

Департамент образования  
Администрации города Екатеринбурга  
Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение  
средняя общеобразовательная школа № 138

Принята  
на заседании  
Педагогического совета  
МАОУ СОШ № 138  
от «30» августа 2023г.  
Протокол № 1  
Председатель Иван Иващенко С.В.



Утверждаю:  
Директор МАОУ СОШ № 138  
А.А.Каюмова  
от «30» августа 2023г.  
Приказ № 214

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ  
«Физическое развитие: футбол»

Возраст: 2-4 классы  
Срок реализации: 1 год  
Авторы - составители:  
Митрошин А.С.

г. Екатеринбург, 2023г.

## Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Физическое развитие: футбол» для обучающихся 1-5 классов разработана на основе программы В.И. Ляха, А.А. Зданевича и составлена на основании следующих нормативно-правовых документов:

- Федеральный Закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (далее - ФЗ № 273).
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 9 ноября 2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (далее - Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам).
- Санитарные правила СП 2.4.3648 – 20 от 29.09.2020 №28 «Санитарно – эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи», утверждённые Постановлением Главного государственного врача РФ 28.09.2020г. № 28;
- СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утверждённые Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021г. № 2;
- Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 №09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»).
- Письмо Минобрнауки России от 29.03.2016 №ВК-641/09 «О направлении методических рекомендаций» (вместе с «Методическими рекомендациями по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ, способствующих социально-

психологической реабилитации, профессиональному самоопределению детей с ограниченными возможностями здоровья, включая детей-инвалидов, с учетом их особых образовательных потребностей»).

- Приказ Минобрнауки России от 09.01.2014 № 2 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ».
- Концепция развития дополнительного образования детей (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 04.09.2014г. № 1726-р) (далее - Концепция развития дополнительного образования детей).
- Приоритетный проект «Доступное дополнительное образование для детей» (утвержден президиумом Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и приоритетным проектам (протокол от 30.11.2016№11) (далее - Федеральный приоритетный проект).
- Постановление Правительства Свердловской области от 01.08.2019 г. № 461ПП «О региональном модельном центре дополнительного образования детей Свердловской области».
- Постановление Правительства Свердловской области от 06.08.2019 г. № 503ПП «О системе персонифицированного финансирования дополнительного образования детей на территории Свердловской области».
- Приказ Министерства образования и молодежной политики Свердловской области от 30.03.2018 № 162-Д «Об утверждении Концепции развития образования на территории Свердловской области на период до 2035 года».
- Приказ Министерства образования и молодежной политики Свердловской области от 26.06.2019 № 70-Д «Об утверждении

методических рекомендаций «Правила персонифицированного финансирования дополнительного образования детей в Свердловской области».

- Устав МАОУ СОШ № 138.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Физическое развитие: футбол» для обучающихся 1-5 классов направлена на выявление и развитие способностей детей, приобретение ими определенных знаний и умений, ориентирована на развитие компетентности в данной области, формирование навыков на уровне практического применения.

### **Направленность программы.**

Программа имеет **физкультурно-спортивную направленность** и направлена на физическое воспитание личности, приобретение знаний, умений и навыков в области физической культуры и спорта, получение обучающимися начальных знаний о виде спорта футбол, удовлетворение индивидуальных потребностей обучающихся в регулярных тренировочных занятиях, формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья обучающихся, профессиональную ориентацию обучающихся, создание и обеспечение необходимых условий для личностного развития.

### **Новизна программы**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Физическое развитие: футбол» для обучающихся 1-5 классов предусматривает освоение тактических приемов, что позволит обучающимся повысить уровень соревновательной деятельности в футболе.

### **Актуальность программы**

Актуальность программы заключается в популярности игры футбол, в доступности и зрелищности, что делает его прекрасным средством для привлечения к постоянным занятиям физической культурой широких масс обучающихся. По разносторонности воздействия на организм футбол

представляет идеальное средство для развития жизненно необходимых навыков и совершенствования физических качеств. В условиях повышенной учебной нагрузки и дефицита двигательной активности обучающихся важную роль играет эффективная организация физкультурно-оздоровительной работы в школе. Программа актуальна, так как ее реализация восполняет недостаток двигательной активности, имеющийся у детей в связи с высокой учебной нагрузкой, имеет оздоровительный эффект, а также благотворно воздействует на все системы детского организма. Футбол доступен всем, играют в него как в закрытых помещениях, так и на открытых площадках. Несложный инвентарь и простые правила этой увлекательной игры покоряют многих любителей. Развивает двигательную активность, улучшает сердечно-сосудистую и дыхательную системы, способствует укреплению иммунной системы организма.

Очень важно, чтобы ребенок мог после уроков снять физическое и эмоциональное напряжение. Это легко можно достичь в спортивном зале, посредством занятий футболом. Программа направлена на создание условий для развития личности ребенка, развитие мотивации к познанию и творчеству, обеспечение эмоционального благополучия ребенка, профилактику асоциального поведения, целостность процесса психического и физического здоровья детей.

Соревновательный характер игры, самостоятельность тактических индивидуальных и групповых действий, непрерывное изменение обстановки, удача или неуспех вызывают у играющих проявление разнообразных чувств и переживаний. Высокий эмоциональный подъем поддерживает постоянную активность и интерес к игре.

Эти особенности футбола создают благоприятные условия для воспитания у обучающихся умения управлять эмоциями, не терять контроля за своими действиями, в случае успеха не ослаблять борьбы, а при неудаче не падать духом.

Формируя на основе вышеперечисленного у обучающихся поведенческих установок, футбол как спортивная игра своими техническими и методическими средствами эффективно позволяет обогатить внутренний мир ребенка, расширить его информированность в области оздоровления и развития организма.

Программа дополнительного образования «Физическое развитие: футбол», направлена на удовлетворение потребностей в движении, оздоровление и поддержание функциональности организма.

**Педагогическая целесообразность** - позволяет решить проблему занятости свободного времени детей, формированию физических качеств, пробуждение интереса детей к новой деятельности в области физической культуры и спорта.

Постоянные взаимодействия с мячом способствуют улучшению глубинного и периферического зрения, точности и ориентировке в пространстве. Игра в футбол развивает также мгновенную реакцию на зрительные и слуховые сигналы, повышает мышечное чувство и способность к быстрым чередованиям напряжений и расслаблений мышц.

Обучение содержанию программного материала построено на основе общих методических положений: от простого к сложному, от частного к общему, с использованием технологий личностно - ориентированного подхода в обучении.

Развитие двигательных качеств на всех этапах подготовки проходит в соответствии с сенситивными возрастными периодами.

Содержание программы направлено на воспитание гармоничного человека с эмоционально-волевой устойчивостью к неблагоприятным факторам и отражает *соответствие региональным социально-экономическим и социокультурным потребностям*. В процессе занятий большое значение уделяется и интеллектуальному воспитанию, основными задачами которого являются: овладение учащимися специальными знаниями в области спортивной тренировки, гигиены и других дисциплин.

## **Цель и задачи**

**Цель программы:** создание условий для личностного развития обучающихся, удовлетворения индивидуальных потребностей обучающихся в занятиях физической культурой и спортом, формирования культуры здорового и безопасного образа жизни обучающихся.

### **Задачи**

#### **обучающие:**

- обучить техническим приёмам и правилам игры;
- обучить тактическим действиям;
- обучить приёмам и методам контроля физической нагрузки при самостоятельных занятиях;
- обучить овладение навыками регулирования психического состояния;

#### **развивающие:**

- развивать повышение технической и тактической подготовленности в данном виде спорта;
- развивать совершенствование навыков и умений игры;
- развивать физические качества, расширять функциональные возможности организма;

#### **воспитательные:**

- воспитывать выработку организаторских навыков и умения действовать в коллективе;
- воспитывать чувство ответственности, дисциплинированности, взаимопомощи;
- воспитывать привычку к самостоятельным занятиям, избранным видом спорта в свободное время;
- воспитывать потребность к ведению здорового образа жизни.

В конце изучения программы планируется снижение уровня заболеваемости детей, социальной адаптации учащихся, с формирования коммуникативных способностей, то есть умение играть в команде. Формирование здорового образа жизни учащихся, участие в общешкольных,

районных и краевых мероприятиях, качественное освоение практических и теоретических навыков игры в футбол, привитие любви к спортивным играм.

В результате реализации программы обучающиеся будут уметь:

- проводить специальную разминку для футболиста;
- овладеют основами техники футбола;
- овладеют основами судейства в футболе;
- вести счет.

Реализация программы позволит сформировать двигательные умения, навыки и способности в спортивных играх: играть в футбол по упрощенным правилам.

### **Целевая аудитория**

Программа рассчитана на детей 7-11 лет

Набор детей в группы осуществляется по принципу добровольности, без отбора и предъявления требований к наличию специальных умений. Прием осуществляется при предоставлении медицинской справки о разрешении заниматься по выбранному профилю.

Программа учитывает возрастные особенности целевой аудитории.

Дети 7 - 11 лет отличаются большой жизнерадостностью, внутренней уравновешенностью, постоянным стремлением к активной практической деятельности. Эмоции занимают важное место в психике этого возраста, им подчинено поведение ребят. Дети этого возраста весьма дружелюбны, легко вступают в общение. Для них все большее значение начинают приобретать оценки их поступков не только со стороны старших, но и сверстников. Их увлекает совместная коллективная деятельность. Они легко и охотно выполняют поручения и отнюдь не безразличны к той роли, которая им при этом выпадает. Они хотят ощущать себя в положении людей, облеченных определенными обязанностями, ответственностью и доверием. Неудача вызывает у них резкую потерю интереса к делу, а успех сообщает эмоциональный подъем.



Из личных качеств они больше всего ценят физическую силу, ловкость, смелость, находчивость, верность. В этом возрасте ребята склонны постоянно меряться силами, готовы соревноваться буквально во всем. Их захватывают игры, содержащие тайну, приключения, поиск, они весьма расположены к эмоционально окрашенным обычаям жизни, ритуалам и символам. Они охотно принимают руководство педагога. К его предложениям относятся с доверием и с готовностью откликаются на них. Доброжелательное отношение и участие вожакого вносят оживление в любую деятельность ребят, и вызывает их активность.

### **Уровни сложности**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Физическое развитие: футбол» основана на реализации общедоступных и универсальных форм организации материала, что обеспечивает минимальную сложность содержания и соответствует его «стартовому уровню». Обучающиеся приобретут элементарные представления о спортивной тренировке, значении занятий физической культурой, получат первоначальный опыт технико-тактических действий в соревнованиях по футболу.

### **Сроки реализации**

Изучение программного материала рассчитано на **1 год – 112 часов**.

**Общий объем** – 112 часов.

**Количество занимающихся** в группе – 25 человек.

**Режим занятий:** Занятия проходят 2 раза в неделю. Продолжительность занятия - **2 академических часа по 30 мин с обязательным перерывом 10 мин.**

**Форма обучения** – очная, групповая.

### **Формы проведения занятия и виды деятельности**

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 подготовки проводятся в режиме учебно-тренировочных по одному часу 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 и более успешного решения образовательных, воспитательных и оздоровительных задач применяются разнообразные формы и методы проведения этих занятий.

Словесные методы: создают у обучающихся предварительное представление об изучаемом предмете. Для этой цели используется: объяснение, рассказ, замечание, команды, указания.

Наглядные методы: применяются главным образом конкретные представления об изучаемых действиях.

Практические методы: методы упражнений; игровой; соревновательный; круговой тренировки.

Игровой и соревновательный методы применяются после того, как у обучающихся образовались некоторые навыки игры.

Метод круговой тренировки предусматривает выполнение заданий на специально подготовленных местах (станциях). Упражнения выполняются с учетом технических и физических способностей занимающихся.

Однонаправленные занятия. Посвящены только одному из компонентов подготовки футболиста: техникой, тактикой или физической подготовленностью

Комбинированные занятия. Включают два-три компонента в различных сочетаниях: техническая и физическая подготовка; техническая и тактическая подготовка; техническая, физическая и тактическая подготовка.

Целостно-игровые занятия. Построены на учебной двухсторонней игре в футбол по упрощенным правилам, с соблюдением основных правил.

Контрольные занятия. Прием контрольных упражнений (двигательных заданий) с целью получения данных об уровне технико-тактической и физической подготовленности занимающихся.

Весь учебный материал программы рассчитан на последовательное и постепенное расширение теоретических знаний, практических умений и навыков.

### УЧЕБНЫЙ ПЛАН

Количество часов в неделю: 4 академических часа

Учебных недель: 28

№ п/п	Наименование раздела	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Основные правила игры в футбол	2	2		Тестирование, соревнования, командная игра, сдача нормативов
2	Техника передвижения игрока	8	2	6	
3	Комбинации из освоенных элементов техники перемещений и владение мячом	8	2	6	
4	Совершенствование техники ударов по мячу и остановок мяча	10	-	10	
5	Совершенствование техники перемещение и владения мячом	22	-	22	
6	Групповые действия	62	2	60	
	ИТОГО	112	8	104	

## **СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ**

**Основные правила игры в футбол.** Техника безопасности на спортивных играх. Организационный момент. Основные правила игры в футбол.

**Техника передвижения игрока.** Техника передвижения игрока. Удар внутренней стороной стопы. Остановка катящегося мяча подошвой, остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы. Ведение мяча. Удар по катящемуся мячу внешней частью подъема. Удар носком. Удар серединой лба на месте. Вбрасывание мяча из-за боковой линии. Ведение мяча в разных направлениях и с различной скоростью с пассивным сопротивлением противника. Комбинация из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом. Комбинация из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом.

**Комбинации из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом.** Удар по летящему мячу внутренней стороной стопы. Удар по летящему мячу средней частью подъема. Вбрасывание мяча из-за боковой линии. Ведение мяча с активным сопротивлением защитника. Обманные движения (финты). Остановка опускающегося мяча внутренней стороной стопы. Комбинации из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом. В конце обучения по программе обучающиеся должны знать правила игры и применять участие в соревнованиях.

**Совершенствование техники ударов по мячу и остановок мяча.** Совершенствование техники ударов по мячу и остановок мяча. Удар по летящему мячу средней частью подъема. Резаные удары. Удар по мячу серединой лба. Остановка катящегося мяча подошвой. Остановка летящего мяча внутренней стороной стопы. Остановка мяча грудью. Совершенствование техники защитных действий. Отбор мяча толчком плечо в плечо. Отбор мяча подкатом.

**Совершенствование техники перемещений и владения мячом.** Финт уходом. Финт ударом. Финт остановкой. Совершенствование тактики игры, тактические действия в защите. Тактические действия в нападении.

Двухсторонняя игра (соревнование). Двухсторонняя игра. Совершенствование тактики игры, тактические действия в защите. Совершенствование остановки мяча грудью. Совершенствование резаных ударов. Совершенствование удара по мячу серединой лба. Прямой и резаный удар по мячу. Точность удара. ОФП: упражнение на развитие силы. Удар по мячу головой, ногой. Остановка, ведение мяча, отбор мяча. Обманные движения, вбрасывание мяча. ОФП: упражнение на развитие силы. Удары по мячу внутренней, внешней частью подъема, внутренней стороной стопы. Удары по мячу серединой лба, остановка мяча подошвой. Техника игры вратаря. ОФП: упражнение на развитие гибкости, скорости реакции. Передача мяча партнеру серединой лба. Индивидуальные действия с мячом и без мяча. ОФП: упражнение на развитие силы.

**Групповые действия.** Групповые действия. Взаимодействие двух и более игроков при передаче мяча друг другу. Учебная игра. Тактическая игра в нападении и защите. Участие в школьных соревнованиях по футболу. Разбор проведенных учебных и календарных игр: положительные моменты в ходе игры, ошибки, оценка игры каждого футболиста и команды в целом. Испытание по контрольным нормативам. Прямой и резаный удар по мячу. Точность удара. ОФП: упражнение на развитие силы. Удар по мячу головой, ногой. Остановка, ведение мяча, отбор мяча. Обманные движения, вбрасывание мяча. ОФП: упражнение на развитие силы. Удары по мячу внутренней, внешней частью подъема, внутренней стороной стопы. Удары по мячу серединой лба, остановка мяча подошвой. Техника игры вратаря. ОФП: упражнения на развитие гибкости, скорости реакции. Передача мяча партнеру серединой лба. Индивидуальные действия с мячом и без мяча. ОФП: упражнения на развитие силы. Совершенствование навыков остановки мяча. Совершенствование навыков передаче мяча. Обучение остановки мяча бедром. Обучение ударам мяча. Совершенствование навыков удара мяча. Обучение удару мяча слёта. Совершенствование навыков удара мяча слёта. Обучение остановке мяча после отскока. Обучение удару мяча головой.

Совершенствование навыков удара мяча головой. Обучение отбору мяча у соперника. Обучение розыгрышу мяча в стандартных положениях (штрафной). Обучение розыгрышу мяча в стандартных положениях. Совершенствование навыков остановки мяча. Совершенствование навыков передачи мяча. Обучение остановки мяча бедром. Обучение ударам мяча. Совершенствование навыков удара мяча. Обучение удару мяча слёта. Совершенствование навыков удара мяча слета. Обучение остановке мяча после отскока. Обучение удару мяча головой. Совершенствование навыков удара мяча головой. Обучение отбору мяча у соперника. Обучению розыгрышу мяча в стандартных положениях (штрафной). Обучение розыгрышу мяча в стандартных положениях. Совершенствование навыков остановки мяча. Совершенствование навыков передачи мяча. Обучение остановки мяча бедром. Обучение ударам мяча. Совершенствование навыков удара мяча. Обучение удару мяча слёта. Обучение остановки мяча после отскока. Обучение удару мяча головой. Совершенствование навыков удара мяча головой. Обучение отбору мяча у соперника. Тактические действия в нападении. Двухсторонняя игра (соревнование). Двухсторонняя игра. Совершенствование тактики игры, тактические действия в защите. Совершенствование остановки мяча грудью. Совершенствование резанных ударов. Совершенствование удара по мячу серединой лба.

Содержание самостоятельной работы включает в себя выполнение комплексов упражнений для повышения общей и специальной физической подготовки.

### **Планируемые результаты**

#### **Личностные задачи:**

1. Воспитывать уважительное отношение к труду.
2. Формировать стойкий интерес к занятиям спортом.
3. Развивать морально-волевые качества (чувство коллективизма, целеустремленность, выдержку, самообладание, настойчивость в достижении

положительных результатов, дисциплинированность, навыки культурного поведения).

4.Формировать навык контроля состояния здоровья и физической работоспособности.

### **Метапредметные задачи:**

#### ***Познавательные:***

1.Развивать умение применять полученные знания в практической деятельности.

2.Развивать умение сравнивать виды деятельности, выделять главное в поставленной задаче.

#### ***Регулятивные:***

1. Формировать умение ставить цель и планировать свои учебные действия.

2. Способствовать формированию умения признавать свои ошибки поведения и исправлять их.

3. Развивать умение оценивать, корректировать, анализировать свои поступки и осуществлять контроль.

4. Способствовать формированию потребности в саморазвитии, самостоятельности, ответственности, активности, аккуратности и т.п.

#### ***Коммуникативные:***

1. Воспитывать чувства коллективизма и ответственности.

2. Формировать навыки выполнения коллективных спортивных задач.

3. Развивать умение общаться со сверстниками, педагогом в соответствии с нормами поведения в обществе.

## **Предметные результаты**

обучающиеся будут

### ***знать:***

- значение лёгкой атлетики в развитии физических способностей и совершенствовании функциональных возможностей организма занимающихся;
- прикладное значение легкоатлетических упражнений;
- правила безопасного поведения во время занятий лёгкой атлетикой;
- названия разучиваемых легкоатлетических упражнений;
- технику выполнения легкоатлетических упражнений, предусмотренных учебной программой;
- типичные ошибки при выполнении легкоатлетических упражнений;
- упражнения для развития физических способностей (скоростных, силовых, скоростно-силовых, координационных, выносливости, гибкости);
- контрольные упражнения (двигательные тесты) для оценки физической подготовленности и требования к технике и правилам их выполнения;
- основное содержание правил соревнований в беге на короткие и средние дистанции, прыжках в длину и в высоту с разбега, метании малого мяча (гранаты) на дальность;
- игровые упражнения, подвижные игры и эстафеты с элементами лёгкой атлетики;

### ***уметь:***

- соблюдать меры безопасности и правила профилактики травматизма на занятиях лёгкой атлетикой;
- технически правильно выполнять предусмотренные учебной программой легкоатлетические упражнения (двигательные тесты);
- контролировать своё самочувствие (функциональное состояние организма) на занятиях лёгкой атлетикой;



- выполнять обязанности судьи по бегу, прыжкам, метаниям.

## **Комплекс организационно-педагогических условий**

### **Условия реализации программы**

- **Материально-технические**
- 1. Спортивный зал
- 2. Ворота
- 3. Стойки для обводки
- 4. Гимнастическая стенка
- 5. Гимнастические скамейки
- 6. Скакалки
- 7. Мячи набивные различной массы
- 8. Мячи футбольные
- 9. Отбивные сетки
- 10. Сетки для мячей

### **Кадровое обеспечение**

Согласно профессиональному стандарту «Педагог дополнительного образования детей и взрослых» данную программу реализует педагог дополнительного образования с уровнем образования и квалификации, соответствующим обозначениям таблицы пункта 2 Профессионального стандарта (Описание трудовых функций, входящих в профессиональный стандарт), а именно: коды А и В с уровнем квалификации 6.

### **Методическое обеспечение**

Наглядный материал по технике выполнения спортивной ходьбы и бега на различные дистанции – 3 шт.

Методика проведения занятий предполагает постоянное создание ситуаций успешности, радости от преодоления трудностей в освоении изучаемого материала. С первых занятий учащиеся приучаются к технике безопасности, к правильной организации собственного труда, рациональному использованию рабочего времени, грамотному использованию спортивного инвентаря и спортивных снарядов.

### **Формы аттестации**

- Умения и навыки проверяются во время участия обучающихся в школьном этапе соревнований.

## Список литературы

- Литература для педагога:
- 1. Андреев С.Н. «Футбол в школе» ООО Издательство «Советский спорт» 2010г.
- 2. Андреев С.Н., Алиев Э.Г., Левин В.С. Мини-футбол (футзал): примерная программа спортивной подготовки для ДЮСШ и СДЮШОР. - М.: Советский спорт, 2010.
- 3. Конуров Д.М. Связь физической и тактической подготовки спортсменов в игровых видах спорта: Автореф. дис. канд. пед. наук. - М., 2012.
- 4. Мини- футбол-игра для всех. В.Л. Мутко, С.Н. Андреев, Э.Г. Алиев – М.: Советский спорт, 2017
- 5. Волков С.В. «Теория и методика детского и юношеского спорта» Олимпийская литература 2005г. Ж-Л Чесно «Футбол. Обучение базовой техники» Спорт Академ. Пресс 2005
- 6. Футбол (футзал): Примерная программа для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва С.Н. Андреев, Э.Г. Алиев, В.С. Левин, К.В. Еременко. – М.: Советский спорт 2010. – 96 с.
- Литература для обучающихся:
- 1. Правила игры в мини-футбол РАМФ 2000
- 2. Андреев С.Н. «Футбол - твоя игра» Кн. для учащихся средних и старших классов. - М.: Просвещение, 2006
- 3. Литвинов Е.Н. и др. «Весёлая физкультура» Учебник для учащихся. – М.: Просвещение, 2012.

## Календарный учебный график

- Продолжительность учебного года с 1 октября 2020 по 30 апреля 2021 года 28 учебных недель. Каникулы с 31.12.2020 по 10.01.2021 года.

## КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

Продолжительность учебного года – 28 недель.

Промежуточная аттестация не предусмотрена.

№	Месяц/неделя	Форма занятия	Наименование темы	Количество часов			Формы контроля
				Всего	Теория	Практика	
			<b>Основные правила игры в футбол</b>	2	2		
1-2	окт. 01	Вводное. Организационное	Т/Б на спортивных играх. Организационный момент. Основные правила игры футбол.		2		Беседа
			<b>Техника передвижения игрока.</b>	8	2	6	

3-4		Комбинированное	Техника передвижения игрока. Удар внутренней стороной стопы. Остановка катящегося мяча подошвой, остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы.		1	1	Наблюдение
5-6	окт. 02	Игра	Ведение мяча. Удар по катящемуся мячу внешней частью подъема.			2	Наблюдение
7-8		Игра	Удар носком. Удар серединой лба на месте.			2	Наблюдение
9-10	окт. 03	Комбинированное	Вбрасывание мяча из-за боковой линии. Ведение мяча в различных направлениях и с различной скоростью с пассивным сопротивлением защитника.		1	1	Беседа
			<b>Комбинации из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом.</b>	8	2	6	
11-12		Комбинированное	Комбинации из основных элементов техники перемещений и владения мячом.		1	1	Беседа. Наблюдение

			Удар по летящему мячу внутренней стороны стопы.				
13-14	окт. 04	Практическое занятие	Удар по летящему мячу средней частью подъема. Вбрасывание мяча из-за боковой линии.			2	Наблюдение
15-16		Комбинированное	Ведение мяча с активным сопротивлением защитника. Обманные движения (финты).		1	1	Наблюдение
17-18	нояб. 05	Игра	Остановка опускающегося мяча внутренней стороной стопы. Комбинации из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом.			2	Наблюдение
			<b>Совершенствование техники ударов по мячу и остановок мяча.</b>	10		10	
19-20		Практическое занятие	Совершенствование техники ударов по мячу и остановок мяча. Удар по летящему мячу средней частью подъема. Резаные удары.			2	Наблюдение
21-22	нояб. 06	Практическое занятие	Удар по мячу серединой лба. Удар боковой частью лба.			2	Наблюдение

23-24		Практическое занятие	Остановка катящегося мяча подошвой. Остановка летящего мяча внутренней стороной стопы.			2	Наблюдение
25-26	нояб. 07	Практическое занятие	Остановка мяча грудью. Совершенствование техники владения мяча.			2	Наблюдение
27-28		Практическое занятие	Совершенствование техники защитных действий. Отбор мяча толчком плечо в плечо. Отбор мяча подкатом.			2	Наблюдение
			<b>Совершенствование техники перемещений и владения мячом.</b>	22		22	
29-30	нояб. 08	Практическое занятие	Совершенствование техники перемещений и владения мячом. Финт уходом. Финт ударом.			2	Наблюдение
31-32		Игра	Финт остановкой.			2	Соревнование
			Совершенствование тактики игры, тактические действия в защите.				
33-34	дек. 09	Практическое занятие	Тактические действия в нападении.			2	Наблюдение

			Двухсторонняя игра (Соревнование).				
35-36		Практическое занятие	Двухсторонняя игра. Совершенствование тактики игры, тактические действия в защите.			2	Соревнование
37-38	дек. 10	Практическое занятие	Совершенствование остановки мяча грудью. Совершенствование резаных ударов.			2	Наблюдение
39-40		Практическое занятие	Совершенствование удара по мячу серединой лба. Совершенствование удара боковой части лба.			2	Наблюдение
41-42	дек. 11	Практическое занятие	Прямой и резаный удар по мячу. Точность удара. ОФП: упражнение на развитие силы. Удар по мячу головой, ногой.			2	Наблюдение
43-44		Практическое занятие	Остановка, ведение мяча, отбор мяча. Обманные движения, вбрасывание мяча. ОФП: упражнение на развитие силы.			2	Наблюдение
45-46	дек. 12	Практическое занятие	Удары по мячу внутренней, внешней частью подъема, внутренней стороной стопы.			2	Наблюдение

			Удары по мячу серединой лба, остановка мяча подошвой.				
47-48		Практическое занятие	Техника игры вратаря. ОФП: упражнение на развитие гибкости, скорость реакции. Передача мяча партнеру серединой лба.			2	Наблюдение
49-50	янв. 13	Практическое занятие	Индивидуальные действия с мячом и без мяча. ОФП: упражнение на развитие силы. Совершенствование навыков удара мяча.			2	Наблюдение
			<b>Групповые действия</b>	62	2	60	
51-52		Игра	Групповые действия. Взаимодействие двух и более игроков при передаче мяча друг другу. Учебная игра. Тактическая игра в нападении и защите.		1	1	Соревнование
53-54	янв. 14	Комбинированное занятие	Разбор проведённых учебных и календарных игр: положительные моменты в ходе игры, ошибки, оценки игры каждого футболиста и команды в целом.		1	1	Беседа. Наблюдение



55-56		Практическое занятие	Прямой резаный удар по мячу. Точность удара. ОФП: упражнение на развитие силы.			2	Наблюдение
57-58	янв. 15	Практическое занятие	Удар по мячу головой, ногой. Остановка, ведение мяча, отбор мяча.			2	Наблюдение
59-60		Практическое занятие	Обманные движения, вбрасывание мяча. ОФП: упражнение на развитие силы. Удары по мячу внутренней, внешней частью подъема, внутренней стороной стопы.			2	Наблюдение
61-62	янв. 16	Практическое занятие	Удары по мячу серединой лба, остановка мяча подошвой. Техника игры вратаря. ОФП: упражнение на развитие гибкости, скорости реакции.			2	Наблюдение
63-64		Практическое занятие	Передача мяча партнеру серединой лба. Индивидуальные действия с мячом и без мяча. ОФП: упражнение на развитие силы.			2	Наблюдение
65-66	февр. 17	Игра	Совершенствование навыков остановки мяча. Совершенствование			2	Соревнование

			навыков передаче мяча.				
67-68		Практическое занятие	Обучение остановки мяча бедром. Обучение ударам мяча.			2	Наблюдение
69-70	февр. 18	Практическое занятие	Обучение удару мяча слёта. Совершенствование навыков удара мяча слёта.			2	Наблюдение
71-72		Практическое занятие	Обучение остановке мяча после отскока. Обучение удару мяча головой.			2	Наблюдение
73-74	февр. 19	Игра	Совершенствование навыков удара мяча головой. Обучение отбору мяча у соперника.			2	Соревнование
75-76		Игра	Обучение отбору мяча у соперника. Обучение розыгрышу мяча в стандартных положениях (штрафной).			2	Наблюдение
77-78	февр. 20	Игра	Обучение розыгрышу мяча в стандартных положениях (штрафной). Обучение розыгрышу мяча в стандартных положениях.			2	Наблюдение
79-80		Игра	Совершенствование навыков остановки мяча. Совершенствование			2	Наблюдение

			навыков передаче мяча.				
81-82	март 21	Практическое занятие	Обучение остановке мяча бедром. Обучение ударам мяча.			2	Наблюдение
83-84		Практическое занятие	Совершенствование навыков удара мяча. Обучение удару мяча слёта.			2	Наблюдение
85-86	март 22	Практическое занятие	Совершенствование навыков удара мяча слёта. Обучение остановке мяча после отскока.			2	Наблюдение
87-88		Игра	Обучение удару мяча головой. Совершенствование навыков удара мяча головой.			2	Наблюдение
89-90	март	Практическое занятие	Обучение отбору мяча у соперника.			2	Наблюдение
91-92		Практическое занятие	Обучение розыгрышу мяча в стандартных положениях (штрафной).			2	Наблюдение
93-94	март	Практическое занятие	Обучение розыгрышу мяча в стандартных положениях.			2	Наблюдение
95-96		Игра	Совершенствование навыков остановке мяча. Совершенствование навыков передаче мяча.			2	Наблюдение
97-98	апр.	Практическое занятие	Обучение остановки мяча бедром.			2	Наблюдение

			Обучение ударам мяча.				
99-100		Практическое занятие	Совершенствование навыков удара мяча. Обучение удару мяча слёта.			2	Наблюдение
101-102	апр. 26	Практическое занятие	Совершенствование навыков удара мяча слёта. Обучение остановке мяча после отскока.			2	Наблюдение
103-104		Практическое занятие	Обучение удару мяча головой. Совершенствование навыков удара мяча головой.			2	Наблюдение
105-106	апр. 27	Практическое занятие	Обучение отбору мяча у соперника. Тактические действия в нападении.			2	Наблюдение
107-108		Игра	Двухсторонняя игра (Соревнование). Двухсторонняя игра.			2	Соревнование
109-110	апр. 28	Практическое занятие	Совершенствование тактики игры, тактические действия в защите. Совершенствование остановки мяча грудью.			2	Наблюдение
111-112			Совершенствование резаных ударов. Совершенствование удара по мячу серединой лба.			2	Наблюдение



ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 646116746743375933883833707902081325236681597451

Владелец Каюмова Анна Александровна

Действителен с 20.02.2023 по 20.02.2024