

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение "Средняя
общеобразовательная школа № 25 с углубленным изучением отдельных предметов"
(МАОУ СОШ № 25)

УТВЕРЖДЕНА
приказом директора
от 27 августа 2020 г. № 47/2

Дополнительная общеобразовательная программа –
общеразвивающая программа «Футбол»
(для детей 6-10 лет) на 1 год обучения

Составитель:
Братцева Ирина Дмитриевна,
педагог дополнительного образования

г. Верхняя Пышма
2020 год

Оглавление

Раздел № 1 «Комплекс основных характеристик программы»	2
1.1. Пояснительная записка	2
1.2. Нормативно-правовая база	2
1.3. Целевой раздел дополнительной общеобразовательной программы - общеразвивающей программ «Футбол».....	2
1.4. Содержание программы, общая характеристика, объем	3
1.5. Планируемые результаты освоения обучающимися дополнительной общеобразовательной программы	8
Раздел № 2. «Комплекс организационно-педагогических условий»	8
2.1. Учебный план	8
2.2. Календарный учебный график	9
2.3. Система оценки достижения планируемых результатов освоения программы	9
2.4. Условия реализации программы	10

Раздел № 1 «Комплекс основных характеристик программы»

1.1. Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Футбол» составлена в соответствии с нормативными документами:

1. Федеральный Закон № 273-ФЗ от 29.12.2012 «Об образовании в Российской Федерации».

2. Концепция развития дополнительного образования детей (Распоряжение Правительства Российской Федерации от 04.09. 2014 № 1726-р).

3. «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей», Пост № 41 об утв. СанПиН 2.4.4.3172-14 от 04.07.2014

4. Приказ Министерства Просвещения Российской Федерации (Минпросвещения России) от 09.11.2018 № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

5. Письмо Министерства образования и науки РФ от 18 ноября 2015г. № 09-3242. «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)».

Направленность программы – физкультурно-спортивная.

Актуальность программы в том, что она предназначена для современных детей, ведущих малоподвижный образ жизни, формирует позитивную психологию общения и коллективного взаимодействия, а также обеспечивает физическое, психическое и нравственное здоровье школьников. Занятия в спортивной секции способствуют повышению самооценки. Тренируясь в неформальной обстановке, ребёнок более раскрепощается, что раскрывает его скрытые возможности по формированию логического мышления.

Педагогическая целесообразность. Отличительной особенностью данной программы является то, что она создана на основе курса обучения правилам игры в футбол. Технические приемы, тактические действия и игра таят в себе большие возможности для формирования жизненно важных двигательных навыков и развития физических способностей детей. Исследователи игровой деятельности подчеркивают ее уникальные возможности не только для физического развития, но и нравственного воспитания детей, особенно для развития познавательных интересов.

Особенность данной дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы опирается на воспитательную деятельность, направленную на развитие интеллекта спортсмена, его морально-волевых и нравственных качеств.

1.2. Целевой раздел программы

Цель программы: развитие физических способностей обучающихся, путем углублённого изучения спортивной игры футбол.

Задачи программы:

Образовательные:

- формирование культуры движений, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей и корригирующей направленностью, техническими действиями и приемами в футболе;

- освоение знаний о футболе, его истории и о современном развитии, роли в формировании здорового образа жизни;

- обучение навыкам и умениям в данной деятельности, самостоятельной организации занятий физическими упражнениями;

- овладение техникой передвижений, остановок, поворотов и стоек;
- освоение ударов по мячу и остановок мяча;
- овладение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей;
- освоение техники ведения мяча;
- освоение техники ударов по воротам;
- закрепление техники владения мячом и развитие координационных способностей;
- освоение тактики игры.

Развивающие:

- укрепление здоровья, развитие основных физических качеств и повышение функциональных способностей;
- развитие выносливости;
- развитие скоростных и скоростно-силовых способностей.

Воспитательные:

- воспитание положительных качеств личности, соблюдение норм коллективного взаимодействия и сотрудничества в соревновательной деятельности;
- воспитание чувства товарищества, чувства личной ответственности;
- воспитание нравственных качеств по отношению к окружающим;
- приобщить воспитанников к здоровому образу жизни и гармонии тела.

1.3.Содержание программы, общая характеристика, объем

Объём освоения программы: Учебный материал программы рассчитан на 1 год обучения. 148 часов в год, из расчета 2 раза в неделю по 2 часа. Продолжительность академического часа - 40 минут.

Уровень освоения программы: базовый.

Адресат программы: обучающихся 6-10 лет.

Количество занимающихся в группе: от 15 человек.

Набор в секцию - свободный. На этап начальной подготовки зачисляются обучающиеся, желающие заниматься спортом и имеющие разрешение врача.

Основной формой занятий является тренировка.

Тренировка – групповая, подгрупповая, индивидуальная. Руководитель секции, подбирая материал для занятий, должен наряду с новым обязательно включать в занятия упражнения, приемы техники и тактики игры из ранее усвоенного материала для его закрепления и совершенствования.

Программа предусматривает индивидуальную работу с наиболее способными детьми, а также индивидуальную отработку отдельных элементов с отстающими.

Теоретические занятия включают в себя:

- Физическая культура и спорт в России.
- Развитие футбола в России.
- Правила гигиены. Закаливание.
- Правила игры в футбол.

Практические занятия включают в себя:

- ОФП.
- Техника игры в футбол.
- Тактика игры в футбол.

Физическая подготовка направлена на развитие физических способностей организма.

Выделяют общую и специальную физическую подготовку.

Общая физическая подготовка предусматривает всестороннее развитие физических способностей; специальная - развитие качеств и функциональных возможностей, специфичных для футбола.

В зависимости от возрастных особенностей в планировании занятий по физической подготовке делают акцент на воспитание определенных физических качеств.

Для эмоциональности занятий рекомендуется широко применять игры, эстафеты и игровые упражнения, включать элементы соревнований.

Методы и формы обучения

Большие возможности для учебно-воспитательной работы заложены в принципе совместной деятельности учителя и ученика. Занятия необходимо строить так, чтобы обучающиеся сами находили нужное решение, опираясь на свой опыт, полученные знания и умения. Занятия по технической, тактической, общефизической подготовке проводятся в режиме учебно-тренировочных занятий по 2 часа 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 - футболу) и более успешного решения образовательных, воспитательных и оздоровительных задач применяются разнообразные формы и методы проведения этих занятий.

Словесные методы: создают у обучающихся 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, видеофильмов. Эти методы помогают создать у учеников конкретные представления об изучаемых действиях.

Практические методы: тренировочные упражнения, выполнение упражнений с помощью партнера, педагога, команды. 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 обучающиеся овладели определенными навыками игры.

Упражнения выполняются с учетом технических и физических способностей занимающихся.

Формы обучения: индивидуальная, фронтальная, групповая, поточная.

Содержание программы

Учебный материал по теоретической подготовке

Тема 1. Развитие футбола в России, за рубежом и его история

Развитие футбола в России. Значение и место футбола в системе физического воспитания. Российские соревнования по футболу: чемпионат и Кубок России. Участие российских футболистов в международных соревнованиях (первенство Европы, мира, Олимпийские игры). Российские и международные юношеские соревнования (чемпионат и Кубок России, «Юность», чемпионаты Европы и мира). Современный футбол и пути его дальнейшего развития. Российский футбольный союз ФИФА, УЕФА, лучшие российские команды, тренеры, игроки.

Тема 2. Общая и специальная физическая подготовка

Техника передвижений, остановок, поворотов и стоек.

- Стойка игрока.
- Перемещения в стойке приставными шагами боком.
- Перемещения в стойке приставными шагами спиной вперед.
- Ускорения, старты из различных положений.
- Комбинации из освоенных элементов техники передвижений (перемещения, остановки, повороты, ускорения).
- Бег «змейкой», «восьмеркой»
- Бег с чередованием передвижения лицом и спиной вперед.

Техника ударов по мячу и остановок мяча.

- Удары по неподвижному и катящему мячу внутренней стороной и средней частью подъема.
- Удары по катящему мячу носком, серединой лба (по летящему мячу).
- Удары по летящему мячу внутренней стороной стопы и средней частью подъема.
- Остановка катящего мяча внутренней стороной стопы и подошвой.
- Остановка мяча грудью.
- Удары по воротам указанными способами на точность (меткость) попадания мячом в цель.
- Передача мяча партнеру.
- Ловля низколетящего мяча вратарем.

Техника ведения мяча.

- Ведение мяча по прямой с изменением направления движения без сопротивления защитника ведущей и неведущей ногой.
- Ведение мяча по прямой с изменением скорости ведения без сопротивления защитника ведущей и неведущей ногой.
- Ведение мяча по прямой с изменением направления движения и скорости ведения с пассивным сопротивлением защитника.
- Ведение мяча по прямой с изменением направления движений и скорости ведения с активным сопротивлением защитника.
- Комбинации из основных элементов: ведение, удар (пас), прием мяча, остановка, удар по воротам.

Техника защитных действий.

- Зонная защита.
- Персональная защита.
- Смешанная защита.
- Тактические действия: взаимодействие игроков в нападении и защите – индивидуальные, групповые и командные действия.
- Вырывание, отбивание, вбрасывание и выбивание мяча.
- Игра вратаря – при ловле низких, полувысоких, высоких мячей.
- Перехват мяча.

Тактика и техника игры.

- Расстановка игроков на поле.
- Тактика свободного нападения.
- Тактические действия линий обороны и атаки:
 - а) индивидуальная тактика игрока;
 - б) коллективные тактические действия;
 - в) выбор места игрока;
 - г) создание численного перевеса при атаке;
 - д) отвлекающие действия игроков.
- Позиционное нападение без изменения позиций игроков.
- Позиционное нападение с изменением позиций игроков.
- Нападение в игровых заданиях 3:1, 3:2, 3:3, 2:1 с атакой и без атаки ворот.
- Игра по упрощенным правилам на площадках разных размеров.
- Игры и игровые задания 2:1, 3:1, 3:2, 3:3.
- Отличительные особенности в тактике от других спортивных игр (волейбол, баскетбол).

Соревнования, правила соревнований.

- Основные правила соревнований по футболу;
- Судейство игр;
- Эстафеты с элементами футбола.

Тема 3. Техническая подготовка

Понятие о спортивной технике. Взаимосвязь технической, тактической, физической подготовки футболистов. Классификация и терминология технических приемов.

Тема 4. Тактическая подготовка

Понятие о стратегии, тактике и стиле игры. Характеристика и анализ тактических вариантов игры. Тактика отдельных игроков (защитников, нападающих).

Тема 5 Морально-волевая и психологическая подготовка

Моральные качества спортсмена: добросовестное отношение к труду, смелость, решительность, настойчивость в достижении цели, умение преодолевать трудности, чувство ответственности перед коллективом, взаимопомощь, организованность.

Учебный материал по практической подготовке

Техническая подготовка.

Техника передвижения. Бег обычный, спиной вперед скрестным и приставным шагом. Бег по прямой, дугами, изменением направления и скорости. Прыжки: вверх, вверх-вперед, вверх-назад, вверх-вправо, вверх-влево, толчком двумя ногами с места и толчком одной и двумя ногами с разбега. Для вратарей – прыжки в сторону с падением «перекатом». Повороты переступанием, прыжком, на опорной ноге, в стороны и назад, на месте и в движении. Остановки во время бега выпадом и прыжком.

Удары по мячу ногой. Удары внутренней стороной стопы, внутренней и средней частью подъема, по неподвижному и катящемуся (навстречу, от игрока, справа или слева) мячу. Удары по прыгающему и летящему мячу внутренней стороной стопы и средней частью подъема. Удары внешней частью подъема. Выполнение ударов после остановки, рывков; ведения, обманных движений, посылая мяч низом и верхом на короткое и среднее расстояние. Удары на точность: в определенную цель на поле, в ворота в ногу партнеру, на ход двигающемуся партнеру.

Удары по мячу головой. Удары серединой лба без прыжка, в прыжке, с места и с разбега, по летящему навстречу мячу. Удары на точность: в определенную цель на поле, в ворота партнеру.

Остановка мяча. Остановка подошвой и внутренней стороной стопы катящего и опускающего мяча – на месте, в движении вперед и назад. Остановка внутренней стороной стопы, бедром и грудью летящего навстречу мяча. Остановки с переводом в стороны, подготавливая мяч для следующих действий и закрывая его туловищем от соперника.

Ведение мяча. Ведение внутренней и внешней частью подъема. Ведение правой и левой ногой по прямой и по кругу, а также меняя направление движения, изменяя скорость, выполняя ускорения и рывки, не теряя контроль над мячом.

Обманные движения (финты). Обманные движения «уход» (при атаке противника спереди умение показать туловищем движение в одну сторону и уйти с мячом в другую). Обманное движение «ударом» по мячу ногой (имитируя удар, уход от соперника вправо и влево). Обманные движения, уход выпадом и перенос ноги через мяч. Финты ударом ногой с убираем мяча под себя и с пропуском мяча партнеру «ударом головой». Обманные движения «остановкой во время ведения с наступанием и без наступания на мяч подошвой», «после передачи мяча партнером с пропуском мяча». Выполнение обманных движений в единоборстве с пассивным и активным сопротивлением.

Тактика игры вратаря: Основная стойка вратаря. Перемещение в воротах без мяча в сторону скрестным, приставным шагом, скачками. Ловля летящего навстречу и несколько в сторону вратаря на высоте груди и живота без прыжка и в прыжке, катящего и низко летящего навстречу и несколько в ворота мяча без падения и с падением. Ловля высоко летящего мяча и в сторону мяча без прыжка и в прыжке с места, на месте. Ловля летящего

в сторону на уровне живота. Груды мяча с падением перекатом. Быстрый подъем с мячом на ноги после падения. Отбивание мяча одной и двумя руками без прыжка и в прыжке; с места и разбега. Бросок мяча ногой: с земли (по неподвижному мячу) и с рук (с воздуха по выпущенному из рук и подброшенному перед собой мячу) на точность.

Отбор мяча. Отбор мяча при единоборстве с соперником ударом и остановкой мяча ногой в широком выпаде (полушпагат и шпагат) и в подкате.

Вбрасывание мяча. Вбрасывание мяча из различных исходных положений с места и после разбега. Вбрасывание мяча на точность и дальность.

Тактическая подготовка.

Тактика нападения.

Индивидуальные действия без мяча. Правильное расположение на футбольном поле. Умение ориентироваться, реагировать соответствующим образом на действие партнеров и соперника. Выбор момента и способа передвижения для «открывания» на свободное место с целью получения мяча.

Индивидуальные действия с мячом. Целесообразное использование изученных способов ударов по мячу. Применение необходимого способа остановок в зависимости от направления, траектории и скорости мяча. Определение игровой ситуации, целесообразной для использования ведения мяча, выбор способа и направления ведения. Применение различных видов обводки (с изменением скорости и направления движения с мячом, изученные финты) в зависимости от игровой ситуации.

Групповые действия: Взаимодействие двух и более игроков. Уметь точно и своевременно выполнить передачу в ноги партнеру, на свободное место, на удар; короткую и среднюю передачи, низом или верхом. Комбинация «игра в стенку». Выполнять простейшие комбинации при стандартных положениях: начале игры, угловом, штрафном и свободном ударах, вбрасывании мяча (не менее одной по каждой группе).

Тактика защиты.

Индивидуальные действия. Правильно выбирать позицию по отношению опекаемого игрока и противодействовать получению им мяча, т.е. осуществлять «закрывание». Выбор момента и способа действия (удар по мячу или остановка) для перехвата мяча. Умение оценить игровую ситуацию и осуществить отбор мяча изученным способом.

Групповые действия. Противодействие комбинаций «стенка». Взаимодействие игроков при розыгрыше противником «стандартных» комбинаций.

Тактика вратаря. Уметь выбрать позицию в воротах при различных ударах в зависимости от «угла удара», разыгрывать удар от своих ворот, ввести мяч в игру (после ловли) открывшемуся партнеру, занимать правильную позицию при угловом, штрафном и свободном ударах вблизи своих ворот

Организационно-воспитательные мероприятия

Инструктаж и соблюдение техники безопасности по правилам поведения в спортивном зале, в раздевалках, на улице, в автобусах. Техника пожарной безопасности и действия в чрезвычайных ситуациях. Общие и родительские собрания. Проведение соревнований «Веселые старты», Новогодних праздников и т.п. Посещение турниров и матчей с участием спортсменов групп спортивного совершенствования.

Инструкторская и судейская практика

Организация и проведение комплекса общеразвивающих упражнений, а также беговых разминочных упражнений. Вспомогательная беседа по основным правилам игры в футбол. Судейская практика в двусторонних играх команд младшей группы.

Участие в соревнованиях

На этапе начальной подготовки предусматривается участие обучающихся в соревнованиях общефизической направленности («Веселые старты», соревнования по кроссу, тематические спортивные праздники) и специализированные соревнования по футболу (первенство школы, первенства СДЮСШОР, города).

Сдача контрольных нормативов

Промежуточная и итоговая аттестация обучающихся предусматривается два раза в год в ноябре и апреле учебного года. Обучающихся аттестуют по дисциплинам:

общая физическая и специальная физическая подготовка;

техническая подготовка.

Сдача нормативов проводится в форме тестирования.

Психологическая подготовка

Психологическая подготовка учащихся состоит из общепсихологической подготовки (круглогодичной), психологической подготовки к соревнованиям и управления нервно-психологическим восстановлением учащихся.

Общая психологическая подготовка предусматривает формирование личности учащегося и межличностных отношений, развитие спортивного интеллекта, специализированных психических функций и психомоторных качеств.

Психологическая подготовка к соревнованиям состоит из двух разделов: общая психологическая подготовка к соревнованиям, которая проводится в течение всего года, и специальная психологическая подготовка к выступлению на конкретных соревнованиях.

В процессе управления нервно-психическим восстановлением снимается нервно-психическое напряжение, восстанавливается психическая работоспособность после тренировок, соревновательных нагрузок, развивается способность к самостоятельному восстановлению.

1.5. Планируемые результаты освоения обучающимися дополнительной общеобразовательной программы

К концу обучения учащиеся:

- получают теоретические сведения о футболе, правилах игры, о влиянии физических упражнений на самочувствие;
- ознакомятся с правилами техники безопасности;
- улучшат общую физическую подготовку;
- освоят упражнения специальной физической подготовки;
- ознакомятся с азами технико-тактической подготовки;
- обучатся игровой ориентации в футболе;
- улучшат общее внимание, дисциплину, почувствуют интерес к регулярным занятиям спортом, приобщатся к здоровому образу жизни;
- будут выполнять ведение мяча;
- будут выполнять передачи мяча партнерам;
- научатся правильному удару по воротам;
- научатся вбрасывать мяч из – за боковой линии;
- будут выполнять отбор мяча;
- научатся выполнять простые элементы обманных движений.

Раздел № 2. «Комплекс организационно-педагогических условий»

2.1. Учебный план

Учебный план секционных занятий по футболу 1 год обучения

Модуль	Общее кол – во часов	Теоретические (час)	Практические (час)
1. Введение	14	14	-
2. ОФП	60	-	60
3. Техническая и	71	2	73

тактическая подготовка			
4. Контрольные испытания	3	-	3
Итого:	148	16	136

2.2 Календарный учебный график.

№	Наименование курса	Начало занятий	Окончание занятий	Каникулы	Кол-во учебных недель (всего)	Промежуточная аттестация
	Футбол	02.09.2020	30.05.2021	31.12.2020-10.01.2021	37	02.09.2020-30.05.2021

2.3. Система оценки достижения планируемых результатов освоения программы

Сдача контрольных и контрольно-переводных нормативов общей, специальной физической, технической подготовленности обучающихся (для групп начальной подготовки).

Викторины по типу: «Веселые старты», «День здоровья».

Контрольные и товарищеские игры.

Первенства школы, города, области.

Прием контрольных нормативов (промежуточная и итоговая аттестация обучающихся) проводится два раза в год: в начале учебного года (октябрь) и в конце учебного года (май).

Ожидаемые результаты и способы их проверки

В области воспитания:

- адаптация ребенка к жизни в социуме, его самореализация;
- развитие коммуникативных качеств;
- формирование морально-волевых качеств.

В области физического воспитания:

- потребность в здоровом и активном образе жизни;
- стремление к физическому совершенствованию;
- стремление к овладению основами техники и тактики игры в баскетбол.

Результаты работы в данной деятельности отслеживаются в наблюдениях за работоспособностью, мотивацией, посещаемостью занятий обучающимися, динамикой роста индивидуальных и групповых показателей физической подготовленности обучающихся.

По окончании учебного года уровень знаний, умений и навыков обучающихся, должен соответствовать требованиям контрольно-переводных нормативов.

Нормативные требования для групп начальной подготовки

ОФП:

№	Контрольные нормативы	Результаты
---	-----------------------	------------

п/п		7 лет	8 лет	9 лет	10 лет
1.	Челночный бег 3x10 м или бег 30 метров с высокого старта (сек)	10,3	10,0	9,3	9,0
2.	Кросс без учета времени (м)	300	300	500	500
3.	Многоскоки (8 прыжков – шагов с ноги на ногу) (м)	8,5	10,5	12,5	12,5
4.	Полоса препятствий (количество баллов)	7	7	9	9
5.	Прыжок в длину с места (см)	130	140	145	150

По технической подготовке:

№ п/п	Контрольные нормативы	Результаты			
		7 лет	8 лет	9 лет	10 лет
1.	Удар по мячу на дальность (м)	18	22	26	28
2.	Комплексное упражнение: ведение 10 м, обводка трех стоек, поставленных на 12- метровом отрезке, с последующим ударом (2,5 x 1,2 м) с расстояния 6 м – из трех попыток (сек).	15	12	9,5	8,5
3.	Бег на 30 м с ведением мяча (сек)	-	-	6,5	6,5

2.4. Условия реализации программы

Для успешной реализации программы школа гарантирует учащимся: соблюдение их прав на образование, охрану здоровья, отдых и досуг; обеспечивает за счет бюджетных средств необходимыми учебными пособиями; предоставляет возможность высказывать свое мнение о качестве образовательного процесса; содействует дополнительному образованию детей; гарантирует физическую подготовленность учащихся; обеспечивает бытовые условия, соответствующие современным нормам.

Для обеспечения вышеперечисленных условий школа располагает соответствующим педагогическим, программно-методическим, материально-техническим и информационным обеспечением.

Для непрерывного профессионального развития педагогических работников имеется план работы с педагогами по повышению квалификации в соответствии с графиком, утвержденным директором школы. Курсы повышения квалификации педагоги проходят не реже одного раза в 3 года.

Материально-техническое обеспечение

- специальный спортивный зал с волейбольной и баскетбольной площадкой с вентиляцией, хорошим освещением, раздевалкой, душем, необходимым температурным режим;

- мячи футбольные (12-15 шт);
- фишки (20-25 шт)
- конусы (10-15 шт)
- футбольные ворота;
- форма для занятий по футболу;
- мячи для других игровых видов спорта (баскетбольные, волейбольные);
- мячи набивные (1 кг, 2 кг, 3 кг);
- гимнастическая стенка «шведская»;
- скакалки;
- гимнастические палки;
- секундомер;

- канат;
- свисток.

Календарно-тематическое планирование

Распределение учебного времени по реализации видов подготовки в процессе занятий по баскетболу для учащихся представлено в примерном учебном плане.

Примерное распределение времени в отдельном занятии по технической, тактической и физической подготовке представлено в таблице. Распределение времени осуществлено с учетом продолжительности секционного занятия 40 минут. Учитель, исходя из целей, условий, возрастных и индивидуальных особенностей занимающихся, потребностей работы секции, может изменять продолжительность занятия и распределение времени.

Первый год обучения

Количество часов: в неделю 4 часа; за год 148 часов

Дата проведения	Тема занятия	Количество часов
03.09.20.	Правила ТБ на занятиях по мини-футболу. Вводное занятие. Правила игры.	2
08.09.20.	Общая и физическая подготовка	2
10.09.20.	Общая и специальная ФП	2
15.09.20.	Физподготовка. Стойки и перемещения. Бег, прыжки по лестницам, футбол, изучение упражнения «контроль мяча».	2
17.09.20.	Физподготовка. Стойки и перемещения. Прыжки по лестницам, футбол, изучение упражнения «контроль мяча».	2
22.09.20.	Физподготовка. . Стойки и перемещения. Прыжки через барьеры. Контроль мяча. Футбол	2
24.09.20.	Физподготовка. Перемещения по площадке. Эстафеты с мячом. Футбол.	2
29.09.20.	Физподготовка. Стойки и перемещения. Барьеры. Контроль мяча. Футбол.	2
01.10.20.	Физподготовка. Контроль и ведение мяча по прямой, через фишки. Футбол.	2
06.10.20.	Контроль и ведение мяча. Футбол.	2
08.10.20.	Контроль и ведение мяча с препятствиями, правой и левой	2

	ногой. Футбол.	
13.10.20.	Контроль мяча. Удары по неподвижному мячу. Футбол.	2
15.10.20.	Ведение и остановка мяча. Прием мяча. Удары по неподвижному мячу. Футбол.	2
20.10.20.	Физподготовка. Движение спиной вперед, повороты, удар по неподвижному мячу.	2
22.10.20.	Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой. Ведение мяча.	2
27.10.20.	Ведение внутренней и внешней стороной стопы. Остановка мяча. Футбол.	2
29.10.20.	Подвижные игры с мячом и без мяча. Развитие координации и внимания.	2
03.11.20.	Удар по движущемуся мячу. Эстафета. Физподготовка. Футбол	2
05.11.20.	Дриблинг. Остановка мяча. Обыгрышь фишек. Футбол	2
10.11.20.	Координационная лесенка. Движение с мячом через фишки. Удары по воротам.	2
12.11.20.	Эстафета на закрепление и совершенствование технических приемов.	2
17.11.20.	Передачи мяча партнерам. Обводка фишек. Удары по воротам. Футбол.	2
19.11.20.	Ведение мяча до центра с последующим ударом по воротам, изучение новых технических приемов.	2
24.11.20.	Обводка с помощью обманных движений, отработка изученных ударов.	2
26.11.20.	Отработка паса щечкой в парах. Футбол.	2
01.12.20.	Игры на закрепление тактических действий, силовые упражнения.	2
03.12.20.	Ведение мяча с активным сопротивлением защитников, удар по неподвижному мячу внутренней	2

	стороной стопы.	
08.12.20.	Изучение индивидуальных тактических действий в защите. Двусторонняя учебная игра.	2
10.12.20.	Развитие координационных способностей. Ведение + удар по воротам, квадрат.	2
15.12.20.	Игры, развивающие физические способности. Бег с остановками и изменением направления.	2
17.12.20.	Игры на внимание. Развитие координационных способностей	2
22.12.20.	Общеразвивающие упражнения по методу круговой тренировки.	2
24.12.20.	Полоса препятствий, удары-по неподвижному мячу, мяч стоит на месте, змейка + удар.	2
29.12.20.	Отработка передач в движении. Футбол	2
12.01.21.	Передача мяча внутренней стороной стопы. Двусторонняя учебная игра.	2
14.01.21.	Дриблинг на фишках. Изучение обманных движений.	2
19.01.21.	Тренировка выносливости, изменение направления движений по сигналу	2
21.01.21.	Удары по воротам из различных положений. Футбол	2
26.01.21.	Передвижения в игре. Игровая тренировка	2
28.01.21.	Игры на развитие ориентации и мышления. Футбол	2
02.02.21.	Розыгрыш аута. Двусторонняя учебная игра.	2
04.02.21.	Эстафеты на закрепление и совершенствование технических приемов	2
09.02.21.	Изучение ложных движений. Футбол.	2
11.02.21.	Изучение ложных движений. Удары по воротам из стандартных	2

	положений, по катящемуся мячу.	
16.02.21.	Закрепление ложных движений. Игры 2 в 1; 2 в 2; 1 в 1.	2
18.02.21.	Изучение технических приемов, прием мяча грудью. Двусторонняя учебная игра.	2
23.02.21.	Остановка мяча различными частями тела: бедром, грудью, животом. Двусторонняя учебная игра.	2
25.02.21.	Комбинации из освоенных элементов техники передвижений + эстафета.	2
02.03.21.	Товарищеская игра	2
04.03.21.	Обучение финтам, салки вокруг столба, бег в квадрате.	2
09.03.21.	Эстафета на закрепление изученных финтов, двусторонняя учебная игра.	2
11.03.21.	Скоростные упражнения + удары по мячу из различных положений.	2
16.03.21.	Изучение техники игры вратаря, точный бросок в цель, теннисбол.	2
18.03.21.	Отбор мяча перехватом в движение, бег с препятствиями.	2
23.03.21.	Ввод мяча вратарем рукой, чеканка мяча, квадрат.	2
25.03.21.	Ведение мяча + удар по воротам. Футбол.	2
30.03.21.	Тактическая подготовка, перебежки, треугольник, три колонны.	2
01.04.21.	Эстафета дриблеров, двусторонняя учебная игра.	2
06.04.21.	Игра на опережение, старты из различных положений.	2
08.04.21.	Общеразвивающие упражнения без предметов, силовая подготовка.	2
13.04.21.	Футбол без ворот, теннисбол, гандбол. Тренировка меткости.	2
15.04.21.	Игры, развивающие физические способности. Бег с остановками и изменением направления.	2
20.04.21.	Развитие координационных способностей. Ведение + удар по	2

	воротам, квадрат. Двусторонняя игра.	
22.04.21.	Прием мяча различными частями тела.	2
27.04.21.	Изучение финтов, применение при сопротивлении защитника.	2
29.04.21.	Удары – с разбега, с места, с подачи партнера, с одного шага.	2
04.05.21.	Товарищеская игра	2
06.05.21.	Отыгрыши мяча различными частями тела.	2
11.05.21.	Дриблинг, передачи мяча.	2
13.05.21.	Игры 1 в 1.	2
18.05.21.	Отработка передач в движении, передача мяча на ход.	2
20.05.21.	Ведение мяча с активным сопротивлением защитников, удар по неподвижному мячу внутренней стороной стопы.	2
25.05.21.	Двусторонняя игра с заданиями.	2
27.05.21.	Сдача нормативов. Двусторонняя учебная игра.	2

Программно-методическое обеспечение

1. Кук, М. 101 упражнение для юных футболистов 12-16 лет/ Малькольм Кук,- М.: Астрель, 2003.
2. Джармен, Д. Футбол для юных: Пер. с англ. (Предисл. Лядина Е.И.)-М.: Физкультура и спорт, 1982.-61с.
3. Товаровский, М.Д. Футбол/М.Д. Товаровский. – М.: Физкультура и спорт, 1948.
4. Андреев, С.Н. Мини-футбол/С.Н. Андреев.- М.: Физкультура и спорт, -111с
5. Бесков Константин на футбольных полях – Физкультура и спорт, 1987
6. Крылов В.П. – Физкультура и спорт, 1971
7. Романенко А.Н., Догатин М.Е. Тренировка футболистов. 2-е изд., перераб. и доп. – К.: Здоровья, 1984
8. <http://footballcoach-11.blogspot.ru/2014/04/6-9.html>
9. <http://www.dokaball.ru/videouroki-i-trenirovki/1180-teoriya-trenirovki-trenirovka-detej-po-futbolu>
10. <http://okafish.ru/football/football.htm>

Информационно-образовательное обеспечение

Взаимодействию всех участников образовательного процесса служит сайт школы, на котором размещается информация для педагогов, обучающихся и родителей.