

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа №3 г. Усмани Липецкой области.**

ПРИНЯТО:
на заседании
педагогического совета
Протокол №1
от 28.08.2020г.

УТВЕРЖДЕНО:
директор
МБОУ СОШ №3 г. Усмани
Н.И. Шарапова

Приказ № 83 от 28.08.2020г.



**Дополнительная общеразвивающая
программа
Спортивно-оздоровительной направленности**

«МИНИ – ФУТБОЛ »

Для детей 11-16 лет

Срок реализации 1год

Составил:
педагог дополнительного образования
Попов Владимир Васильевич

Усмань.2020г.

Содержание программы.

1. Пояснительная записка

2. Учебный план

3. Календарный учебный график

4. Содержание программы

5. Оценочные и методические материалы

6. Организационно-педагогическое обеспечение

7. Планируемые результаты

8. Список литературы

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеразвивающая программа «Мини-футбол в школу» имеет спортивно-оздоровительную направленность. Программа по «Мини-футболу» составлена на основании материала, который воспитанники изучают на уроках физической культуры в общеобразовательной школе, детско-юношеских спортивных школ, адаптирована для занятий в общеобразовательной школе, дополняя его с учётом интересов детей (в зависимости от возраста, пола, времени года, местных особенностей) к тем видам спорта, которые пользуются популярностью в повседневной жизни.

Усманский район, имеет хорошие спортивные традиции по мини-футболу, а команда МБОУ СОШ №3 г. Усмань становилась победителем ЦФО г. Кострома, призером ЦФО г. Ярославль, г. Москва. МБОУ СОШ №3 г. Усмань, победитель и призер региональных соревнований по мини-футболу, победитель и призер проекта: «Мини-футбол в школу». Одна из основных тенденций развития современного общества - это сохранение и укрепление здоровья человека. Для выполнения данного требования необходима популяризация различных видов спорта, здорового образа жизни. Занятия по «Мини-футболу» являются хорошей школой физической культуры, школой укрепления здоровья, школой формирования моральных и волевых качеств, школой навыков общественного поведения.

При правильной организации педагогического процесса, опирающегося на социальную, педагогическую, организационную, методическую и спортивно-оздоровительную его составляющие, появляется возможность создания ребёнку «ситуации успеха». На основе успешного опыта, раскрытия личности в рамках объединения по «Мини-футболу», воспитанник будет более целенаправленно самореализовывать себя в условиях взрослой жизни.

Мини-футбол, как игра коллективная способствует воспитанию у обучающихся чувства коллективизма, взаимовыручки, чувства ответственности перед командой. Она помогает сплачивать игроков для выполнения единой цели: победить соперника в честной и справедливой игре.

Игра «Мини-футбол», развивает у игроков координацию движений, выносливость, скоростные качества, направлена на развитие коммуникабельности, умение делать самостоятельный выбор, принимать решения, ориентироваться в информационном пространстве.

Дополнительная общеразвивающая программа «Мини-футбол» разработана на основе нормативно-правовой документации:

- Федеральный закон от 29 декабря 2012 «273-ФЗ (ред. от 23.07.2013) «Об образовании в Российской Федерации»;
- Приказ Минпросвещения России от 09.11.2018 г. №196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (Зарегистрирован в Минюсте России 29.11.2018 г. № 52831);
- Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. № 996-р «Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025

года»;

- Постановление Правительства Российской Федерации от 30 декабря 2015 года № 1493 «О государственной программе «Патриотическое воспитание граждан Российской Федерации на 2016-2020 годы»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 4 июля 2014 г. № 41 г.Москва «Об утверждении СанПин 2.4.4.3.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей»;
- Устав МБОУСОШ №3г.Усмани;
- Локальные акты, регламентирующие образовательную деятельность МБОУСОШ №3 г.Усмани.

Направленность. Программа физического воспитания учащихся общеобразовательной школы по мини-футболу направлена на содействие улучшению здоровья учащихся и на этой основе обеспечения нормального физического развития растущего организма и разностороннюю физическую подготовленность.

Новизна программы является модифицированной так как заимствует основные идеи обучения детей данному виду спорта. Педагогическая целесообразность, оказывает огромное воспитывающее воздействие на занимающихся. Спортивный коллектив становится активным фактором формирования сознательной дисциплины, морально волевых качеств личности.

Актуальности практическая значимость занятий обусловлена популярностью мини-футбола в России. Мини-футбол, является средством активного отдыха для всех категорий населения. Усиления внимания к развитию футбола совпадает с необходимостью решение такой актуальной задачи, как совершенствование всех составных звеньев системы подготовки резервов по футболу в Российской Федерации в целях дальнейшего повышения мастерства отечественных футболистов.

Одна из основных тенденций развития современного общества - это сохранение и укрепление здоровья человека. Для выполнения данного требования необходима популяризация различных видов спорта, здорового образа жизни. Занятия по «Мини - футболу» являются хорошей школой физической культуры, школой укрепления здоровья, школой формирования моральных и волевых качеств, школой навыков общественного поведения.

Педагогическая целесообразность программы заключается в том, что значительный объём содержания программы способен обеспечить многоуровненность и вариативность её реализации в работе с учащимися. Переход от одного уровня к другому осуществляется по принципу повторения, расширения объёма и усложнение знаний, умений, навыков . Программа разработана с учётом дифференцированного подхода при наличии заданий учащимся разного возраста. По каждой теме даётся сумма необходимых теоретических

сведений, практических заданий. Умения и навыки, приобретённые на занятиях, дают импульс для творческого развития ребёнка. Основной вид деятельности - практическая работа. Основной метод - ориентированный подход к обучению состоит в повышении мотивации учащихся к занятиям. Программа обеспечивает необходимые условия для личностного развития, формирования у учащихся активной жизненной позиции. Воспитываются такие личностные качества, как доброта, ответственность, трудолюбие, самостоятельность, любовь к родному краю, умение работать в коллективе..

Программа обусловлена их возрастными особенностями: разносторонними интересами, любознательностью, увлечённостью, инициативностью.

Цель и задачи.

Цель программы - создание условий для проведения регулярных круглогодичных занятий, привитию занимающимся любви к избранному виду спорта, интереса к регулярным занятиям и росту их спортивного мастерства;

- обеспечение всесторонней физической подготовки членов секции;
- максимальное развитие силы, быстроты, ловкости, выносливости, гибкости во взаимосвязи и единстве;
- развитие личности ребенка;
- профилактика асоциального поведения;
- организация воспитательной работы;
- привитие навыков спортивной этики;
- укрепление здоровья занимающихся, соблюдение личной и общественной гигиены

Задачами данной программы являются:

Образовательные:

- обучение гармоничному физическому развитию;
- формирование знаний, умений, навыков;
- всестороннее гармоничное развитие физических способностей, укрепление здоровья, закаливание.

Воспитательные:

- воспитание ценностных ориентаций на здоровый образ жизни;
- воспитание потребности в интересном, положительном досуге;
- воспитание культуры поведения ;
- воспитание умения согласовывать свои действия с другими детьми;
- воспитывать доброжелательность и контактность в отношениях со сверстниками.

Развивающие:

- укрепления здоровья и повышения работоспособности обучающихся;
- подготовка волевых, смелых, дисциплинированных обладающих командной игрой подготовкой к бойцовскими качествами спортсменов;
- развитие навыков самостоятельной работы;
- приобретение соревновательного опыта;
- развитие навыков общения;
- формирование соревновательного навыка

Отличительная особенность данной программы – альтернативных, личностно-ориентированных форм обучения, предоставляющих возможность воспитания физически развитого человека, помогающих раскрыть и реализовать способности в общем деле. Предлагаемая программа содержит целостную систему разнообразных, прогрессивных, инновационных методов и форм обучения.

Адресат программы – учащиеся, которые, как правило, выбирают вид деятельности самостоятельно и приходят в объединение по собственному желанию

Содержание программы рассчитано на детей 11-16 лет. Минимальный состав группы 12-15 человек.

Объем программы: 102 часов

Методы и приёмы учебно-воспитательного процесса: – словесные (рассказ, беседа, инструктаж);

- наглядные;
- практические (упражнения);
- стимулирование, поощрение;
- контроль (мониторинг).

Формы обучения и виды занятий.

Основными формами проведения занятий являются игра, соревнования, товарищеские встречи.

Занятия в объединении проводятся по группам, индивидуально или со всем составом объединения.

Места занятий, оборудование и инвентарь. Подсобное оборудование. Технические средства, используемые при обучении юных футболистов: мячи футбольные, свисток, фишки, их подготовка к занятиям и играм. Требования к спортивной одежде и обуви. Уход за ними.

Организация образовательного процесса.

Срок освоения программы: содержание программы «Мини-футбол» рассчитан на -1 год обучения. Занятия проводятся с сентября по май месяц включительно.

Режим занятий.

Занятия проводятся 1 раз в неделю, 3 часа. Количество часов в год: 102 согласно календарно-тематическому планированию. Педагог имеет право с учетом различных условий и по необходимости, самостоятельно изменять очередность изучения тем программы, устанавливать продолжительность занятий.

Преимущество данной программы заключается в том, что она может применяться для подготовки футболистов в общеобразовательных школах и системе дополнительного образования.

2. УЧЕБНЫЙ ПЛАН.

В соответствии с Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации» № 273 – ФЗ от 29.12.2012 г. (ст.2.), учебный план – документ, который определяет перечень, трудоемкость, последовательность и распределение по периодам обучения учебных предметов, курсов, дисциплин (модулей), практики, иных видов учебной деятельности и формы промежуточной аттестации учащихся.

Учебный план рассчитан на один год обучения и состоит из курса: «Мини-футбол в школу»

Учебный план дополнительной общеразвивающей программы «Мини-футбол» на 2020-2021 уч.год.

Наименование учебного курса	Кол-во часов	Формы промежуточной аттестации
	1 год обучения	1 год обучения
«Мини-футбол»	102	Формы промежуточной аттестации является участие в спортивных соревнованиях по мини-футболу.
ИТОГО:	102	

3. КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК НА 2020-2021 УЧЕБНЫЙ ГОД

Количество возрастных групп	1
Возрастной состав групп	11-16 лет
Продолжительность учебного года	34 недель
Начало учебного года	01.09.2020г.
Начало занятий	01.09.2020г
Окончание учебного года	25.05.2021г.
Промежуточная аттестация	23.05.2021г
Количество часов в неделю/занятий	3часа/1
Количество занятий	34
Количество часов в год	102часов
Организация занятий	вторая половина дня
Продолжительность занятий	по 45 минут, перемена 15 минут

4. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ.

4.1. Теоретическая часть.

Теоретические занятия – 3 часа

Тема 1.

Вводное занятие: (1 час)

Инструктаж техники безопасности при проведении занятий футболом. Правила поведения. Гигиенические требования в тренировочном процессе

Тема 2.

История возникновения и развития футбола: (2 часа)

История возникновения и развития футбола. Изучение правил игры.

4.2. Практическая часть - 99 часов

Тема 3.

Техническая подготовка (34 часа)

Совокупность способов выполнения разнообразных движений, применяемых в игре.

Обучение и совершенствование техники:

1. Ударам по мячу ногой.
2. Ударам по мячу головой.
3. Остановка мяча.
4. Ведение мяча.
5. Обманным движениям.
6. Отбору мяча.
7. Вбрасыванию мяча.
8. Игры вратаря.

1	Обучение остановке мяча. Контрольные нормативы. Обучение и совершенствование техники удара по мячу на месте.
2	Обучение и совершенствование техники удара по мячу на месте.
3	Обучение и совершенствование техники удара по мячу в движении.
4	Обучение и совершенствование техники удара по мячу с лета и полулета.
5	Обучение и совершенствование техники удара по мячу головой на месте и в движении.
6	Участие в соревнованиях.
7	Обучение вбрасыванию мяча
8	Обучение игры вратаря
9	Обучение и совершенствование техники остановки мяча
10	Обучение и совершенствование техники ведения мяча
11	Обучение и совершенствование техники ведения мяча
12	Обучение и совершенствование техники обманных движений
13	Обучение и совершенствование техники удара по мячу на месте.
14	Закрепление навыков передачи мяча.
15	Обучение отбору мяча у соперника.
16	Закрепление навыков передачи мяча.
17	Обучение отбору мяча у соперника.
18	Обучение и совершенствование техники ведения мяча
19	Обучение и совершенствование техники удара по мячу головой на месте и в движении
20	Обучение остановки мяча бедром.
21	Обучение и совершенствование техники, остановки мяча бедром
22	Техника ударов мяча по воротам

Тема 4.

Тактическая подготовка (40 часов)

Наиболее целесообразные индивидуальные, групповые и командные действия игроков, направленные на достижения намеченной цели в данной игре.

Обучение и совершенствование тактики:

1. Передача мяча.
2. Отбор мяча посредством согласованных действий.
3. Тактических комбинаций.
4. Розыгрыша стандартных положений.
5. Командных действий.

1.	Совершенствование навыков передаче мяча.
2	Совершенствование навыков передаче мяча.
3	Закрепление навыков передачи мяча.
4	Обучение и совершенствование техники игры без мяча
5	Обучение розыгрыша мяча в стандартном положении.
6	Обучение розыгрышу мяча в стандартных положениях (штрафной).
7	Обучение и совершенствование техники отбора мяча посредством согласованных действий игроков
8	Обучение и совершенствование техники выполнения стандартных положений
9	Обучение и совершенствование техники взаимодействий вратаря с полевыми игроками.
10	Обучение тактическим действия в защите
11	Обучение и совершенствование техники быстрого прорыва
12	Совершенствование навыков розыгрыша мяча в стандартных
13	Совершенствование навыков розыгрыша мяча в стандартных положениях.
14	Совершенствование навыков розыгрыша мяча в стандартных положениях
15	Обучение и совершенствование техники позиционного нападения
16	Обучение и совершенствование техники персональной защите
17	Обучение и совершенствование техники зонной защиты.

18	Обучение и совершенствование техники комбинированной защиты.
19	Розыгрыш стандартного положения (штрафной). Краткие сведения о строении и функции организма человека
20	Совершенствование розыгрыша мяча в стандартных положениях (штрафной).
21	Совершенствование основных тактических навыков.
22	Совершенствование основных тактических комбинаций
23	Совершенствование основных тактических навыков.
24	Совершенствование основных тактических комбинаций
25	Совершенствование основных тактических комбинаций
26	Совершенствование командных действий
27	Эстафета. Подвижные игры.

Тема 5.

Общая физическая подготовка (3 часа)

Обеспечивает полноценное физическое развитие и всестороннюю физическую подготовленность футболистов.

1	О.Ф.П. Учебная игра.
2	О.Ф.П.

Тема 6.

Специальная физическая подготовка (4 часа)

Процесс целенаправленного развития физических качеств и функциональных возможностей занимающихся, осуществляемый в соответствии со спецификой футбола и обеспечивающий достижения высоких спортивных результатов.

1	С.Ф.П. Эстафеты .Подвижные игры.
2	С.Ф.П. Судейская практика

Тема 7.

Участие в соревнованиях (10 часов).

Судейская практика (8 часов)

(выполнение упражнений в условиях соревнований).

1	Судейская практика
2	Участие в соревнованиях
3	Судейская практика
4	Участие в соревнованиях
5	Обучение и совершенствование техники удара по мячу головой в нападении
6	Участие в соревнованиях
7	Участие в соревнованиях
8	Судейская практика
9	Участие в соревнованиях
10	Участие в соревнованиях
11	Судейская практика
12	Участие в соревнованиях
13	Судейская практика
14	Спортивные соревнования.

Итого: 102 часов.

Общая физическая подготовка.

Строевые упражнения. Шеренга, колонна, фланг, интервал, дистанция. Перестроения: в одну, две шеренги, в колонну по одному, по два. Сомкнутый и разомкнутый строй. Виды размыкания. Построение, выравнивание строя, расчет по строю, повороты на месте. Переход на ходьбу и бег, на шаг. Остановка. Изменение скорости движения строя.

Упражнения для рук и плечевого пояса. Из различных исходных положений (в основной стойке, на коленях, сидя, лежа) - сгибание и разгибание рук, вращения, махи, отведение и приведение, рывки одновременно обеими руками и разновремененно, то же во время ходьбы и бега.

Упражнения для ног. Поднимание на носки; сгибание ног в тазобедренных суставах; приседания; отведения; приведения и махи ногой в переднем, заднем и боковом направлениях; выпады, пружинистые покачивания в выпаде; подскоки из различных исходных положений ног (вместе, на ширине плеч, одна впереди другой и т.п.); сгибание и разгибание ног в смешанных висах и упорах; прыжки.

Упражнения для шеи и туловища. Наклоны, вращения, повороты головы; наклоны туловища, круговые вращения туловищем, повороты туловища, поднимание прямых и согнутых ног в положении лежа на спине; из положения лежа на спине переход в положение сидя; смешанные упоры в положении лицом и спиной вниз; угол из исходного положения лежа, сидя и в положении виса; различные сочетания этих движений.

Упражнения для всех групп мышц. Могут выполняться с короткой и длинной скакалкой, гантелями, набивными мячами, мешочками с песком, резиновыми амортизаторами, палками, со штангой (для юношей).

Упражнения для развития силы. Упражнения с преодолением собственного веса: подтягивание из виса, отжимание в упоре, приседания на одной и двух ногах. Преодоление веса и сопротивления партнера. Переноска и перекладывание груза. Лазанье по канату, шесту, лестнице. Перетягивание каната. Упражнения на гимнастической стенке. Упражнения со штангой: толчки, выпрыгивания, приседания. Упражнения с набивными мячами. Упражнения на тренажере типа «геркулес». Борьба. Гребля.

Упражнения для развития быстроты. Повторный бег по дистанции от 30 до 100 м со старта и с ходу с максимальной скоростью. Бег по наклонной плоскости вниз. Бег за лидером (велосипедист, более быстрый спортсмен). Бег с гандикапом с задачей догнать партнера. Выполнения общеразвивающих упражнений в максимальном темпе.

Упражнения для развития гибкости. Общеразвивающие упражнения с широкой амплитудой движения. Упражнения с помощью партнера (пассивные наклоны, отведения ног, рук до предела, мост, шпагат). Упражнения с гимнастической палкой или сложенной вчетверо скакалкой: наклоны и повороты туловища с различными положениями предметов (вверх, вперед, вниз, за голову, на спину); перешагивание и перепрыгивание, «выкруты» и круги. Упражнения на гимнастической стенке, гимнастической скамейке.

Упражнения для развития ловкости. Разнонаправленные движения рук и ног. Кувырки вперед, назад, в стороны с места, с разбега и с прыжка. Перевороты вперед, в стороны,

назад. Стойки на голове, руках и лопатках. Прыжки опорные через козла, коня. Прыжки с подкидного мостика. Прыжки на батуте. Упражнения в равновесии на гимнастической скамейке, бревне; равновесие при катании на коньках, спусках на лыжах с гор. Жонглирование двумя-тремя теннисными мячами. Метание мячей в подвижную и неподвижную цель. Метание после кувырков, поворотов.

Упражнения типа «полоса препятствий»: с перелезанием, пролезанием, перепрыгиванием, кувырками, с различными перемещениями, переноской нескольких предметов одновременно (четырёх баскетбольных, набивных мячей), ловлей и метанием мячей и др.

Игра в баскетбол, мини-футбол, мини-лапту, в теннис большой и малый (настольный), в волейбол, в бадминтон.

Упражнения для развития скоростно-силовых качеств. Прыжки в высоту через препятствия, планку, в длину с места, многократные прыжки с ноги на ногу, на двух ногах. Перепрыгивание предметов (скамеек, мячей и др.), «чехарда». Прыжки в глубину. Бег и прыжки по лестнице вверх и вниз. Бег по мелководью, по снегу, по песку, с отягощениями с предельной интенсивностью. Игры с отягощениями. Эстафеты комбинированные с бегом, прыжками, метаниями. Метание гранаты, копья, диска, толкание ядра. Групповые упражнения с гимнастической скамейкой.

Упражнения для развития общей выносливости. Бег равномерный и переменный на 500, 800, 1000 м. Кросс на дистанции для девушек до 3 км, для юношей до 5 км. Дозированный бег по пересеченной местности от 3 мин до 1 ч (для разных возрастных групп). Плавание с учетом и без учета времени. Ходьба на лыжах с подъемами и спусками с гор, прохождение дистанции от 3 до 10 км на время. Спортивные игры на время: баскетбол, мини-футбол (для мальчиков и девочек). Марш-бросок. Туристические походы.

5.ОЦЕНОЧНЫЕ И МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ

Для полноценной реализации данной программы проводится промежуточная аттестация в форме спортивных соревнований

- текущий – осуществляется посредством наблюдения за деятельностью ребенка в учебно-тренировочном процессе занятий;
- промежуточный – спортивные праздники, занятия-зачеты, проводимые в школе, спортивные соревнования;
- МБУ ДООЦ (сит);
- финальные соревнования: первенство города, района, проект: «Мини-футбол в школу», в котором оценивается: владение тактическими действиями в защите, нападении.

Оценочные материалы

Спортивные мероприятия, спортивные праздники, проводимые в коллективе, являются промежуточными этапами контроля за развитием каждого ребенка, раскрытием его физических данных.

Войти в состав сборной команды школы, являются одной из форм итогового контроля.

Конечным результатом занятий за год, позволяющим контролировать развитие способностей каждого ребенка, является финал районных, зональных соревнований области по мини-футболу.

При анализе уровня усвоения программного материала обучающимися рекомендуется использовать карты достижений обучающихся, где усвоение программного материала и развитие других качеств ребенка определяются по трем уровням:

- **максимальный** – программный материал усвоен обучающимся полностью, воспитанник имеет высокие достижения (победитель всероссийских, областных, районных соревнований и т.д.);
- **средний** – усвоение программы в полном объеме, при наличии несущественных ошибок; участвует в школьных соревнованиях.
- **минимальный** - усвоение программы в неполном объеме, допускает существенные ошибки в теоретических и практических заданиях, участвует на школьном уровне .

Педагогическая диагностика результатов освоения программы.

Эффективность проводимой работы с детьми в рамках реализации дополнительной общеразвивающей программы «Мини-футбол в школу» определяется с помощью диагностического комплекса, который предусматривает как физическую, психологическую, так и педагогическую оценку развития навыков. Результатом образовательного процесса является уровень знаний, умений, и навыков, которого достигли учащиеся.

Критерии педагогической оценки развития навыков:

- знание футбольных жестов при судействе;
- судейство игры;

Педагогическая оценка развития умения, навыков.**Методические материалы.****Методическое обеспечение.**

Возможные формы занятий: традиционное занятие, комбинированное занятие, игра, соревнования, турниры, мастер класс.

Методы:

- фронтальный;
- групповой;
- коллективный;
- индивидуальный.

Дидактический материал: специальная литература, видеозаписи, аудиозаписи, мультимедийные материалы, компьютерные программные средства и др.

6.ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ.

Для реализации дополнительной программы в образовательном учреждении имеются следующие ресурсы:

- 1.Печатные материалы (положение соревнований, правила соревнований, специальная литература). Компьютер – 1шт
- 2.Электронные ресурсы
- 3.Аудиовизуальные (слайды, слайд-фильмы, видеофильмы, фильмы на цифровых носителях).
- 4.Наглядные плоскостные (плакаты, иллюстрации, магнитные доски, интерактивная доска). Тактические действия в нападении, тактические действия в защите.

Кадровые условия

Педагогическая деятельность по реализации дополнительных общеобразовательных программ осуществляется лицами, имеющими среднее профессиональное или высшее образование (в том числе по направлениям, соответствующим направлениям дополнительных общеобразовательных программ, реализуемых организацией, осуществляющей образовательную деятельность) и отвечающими квалификационным требованиям, указанным в квалификационных справочниках, и (или) профессиональным стандартам.

Учитель физической культуры:ЛГПИ, факультет физической культуры, диплом - ПВ № 414450), учитель физического воспитания, стаж 39 лет, в 2019 году прошёл образовательные курсы по ФГОС, высшая категория педагог дополнительного образования.

7. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ.

Планируемый уровень подготовки учащихся по окончании учебного курса «Практическая подготовка».

ДОЛЖЕН ЗНАТЬ:

влияние занятий физическими упражнениями на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний и вредных привычек;

способы контроля и оценки физического развития и физической подготовленности;

гигиенические требования к инвентарю и спортивной форме, зависимость появления травм от неправильного отношения к гигиеническим требованиям; правила игры;

технику и тактику игры в футбол; строевые команды, методику судейства учебно-тренировочных игр;

ДОЛЖЕН УМЕТЬ:

выполнять индивидуально специально подобранные физические упражнения для поднятия и укрепления функциональных возможностей организма и развития специальных физических качеств - быстроты, выносливости, ловкости, силы, гибкости;

соблюдать безопасность при выполнении физических упражнений и проведении соревнований;

выполнять индивидуальные тактические действия в нападении и защите;

выполнять технические действия в нападении и защите;

использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни.

работать с книгой спортивной направленности;

8.Используемая литература

- «Повесть о футболе» А. Старостин,
- «Футбол» Б.Я. Цирик, Ю.С. Лукашин,
- Красников А.А. Проблемы общей теории спортивных соревнований.
- Степанова О.А. Оздоровительные технологии в школе. // №1 - 2003, с.57.
- Якиманская, И.С. Личностно-ориентированное обучение. - М.: 1991. - 120 с.
- Кук М. «101 упражнение для юных футболистов: Возраст 12-16 лет/ М. Кук;
- Пер. с англ. Л. Захоревич,- М.: ООО «Издательство АСТ», 2003
- Интернет сайты:
- <http://festival.1september> Фестиваль педагогических идей
- veselajashkola Весёлая школа
- fizkultura-na 5 Физкультура на 5
- Footballtrainer.ru Футбольный тренер
- nsportal.ru Социальная сеть работников образования
- <http://www.ffmo.ru> официальный сайт ФФМО
- www.footballtrainer.ru объединение отечественных тренеров по футболу
- <http://atmrfs.ru/>академия тренерского мастерства
- <http://footballtrainer.ru> уроки футбола
- <http://football-wed.ru> для проекта «Мини-футбол в школу»
- <http://subscribe.ru/archive/sport.soccer.school/201004/30131359.html> Футбольный-Тренер.Ру Мини-футбол в школу