**PROGRAM ZAJĘĆ POZALEKCYJNYCH**

**SZKÓŁKA PIŁKARSKA**

**„*WISEŁKA 2013*”**

**NOWY KORCZYN**

****

***Hasło przewodnie:***

***„Wychowanie poprzez sport”***

***oraz***

***„Trenuj z pasją”***

Opracował: mgr Arkadiusz Modzelewski

**Wstęp**

Wychodząc naprzeciw sygnałom mówiącym o zapotrzebowaniu zagospodarowana czasu wolnego dzieci i o ich stanie sprawności fizycznej stworzyliśmy w Nowym Korczynie Szkółkę Piłkarską „Wisełka 2013” Nowy Korczyn pod patronatem: szkół podstawowych z terenu Gminy Nowy Korczyn, KS „Wisła” Nowy Korczyn, LUKS „Wisła” Nowy Korczyn oraz Urzędu Gminy Nowy Korczyn. Zajęcia są skierowane dla dzieci w wieku 6 – 12 lat.

Naszą działalność pragniemy skierować przede wszystkim na wszechstronny rozwój naszych młodych adeptów poprzez zabawę i stopniowe wchodzenie w

tajniki piłkarskiego abecadła.

Posiadamy wieloletnie doświadczenie w pracy z dziećmi. Chcemy monitorować wyniki w nauce, pomagać, motywować i zachęcać dzieci do pracy i nauki. W naszej działalności nie przewidujemy żadnych testów i kryteriów naboru. Każdy uczestnik naszych zajęć będzie mógł odnaleźć swoje pozytywne strony i w nich się realizować. Działania Szkółki nie są nastawione na konieczny wynik sportowy, to dla nas sprawa podrzędna i nie mająca wpływu na program i zakres szkolenia. Do udziału w naszym przedsięwzięciu chcemy zaprosić również dzieci z sąsiednich miejscowości i szkół, gdyż tylko otwarcie się na różne środowiska daje efekty wychowawcze i prawidłowe relacje międzyludzkie, które również pragniemy kształtować wśród młodych ludzi.

Mamy do dyspozycji bardzo dobrą bazę lokalową, którą mamy nadzieję ciągle ulepszać i udoskonalać. W szkoleniu młodych charakterów będzie nas wspierał nas regulamin Naszej Szkółki, czyli zasady postępowania i zachowania, które będą pomagały w wychowaniu dzieci poprzez zdrową rywalizację, integrację, zabawę i wspaniałą atmosferę.

Postaramy się aby adepci naszych zajęć zawsze byli uśmiechnięci, zadowoleni oraz z chęcią wracali na kolejne sesje.



**Głównym celem nadrzędnym działania jest:**

- zaszczepienie w dzieciach zdrowego trybu życia poprzez czynne uprawianie sportu,

- umiejętność pracy w grupie,

- kształtowanie młodego człowieka- sportowca poprzez oddziaływanie na wszechstronny poziom wiedzy i umiejętności,

- samodzielne dokonywanie wyborów i podejmowanie decyzji

- kształtowanie sprawności ogólnej i specjalnej z zakresu piłki

nożnej,

- doskonalenie sprawności kondycyjnej i koordynacyjnej.

- doskonalenie elementów technicznych i taktycznych z zakresu piłki

nożnej,

- wzbogacenie uczniów w wiadomości dotyczące: przepisów gry, sędziowania.

- dążenie do osiągnięcie mistrzostwa sportowego

- przygotowanie do udziału w zawodach sportowych.

**Cel sportowy:**

Drugim ważnym aspektem – celem sportowym jest:

- nauczanie dzieci gry w piłkę nożną,

- anatomia gry,

- technika,

- doskonalenie u dzieci cech motorycznych,

- stosowanie się do zasad fair-play,

- działania wychowawcze,

- możliwość rywalizacji z rówieśnikami, gdzie zawsze stosowana jest zasada – wszyscy równi, wszyscy wygrani.

**Aspekty wychowawcze:**

1. Zapoznanie uczniów z bezpieczeństwem podczas zajęć i zawodów sportowych.

2. Wdrażanie do współdziałania w grupie koleżeńskiej.

3. Wdrażanie do czynnego wypoczynku.

4. Przestrzeganie zasad "fair play" w czasie ćwiczeń i zawodów sportowych.

5. Poszanowanie mienia szkolnego.

6. Pomoc koleżeńska podczas wykonywania ćwiczeń.

7. Samoocena i samokontrola własnej aktywności na zajęciach i podczas zawodów sportowych.

8. Wdrażanie do walki sportowej.

9. Samoocena poprawności wykonywanych zadań.

10. Wdrażanie do samodyscypliny w czasie ćwiczeń.

11. Rozwijanie inwencji twórczej uczniów poprzez prowadzenie przez nich fragmentów zajęć.

**Zadania wspomagające poprzez szkołę:**

- zorganizowanie zajęć pozalekcyjnych z zakresu piłki nożnej

- udostępnienie uczniom sali gimnastycznej, boisk i sprzętu sportowego do ćwiczeń

- propagowanie wśród uczniów czynnego wypoczynku i nawyków zdrowego stylu

życia bez nałogów.

Organizowanie minimum raz w roku turnieju dla dzieci na obiektach gminnych oraz uczestnictwo w turniejach organizowanych przez instytucje z gmin i powiatów ościennych.

**Szkolenie.**

**Etapy szkolenia dzieci:**

1, Etap naboru – dzieci w wieku 6 – 8 lat

2 Etap nauczania podstawowych umiejętności technicznych – dzieci w wieku 8 – 12 lat

***Etap naboru:***

W okresie naboru, który trwa przez cały rok uczestnicy zajęć kształtują predyspozycje

mentalne , osobowe, zdrowotne, motoryczne i specjalistyczne.

Zajęcia odbywają się 2 razy w tygodniu ze szczególnym naciskiem na ogólny rozwój

psycho - fizyczny. Zajęcia prowadzone są w oparciu o plany szkoleniowe na bazie gier i zabaw ogólnorozwojowych wykorzystaniem niezbędnych przyborów. Wprowadzane są najprostsze elementy techniki użytkowej. Bardzo duży nacisk położony jest na współpracę, pomoc koleżeńską, miłą atmosferę w grupie i dobrą zabawę.

***Etap nauczania podstawowych umiejętności technicznych:***

W etapie nauczania podstawowych umiejętności technicznych szkolenie sportowe ukierunkowane zostaje na wszechstronne kształtowanie umiejętności technicznych w piłce nożnej oraz doskonalenie zdolności motorycznych. Wprowadzane są podstawowe zadania z taktyki indywidualnej i zespołowej w obronie i w ataku. Kontynuowany jest proces wychowawczy oraz nawyki zdrowotne i organizacyjne .

Zajęcia odbywają się 2 razy w tygodniu , szkolenie prowadzone jest w oparciu o programy i

plany szkoleniowe.

Uczestnicy zajęć poddawani będą dwa razy w roku testom sprawności ogólnej i ukierunkowanej dobranym odpowiednio dla grupy wiekowej w celu określenia postępów.

**Tematyka podstawowa zajęć** ( tematy poszczególnych zajęć dobierane odpowiednio do zaawansowania grupy ćwiczących)

1. Zabawy i gry kopne –prowadzenia piłki, nauka gry ciałem,

sztafety wahadłowe z piłkami, żonglerka.

1. Doskonalenie gry ciałem, gra uproszczona.
2. Prowadzenie piłki slalomem z omijaniem przeszkód.
3. Uderzenie i przyjęcie piłki wewnętrznym podbiciem

zewnętrzną częścią stopy.

1. Prowadzenie piłki ze zmianą kierunku i ominięciem przeciwnika.
2. Strzały na bramkę z różnych pozycji.
3. Doskonalenie prowadzenia piłki w parach i trójkach zakończone

strzałem na bramkę w formie ścisłej.

1. Przyjęcie piłki różnymi częściami ciała: stopą, udem, klatką

piersiową - strzał na bramkę.

1. Uderzenie piłki głową z wyskoku i z biegu.
2. Dośrodkowania piłek sposobem górnym i dolnym.
3. Rozgrywanie stałych fragmentów gry: rzuty wolne, rzuty rożne.
4. Atak szybki (kontra)
5. Atak pozycyjny.
6. Gra szkolna i właściwa.
7. Nauka i doskonalenie umiejętności taktycznych.
8. Doskonalenie techniki i taktyki w zabawach i

małej grze.

1. Uderzenie i przyjęcie piłki wewnętrznym podbiciem i zewnętrzną częścią stopy.
2. Prowadzenie piłki ze zmianą kierunku i ominięciem przeciwnika.
3. Strzały na bramkę z różnych pozycji.
4. Przyjęcie piłki różnymi częściami ciała: stopą, udem, klatką piersiową -strzał na bramkę.
5. Uderzenie piłki głową z wyskoku i z biegu.
6. Dośrodkowania piłek sposobem górnym i dolnym.
7. Rozgrywanie stałych fragmentów gry: rzuty wolne, rożne.
8. Gra właściwa.
9. Atak szybki (kontra)
10. Doskonalenie gry ciałem, gra uproszczona.
11. Uderzenie i przyjęcie piłki wewnętrznym podbiciem i zewnętrzną częścią stopy.
12. Prowadzenie piłki ze zmianą kierunku i ominięciem przeciwnika.
13. Strzały na bramkę z różnych pozycji.
14. Przyjęcie piłki różnymi częściami ciała: stopą, udem, klatką piersiową -strzał na bramkę.

**Kadra trenerska**

Szkolenie prowadzone będzie wyłącznie przez wykwalifikowaną kadrę trenerów/nauczycieli posiadającą:

-ukończone studia magisterskie wychowania fizycznego,

-posiadający kwalifikacje instruktora bądź trenera piłki nożnej,

-doświadczenie w pracy z młodzieżą.

**Efekty zadania osiągane przez adeptów Szkółki Piłkarskiej „Wisełka”:**

1. Rozwiną swoje cechy motoryczne.
2. Rozwiną i poprawią technikę gry w piłkę nożna.
3. Umieją dbać o swoją sprawność fizyczną.
4. Dbają o higienę i zdrowie osobiste.
5. Dbają o prawidłową postawę ciała.
6. Reprezentuje szkołę w zawodach sportowych.
7. Zna i przestrzega zasady sportowego kibicowania.
8. Zna przepisy gry w piłkę nożną i potrafi sędziować mecze piłki nożnej.
9. Przestrzega zasad fair – play.

***Regulamin zajęć:***

Podczas zajęć obowiązuje strój sportowy.

Dzieci na zajęcia są dowożone/doprowadzane przez opiekunów, a po ich zakończeniu odbierane.

Podczas zajęć nie spożywamy posiłków.

Zajęcia prowadzone są:

- w okresie wiosenno-letnim na obiektach KS Wisła Nowy Korczyn,

- w okresie jesienno-zimowym na Sali gimnastycznej w Szkole Podstawowej w Nowym Korczynie.

***Przykazania młodego sportowca:***

Nigdy nie spóźniam się na zajęcia.

Najważniejsze jest dla mnie dobro całego zespołu.

Szanuję siebie oraz innych uczestników zajęć.

Dbam o zdrowie moje oraz moich kolegów.

Jestem grzeczny i nigdy się nie sprzeczam.

Przestrzegam zasad fair – play, potrafię przegrywać.

Trener Miom przyjacielem i zawsze pomoże.

Uważnie słucham rad i uwag trenera.

Szanuję sprzęt i sprzątam po sobie.

***Kodeks rodzica:***

Uczy swoje dzieci punktualności.

Zawsze zachęcaj swoje dziecko do gry zgodnej z zasadami fair – play.

Oklaskuj zawsze zespół swojego dziecka na równi z zespołem przeciwnika.

Nie krytykuj publicznie sędziowania.

Uznawaj wartość i autorytet trenera/ów.

Daj przykład swojemu dziecku odnosząc się przyjaźnie do rodziców przeciwnika.

Chwal i popieraj wysiłek fizyczny oraz pochwal.

Dzieci uprawiają sport dla zabawy.



*Ze sportowym pozdrowieniem:*

*Arkadiusz Modzelewski*