

Аннотация к дополнительной общеобразовательной программе «Подготовка футболиста»

Актуальность программы заключается в укреплении здоровья обучающихся, так как игровая и тренировочная деятельность оказывает комплексное и разностороннее воздействие на организм, развивает основные физические качества: быстроту, ловкость, выносливость, силу, повышает функциональные возможности, формирует различные двигательные навыки. Занятия футболом способствуют физической закалке, повышают сопротивляемость к заболеваниям и усиливают адаптационные возможности организма, при этом воспитываются важные привычки к постоянному соблюдению бытового, трудового, учебного и спортивного режимов. Это во многом способствует формированию здорового образа жизни.

Цель – сформировать умения и навыки для игры в футбол.

Возраст обучающихся, участвующих в реализации Программы: 10 – 15 лет.

Режим занятий: 1 раза в неделю по 1 часу .

Количество учебных часов в год – **34**. Программа рассчитана на год.

Форма занятий: групповая. Наполняемость группы – 15 человек.

В группу зачисляются обучающиеся, желающие заниматься футболом, при наличии справки, разрешающей занятия по данному направлению деятельности.

В ходе реализации данной Программы проводится текущий, промежуточный и итоговый контроль формирования знаний, умений и навыков.

Текущий контроль осуществляется в процессе проведения каждого учебного занятия.

Промежуточный контроль осуществляется во время приема контрольных упражнений, во время проведения тренировочных игр и соревнований.

В конце обучения подводятся итоги, определяется уровень подготовленности юных спортсменов