Приложение
к Основной образовательной программе
дополнительного образования
МАОУ «СОШ № 25»

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение

«Средняя общеобразовательная школа № 25 с углубленным изучением отдельных предметов» (МАОУ «СОШ № 25»)

(наименование образовательной организации)

СОГЛАСОВАНО

педагогическим советом

МАОУ «СОШ № 25»

(протокол от 27.08.2021 № 1)

УТВЕРЖДЕНО

приказом МАОУ «СОШ № 25»

от 27.08.2021 № 52/3-од

Дополнительная общеобразовательная программа-общеразвивающая программа «Футбол»
(для детей 8-11 лет) на 1 год обучения

г. Верхняя Пышма
2021 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 убиранием мяча под себя и с пропусканием мяча партнеру «ударом головой». Обманные движения «остановкой во время ведения с наступанием и без наступания на мяч подошвой», «после передачи мяча партнером с пропусканием 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. Груди 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 9 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 о 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 отношении 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:

- получат 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 тактическая подготовка	71	2	73

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:

№ п/п	**Контрольные нормативы**	Результаты			
		7 лет	8 лет	9 лет	10 лет

1.	Челночный бег 3х10 м или бег 30 метров с высокого старта (сек)	10,3 6,2	10,0 6,0	9,3 5,5	9,0 5,3
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 х 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.