

Аннотация

к Дополнительной общеобразовательной (общеразвивающей) программе
физкультурно-спортивной направленности «Кожаный мяч. Футбол»

В современных условиях в нашей стране уделяется огромное внимание приоритету здорового образа жизни подрастающего поколения, оздоровлению, физическому и психическому развитию школьников на основе их творческой активности.

В настоящее время футбол - самый популярный и массовый вид спорта в мире. Систематические занятия футболом способствуют повышению общего уровня двигательной активности детей, служат важным фактором компенсации гиподинамии, что, безусловно, положительно скажется на состоянии здоровья подрастающего поколения. Футбол – это командный вид спорта, самоуправляющийся коллектив. Занятия футболом, как ни какой другой вид деятельности, способствуют воспитанию детей. Именно в коллективе – в футбольной команде, возникают соответствующие условия для профилактики детской дезадаптации. Занятия в футбольном объединении способствуют развитию и совершенствованию у занимающихся основных физических качеств – выносливости, координации движений, скоростно-силовых качеств, формированию различных двигательных навыков, укреплению здоровья а также формируют личностные качества ребенка: коммуникабельность, волю, чувство товарищества, чувство ответственности за свои действия перед собой и товарищами.

Направленность программы: физкультурно-спортивная.

Актуальность программы состоит в том, что в настоящее время значительная часть школьников занимается физическими упражнениями лишь на уроках физической культуры. Слабая физическая подготовка не позволяет им успешно сдавать учебные нормативы по физической культуре в школе. Поэтому одной из важнейших задач стоящих перед тренером является привлечение как можно большего числа школьников к систематическим занятиям в различных секциях для повышения уровня физической подготовленности.

Актуальность создания данной программы обусловлена еще и тем, что на территории нашего района проводится много соревнований по футболу среди разных возрастных групп, в том числе и школьников. В связи с этим возникает необходимость в обучении детей футболу и воспитанию в них с раннего детства потребности к ЗОЖ.

Программа «Футбол. Кожаный мяч» направлена на физическое воспитание личности, выявление одаренных детей, получение обучающимися начальных знаний о физической культуре, спорте и футбольной игровой практике. В программе предусматривается освоение не только объема знаний, двигательных умений и навыков, но и развитие мышления обучающихся на основе формирования умственных действий посредством анализа, синтеза, оценки обстановки, принятия решения из данных наблюдений за действиями противников, а также оценки своих возможностей, то есть тактики игры.

Новизна программы заключается в том, что в ней предусмотрено большое количество учебных часов на разучивание и совершенствование тактических приемов, что позволит учащимся идти в ногу со временем и повысить уровень соревновательной деятельности в футболе.

Отличительной особенностью данной программы является организация учебно-тренировочного процесса в условиях разновозрастной группы, дифференцированное

распределение физических нагрузок и требований с учетом возрастных особенностей всех обучающихся. Включение в каждое занятие игровых моментов, соревновательных и игровых упражнений, формирование командной сплоченности и слаженности в действиях (что повышает эмоциональный уровень занятий, позволяет избежать физического и психологического переутомления).

Адресат программы.

Данная Программа рассчитана на детей возраста – 11-15 лет. Набор в объединение осуществляется по принципу добровольности, без отбора и предъявления требований к наличию у них специальных умений. Занятия проводятся как в разновозрастных группах, так и в группах, объединенных по возрасту учащихся.

Количественный состав группы – 10-30 человек.

Общее количество учебных часов, запланированных на весь период обучения, необходимых для освоения программы 72.

Основной формой обучения по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы является очное занятие. Основной формой организации деятельности является групповое учебное занятие. Используется также групповая с организацией индивидуальных форм работы внутри группы, в парах, подгрупповая. Фронтальная: работа педагога со всеми учащимися одновременно (беседа, объяснение учебного материала). Движения от простого к сложному выстраивают логику освоения основных тематических разделов программы. Это делает процесс обучения органичным и непринужденным. Групповая: организация работы в группах. Индивидуальная работа – анализ ошибок в сыгранном матче или в тренировочном процессе.

Вводное занятие – педагог знакомит обучающихся с техникой безопасности, особенностями организации обучения и предлагаемой программой работы на текущий год. групповые учебно-тренировочные и теоретические занятия, тестирование, учебные соревнования, участие в соревнованиях.

В теоретической части занятий учащиеся знакомятся с развитием физкультурного движения и историей возникновения и развития футбола в России и мире, получают краткие знания по анатомии, физиологии, врачебному контролю, гигиене, сведения по тактике – технической подготовке, методике обучения и тренировке.

В практической части техническая и тактическая подготовка, учебные игры 2-х сторонние с соблюдением правил игры в футбол, участие в соревнованиях, контрольные испытания, инструкторская и судейская практика.

В зависимости от темы и формы проведения занятия применяются словесные, наглядные или практические методы обучения. Обязательным является применение на занятиях здоровьесберегающих технологий: чередование различных видов деятельности, проведение динамических пауз, создание условий для работы каждого обучающегося в комфортном для него режиме и темпе, предъявление посильных для обучающихся требований в области интеллектуальных и физических действий в соответствии с индивидуальными особенностями психофизического развития конкретного ребёнка.

Основные методы работы с детьми: словесный, наглядный, метод строго регламентированного упражнения, игровой, соревновательный.

Режим занятий - программа рассчитана на 1 год обучения, 36 недель, занятия проводятся 2 раза в неделю.

Цель программы: содействие гармоничному физическому и интеллектуальному развитию ребенка через обучение футболу, привитие навыков здорового образа жизни

детей и подростков, укрепление здоровья, углубленное изучение спортивной игры футбол (мини-футбол)

Задачи:

Образовательные задачи:

- ознакомление с видом спорта футбол, правилами игры, техникой, тактикой, правилами судейства и организацией проведения соревнований;
- углублять и дополнять знания, умения и навыки, получаемые во время тренировочного процесса;

Развивающие задачи:

- укреплять опорно-двигательный аппарат детей;
- способствовать разностороннему физическому развитию, укреплять здоровье, закаливать организм;
- целенаправленно развивать специальные двигательные навыки и психологические качества ребенка. | расширять спортивный кругозор.