Утверждаю

МБОУ « Серебрянская школа- детский сад

имени кавалера ордена Мужества В. Тошмотова»

С.А. Кокоркина

Приказ № «\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_2025

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Дополнительная краткосрочная программа

«Юный футболист»

лагеря дневного пребывания

« Бригантина»

МБОУ « Серебрянская школа- детский сад

имени кавалера ордена Мужества В. Тошмотова»

Возраст обучающихся: 7 - 14 лет

Срок реализации: 1 месяц

**03.06.2025-23.06.2025г**

Разработчик:

Давидюк О.Ю., учитель физической культуры

*Краткая аннотация*

**Дополнительная общеобразовательная п**рограмма «Юный футболист» позволяет последовательно решать задачи физического воспитания детей и подростков, формируя у них целостное представление о физической культуре, её возможностях в повышении работоспособности и улучшения состояния здоровья, а главное - воспитывая личность, способную к самостоятельной физической деятельности. Футбол – доступная для любого возраста игра, для организации и проведения которой, необходим минимальный набор спортивного инвентаря и оборудования. В тоже время футбол - мощное средство агитации и пропаганды.

*Пояснительная записка.*

*Направленность программы:* физкультурно-спортивная.

*Актуальность программы.*Актуальность данной программы состоит в том, что она способствует реализации сил, знаний, полученных детьми и подростками в базовом компоненте, формированию жизненных ценностей, овладению опытом самоорганизации, самореализации, и самоконтроля.

*Новизна программы заключается в* удовлетворении потребности детей к двигательной активности и занятости детей в летний период. Вхождения детей в новый коллектив. Также получение новых теоретических знаний и практических умений в данном виде спорта.

*Цель:* создание условий для полноценного физического развития и укрепления здоровья детей посредством приобщения к регулярным занятиям футболом.

*Задачи*

*Образовательные:*

* ознакомление с историей развития футбола;
* обучение технико-тактическим приемам;
* формирование представления о физической культуре и здоровье как факторах успешной учебы и социализации.

*Воспитательные:*

* воспитание потребности в физических упражнениях;
* воспитание чувства партнёрства, командного духа;
* воспитание выносливости, находчивости.

*Развивающие:*

* развитие двигательных навыков и умений;
* формирование и развитие у детей стойкого интереса к здоровому образу жизни;
* повышение работоспособности и двигательной активности.

*Возраст детей, участвующих в реализации программы:* 7-14 лет.

*Срок реализации*: 1 месяц.

*Формы обучения*: очная

*Формы организации деятельности.*

Занятия - групповые и индивидуальные.

*Режим занятий.*

Занятия проводятся 2 раза в неделю.

*Наполняемость:* 12 человек.

*Методы организации и проведения образовательного процесса:*

*Словесные методы****:*** описание, объяснение, разбор, указание, команды и распоряжения, подсчёт.

*Наглядные методы:*показ упражнений и техники футбольных приёмов, использование учебных наглядных пособий, видеофильмы, DVD, слайды, жестикуляции.

*Практические методы:*соревновательный метод, игровой метод, непосредственная помощь тренера-преподавателя.

*Планируемые результаты*

*Личностные УУД:*

* способность к самооценке;
* установка на здоровый образ жизни;
* уметь осуществлять поиск информации по вопросам развития современных оздоровительных систем;
* уметь обобщать, анализировать, творчески применять полученные знания на самостоятельных занятиях.

*Метапредметные УУД:*

* принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, определять общие цели и пути их достижения;
* владеть начальными сведениями о сущности и особенностях объектов, процессов и явлений действительности в соответствии с содержанием конкретного учебного предмета;
* осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности;
* адекватно оценивать свое поведение и поведение окружающих.

*Регулятивные УУД:*

* принимать и сохранять учебную задачу;
* учитывать установленные правила в планировании и контроле способа действия;
* различать способ и результат действий.

*Коммуникативные УУД:*

* адекватно использовать речевые средства для решения коммуникативных задач;
* учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;
* задавать вопросы;
* контролировать действия партнёра.

*Предметные УУД:*

* иметь первоначальное представление о технике ведения мяча по прямой, с обводкой предметов, по кругу, об истории развития футбола и правилах этой спортивной игры;
* организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью комплекса общеразвивающих упражнений в парах с мячом.

*Ожидаемые результаты.*

Учащиеся должны*знать:*

- значение и место футбола в системе физического воспитания;

- правила игры.

*Уметь:*

- соблюдать технику безопасности на занятиях;

-выполнять упражнения по ОФП и СФП;

- применять различные приемы.

*Формы контроля.*

Беседа, опрос, тестирование, игра, соревнование.

*Ожидаемый результат:* развитие физических качеств, приобретение навыков техники и тактики игры в футбол.

*Формы подведения итогов:* тесты по физической и технической подготовке и участие в соревнованиях.

*Учебно-тематический план*

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № п/п | Наименование темы | Количество часов |
| Всего | Теория | Практика |
| 1 | Вводное занятие. | 0,5 | 0,5 | - |
| 2 | Общая физическая подготовка. | 1,5 | 0,5 | 1 |
| 3 | Специальная физическая подготовка. | 1 | - | 1 |
| 4 | Техническая подготовка. | 1 | - | 1 |
| 5 | Тактическая подготовка. | 1,5 | - | 1,5 |
| 6 | Правила игры.  | 0,5 | 0,5 | - |
| 7 | Организация и проведение соревнований. | 2 | - | 2 |
| 8 | Итого: | 8 | 1,5 | 6,5 |

*Содержание учебно-тематического плана*

*Тема 1. Вводное занятие.*

*Теория.* Развитие футбола в России. Значение и место футбола в системе физического воспитания. Современный футбол и пути его дальнейшего развития. Российский футбольный союз, ФИФА, УЕФА, лучшие российские команды, тренеры, игроки.

*Тема 2. Общая физическая подготовка (ОФП).*

*Теория.* Значение ОФП – важного фактора укрепления здоровья и повышения функциональных способностей организма. Краткая характеристика средств и методов ОФП.

*Практика.* Утренняя зарядка, разминка перед тренировкой и игрой.

Общеразвивающие упражнения без предметов.

* Упражнения для рук и плечевого пояса: сгибания и разгибания, вращения, махи, отведения и приведения, рывки. Упражнения выполняются на месте и в движении.
* Упражнения для мышц шеи: наклоны, повороты головы в различных направлениях.
* Упражнения для туловища: упражнения на формирование правильной осанки; в различных исходных положениях — наклоны, повороты туловища; в положении лежа — поднимание и опускание ног, круговые движения одной и обеих ног, поднимание и опускание туловища.
* Упражнения для ног: различные маховые движения ног, приседания на обеих и на одной ноге, выпады, выпады с дополнительными пружинящими движениями.
* Упражнения с сопротивлением: упражнения в парах — повороты и наклоны туловища, сгибание и разгибание рук, переталкивание, приседания, приседания с партнером, переноска партнера на спине и на плечах, элементы борьбы в стойке, игры с элементами сопротивления.

 *Подвижные игры:* игры с мячом.

*Тема 3. Специальная физическая подготовка ( СФП).*

*Практика. У*пражнения для развития быстроты, упражнения для развития скоростно-силовых качеств, упражнения для вратарей, упражнения для развития специальной выносливости, упражнения для развития ловкости.

*Тема 4. Техническая подготовка.*

*Практика. Техника игры.* Удары по мячу ногой. Удары на точность. Удары по мячу головой. Остановка мяча. Ведение мяча. Ложные движения (финты). Отбор, мяча, перехват мяча.

Техника игры вратаря. Основная стойка вратаря. Передвижение в воротах. Ловля летящего мяча. Ловля катящегося мяча. Отбивание. Бросок мяча. Выбивание мяча ногой на точность.

*Тема 5.Тактическая подготовка.*

*Практика.* Тактические варианты игры. Тактика отдельных линий и игроков команды (вратаря, защитников, полузащитников, нападающих). Перспективы развития тактики игры. Тактика игры в нападении (атакующие комбинации флангом и центром). Тактика игры в защите (зонная, персональная опека, комбинированная оборона).

Тактика игры. Тактические действия полевых игроков. Обучение занимающихся правильному расположению на футбольном поле и умению выполнять основные тактические действия в нападении и защите.

Тактика вратаря. Выбор исходной позиции в воротах в зависимости от места и угла удара.

*Тема 6. Правила игры.*

*Теория.* Разбор правил игры. Права и обязанности игроков, роль капитана. Обязанности судей, способы судейства. Замечания, предупреждения, удаления игроков с поля.

*Тема 7. Организация и проведение соревнований.*

*Практика. С*оревнования.

*Обеспечение программы.*

*Кадровое обеспечение.*

Руководитель объединения- учитель физической культуры

*Материально - технические оснащение программы:*

* футбольное поле;
* комплект футбольных мячей (на команду);
* ​ футбольные ворота;
* ​ воротные сетки;
* ​ стойки и «пирамиды» для обводки;
* мебель;
* учебный кабинет.

*Методическое обеспечение.*

*Учебно – методический комплект:*

* тематическое планирование и подробные планы занятия в соответствии с учебным планом;
* конспекты занятий;
* мастер – классы с методическим сопровождением;
* диагностический материал;
* тесты на выявление уровня знаний;
* беседы;
* инструкции;
* наглядные пособия;
* презентации;
* игры.

*Информационное обеспечение*:

- презентации;

- видеоролики;

- интернет - источники.

***Предлагаемые результаты, формы, методы, критерии их оценки.***

**В результате** ознакомления и совершенствования элементов спортивной игры в футбол воспитанники должны уметь использовать приобретенные знания, умения и навыки в практической деятельности и повседневной жизни.

При реализации программы создаются оптимальные условия для формирования и развития личности ребенка. Обучение строится таким образом, что воспитанники, усваивая простые знания, умения и навыки, сначала выполняют несложные упражнения, которые усложняются с каждым последующим заданием. Такая постановка учебно-воспитательного процесса формирует психологическую подготовку к труду.