

Кокшетауский высший колледж «Арна»

УТВЕРЖДАЮ
Директор колледжа
Такенова Д.У.
«31» 08 2022 год

Рабочая учебная программа по факультативу

Футбол

(наименование модуля или дисциплины)

Специальность: 01140500 «Физическая культура и спорт»

Квалификация: 4S01140501 «Учитель физической культуры»

Форма обучения: очная на базе основного среднего образования

Разработчик: Койшыбаев Сағыншы Сейлбекович

Рассмотрена и одобрена на заседании кафедры
Протокол № 1 от «16» 08 2022 г.
Заведующий кафедрой педагогических дисциплин

Мынбаев А.Э.

Цели и задачи рабочей программы

Данная программа направлена на формирование, сохранение и укрепление здоровья обучающихся, в её основу положены культурологический и личностно-ориентированный подходы. Программа внеурочной деятельности по физкультурно-спортивному и оздоровительному направлению «Футбол» носит образовательно-воспитательный характер и направлена на осуществление следующих целей: укрепление здоровья, физического развития и подготовленности; воспитание личностных качеств; освоение и совершенствование жизненно важных двигательных навыков, основ спортивной техники избранного вида спорта.

Цели конкретизированы следующими задачами:

1. Пропаганда здорового образа жизни, укрепление здоровья, содействие гармоническому физическому развитию занимающихся.
2. Популяризация футбола как вида спорта и активного отдыха.
3. Формирование у обучающихся устойчивого интереса к занятиям футболом.
4. Обучение технике и тактике игры в футбол.
5. Развитие физических способностей (силовых, скоростных, скоростно-силовых, координационных, а также выносливости, гибкости).
6. Формирование у обучающихся необходимых теоретических знаний.
7. Воспитание моральных и волевых качеств.

Распределение часов по семестрам

Дисциплина/код и наименование модуля	Всего часов в модуле	В том числе							
		1 курс		2 курс		3 курс		4 курс	
		1 семестр	2 семестр	3 семестр	4 семестр	5 семестр	6 семестр	7 семестр	8 семестр
Волейбол	72			72					
Всего:									
Итого на обучение по модулю	72								

Содержание рабочей учебной программы

№	Разделы/ результаты обучения	Критерии оценки и/или темы занятий	Всего часов	Из них			Самостоятельна я работа студента с педагогом	Самостоятельна я работа студента	Тип занятия
				Теоретичес- кие	Лабораторно- практические	Индивидуаль- ные			
1		Правила по технике безопасности на занятиях История футбола	2		2				Изучение нового материала. Закрепление
2		Передвижения боком, спиной вперёд, ускорение, остановки, повороты, старты из различных исходных положений	2		2				Изучение нового материала. Закрепление
3		Комбинации из освоенных элементов техники передвижений (бег, остановки, повороты, рывки)	2		2				Изучение нового материала. Закрепление
4		Удары по неподвижному и катящемуся мячу внутренней стороной стопы и средней частью подъема	2		2				Изучение нового материала. Закрепление
5		Удары по катящемуся мячу внутренней частью подъема	2		2				Изучение нового материала. Закрепление

6	Удары по неподвижному мячу внешней частью подъема	2		2				Изучение нового материала. Закрепление
7	Удары по катящемуся мячу внешней стороной подъема, носком	2		2				Изучение нового материала. Закрепление
8	Удары по летящему мячу внутренней стороной стопы	2		2				Изучение нового материала. Закрепление
9	Удары по летящему мячу серединой подъема	2		2				Изучение нового материала. Закрепление
10	Удары по летящему мячу серединой лба	2		2				Изучение нового материала. Закрепление
11	Удары по летящему мячу боковой частью лба	2		2				Изучение нового материала. Закрепление
12	Удары по воротам различными способами на точность попадания мячом в цель	2		2				Изучение нового материала. Закрепление
13	Угловой удар. Поддача мяча в штрафную площадь	2		2				Изучение нового материала. Закрепление
14	Остановка катящегося мяча внутренней —	2		2				Изучение нового материала.

	стороной стопы и подшовой							Закрепление
15	Остановка катящегося мяча внешней стороной стопы	2		2				Изучение нового материала. Закрепление
16	Остановка мяча грудью	2		2				Изучение нового материала. Закрепление
17	Остановка летящего мяча внутренней стороной стопы	2		2				Изучение нового материала. Закрепление
18	Правило игры. Игровое занятие.	2		2				Изучение нового материала. Закрепление
19	Ведение мяча внешней и внутренней стороной стопы по прямой, с изменением направления и скорости ведения правой и левой ногой (без сопротивления защитника)	2		2				Изучение нового материала. Закрепление
20	Ведение мяча с пассивным сопротивлением защитника	2		2				Изучение нового материала. Закрепление
21	Ведение мяча с активным сопротивлением защитника	2		2				Изучение нового материала. Закрепление

22		Обводка с помощью обманных движений (финтов)	2		2					Изучение нового материала. Закрепление
23		Правила игры. Игровое занятие.	2		2					Изучение нового материала. Закрепление
24		Выбивание мяча ударом ногой	2		2					Изучение нового материала. Закрепление
25		Развитие специальной ловкости и тренировка управления мячом.	2		2					Изучение нового материала. Закрепление
26		Отбор мяча перехватом	2		2					Изучение нового материала. Закрепление
27		Подвижные игры и эстафеты с элементами футбола. Игровое занятие	2		2					Изучение нового материала. Закрепление
28		Отбор мяча толчком плеча в плечо	2		2					Изучение нового материала. Закрепление
29		Подвижные игры.	2		2					Изучение нового материала. Закрепление
30		Развитие специальной ловкости и тренировка	2		2					Изучение нового материала.

	управления мячом.							Закрепление
31	Общая и специальная физическая подготовка. Игровое занятие.	2		2				Изучение нового материала. Закрепление
32	.Отбор мяча в подкате	2		2				Изучение нового материала. Закрепление
33	.6 Вбрасывание мяча из-за боковой линии с места и с шагом	2		2				Изучение нового материала. Закрепление
34	.Ловля катящегося мяча	2		2				Изучение нового материала. Закрепление
35	Правила по технике безопасности на занятиях спортивных игр.	2		2				Изучение нового материала.
36	Ловля мяча в падении (без фазы полёта)	2		2				Изучение нового материала. Закрепление
	Итого часов	72		72				