ПРАВИТЕЛЬСТВО САНКТ-ПЕТЕРБУРГА
КОМИТЕТ ПО ОБРАЗОВАНИЮ
Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа № 683 Приморского района Санкт-Петербурга

ПРИНЯТА

Решением педагогического совета
протокол № ___
от « ___» _____ 2013г.

УТВЕРЖДЕНА

Приказ от _____ № ____
Директор ГБОУ школы № 683
Приморского района
Санкт-Петербурга
_____С.А. Дедина

ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА
платной образовательной услуги физкультурно-спортивной направленности «ФУТБОЛ»

Составитель:
Огородников Сергей Иванович

г. Санкт-Петербург
2013 год

Оглавление

I. Пояснительная записка.....3
II. Учебно-тематический план.....4
III. Содержание программы.....4
IV. Список литературы. 5
V. Календарно-тематическое планирование образовательной программы «Футбол».....6

I. Пояснительная записка

Данная программа носит **физкультурно-оздоровительный** характер. Она **актуальна** тем, что не входит в комплексную программу школьного планирования, позволяет последовательно решать задачи физического воспитания учащихся на протяжении трех лет обучения футболу, формируя у учащихся целостное представление о физической культуре, ее возможностях в повышении работоспособности и улучшении состояния здоровья, а главное – воспитывая личность, способную к самостоятельной, творческой деятельности. Своеобразие настоящей программы заключается в том, что она создана на основе курса обучения игре в футбол.

Педагогическая целесообразность. Технические приемы, тактические действия и собственно игра в футбол заключают в себе большие возможности для формирования жизненно важных двигательных навыков и развития физических способностей детей. Исследователи игровой деятельности подчеркивают ее уникальные возможности не только для физического, но и нравственного воспитания детей, особенно для развития познавательных интересов, выработки воли и характера, формирования умения ориентироваться в окружающей действительности, воспитания чувства коллективизма. Игровой процесс обеспечивает развитие образовательного потенциала личности, ее индивидуальности, творческого отношения к деятельности.

Программа рассчитана на детей **7-11 лет**.

Формы и режим занятия: занятия проводятся в группах 12-16 человек 2 раза в неделю по 1 часу. В год – **56 часа.**

Цель программы: укрепление здоровья, содействие гармоническому физическому развитию мальчиков, выработка устойчивости к неблагоприятным условиям внешней среды.

Задачами программы являются:

Развивающие

- овладение школой движений;
- формирование элементарных представленийо личной гигиене, режиме дня, влияние физических упражнений на состояние здоровья, работоспособность и развитие двигательных способностей;
- развитие координационных и кондиционных способностей;
- содействие развитию психических процессов (представления, памяти, мышления) в ходе двигательной деятельности.

воспитательные

- воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, честности, отзывчивости, смелости во время выполнения физических упражнений,
- воспитание мужских качеств: терпения, настойчивости, упорства в достижении цели,
- приобщение к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижными играми, использование их в свободное время на основе формирования интересов к определенным видам двигательной активности и выявление предрасположенности к тем или иным видам спорта.

II. Учебно-тематический план

№ п/п	Наименование разделов программы	Всего часов	Формы контроля
1	Введение. Основы умений.	4	
2	Общая физическая подготовка.	12	Соревнования
3	Специальная подготовка футболистов.	20	Соревнования
4	Закрепление пройденного (навыков игры в футбол).	20	Соревнования

III. Содержание программы

1. **Введение. Основы умений– 4 часов.**
   Инструктаж по ТБ.

1. Правила игры «футбол».
2. Реакция организма на различные физические нагрузки.
3. Двигательные качества человека и их развитие.
4. Самосовершенствование в целях повышения уровня двигательной и технической подготовленности.
5. Отношение к своим товарищам по группе, команде при проявлении ими негативного поведения. Что такое дисциплина?
6. Что такое физкультурно-спортивная этика?

2. **Общая физическая подготовка – 12 часов.**
   Комплексы специальных упражнений футболистов.

3. Специальная подготовка футболистов – 20 часов.

Ведение мяча:
- Ведение мяча внешней частью подъема
- Ведение мяча внутренней частью подъема
- Ведение мяча серединой подъема

Удары по мячу:
- Удар внутренней частью стопы
- Удар внутренней частью подъема
- Удар серединой подъема
- Удар внешней стороной подъема
- Удар носком
- Удар пяткой
- Удар с полулета
- Удар с поворотом
- Удар серединой лба
- Удар серединой лба в прыжке

Остановки мяча:
- Остановка мяча подошвой
- Остановка мяча внутренней стороной стопы
- Остановка мяча бедром
- Остановка мяча грудью

4. Закрепление пройденного материала – 20 часов.
- Двусторонняя игра. Тактические действия нападающего
- Тактические действия защитника
- Тактические действия вратаря
- Участие в соревнованиях по футболу
- Первенство района

IV. Список литературы.

Используемой педагогом:

1. Кожухов В.А. «Спортивные игры. Футбол. Часть 1.», Одесса, 1994.
2. Кожухов В.А. «Спортивные игры. Футбол. Часть 2.», Одесса, 1994.
3. Ковалев А.Б. «Российский и мировой футбол-2008 (№1)», СПб, 2008.
4. Ковалев А.Б. «Российский и мировой футбол-2009 (№2)», СПб, 2009.
5. СПбГАФК им. Лесгафта П.Ф. /Алексеев А.А., Воронцова Л.М. Библиографический указатель. «Футбол», СПб, 2001.

Список литературы, рекомендуемый детям:

1. Алексеев А.А., Поликарпова Г.М. «История футбола. Вопросы и ответы.» СПб, 2006.
2. Книга рекордов Гиннеса, 2009.
3. Книга рекордов Гиннеса, 2010.

V. Календарно-тематическое планирование образовательной программы «Футбол»

	Раздел, темы	Кол – во часов	Дата
	Введение. Основы умений	**4**	
1.	Введение. ТБ на занятиях футболом на улице и в зале. Основы знаний. Правила игры «футбол»	1	1.10.13
2.	Реакция организма на различные физические нагрузки.	1	3.10.13
3.	Двигательные качества человека и их развитие	1	8.10.13
4.	Что такое физкультурно-спортивная этика?	1	10.10.13
	Общая физическая подготовка ***Комплексы специальных упражнений футболистов:***	12	
5	Комплекс прыжковых упражнений	1	15.10.13
6	Комплекс прыжковых упражнений	1	17.10.13
7	Комплекс прыжковых упражнений	1	22.10.13
8	Комплекс упражнений для развития скоростных качеств.	1	24.10.13
9	Комплекс упражнений для развития скоростных качеств.	1	29.10.13
10	Комплекс упражнений для развития скоростных качеств.	1	31.10.13
11	Комплекс упражнений для развития координации.	1	12.11.13
12	Комплекс упражнений для развития координации.	1	14.11.13
13	Комплекс упражнений для укрепления связок и костей стопы	1	19.11.13
14	Комплекс упражнений для укрепления связок и костей стопы	1	21.11.13
15	Комплекс упражнений для развития мышц живота и спины	1	26.11.13
16	Комплекс упражнений для развития мышц живота и спины	1	28.11.13
Специальная подготовка футболистов		20	
17	Ведение мяча внешней частью подъема	1	3.12.13
18	Ведение мяча внешней частью подъема	1	5.12.13
19	Ведение мяча внутренней частью подъема	1	10.12.13
20	Ведение мяча внутренней частью подъема	1	12.12.13
21	Ведение мяча серединой подъема	1	17.12.13
22	Ведение мяча серединой подъема	1	19.12.13

23	Удар внутренней частью стопы	1	24.12.13
24	Удар внутренней частью стопы	1	26.12.13
25	Удар внутренней частью подъема	1	14.01.14
26	Удар внутренней частью подъема	1	16.01.14
27	Удар серединой подъема	1	21.01.14
28	Удар серединой подъема	1	23.01.14
29	Удар внешней стороной подъема	1	28.01.14
30	Удар внешней стороной подъема	1	30.01.14
31	Удар носком	1	4.02.14
32	Удар носком	1	6.02.14
33	Удар пяткой	1	11.02.14
34	Удар с полулета	1	13.02.14
35	Удар с поворотом	1	18.02.14
36	Удар серединой лба	1	20.02.14
	Закрепление пройденного материала	**20**	
37	Двусторонняя игра.	1	25.02.14
38	Двусторонняя игра.	1	27.02.14
39	Двусторонняя игра.	1	4.03.14
40	Двусторонняя игра.	1	6.03.14
41	Двусторонняя игра.	1	11.03.14
42	Двусторонняя игра.	1	13.03.14
43	Двусторонняя игра.	1	18.03.14
44	Двусторонняя игра.	1	20.04.14
45	Двусторонняя игра.	1	25.03.14
46	Двусторонняя игра.	1	27.03.14
47	Двусторонняя игра.	1	1.04.14
48	Тактические действия нападающего	1	3.04.14
49	Тактические действия нападающего	1	8.04.14
50	Тактические действия защитника	1	10.04.14
51	Тактические действия защитника	1	15.04.14
52	Тактические действия вратаря	1	17.04.14
53	Участие в соревнованиях по футболу. Первенство района	1	22.04.14
54	Участие в соревнованиях по футболу. Первенство района	1	24.04.14
55	Участие в соревнованиях по футболу. Первенство района	1	26.04.14
56	Участие в соревнованиях по футболу. Первенство района	1	29.04.14