

Описание программы

«Дополнительная общеобразовательная программа спортивной направленности по футболу»

Возраст обучающихся: 9-18 лет

Срок реализации: 2 года

Учебные группы: спортивно-оздоровительные

Форма занятий: групповая

Начало занятий 1 октября, окончание занятий 31 мая.

Занятия проводятся 3 раза в неделю по 2 часа 34 недели, далее программный материал даётся для самостоятельной работы в период каникул, либо осваивается в условиях летнего спортивно-оздоровительного лагеря.

Учебный план:

группы	максимальное количество часов в неделю	максимальное количество часов в год
спортивно-оздоровительные	6	204

Цели программы:

- создание условий для развития физических качеств средствами спортивной игры футбол, для самореализации, социальной адаптации и оздоровления.

Задачи:

- укрепление здоровья;
- формирование у обучающихся интереса к футболу и спорту в целом;
- развитие двигательных качеств и физических способностей;
- формирование базовых умей и навыков в избранном виде спорта;
- определение игровых наклонностей футболистов (желание выполнять функцию вратаря, защитника, нападающего)

Программа включает в себя теоретическую и практическую подготовку.

Практическая подготовка состоит из следующих разделов:

- общая физическая подготовка
- специальная физическая подготовка
- техническая подготовка
- тактическая подготовка
- игровая подготовка
- участие в массовых соревнованиях
- сдача контрольных нормативов

Ожидаемые результаты

- сохранность контингента обучающихся;
- привитие стойкого интереса к занятиям футболом и потребности в ЗОЖ;
- овладение основным арсеналом технических приемов игры в футбол;
- выполнение контрольных нормативов