

Аннотация
Дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы
Футбольное поле

Направленность	Физкультурно-спортивная
Цель Программы	Обучение техническим и тактическим основам игры в футбол, навыкам игры в футбол, развитие у обучающихся физических качеств, формирование у интереса к игре в Футбол, приобщение обучающихся к здоровому образу жизни, овладение основами игры в футбол, приобщение обучающихся к здоровому образу жизни.
Категория обучающихся	обучающиеся 15-21 лет любого (юноши и девушки) пола, желающие заниматься в объединении, имеющие начальную физическую подготовку, основную группу здоровья на основании результатов медицинского заключения, не имеющие противопоказаний для занятий спортом, имеющие первичные спортивные навыки, потребность научиться играть в футбол.
Форма обучения	очная
Объем и срок освоения программы	144 часа, 1 год
Планируемые результаты	<p>Личностные качества:</p> <p><u>Обучающиеся будут уметь:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • сотрудничать с педагогом и сверстниками в разных учебных ситуациях; • учиться воспринимать общественные дела как свои собственные. • использовать ценности физической культуры для удовлетворения индивидуальных интересов и потребностей. <p><u>Обучающиеся будут знать:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • основы коммуникативной компетентности в общении со сверстниками в спортивной деятельности, • основы умения работать в спортивной команде. <p><u>Обучающиеся будут иметь навыки:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • достижения лично значимых результатов в физическом совершенстве; • саморазвития, проявления самостоятельности; • ответственности за результаты команды

соревнованиях;

У обучающихся будут сформированы:

- осмысление своих возможностей, проявление самостоятельности, преодоление трудностей;
- устойчивый интерес к выбранному виду деятельности;
- мотивация к спортивной деятельности, трудолюбие, целеустремленность;
- формирование установки на здоровый образ жизни;
- развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками;
- умения не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.

У обучающихся могут быть сформированы:

- коммуникативная компетентность в общении и сотрудничестве со сверстниками в образовательной, спортивной и других видах деятельности;
- критичность мышления, умение воспринять общественные дела как свои собственные;
- становление личности обучающегося как гражданина России, готового встать на защиту Родины;
- усовершенствование навыков общения, взаимодействия друг с другом;
- создание условий для раскрытия потенциала обучающегося как гармонично развивающейся личности;

Метапредметные результаты:

- *интеллектуальные:*

Обучающиеся будут уметь:

- самостоятельно определять цели и задачи своего обучения;
- планировать пути достижения целей в ходе тренировок.

- *коммуникативные:*

Обучающиеся будут уметь:

- организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с педагогом и сверстниками;
- работать индивидуально и в группе.

учебно-организационные:

Обучающиеся будут уметь:

• определять цели и задачи при подготовке к сдаче нормативов;

- работать в условиях соревнований;

Предметные результаты:

Обучающиеся будут знать:

- Общие сведения о развитии Футбола;
- Приемы помощи и самопомощи при травме;
- Правила и принципы техники перемещений;
- Правилам игры в Футбол;
- Понятия «Техника игры», «Тактика игры», «Блокирование»;
- Первичные навыки судейства
- Принципы подготовки и участия в соревнованиях по футболу разного уровня.

Обучающиеся будут уметь:

- 1. выполнять элементы прыжков, поворотов;
- 2. выполнять разные элементы подачи мяча;
- 3. выполнять прием и передачу мяча;
- 4. выполнять тактические и технические действия в защите и нападении;
- 5. выполнять упражнения общей физической подготовки;
- 6. различать названия физических упражнений и исходных положений тела;
- 7. планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры;
- 8. планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры;
- 9. выполнять гигиенические процедуры и элементарные правила техники безопасности;
10. объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;
11. управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;

12. владеть двигательными действиями: ведением мяча, ловлей мяча обеими руками стоя на месте и с выходом навстречу летящему мячу.

Наиболее важными предполагаемыми результатами работы по реализации программы можно считать

знания:

- физиологические основы деятельности системы дыхания, кровообращения и энергообеспечения при мышечных нагрузках, возможности их развития и совершенствования средствами физической культуры в разные возрастные периоды;

- психофункциональные особенности собственного организма, индивидуальные способы контроля за развитием его адаптивных свойств, укрепления здоровья и повышения физической подготовленности;

- способы организации самостоятельных занятий физическими упражнениями с разной функциональной направленностью, правила использования спортивного инвентаря и оборудования, принципы создания простейших спортивных сооружений и площадок;

- правила личной гигиены, профилактики травматизма и оказания доврачебной помощи при занятиях физическими упражнениями;

умения:

- технически правильно осуществлять двигательные действия избранного вида спортивной специализации, использовать их в условиях соревновательной деятельности и организации собственного досуга;

- проводить самостоятельные занятия по развитию основных физических способностей, коррекции осанки и телосложения;

- соблюдать правила безопасности и профилактики травматизма на занятиях физическими упражнениями, оказывать первую помощь при травмах и несчастных случаях;

- пользоваться современным спортивным инвентарем и оборудованием, специальными техническими средствами с целью повышения эффективности самостоятельных форм занятий физической культурой;

- владеть основными техническими приемами;

- применять полученные знания в игре и организации самостоятельных занятий футболом.

	<p>Результаты реализации программы определяется личностным спортивным ростом обучающихся.</p> <p>Программа призвана помочь каждому обучающемуся осмыслить его место в жизни, приобщаться к спортивным идеям, помочь сформулировать собственный взгляд на жизнь, своё мировоззрение.</p>
Изучаемые вопросы	<p>Физическое воспитание и развитие.</p> <p>Психологическая культура.</p> <p>Владение приемами помощи и самопомощи при травме</p> <p>Общая физическая подготовка</p> <p>Основы знаний по теории футбола</p> <p>Строевые упражнения</p> <p>Упражнения для рук, ног и туловища без предметов</p> <p>Спортивные и подвижные игры</p> <p>Техника упражнений для развития скоростных качеств</p> <p>Техника упражнений для развития силовых качеств.</p> <p>Техника упражнений, направленных на развитие выносливости</p> <p>Техника упражнений со скакалкой</p> <p>Техника владения мячом</p> <p>Техника ударов по мячу</p> <p>Соревнования. Правила соревнований.</p>
Формы проведения занятий	<p>Практические занятия, беседы, тестирование, соревнования</p>