

Коммунальное государственное учреждение
«Общеобразовательная школа № 2 п. Алексеевка
отдела образования по Зерендинскому району
управления образования Акмолинской области»

КАЛЕНДАРНО – ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

Секция

«ФУТЗАЛ»

Учитель: Мурадилов Нурсултан Серикович

2022-2023 учебный год

БЕКІТЕМІН:
УТВЕРЖДАЮ:
ИО Директора
Коваленко Т.Н.
«31» 08 2022

КЕЛІСЕМІН:
СОГЛАСОВАНО:
Оку ісінің меңгерушісі
зам.директора УВР
Коваленко Т.Н.
«31» 08 2022

ӘБ ОТЫРЫСЫНДА
ҚАРАЛДЫ:
РАССМОТРЕНО
НА ЗАСЕДАНИИ МО
Хаттама № 21/04
Протокол № 7
«8» 08 2022

Тақырыптық күнтізбе жоспары

Календарно-тематический план работы

секции по футболу

для учащихся 5 – 11 классов

КГУ «ОШ № 2 п.Алексеевка»

При нагрузке 2-часа в неделю

Руководитель секции – Мурадилов Н.С.

Рабочая программа спортивной секции по футболу

Пояснительная записка

Рабочая программа по футболу предназначена для спортивной секции по футболу. Данная программа является программой дополнительного образования, предназначенной для внеурочной формы дополнительных занятий по физическому воспитанию.

Цели и задачи

Игра в футбол (мини-футбол) направлена на всестороннее физическое развитие и способствует совершенствованию многих необходимых в жизни двигательных и морально-волевых качеств.

Цель программы – углубленное изучение спортивной игры футбол (мини-футбол).

Основными задачами программы являются:

- укрепления здоровья;
- содействие правильному физическому развитию;
- приобретение необходимых теоретических знаний;
- овладение основными приёмами техники и тактики игры;
- воспитание воли, смелости, настойчивости, дисциплинированности, коллективизма, чувства дружбы;
- привитие ученикам организаторских навыков;
- повышение специальной, физической, тактической подготовки школьников по футболу (мини-футбол);
- подготовка учащихся к соревнованиям по футболу (мини-футбол).

Содержание рабочей программы

Материал даётся в трёх разделах: основы знаний; общая и специально физическая подготовка; техника и тактика игры.

В разделе «Основы знаний» представлен материал по истории футбола (мини-футбол), правила соревнований.

В разделе «Общая и специально физическая подготовка» даны упражнения, которые способствуют формированию общей культуры движений, подготавливают организм к физической деятельности, развивают определённые двигательные качества.

В разделе «Техника и тактика игры» представлен материал, способствующий обучению техническими и тактическими приёмами игры.

В конце обучения по программе учащиеся должны знать правила игры и применять участие в соревнованиях.

Содержание самостоятельной работы включает в себя выполнение комплексов упражнений для повышения общей и специальной физической подготовки.

Методы и формы обучения

Большие возможности для учебно-воспитательной работы заложены в принципе совместной деятельности учителя и ученика. Занятия необходимо строить так, чтобы учащиеся сами находили нужное решение, опираясь на свой опыт. Полученные знания и умения. Занятия по технической, тактической, общефизической подготовке проводятся в режиме учебно-тренировочных по 1 часу в неделю.

Теория проходит в процессе учебно-тренировочных занятий, где подробно разбирается содержание правил игры, игровые ситуации, жесты судей.

Для повышения интереса занимающихся к занятиям по футболу (мини-футбол) и более успешного решения образовательных, воспитательных и оздоровительных задач применяются разнообразные формы и методы проведения этих занятий.

Словесные методы: создают у учащихся предварительные представления об изучаемом движении. Для этой цели используются: объяснение, рассказ, замечание, команды, указание.

Наглядные методы: применяются главным образом в виде показа упражнения, наглядных пособий, видеofilmов. Эти методы помогают создать у учеников конкретные представления об изучаемых действиях.

Практические методы:

- методы упражнений;
- игровой;
- соревновательный;
- круговой тренировки.

Главным из них является метод упражнений, который предусматривает многократное повторение упражнений. Разучивание упражнений осуществляется двумя методами:

- в целом;
- по частям.

Игровой и соревновательный методы применяются после того, как у учащихся образовались некоторые навыки игры.

Метод круговое тренировки предусматривает выполнение заданий на специально подготовленных местах (станциях). Упражнения выполняются с учётом технических и физических способностей занимающихся.

Формы обучения: индивидуальная, фронтальная, групповая, поточная.

Годовой план-график

| Темы | Всего часов |
|--------------------------------------|-------------|
| 1. Общая физическая подготовка | 8 |
| 2. Специальная физическая подготовка | 4 |
| 3. Техническая подготовка | 8 |
| 4. Тактическая подготовка | 4 |
| 5. Теоретическая подготовка | 4 |
| 6. Учебные и тренировочные игры | 28 |
| 7. Участие в соревнованиях | 16 |
| Общее-количество часов | 72 |

Система формы контроля уровня достижений учащихся

Умения и навыки проверяются во время участия учащихся в кустовых, школьных мероприятиях. Подведение итогов по технической и общефизической подготовке 2 раза в год (декабрь, май), учащиеся выполняют контрольные нормативы.

Нормативы по физической и технической подготовке игры в футбол

| | 14 лет | 15 лет | 16 лет | 17 лет |
|---|--------|--------|--------|--------|
| Бег 30м (сек) | 4,9 | 4,7 | 4,6 | 4,4 |
| Бег 400м (сек) | | 67,0 | 65,0 | 64,0 |
| 6-минутный бег (м) | 1400 | 1500 | | |
| Прыжок в длину с/м (см) | 180 | 200 | 220 | 225 |
| Бег 30м с ведением мяча (сек) | 6,0 | 5,8 | 5,4 | 5,2 |
| Бег 5х30м с ведением мяча (сек) | | 30,0 | 28,0 | 27,0 |
| Удар по мячу на дальность – сумма ударов правой и левой ногой (м) | 45 | 55 | 65 | 75 |
| Удар по мячу ногой на точность (число попаданий) | 8 | 6 | 7 | 8 |
| Ведение мяча, обводка стоек и удар по воротам (сек) | | 10,0 | 9,5 | 9,0 |
| Жонглирование мячом (кол-во раз) | 12 | 20 | 25 | |
| Удары по мячу ногой с рук на дальность и точность (м) | | 30 | 34 | 38 |
| Доставание повешенного мяча кулаком в прыжке (см) | | 45 | 50 | 55 |
| Бросок мяча на дальность (м) | | 20 | 24 | 26 |

Ожидаемый результат

В конце изучения рабочей программы планируется снижение уровня заболеваемости детей, социальной адаптации учащихся, формирование коммуникативных способностей, то есть умение играть в команде. Формирование здорового образа жизни учащихся, участие в общешкольных, районных и краевых мероприятиях, качественное освоение практических и теоретических навыков игры в футбол (мини-футбол), привитие любви к спортивным играм.

Календарно-тематическое планирование

| № урока | Дата | Тема занятия | Кол ичес тво часо в | Примечания |
|---------|---------------------------------|--|---------------------------------|--|
| 1-4 | 5,8,12,15 сентября | 1-четверть 16 часов Удары по катящемуся мячу внутренней стороной стопы, подъемом. Учебная игра | 4 | Участие в первенстве района по футболу |
| 5-8 | 19,22,26,29 сентября | Удары по катящемуся мячу. Учебная игра | 4 | |
| 9-12 | 3,6,10,13 октября | Остановка катящегося мяча подъемом и подошвой стопы. Учебная игра | 4 | Участие в турнире «Кожаный мяч» |
| 13-16 | 17,20,24,27 октября | Учебная игра | 4 | |
| 17-20 | 7,10,14,17 ноября | 2-четверть 16 часов Остановка мяча грудью, удары по мячу головой. Учебная игра | 4 | Участие в первенстве школы по футболу |
| 21-24 | 21,24,28 ноября 1 декабря | Удары по мячу головой. Учебная игра | 4 | |
| 25-28 | 5,8,12,15 декабря | Обводка на медленной скорости, передача мяча партнеру, ловля низко летящего мяча вратарем. Учебная игра | 4 | Участие в первенстве школы по футболу |
| 29-32 | 19,22,26,29 декабря | Ловля низко летящего мяча вратарем. Учебная игра | 4 | |

| | | 3-четверть 20 часов | | |
|-------|---------------------------------|--|---|--|
| 33-36 | 9,12,16,19 января | Передвижение и прыжки, удары по мячу серединой стопы. Учебная игра | 4 | Участие в первенстве школы по футболу |
| 37-40 | 23,26,30 января 2 февраля | Удары по мячу серединой подъема стопы. Учебная игра | 4 | |
| 41-44 | 6,9,13,16 февраля | Удары по мячу с полукруга внутренней и внешней частью подъема, внутренней и внешней стороной стопы, носком. Учебная игра | 4 | Участие в первенстве района по футболу |
| 45-48 | 20,23,27 февраля 2 марта | Удары по мячу с полукруга внутренней и внешней частью стопы, носком. Учебная игра | 4 | |
| 49-52 | 6,9,13,16 марта | Удары головой – лбом, боковой частью. Учебная игра | 4 | Участие в первенстве школы по футболу |
| 53-56 | 27,30 марта 3,6 апреля | 4-четверть 19 часов Удары головой – лбом, боковой частью. Учебная игра | 4 | |
| 57-61 | 10,13,17,20, 24 апреля | Остановка мяча внутренней и внешней стороной стопы. Учебная игра | 5 | Участие в первенстве школы по футболу |
| 62-65 | 27 апреля 1,4,8 мая | Остановка мяча голенью, головой, грудью. Учебная игра | 4 | |
| 66- | 11,15,18,22 | Финты, тактические | 5 | Участие в |

| | | | |
|-----------|-----------|---|--------------------------------|
| 70 | .25 мая | приемы в нападении – индивидуальные, групповые и командные действия. Учебная игра | «Весеннем кубке по футболу» |
| 71- 72 | 29,29 мая | Индивидуальные, групповые и командные действия. Учебная игра | 2 |