АДМИНИСТРАЦИЯ ГОРОДА СМОЛЕНСКА

муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение

“Средняя школа№9” города Смоленска

(МБОУ”СШ№9”)

Рассмотрено Утверждаю

на заседании педагогического совета

Протокол№1от 31.08.2023

Директор

В.В.Кудельникова

Приказ№199**-**ОДот31.08.2023

Рабочая программа

Спортивной секции по футболу для 6-8 классов

**\_\_\_\_\_\_\_\_**Приваленкова Дмитрия Владимировича

Учителя физической культуры

2023 год

**1.** **Пояснительная записка**

Данная рабочая программа разработана на основе Положения о Дополнительном образовании МБОУ «СШ№9»

Актуальность программы состоит в том, что в настоящее время значительная часть школьников занимается физическими упражнениями лишь на уроках физической культуры. Ребята занимаются в свободное от уроков время и получают дополнительное образование в сфере физкультуры и спорта в частности футбола на территории спортивной площадки школы№9.

Слабая физическая подготовка не позволяет им сдавать учебные нормативы по физической культуре в школе. Поэтому одной из важнейших задач стоящих перед учителем физической культуры является привлечение как можно большего числа школьников к систематическим занятиям в различных секциях для повышения уровня физической подготовленности.

Данная программа отличается от других тем, что основой подготовки занимающихся в секции является не только технико–тактическая подготовка юных футболистов, но и общефизическая подготовка, направленная на более высокий показатель физического развития школьников. Расширяется кругозор и интерес занимающихся к данному виду спорта.

**Цель** специальной физической подготовки – достичь выполнения сложных приёмов владения мячом на высокой скорости, улучшить манёвренность и подвижность футболиста в играх, повысить уровень его морально-волевых качеств. В зависимости от возрастных особенностей в планировании занятий по физической подготовке делают акцент на воспитание определённых физических качеств. Для эмоциональности занятий рекомендуется широко применять игры, эстафеты и игровые упражнения, включать элементы соревнований, использовать футбольные мячи.

Следует учитывать, что в процессе занятий, имеющих основную направленность на совершенствование техники и тактики игры, развиваются одновременно и физические способности занимающихся. В учебных играх и соревнованиях по футболу у занимающихся совершенствуется весь комплекс подготовки, необходимый футболисту, - его техническая, тактическая, физическая и волевая подготовка.

Формирование навыков в технике владения мячом – одна из задач всесторонней подготовки футболиста. На всех этапах занятий идёт непрерывный процесс обучения технике футбола и совершенствования её.

В младшей группе решаются определённые **задачи:** укрепление здоровья и закаливание организма; привитие интереса к систематическим занятиям футболом; обеспечение всесторонней физической подготовки с преимущественным развитием быстроты, ловкости и координации движений; овладение техническими приёмами, которые наиболее часто и эффективно применяются в игре, и основами индивидуальной, групповой и командной тактики игры в футбол; освоение процесса игры в соответствии с правилами футбола; участие в соревнованиях по футболу; изучение элементарных теоретических сведений о личной гигиене, истории футбола, технике и тактике, правил игры в футбол. Задача подготовить детей к выступлению на соревнованиях по футболу среди учащихся средних школ города Смоленска.

Изучение теоретического материала осуществляется в форме 15 – 20-минутных бесед, которые проводятся, как правило, в начале занятий (как часть комплексного занятия). При изучении теоретического материала следует широко использовать наглядные пособия, кинокольцовки, видеозаписи, учебные кинофильмы. В конце занятия руководитель кружка рекомендует специальную литературу для самостоятельного изучения.

Практические занятия по физической, технической и тактической подготовке проводятся в форме игровых занятий по общепринятой методике. Рекомендуется давать занимающимся задания на дом для самостоятельного совершенствования физических качеств и индивидуальной техники владения мячом.

Большинство практических занятия следует проводить на открытом воздухе. Зимой занятия на открытом воздухе проводятся в тихую погоду или при слабом ветре (1,5-2 м./с), при температуре не ниже -17° С (для средней климатической полосы).

Физическая подготовка направлена на развитие физических способностей организма, ей в занятиях отводится значительное место. Выделяют общую и специальную физическую подготовку. Общая физическая подготовка предусматривает всестороннее развитие физических способностей, специальная – развитие качеств и функциональных возможностей, специфичных для футболистов. Количество часов 34 занятия в год,1 час в неделю.

**2. Содержания программного материала**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Название разделов и тем** | **Количество часов для изучения** | **Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа обучающихся** | **Формы контроля** |
|  |  |  |
| 1 | **2** | **3** | **4** |
| 1. Физическая культура в России | 1 | Значение физической культуры для подготовки людей к трудовой деятельности |  |
| 2. Развитие футбола в России | 1 | Краткая характеристика футбола |  |
| 3. Гигиенические знания и навыки .Закаливание | 1 | Личная гигиена, правильный режим, закаливание организма. |  |
| 4. Правила игры в футбол | 1 | Разбор и изучение правил игры в малый футбол. |  |
| 5.Общая и специальная физическая подготовка | 9 | Различные упражнения. Практические занятия. Подвижные игры. |  |
| 6. Техника игры в футбол | 12 | Отработка техники игры в футбол. Ведение мяча ,удары, отбор мяча. |  |
| 7. Тактика игры в футбол | 9 | Характеристика игровых действий вратаря, защитников ,полузащитников и нападающих. |  |
| **Всего** | **34** |  |  |
|  |  |  |  |

**3.КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № урока | Тема урока | Домашнее задание | Дата | Корректировка КТП |
| 1 | Физическая культура и спорт в России. |  |  |  |
| 2 | Развитие футбола в России. |  |  |  |
| 3 | Гигиенические знания и навыки. Закаливание. |  |  |  |
| 4 | Правила игры в футбол. |  |  |  |
| 5 | Общеразвивающие упражнения без предметов. |  |  |  |
| 6 | Упражнения с набивным мячом. |  |  |  |
| 7 | Акробатические упражнения. |  |  |  |
| 8 | Упражнение в висах и упорах. |  |  |  |
| 9 | Легкоатлетические упражнения. |  |  |  |
| 10 | Подвижные игры и эстафеты. |  |  |  |
| 11 | Специальные упражнения для развития быстроты. |  |  |  |
| 12 | Специальные упражнения для развития ловкости. |  |  |  |
| 13 | Техника игры в футбол. |  |  |  |
| 14 | Прямой и резаный удар по мячу. |  |  |  |
| 15 | Точность удара. |  |  |  |
| 16 | Техника передвижения. |  |  |  |
| 17 | Удары по мячу ногой. |  |  |  |
| 18 | Удары по мячу головой. |  |  |  |
| 19 | Остановка мяча. |  |  |  |
| 20 | Ведение мяча. |  |  |  |
| 21 | Обманные движения. |  |  |  |
| 22 | Отбор мяча. |  |  |  |
| 23 | Вбрасывание мяча из-за боковой линии. |  |  |  |
| 24 | Техника игры вратаря. |  |  |  |
| 25 | Тактика игры в футбол. |  |  |  |
| 26 | Упражнения для развития умения «видеть поле». |  |  |  |
| 27 | Тактика нападения. |  |  |  |
| 28 | Индивидуальные действия с мячом. |  |  |  |
| 29 | Групповые действия с мячом. |  |  |  |
| 30 | Тактика защиты. |  |  |  |
| 31 | Групповые действия защиты. |  |  |  |
| 32 | Тактика вратаря. |  |  |  |
| 33 | Тренировочная игра. |  |  |  |
| 34 | Двусторонняя игра |  |  |  |

После года обучения занимающийся в кружке ожидает, что он наберёт достаточный уровень общей физической, приобретёт навыки и умения игры в футбол, расширит кругозор и знания по судейству игры в футбол.

Знать:

- значение правильного режима дня юного спортсмена;

- разбор и изучение правил игры в футбол;

- роль капитана команды, его права и обязанности;

- правила использования спортивного инвентаря.

Уметь:

- контролировать и регулировать функциональное состояние организма при выполнении физических упражнений, добиваться оздоровительного эффекта и совершенствования физических кондиций;

- управлять своими эмоциями;

- владеть игровыми ситуациями на поле;

- уметь владеть техникой передвижений, остановок, поворотов, а также техникой ударов по воротам.