

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Детско-юношеский Центр»

ПРИНЯТО

УТВЕРЖДЕНО

на педагогическом совете
МБУДО «ДЮЦ»

Директор МБУДО «ДЮЦ»

Амелина И.Н.

Протокол от "31" августа 2022г.
№ 1

Приказ от "31" августа 2022г.
№ 87-осн.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«КОЖАНЫЙ МЯЧ»

Направленность: физкультурно-спортивная

Уровень программы: базовый

Срок реализации: 7 лет

Возраст учащихся: 7-15 лет

Автор/разработчик:

Павлов Юрий Алексеевич

Педагог дополнительного образования

Тула, 2017 год

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа разработана для реализации в 2022-2023 учебном году дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Кожаный мяч» в двух группах - 1 года обучения, в одной группе – 7 года обучения, в двух группах - 8 года обучения.

Основные цели:

Укрепление здоровья, совершенствование технико-тактической подготовки обучающихся.
Расширение арсенала двигательных действий.
Привлечение максимального возможного количества детей занятием футболом.

Задачи:

1. Обучение и совершенствование технических приемов.
2. Обучение индивидуальной, групповой тактики игры
3. 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.
4. Развитие внимания, воображения воспитанников.
5. Воспитание судейских и инструкторских навыков.
6. Стремление сформировать высокий уровень тактико-технической физической подготовленности на каждом этапе занятий.
7. Содействие становлению и развитию у учащихся потребности в отношении к собственному здоровью и здоровью окружающих как к ценности.
8. Воспитание у учащихся дисциплинированности, решительности, чувства коллективизма, развитие лидерских качеств и честности.
9. Укрепления здоровья и закаливание организма; привитие интереса к систематическим занятиям футболом.
10. Систематическое участие в соревнованиях.

Режим занятий в текущем году 3 раза в неделю по 2 часа (академический час - 45мин.)

Тематический план Группа 1 года обучения

Занятия проводятся 3 раза в неделю по 2 часа.

Итого 6 часов в неделю.

№ п/п	Тема учебно-тематического плана	Тема занятий	Количество часов	
			Теоретических	Практических
1	Физкультура и спорт в России	Беседа о значении двигательной активности. Укрепление здоровья	2	-
2	Развитие футбола в России	История возникновения футбола в России	2	-
3	Гигиена. Знания и навыки.	Личная гигиена. Уход за кожей, волосами, ногтями, полостью рта. Гигиенические требования к спортивной одежде и обуви.	2	-

4	Правила игры в футбол	Правила игры в футбол. Разбор и изучение правил игры «малый футбол». Роль капитана команды, его права и обязанности.	5	-
5	Места занятий. Оборудование	Площадка для игры в футбол. Оборудование и инвентарь для игры, ворота, мяч. Уход за инвентарем и формой.	2	-
6	Общая и специальная физическая подготовка	Акробатические упражнения. Упражнения в висах и упорах. Легкоатлетические упражнения. Подвижные игры и эстафеты. Спортивные игры. Специальные упражнения для развития быстроты. Специальные упражнения для развития ловкости. Специальные упражнения для развития координации.	3	60
7	Техника игры в футбол	Ведение мяча, жонглирование, удары по мячу ногой, остановка мяча, ложные движения, отбор мяча, ввод мяча из-за боковой линии, техника игры вратаря.	2	98
8	Тактика игры в футбол	Тактика игры вратаря. Тактика игры в защите. Тактика игры в полузащите. Тактика игры в нападении. Тактика игры команды.	12	24
9	Соревнования по футболу	Согласно календарному плану мероприятий		
10	Выполнение контрольных упражнений физической и технической подготовке		-	4
Всего за год: 216			30	186

Группа 7 года обучения

Занятия проводятся 3 раза в неделю по 2 часа.

Итого 6 часов в неделю.

№ п/п	Тема учебно-тематического плана	Тема занятий	Количество часов	
			Теоретических	Практических
1	Физкультура и спорт в России	Беседа о значении двигательной активности. Укрепление здоровья	2	-
4	Правила игры в футбол	Правила игры в футбол. Разбор и изучение правил игры «малый футбол». Роль капитана команды, его права и обязанности.	2	-
5	Места занятий. Оборудование	Площадка для игры в футбол. Оборудование и инвентарь для игры, ворота, мяч. Уход за инвентарем и формой.	2	-
6	Общая и специальная физическая подготовка	Акробатические упражнения. Упражнения в висах и упорах. Легкоатлетические упражнения. Подвижные игры и эстафеты. Спортивные игры. Специальные упражнения для развития быстроты. Специальные упражнения для развития ловкости. Специальные упражнения для развития координации.	3	60

7	Техника игры в футбол	Ведение мяча, жонглирование, удары по мячу ногой, остановка мяча, ложные движения, отбор мяча, ввод мяча из-за боковой линии, техника игры вратаря.	2	98
8	Тактика игры в футбол	Тактика игры вратаря. Тактика игры в защите. Тактика игры в полузащите. Тактика игры в нападении. Тактика игры команды.	12	31
9	Соревнования по футболу	Согласно календарному плану мероприятий		
10	Выполнение контрольных упражнений физической и технической подготовке		-	4
Всего за год: 216			23	186

Группа 8 года обучения

Занятия проводятся 3 раза в неделю по 2 часа.

Итого 6 часов в неделю.

№ п/п	Тема учебно-тематического плана	Тема занятий	Количество часов	
			Теоретических	Практических
1	Физкультура и спорт в России	Беседа о значении двигательной активности. Укрепление здоровья	2	-
4	Правила игры в футбол	Правила игры в футбол. Разбор и изучение правил игры «малый футбол». Роль капитана команды, его права и обязанности.	2	-
5	Места занятий. Оборудование	Площадка для игры в футбол. Оборудование и инвентарь для игры, ворота, мяч. Уход за инвентарем и формой.	2	-
6	Общая и специальная физическая подготовка	Акробатические упражнения. Упражнения в висах и упорах. Легкоатлетические упражнения. Подвижные игры и эстафеты. Спортивные игры. Специальные упражнения для развития быстроты. Специальные упражнения для развития ловкости. Специальные упражнения для развития координации.	3	60
7	Техника игры в футбол	Ведение мяча, жонглирование, удары по мячу ногой, остановка мяча, ложные движения, отбор мяча, ввод мяча из-за боковой линии, техника игры вратаря.	2	98
8	Тактика игры в футбол	Тактика игры вратаря. Тактика игры в защите. Тактика игры в полузащите. Тактика игры в нападении. Тактика игры команды.	12	31
9	Соревнования по футболу	Согласно календарному плану мероприятий		
10	Выполнение контрольных упражнений физической и технической подготовке		-	4
Всего за год: 216			23	186

ПЛАН ВОСПИТАТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ

№	Тема и форма мероприятия	Период проведения
1	«ПДД неделя безопасности дорожного движения» Беседа	В течение учебного года
2	«День народного единства» Беседа	В течение учебного года
3	«Экология. Мир вокруг нас» Беседа	В течение учебного года
4	«Международный день семьи» Беседа	В течение учебного года

ПЛАН РАБОТЫ С РОДИТЕЛЯМИ

№	Тема и форма мероприятия	Период проведения
1	«Безопасность на дорогах. Профилактика ДТП» Беседа	В течение учебного года
2	«Мой дом - моя семья» Беседа	В течение учебного года
3	«Здоровье и спорт» Беседа	В течение учебного года