Комитет образования и науки администрации г.Новокузнецка

Муниципальное бюджетное учреждение

дополнительного образования

"Детско-юношеская спортивная школа № 3"

## Методическое обеспечение

## дополнительной ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ

## программы

## «Ф У Т Б О Л»



Новокузнецк, 2015Комитет образования и науки администрации г.Новокузнецка

Муниципальное бюджетное учреждение

дополнительного образования

"Детско-юношеская спортивная школа № 3"

 УТВЕРЖДАЮ

 Директор МБУ ДО ДЮСШ № 3

 \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Д.И. Пожаркин

 01.09.2015 г.

## Методическое обеспечение

## дополнительной ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ

## программы

## «Ф У Т Б О Л»

 РАССМОТРЕНО

 Методическим советом

 Протокол № 1 от 28.08.2015 г.

Авторы-составители:

Ежуров И.Р..– тренер-преподаватель

Афонина Л.Е.– методист

Новокузнецк, 2015

## Содержание

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | Пояснительная записка…………………………………………………. |  |
| 1 | Врачебный контроль и самоконтроль в процессе физического воспитания…………………………………………………………………... |  |
| 2 | Методы, средства и формы физической подготовки футболиста….. |  |
| 3 | Техническая и тактическая подготовка футболиста……….................. |  |
| 4 | Учебный материал по технической подготовке обучающихся……… |  |
| 5 | Обманные движения (финты)………………………………………….. |  |
| 6 | Подвижные игры, эстафеты………………………………….................. |  |
| 7 | Восстановительные мероприятия……………………………………… |  |
|  | Литература…………………………………………………….................. |  |

**пояснительная записка**

Представленный методический материал используется в процессе комплексной физической, технико-тактической подготовки обучающихся на определенных этапах программы по футболу и дополняет содержание программы описанием важных тем.

В процессе комплексной подготовки обучающихся используются как общепедагогические приемы, формы и методы, так и характерные для физкультурно-спортивных учреждений, в зависимости от поставленных целей и задач учебно-тренировочного занятия. Тренер также использует в процессе обучения специальную литературу и периодические издания для отработки и совершенствования специальных физических и технико-тактических комплексов упражнений.