# Аннотация к дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе по виду спорта «Футбол»

Дополнительная общеобразовательная программа по виду спорта – Футбол (далее программа) разработана на основе:

1. Федерального закона от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
2. Приказа министерства спорта Российской Федерации № 939 от 15.09.2018 г. « Об утверждении федеральных государственных требований к минимуму содержания, структуре, условиям реализации дополнительных предпрофессиональных программ в области физической культуры и спорта и к срокам их обучения по этим программам»;
3. Приказа Министерства Просвещения Российской Федерации от 09.11.2018г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
4. На основе примерных программ спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва.

**Актуальность программы:** Футбол - спортивная командная игра.

В результате занятий футболом укрепляется опорно-двигательный аппарат, укрепляются мышцы, улучшается работа кровеносной и дыхательной систем. Развивается ловкость, координация, быстрота реакции, игровое мышление, повышаются скоростно - силовые характеристики и выносливость, укрепляются морально-волевые качества игрока.

**Направленность программы:** физкультурно-спортивная

**Цели и задачи программы**

**Цель программы**: выявление, развитие и поддержка спортивно одаренных, талантливых обучающихся, их профессиональная ориентация, создание и обеспечение необходимых условий для личностного развития средствами футбола.

# Задачи:

***обучающие:***

- формировать знания в области физической культуры и спорта, футбола в частности;

- расширить кругозор обучающихся, глубоко изучить историю развития футбола в мире, в России и регионе;

- формировать знания по основам физиологии мышечной деятельности, анатомии, личной гигиене, режиме дня юного спортсмена;

- обучить техническим элементам и правилам игры в футбол;

- обучить игровым тактическим действиям;

- обучить приёмам и методам контроля физической нагрузки при самостоятельных занятиях;

- изучить системы организации и проведения официальных соревнований по футболу в стране, в мире;

- обучить методике судейства игр по упрощенным правилам, оформлению соответствующей документации;

- обучить основам организации и проведения досуговой деятельности с использованием средств футбола;

***развивающие:***

- развить тактические навыки и умения вести игру;

- развить физические качества;

- развить стойкую мотивацию к регулярным занятиям спортом и, в частности, футболом;

- развивать специальные физические качества необходимые для игры в футбол;

- способствовать укреплению здоровье средствами футбола;

- расширить функциональные возможности организма;

- привить навыки здорового образа жизни;

- развивать личностные качества игроков, единство командного духа;

- формировать культуру болельщика, фаната футбола;

***воспитательны*е:**

- формировать организаторские навыки и умения действовать в коллективе;

- воспитать чувство ответственности, трудолюбия, дисциплинированности;

- воспитывать патриотические чувства, любовь к отчизне, гордость за доблестные спортивные достижения российских спортсменов;

- профессионально ориентировать обучающихся на дальнейшую деятельность в области физической культуры и спорта;

- воспитать привычку к самостоятельным занятиям избранным видом физкультурно-спортивной деятельности в свободное от учебы время;

- формировать потребность к ведению здорового образа жизни.

# Режим занятий.

Занятия проводятся согласно утвержденного расписания образовательной организации, в которой реализуется данная программа.

Расписание формируется к началу учебного года. В течении учебного года возможны изменения расписания, но не реже одного, двух раз в год.

Организация образовательной деятельности осуществляется в соответствии с СанПиН 2.4.4.3172-14 гл. VIII и требованиями данной программы.

|  |  |
| --- | --- |
| **Показатель учебной** **нагрузки** | **Уровни сложности программы ( 42 недели)** |
| Углубленный уровень |
|  |
| Годы обучения | 5-й | 6-й | 7-й | 8-й | 9-й | 10-й |
| Срок обучения | 1год  | 2 год | 3 год | 4 год | 5год | 6 год |
| Возраст  | от 12до18 лет |
| Число обучающихся в группе | 12-20 чел | 12-20 чел | 8-15 чел |
| Количество часов в неделю | 8 ч/нед | 10ч/нед | 10ч/нед | 12ч/нед | 12 ч/нед |
| Общее количество часов в год | 336ч | 420 | 420ч | 504ч | 504ч |
| Количество занятий в неделю | 4 | 5 | 5 | 4 | 5 |
| Общее количество занятий в год | 168 | 210 | 210 | 168 | 210 |

Режим занятий устанавливается в начале учебного года (сентябрь текущего года), по возможности до конца учебного года не меняется.

Количество учебных недель устанавливается распорядительным актом по образовательной организации. Возможно обучение 36 учебных недель и 42 учебных недели.

**Ожидаемые результаты**

# По окончании первого года освоения программы обучающиеся будут

***знать:***

*-* об основах физической культуры и спорта, истории развития футбола в мире, в России, регионе;

- знать терминологию, размеры поля, название основных линий разметки, технические требования к оборудованию и инвентарю;

- о самостоятельном развитии физических качеств, правилах и методах их тестирования;

- базовые основы здорового образа жизни, личной и общественной гигиены, причины травматизма при занятиях футболом и правила его предупреждения;

- правила соревнований по футболу;

- о месте футбола в Олимпийской системе, выдающихся отечественных футболистах, истории развития футбольных клубов;

- о видах соревнованиях, проводимых для детей и юношества в нашей стране;

- о современном состояние футбола в мире и у нас в стране, о ведущих футбольных организациях в мире, стране, регионе;

***уметь:***

- организовать самостоятельные, а также с группой товарищей занятия футболом;

- организовывать и проводить соревнования футболу в классе, во дворе, в оздоровительном лагере и др.;

- выполнять требования по общей физической подготовке в соответствии с возрастом;

- выполнять требования по специальной физической подготовке в соответствии с возрастом;

- выполнять игровые технические элементы и упражнения, подвижные игры и эстафеты с элементами футбола;

- владеть техническими и тактическими приемами футбола по возрасту;

- играть в футбол с соблюдением основных правил.

# По окончании второго года освоения программы обучающиеся будут

***знать*:**

- методику выполнения технических элементов, командных связок и игровых комбинаций;

- о профилактике и коррекции основных отклонений у детей и подростков, плоскостопие, нарушение осанки;

- методы организации школьных соревнований по футболу;

- характеристику технических приемов и способы владения мячом;

- понятия о стратегии, системе, тактике и стиле игры;

- взаимосвязь технической, тактической и физической подготовки футболистов;

-значение всесторонней физической подготовки для укрепления здоровья, повышения функциональных возможностей органов и систем;

- методы и средства восстановления работоспособности организма после различных, по объему и интенсивности тренировочных нагрузок;

- о вредном влиянии употребления алкоголя и табака – курения на здоровье и работоспособность спортсмена;

- показатели и простейшие способы оценки тренированности;

- о внешних признаках утомления;

- о главных футбольных организациях в стране и мире Российский футбольный союз, ФИФА, УЕФА.

***Уметь*:**

- демонстрировать приемы техники владения мячом;

- показывать индивидуальную, групповую и командную тактику игры футбол;

- проявлять культуру поведения болельщика во время игр по футболу различного ранга в качестве зрителя;

- демонстрировать технику и тактику нападения и обороны в игре;

- проявлять навыки футбольных амплуа – защитника, нападающего (центральный, левый, правый), вратаря;

- выполнять требования по общей, специальной и технико-тактической подготовке согласно возрастным категориям;

- участвовать в соревнованиях по футболу различного уровня;

- проводить анализ игры своей команды и действий игры соперников;

- демонстрировать устойчивую психику и положительные черты характера во время игры по отношению к сопернику, тренеру, судьям и другим участникам соревнований.

**Формы текущего контроля** – выполнение упражнений по ОФП и СФП (зачет/незачет)

**Формы итоговой аттестации** - сдача контрольных испытаний, собеседования по теоретической подготовке.