

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА «ФУТБОЛ»

Слабая физическая подготовка не позволяет им сдавать учебные нормативы по физической культуре в школе. Поэтому одной из важнейших задач, стоящих перед учителем физической культуры является привлечение как можно большего числа школьников к систематическим занятиям в различных секциях для повышения уровня физической подготовленности.

Футбол – одна из любимых спортивных игр школьников. Вместе с тем он является для педагога средством воспитания, так как предполагает общность интересов детей, взаимовыручку, физическую закалку, интеллектуальную и деловую активность, реальную возможность самоутверждения, преодоление трудностей, что приводит к снятию внутреннего напряжения, тревоги, уменьшению агрессивности.

Во время проведения игры и соревнований учатся организовывать свой досуг, развивают смекалку и находчивость. Занятость футболом отвлекает их от пагубных привычек (курение, алкоголь, наркомания) и криминальных группировок. Помогает сплотить разновозрастные группы в единый коллектив, выработать такие необходимые в дальнейшей жизни качества, как сплочённость, взаимопонимание, взаимовыручка, помощь слабому, умение ориентироваться в различных экстремальных условиях.

Программа «Футбол» - физкультурно-спортивная направленность

Адресат программы: 12-16 лет

Объем программы: 68 часов

Срок реализации программы: 1 год

Режим занятий: Базовый (ознакомительный) уровень: 2 раза в неделю по 1 часу

Формы организации программы:

Формы обучения – очная.

Виды занятий –

Практические занятия в зале, на спортивной площадке, в парке;

Кроссовая подготовка

Силовая подготовка

Тренировочные межкомандные и районные соревнования;

Подвижные игры;

Эстафеты.