Большое внимание следует уделить «амплуа» игроков и специализации их в этом направлении, отдельно работать с вратарями, подбирая для них упражнения для совершенствования техники, тактики, быстроты, реакции, и двигательного диапазона.

Задачи учебно-тренировочного этапа обучения:

* Овладеть техническими приёмами, которые наиболее часто и эффективно применяются в игре;
* Обучить индивидуальной и командной тактике игры в футбол;
* Существенно развить скоростно-силовые качества, быстроту, ловкость;
* Расширить игровую и соревновательную практику;
* Подготовка спортивного резерва для сборных команд района, области, региона;
* Подготовка «Юных судей»;
* Профориентация выпускников спортивной школы.

**Ожидаемые результаты:**

- достижение высокого уровня физического развития и физической подготовленности у 100 % учащихся, занимающихся по данной программе;

- победы на соревнованиях районного и областного уровня;

- устойчивое овладение умениями и навыками игры;

- развитие у учащихся потребности в продолжение занятий спортом как самостоятельно, так и в спортивной секции, после окончания школы;

- укрепление здоровья учащихся, повышение функционального состояния всех систем организма;

- умение контролировать психическое состояние.

- историю развития футбола и воздействие этого вида спорта на организм человека;

- правила техники безопасности при занятиях данным виде спорта;

- правила игры.