

**Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение средняя  
общеобразовательная школа №571 с углубленным изучением английского языка  
Невского района Санкт-Петербурга**

**ПРИНЯТА**

Педагогическим советом ГБОУ школы №  
571 с углубленным изучением английского  
языка Невского района Санкт-Петербурга  
Протокол от «25» мая 2023г. №4

**УТВЕРЖДЕНА**

Директором  
ГБОУ школы № 571 с  
углубленным изучением  
английского языка Невского  
района Санкт-Петербурга  
\_\_\_\_\_ В.Е. Григорьев  
Приказ № 308-у от 31.05.2023г.



**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа  
«Мини-Футбол»**

Направленность: физкультурно-спортивная

Срок реализации: 3 год  
Возраст обучающихся: 8-11 лет

**Разработчик:**

Педагог дополнительного образования,  
Андрианов Игорь Дмитриевич

Санкт-Петербург  
2023

## Пояснительная записка

**Дополнительная общеразвивающая программа «Мини-футбол» имеет физкультурно-спортивную направленность.**

### **Направленность.**

Образовательная программа «Мини-Футбол» имеет **физкультурно-спортивную направленность.**

Программа направлена, в первую очередь, на укрепление здоровья, физическое совершенствование учащихся, формирование здорового образа жизни.

### **Актуальность**

В настоящее время важным элементом молодёжной политики государства является приобщение учащихся к здоровому образу жизни, привлечение подростков к занятиям спортом и развитие физических данных. Педагогическая целесообразность данной программы заключается в том, что в результате её освоения в детях воспитывается коллективизм, умение подчинять свои амбиции интересам команды, чувство ответственности за свои действия и поступки, спортивно-волевые качества.

### **Объёмы и сроки освоения программы.**

Общее количество часов – 288

Срок освоения программы – 3 года

**Уровень освоения программы:** базовый

### **Отличительная особенность программы.**

Занятия футболом способствуют не только развитию физической, морально-волевой личности ребенка, но и формирует полноценный коллектив единомышленников.

### **Адресат программы.**

В объединение принимаются как мальчики, так и девочки с 8 до 11 лет, демонстрирующие интерес к занятиям физической подготовкой и спортом, без медицинских противопоказаний.

### **Цель программы:**

Данной программы является укрепление физического здоровья и приобщения детей к систематическим занятиям спортом через овладение навыками игры в футбол.

### **Задачи программы:**

- *обучающая:*
- Познакомить с историей развития футбола;
- Обучить правилам игры в футбол;
- Основам техники, тактики, правилам судейства и организацией проведения соревнований;
- Обучить специальной терминологии и жестам судей.
- *развивающие:*
- Укреплять опорно-двигательный аппарат детей;
- Развивать координационные движения, ловкость, быстроту;
- Развивать память и скорость мышления;
- Развивать коммуникативные качества личности ребенка;
- Развивать морально-волевые качества;
- Расширение спортивного кругозора детей
- *воспитательные:*

Формировать дружный, сплоченный коллектив, способный решать поставленные задачи, воспитывать культуру поведения;

- Прививать любовь и устойчивый интерес к систематическим занятиям физкультурой и спортом;

- Пропагандировать здоровый образ жизни, привлекая семьи учащихся к проведению спортивных мероприятий и праздников

#### **Условия реализации программы.**

**Возраст детей:** 8-11 лет

#### **Формирование групп:**

Группы формируются на основании заявлений и допуска врача. Возможен допуск сразу на второй год обучения при прохождении тестирования, сдачи нормативов или собеседования. Возможны разновозрастные группы.

#### **Срок реализации:**

Программа рассчитана на полную реализацию в течение 3 лет:

- 1 год обучения – 72 часа
- 2 год обучения – 72 часа
- 3 год обучения – 144 часа

#### **Режим занятий:**

1 раза в неделю по 2 часа, а также участие в соревнованиях.

#### **Формы занятий:**

Командная, малыми группами, индивидуальная.

Тренировочные занятия, беседы, соревнования, тестирования, спортивные конкурсы.

#### **Планируемые результаты освоения программы.**

##### **Личностные:**

- дисциплинированность, трудолюбие, упорство в достижении поставленных целей;
- умение управлять своими эмоциями в различных ситуациях;
- умение оказывать помощь своим сверстникам

##### **Предметные:**

- формирование знаний о легкой атлетике и его роли в укреплении здоровья;
- умение рационально распределять своё время в режиме дня, выполнять утреннюю зарядку;
- умение вести наблюдение за показателями своего физического развития.

##### **Метапредметные:**

- определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- умение находить ошибки при выполнении заданий и уметь их исправлять;
- умение объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения

#### **Учебный план**

##### **1 год**

№ п/п	Наименование раздела, темы	Количество часов			Формы контроля
		Теория	Практика	Всего	
1	Вводное занятие.	1		1	
2	Общие основы футбол	1			тест
3	Общefизическая подготовка	1	14	15	зачёт
4	Специальная подготовка	2	14	16	
5	Техническая подготовка	1	20	21	зачёт
6	Тактическая подготовка	1	10	11	зачёт

7	Игровая подготовка		6	6	зачёт
8	Контрольные и календарные игры				
9	Итоговое занятие		2	2	зачёт
	<b>Итого часов в год</b>	7	65	72	

#### Содержание программы

**Тема 1:** История футбола Инструктаж по ТБ. История и развитие футбола и мини футбола в России. Гигиенические занятия и навыки. Закаливание. Режим и питание спортсмена.

**Тема 2:** Передвижения и остановки. Передвижение боком, спиной вперёд, ускорение, остановки, повороты, старты из различных исходных положений. Комбинации из освоенных элементов техники передвижений (бег, остановки, повороты, рывки)

**Тема 3:** Удары по мячу. Удары по неподвижному и катящемуся мячу внутренней стороной стопы и средней частью подъема. Удары по катящемуся мячу внутренней частью подъема. Удары по неподвижному мячу внешней частью подъема. Удары по катящемуся мячу внешней стороной подъема, носком. Удары по летящему мячу внутренней стороной стопы. Удары по летящему мячу серединой подъема. Удары по летящему мячу серединой лба. Удары по летящему мячу боковой частью лба. Удары по воротам различными способами на точность попадания мячом в цель Угловой удар.

Подача мяча в штрафную площадь

**Тема 4:** Остановка мяча. Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой. Остановка катящегося мяча внешней стороной стопы. Остановка мяча грудью Остановка летящего мяча внутренней стороной стопы

**Тема 5:** Ведение мяча и обводка. Ведение мяча внешней и внутренней стороной стопы по прямой, с изменением направления и скорости ведения правой и левой ногой (без сопротивления защитника). Ведение мяча с пассивным сопротивлением защитника. Ведение мяча с активным сопротивлением защитника. Обводка с помощью обманных движений (финтов)

**Тема 6:** Отбор мяча. Выбивание мяча ударом ногой

**Тема 7:** Вбрасывание мяча. Вбрасывание мяча из-за боковой линии с места

**Тема 8:** Игра вратаря. Ловля катящегося мяча. Ловля мяча, летящего навстречу. Ловля мяча сверху в прыжке. Отбивание мяча кулаком в прыжке. Ловля мяча в падении (без фазы полёта)

**Тема 9:** Выполнение комбинаций из освоенных элементов техники перемещений и владение мячом. Ведение, удар (передача мяча), приём мяча, остановка, удар по воротам.

#### Ожидаемые результаты 1 года обучения:

##### Знать:

- теоретические сведения о футболе, правила игры, о влиянии физических упражнений на самочувствие;
- правила охраны труда и пожарной безопасности;
- азы тактической подготовки

##### Уметь:

- технически правильно осуществлять двигательные действия избранного вида спортивной специализации, использовать их в условиях соревновательной деятельности и организации собственного досуга;
- разрабатывать индивидуальный двигательный режим, подбирать и планировать физические упражнения, поддерживать оптимальный уровень индивидуального уровня работоспособности;

- уметь владеть техникой и тактикой игры в нападении и защите во время игровых ситуаций на поле.
- уметь владеть техникой и тактикой игры в нападении и защите во время игровых ситуаций на поле.

### Учебный план 2 год

№ п/п	Наименование раздела, темы	Количество часов			Формы контроля
		Теория	Практика	Всего	
1	Вводное занятие.	1		1	
2	Общие основы футбол	1			тест
3	Общефизическая подготовка	1	14	15	зачёт
4	Специальная подготовка	2	14	16	
5	Техническая подготовка	1	20	21	зачёт
6	Тактическая подготовка	1	10	11	зачёт
7	Игровая подготовка		6	6	зачёт
8	Контрольные и календарные игры				
9	Итоговое занятие		2	2	зачёт
	<b>Итого часов в год</b>	<b>7</b>	<b>65</b>	<b>72</b>	

### Содержание программы

**Тема 1:** Вводное занятие: техника безопасности, гигиенические навыки, правила игры, организация и проведение соревнований по футболу и мини-футболу. 2

**Тема 2;** ОФП: прыжковые упражнения - основа скоростно-силовой подготовки юных футболистов, гимнастические и акробатические упражнения, повторный и переменный бег.

**Тема 3:** СФП: подвижные спортивные игры, упражнения для развития быстроты, частоты движений, развитие ловкости движений.

**Тема 4:** Техника игры: анализ деталей техники работы с мячом, обучение элементам техники от частного к общему.

**Тема 5:** Тактика игры: обучение и совершенствование игровых индивидуальных, групповых и командных тактических

**Тема 6:** Техника игры в футбол: обучение технике в условиях соприкосновения с соперником и в соревновательных условиях, анализ деталей техники работы с мячом.

**Тема 7:** Тактика игры: игровые тактические действия по заданию тренера. Установка на игру и разбор игры.

**Тема 8:** Основы методики обучения и тренировки футболистов: рассказ, показ, разучивание (повторение), анализ обучения движениям - методы обучения.

Учебно-тренировочные занятия - основная форма работы с молодыми футболистами. «Круговая тренировка» - форма организации занятий.

**Тема 9:** Инструкторская и судейская практика: судейское руководство игрой, оформление протокола игры.

**Ожидаемые результаты 2 года обучения:**

**Знать:**

- представление о футболе в России, о спортивной квалификации, разрядах, званиях;
- как правильно распределять нагрузки в режиме дня;
- улучшат свои нравственные и волевые качества, станут более выносливыми к любым нагрузкам;
- технико-тактический арсенал игры в футбол;
- разнообразную игровую практику;

**Уметь:**

- технически правильно осуществлять двигательные действия избранного вида спортивной специализации, использовать их в условиях соревновательной деятельности и организации собственного досуга;
- разрабатывать индивидуальный двигательный режим, подбирать и планировать физические упражнения, поддерживать оптимальный уровень индивидуальный уровень работоспособности;
- уметь владеть техникой и тактикой игры в нападении и защите во время игровых ситуаций на поле.

**Учебный план  
3 год**

№ п/п	Наименование раздела, темы	Количество часов			Формы контроля
		Теория	Практика	Всего	
1	Вводное занятие.	2		1	
2	Общие основы футбол	2			тест
3	Общефизическая подготовка	2	28	15	зачёт
4	Специальная подготовка	4	28	16	
5	Техническая подготовка	2	40	21	зачёт
6	Тактическая подготовка	2	20	11	зачёт
7	Игровая подготовка		12	6	зачёт
8	Контрольные и календарные игры				
9	Итоговое занятие		4	2	зачёт
	<b>Итого часов в год</b>	14	130	144	

**Содержание программы**

**Тема 1:** Удар внутренней стороной стопы по неподвижному мячу с места, с одного-двух шагов

**Тема 2:** Удар по катящемуся мячу навстречу, Комбинации из освоенных элементов техники передвижений (бег, остановки, повороты, рывки). Обучение передаче мяча в парах/группах.

**Тема 3:** Удар после ведения мяча. Обучение передаче мяча в парах/группах. Совершенствование комбинаций из техники передвижений. Обучение остановке мяча.

**Тема 4:** Удар ногой с разбега по неподвижному мячу. Совершенствование навыков остановки мяча. Обучение техники ведения мяча. Эстафеты с ведением мяча.

**Тема 5:** Остановка катящегося мяча подошвой. Совершенствование ударов по воротам. Совершенствование исполнения технических элементов. Подвижные игры и эстафеты

**Тема 6:** Остановка катящегося мяча внутренней частью стопы. Удары по прыгающему и летящему мячу. Совершенствование исполнения технических элементов. Обучение игры «Квадрат».

**Тема 7:** Ведение мяча между стойками. Ведение мяча внешней и внутренней стороной стопы по прямой, с изменением направления и скорости ведения правой и левой ногой (без сопротивления защитника)

**Тема 8:** Выбивание и отбор мяча. Тактика свободного нападения. Позиционные нападения без изменения и с изменением позиций

**Тема 9:** Тренировочные игры. Нападение в игровых заданиях 3:1, 3:2, 3:3, 2:1 с атакой и без атаки ворот. Игры и эстафеты на закрепление и совершенствование технических приемов и тактических действий.

#### **Ожидаемые результаты 3 года обучения:**

- формирование устойчивого интереса к систематическим занятиям футболом;
- теоретическая подготовка;
- соблюдение правил безопасности;
- укрепление здоровья и закаливание организма
- обеспечение всесторонней физической подготовки с преимущественным развитием
- быстроты, ловкости и гибкости; первоначальное обучение техники передвижения;
- первоначальное обучение приемам техники владения мячом и с основными способами их выполнения, с дальнейшим расширением круга изучаемых приемов и способов; первоначальное обучение основам индивидуальной, групповой тактики игры в футбол;
- углубленное обучение основам командной тактики игры в футбол;
- участие в соревнованиях по физической, технической подготовке (контрольные нормативы)
- мини – футболу; первоначальное обучение в выполнении тестовых упражнений по выполнению требований
- специальной физической подготовке; углубленное обучение в выполнении тестовых упражнений по выполнению требований по
- общей физической подготовке; выполнение не менее одного контрольного норматива по общей и специальной физической
- подготовке на интегральную оценку уровня подготовленности - не ниже оценки «удовлетворительно».

#### **Организационно-педагогические условия реализации программы**

**Язык реализации программы: Русский**

**Форма обучения :Очная**

**Календарно-тематический план.  
1 год**

№п/п	дата	Тема урока	Основные вопросы и понятия	Деятельность учащихся
1.		Вводный инструктаж объединения. Техника безопасности	Охрана труда и правил поведения.  Правила техники безопасности	
2.		Просмотр навыков. Игровое занятие		Играют в футбол.
3.		Просмотр навыков. Игровое занятие		
4.		ОФП	- Упражнения для развития быстроты - Упражнения для развития ловкости -Упражнения для развития гибкости - Упражнения для развития прыгучести. Удары по мячу головой - Остановка мяча. Ведение мяча. Нападение. Выход для получения мяча на свободное место. - Обманный выход для отвлечения защитника. - Розыгрыш мяча короткими передачами. - Атака ворот. - «Передай мяч и выходи». - Защита . Противодействие получению мяча. - Противодействие выходу на свободное место. - Противодействие розыгрышу мяча. - Противодействие атаке ворот . - Подстраховка. - Система личной защиты. Обучение основным приемам техники игры и тактическим действиям в упрощенной игровой обстановке 2х2, 3х3, 4х4, 5х5 мини-футбола.	Совершенствуют физическую форму.
5.		ОФП		Отрабатывают технику паса.
6.		Обучение игре в пас		
7.		Обучение игре в пас		
8.		Передача мяча внутренней стороной стопы		
9.		Передача мяча внутренней стороной стопы		
10		Передача мяча внешней стороной стопы		
11		Передача мяча внешней стороной стопы		
12		Передача мяча правой и левой ногой		
13		Передача мяча правой и левой ногой		
14		ОФП		Совершенствуют физическую форму.
15		ОФП		
16		Остановка мяча	Отрабатывают остановку мяча.	
17		Остановка мяча		



			<u>Практика</u> - Отработка техники и тактики при игре в мини-футбол. Двухсторонние контрольные игры по упрощенным правилам мини-футбола. - Товарищеские игры с командами соседних школ. - Итоговые контрольные игры.	
18		Остановка мяча с уходом		
19		Остановка мяча с уходом		
20		Остановка мяча с закрыванием корпусом		
21		Остановка мяча с закрыванием корпусом		
22		ОФП		Совершенствуют физическую форму.
23		ОФП		
24		Удары внутренней стороной стопы, подъёмом, носком		Отрабатывают удары по мячу.
25		Удары внутренней стороной стопы, подъёмом, носком		
26		Удары с хода с прокатом		
27		Удары с хода с прокатом		
28		Удары слета, головой		
29		Удары слета, головой		
30		ОФП		Совершенствуют физическую форму.
31		ОФП		
32		Отработка действий в защите	азы тактической подготовки	Выполняют технико-тактические задания
33		Отработка действий в защите		
34		Действия в защите 5 на 4		

35		Действия в защите 5 на 4		
36		Подстраховка защитников, индивидуальные действия	индивидуальный двигательный режим	
37		Подстраховка защитников, индивидуальные действия		
38		ОФП		Совершенствуют физическую форму.
39		ОФП		
40		Выход из под прессинга		Выполняют технико-тактические задания
41		Выход из под прессинга		
42		Отработка выхода в контр атаку		
43		Отработка выхода в контр атаку		
44		Отработка выхода из обороны		
45		Отработка выхода из обороны		
46		ОФП		Совершенствуют физическую форму.
47		ОФП		
48		Игровое занятие		Играют в футбол.
49		Игровое занятие		
50		Отработка прессинга		Выполняют технико-тактические задания
51		Отработка прессинга		

52		Активная оборона		
53		Активная оборона		
54		ОФП		Совершенствуют физическую форму.
55		ОФП		
56		Контроль мяча		Выполняют технико-тактические задания
57		Контроль мяча		
58		Игра на удержание	технически правильно осуществлять двигательные действия избранного вида	
59		Игра на удержание		
60		Игровое занятие		Играют в футбол.
61		Игровое занятие		
62		Игровое занятие		
63		Игровое занятие		
64		ОФП		Совершенствуют физическую форму.
65		ОФП		
66		Удары по мячу		Выполняют удары по мячу.
67		Удары по мячу		
68		Игра «Квадрат»		Выполняют технико-

				тактические задания.
69		Игра «Квадрат»		
70		Игра на удержание		
71		Игра на удержание		
72		ОФП		Совершенствуют физическую форму.

**Календарно-тематический план.  
2 год**

1.		Игра на удержание		
2.		Игра на удержание		
3.		ОФП		Совершенствуют физическую форму.
4.		ОФП		
5.		Передачи в 1-2 касания		Выполняют технико-тактические задания.
6.		Передачи в 1-2 касания		
7.		Выходы к воротам		
8.		Выходы к воротам		
9.		Игра 5 на 4		
10		Игра 5 на 4		
11		ОФП	индивидуальный двигательный режим	Совершенствуют физическую форму.
12		ОФП		
13		Кросс		Совершенствуют физическую форму.

14		Кросс		
15		Удары		
16		Удары		
17		Игровое занятие	технически правильно осуществлять двигательные действия избранного вида	Играют в футбол.
18		Игровое занятие		Совершенствуют физическую форму.
19		ОФП		
20		ОФП		
21		Игра 3на 3		Выполняют технико-тактические задания.
22		Игра 3на 3		
23		Прессинг		
24		Прессинг		
25		Выход из прессинга		
26		Выход из прессинга		
27		ОФП		
28		ОФП		
29		Разбор угловых	азы тактической подготовки	Изучают тактику.
30		Разбор угловых		
31		Разбор аутов		

32		Разбор аутов		
33		Разбор штрафных		
34		Разбор штрафных		
35		ОФП	индивидуальный двигательный режим	Совершенствуют физическую форму.
36		ОФП		
37		Игровое занятие		Играют в футбол.
38		Игровое занятие		
39		Скоростно-силовая работа		Совершенствуют физическую форму.
40		Скоростно-силовая работа		
41		Техника обработки мяча		Выполняют технико-тактические задания.
42		Техника обработки мяча		
43		ОФП		Совершенствуют физическую форму.
44		ОФП		
45		Обводка игрока		Выполняют технико-тактические задания.
46		Обводка игрока		
47		Финты		
48		Финты		

49		Выход 2 на 2		
50		Выход 2 на 2		
51		ОФП		Совершенствуют физическую форму.
52		ОФП		
53		Игровое занятие		Играют в футбол.
54		Игровое занятие	азы тактической подготовки	
55		Отработка стандартных положений		Отрабатывают стандартные положения
56		Отработка стандартных положений		
57		Тактическое занятие		Изучают тактику.
58		Тактическое занятие		
59		ОФП		Совершенствуют физическую форму.
60		ОФП		
61		Игра по заданию		Играют в футбол.
62		Игра по заданию		
63		Игровое занятие	Подведение итогов года. Соревнования в группе.	
64		Игровое занятие		
65		Свободное занятие		

66		Свободное занятие		
67		ОФП		
68		ОФП		
69		Чемпионат среди занимающихся		
70		Чемпионат среди занимающихся		
71		Итоговое занятие		
72		Итоговое занятие		

**Календарно-тематический план.  
3 год**

№п/п	дата	Тема урока	Основные вопросы и понятия	Деятельность учащихся
1.		Вводный инструктаж объединения. Техника безопасности	Охрана труда и правил поведения.  Правила техники безопасности	
2.		Просмотр навыков. Игровое занятие		Играют в футбол.
3.		Просмотр навыков. Игровое занятие		
4.		ОФП	- Упражнения для развития быстроты - Упражнения для развития ловкости - Упражнения для развития гибкости - Упражнения для развития прыгучести. Удары по мячу головой	Совершенствуют физическую форму.
5.		ОФП		Отрабатывают технику паса.
6.		Обучение игре в пас		
7.		Обучение игре в пас		
8.		Передача мяча внутренней		



		стороной стопы	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Остановка мяча.</li> <li>Ведение мяча.</li> <li>Нападение. Выход для получения мяча на свободное место.</li> <li>- Обманный выход для отвлечения защитника.</li> <li>- Розыгрыш мяча короткими передачами.</li> <li>- Атака ворот.</li> <li>- «Передай мяч и выходи».</li> <li>- Защита . Противодействие получению мяча.</li> <li>- Противодействие выходу на свободное место.</li> <li>- Противодействие розыгрышу мяча.</li> <li>- Противодействие атаке ворот .</li> <li>- Подстраховка.</li> <li>- Система личной защиты.</li> </ul> <p>Обучение основным приемам техники игры и тактическим действиям в упрощенной игровой обстановке 2х2, 3х3, 4х4, 5х5 мини-футбола.</p> <p><u>Практика</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Отработка техники и тактики при игре в мини-футбол.</li> </ul> <p>Двухсторонние контрольные игры по упрощенным правилам мини-футбола.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Товарищеские игры с командами соседних школ.</li> <li>- Итоговые контрольные игры.</li> </ul>	
9.		Передача мяча внутренней стороной стопы		
10		Передача мяча внешней стороной стопы		
11		Передача мяча внешней стороной стопы		
12		Передача мяча правой и левой ногой		
13		Передача мяча правой и левой ногой		
14		ОФП		Совершенствуют физическую форму.
15		ОФП		
16		Остановка мяча		Отрабатывают остановку мяча.
17		Остановка мяча		
18		Остановка мяча с уходом		
19		Остановка мяча с уходом		
20		Остановка мяча с закрыванием корпусом		
21		Остановка мяча с закрыванием корпусом		
22		ОФП		Совершенствуют физическую форму.
23		ОФП		
24		Удары внутренней стороной стопы, подъёмом, носком		Отрабатывают удары по мячу.
25		Удары внутренней стороной стопы, подъёмом, носком		

26		Удары с хода с прокатом		
27		Удары с хода с прокатом		
28		Удары слета, головой		
29		Удары слета, головой		
30		ОФП		Совершенствуют физическую форму.
31		ОФП		
32		Отработка действий в защите	азы тактической подготовки	Выполняют технико-тактические задания
33		Отработка действий в защите		
34		Действия в защите 5 на 4		
35		Действия в защите 5 на 4		
36		Подстраховка защитников, индивидуальные действия	индивидуальный двигательный режим	
37		Подстраховка защитников, индивидуальные действия		
38		ОФП		Совершенствуют физическую форму.
39		ОФП		
40		Выход из под прессинга		Выполняют технико-тактические задания
41		Выход из под прессинга		
42		Отработка выхода в контр атаку		

43		Отработка выхода в контр атаку		
44		Отработка выхода из обороны		
45		Отработка выхода из обороны		
46		ОФП		Совершенствуют физическую форму.
47		ОФП		
48		Игровое занятие		Играют в футбол.
49		Игровое занятие		
50		Отработка прессинга		Выполняют технико-тактические задания
51		Отработка прессинга		
52		Активная оборона		
53		Активная оборона		
54		ОФП		Совершенствуют физическую форму.
55		ОФП		
56		Контроль мяча		Выполняют технико-тактические задания
57		Контроль мяча		
58		Игра на удержание	технически правильно осуществлять двигательные действия избранного вида	
59		Игра на удержание		

60		Игровое занятие		Играют в футбол.
61		Игровое занятие		
62		Игровое занятие		
63		Игровое занятие		
64		ОФП		Совершенствуют физическую форму.
65		ОФП		
66		Удары по мячу		Выполняют удары по мячу.
67		Удары по мячу		
68		Игра «Квадрат»		Выполняют технико-тактические задания.
69		Игра «Квадрат»		
70		Игра на удержание		
71		Игра на удержание		
72		ОФП		Совершенствуют физическую форму.

1.		Игра на удержание		
2.		Игра на удержание		
3.		ОФП		Совершенствуют физическую форму.
4.		ОФП		

5.		Передачи в 1-2 касания		Выполняют технико-тактические задания.
6.		Передачи в 1-2 касания		
7.		Выходы к воротам		
8.		Выходы к воротам		
9.		Игра 5 на 4		
10		Игра 5 на 4		
11		ОФП	индивидуальный двигательный режим	Совершенствуют физическую форму.
12		ОФП		
13		Кросс		Совершенствуют физическую форму.
14		Кросс		
15		Удары		Выполняют удары по мячу.
16		Удары		
17		Игровое занятие	технически правильно осуществлять двигательные действия избранного вида	Играют в футбол.
18		Игровое занятие		
19		ОФП		Совершенствуют физическую форму.
20		ОФП		
21		Игра 3на 3		Выполняют технико-тактические задания.
22		Игра 3на 3		

23		Прессинг		
24		Прессинг		
25		Выход из прессинга		
26		Выход из прессинга		
27		ОФП		
28		ОФП		
29		Разбор угловых	азы тактической подготовки	Изучают тактику.
30		Разбор угловых		
31		Разбор аутов		
32		Разбор аутов		
33		Разбор штрафных		
34		Разбор штрафных		
35		ОФП	индивидуальный двигательный режим	Совершенствуют физическую форму.
36		ОФП		
37		Игровое занятие		Играют в футбол.
38		Игровое занятие		
39		Скоростно-силовая работа		Совершенствуют физическую форму.
40		Скоростно-силовая работа		

41		Техника обработки мяча		Выполняют технико-тактические задания.
42		Техника обработки мяча		
43		ОФП		Совершенствуют физическую форму.
44		ОФП		
45		Обводка игрока		Выполняют технико-тактические задания.
46		Обводка игрока		
47		Финты		
48		Финты		
49		Выход 2 на 2		
50		Выход 2 на 2		
51		ОФП		Совершенствуют физическую форму.
52		ОФП		
53		Игровое занятие		Играют в футбол.
54		Игровое занятие	азы тактической подготовки	
55		Отработка стандартных положений		Отрабатывают стандартные положения
56		Отработка стандартных положений		
57		Тактическое занятие		Изучают тактику.

58		Тактическое занятие		
59		ОФП		Совершенствуют физическую форму.
60		ОФП		
61		Игра по заданию		Играют в футбол.
62		Игра по заданию		
63		Игровое занятие	Подведение итогов года. Соревнования в группе.	
64		Игровое занятие		
65		Свободное занятие		
66		Свободное занятие		
67		ОФП		Совершенствуют физическую форму.
68		ОФП		
69		Чемпионат среди занимающихся		Участвуют в чемпионате.
70		Чемпионат среди занимающихся		
71		Итоговое занятие		Играют в футбол.
72		Итоговое занятие		



**Оценочные и методические материалы**  
**Методическое обеспечение образовательной программы**

<b>№</b>	<b>Тема программы</b>	<b>Форма занятия</b>	<b>Методы и приёмы организации образовательного процесса</b>	<b>Дидактический материал, техническое оснащение занятий</b>	<b>Форма подведения итогов</b>
<b>1</b>	Общие основы футбола	Групповая, индивидуальная, подгрупповая, фронтальная	Словесный, объяснение, беседа, практические задания.	Литература, плакаты(строение человека, судейская жестикуляция) Правила судейства в футболе.	Контрольные тесты
<b>2</b>	Общепфизическая подготовка	Индивидуальная, групповая, подгрупповая, поточная, фронтальная	Словесный, наглядный показ, работа в парах.	Таблицы, схемы, карточки, мячи на каждого обучающего	Контрольные нормативы
<b>3</b>	Специальная подготовка	Индивидуальная, групповая, подгрупповая, фронтальная, коллективно-групповая, в парах	Словесный, практические занятия, работа в парах, наглядный показ педагогом.	Литература, схемы, справочные материалы, карточки, плакаты, мячи	Контрольные нормативы
<b>4</b>	Техническая подготовка	Индивидуальная, индивидуально – фронтальный, групповая, подгрупповая, коллективно-групповая, в парах	Словесный, объяснение, беседа, практические занятия, работа в парах, тренировки, наглядный показ педагогом. Учебная игра.	Плакаты, мячи	Учебная игра, промежуточные тесты
<b>5</b>	Тактическая подготовка	Индивидуальная, индивидуально – фронтальный, групповая, подгрупповая, коллективно-групповая, в парах	Словесный, объяснение, беседа, практические занятия, работа в парах, тренировки, наглядный показ педагогом. Учебная игра.	Плакаты, мячи	Учебная игра, промежуточные тесты

6	Игровая подготовка	Групповая, подгрупповая, коллективно-групповая, соревнования, товарищеские матчи, учебно-тренировочные и контрольные игры	Практические занятия, работа в парах, тренировки, Учебная игра.	Дидактические карточки, плакаты, мячи	Учебная игра, товарищеские матчи
---	--------------------	---	---	---------------------------------------	----------------------------------

**Критерии оценки основных параметров диагностической карты.**

**Бег 10 метров (сек):** Высокий - 2,1 сек. Средний -2,3 сек. Низкий -2,5 более сек.

**Бег 30 метров (сек):** Высокий -6,3 сек Средний -6,5 Низкий -7,0 и более сек.

**Челночный бег 3х10м** Высокий -7,4 сек Средний -7,6 сек Высокий -8,0 и более сек

**Прыжок в длину с места:** Высокий -140 см Средний -120 см Низкий -100 и ниже.

**Бросок набивного мяча из-за головы стоя:** Высокий -300 см Средний -260 см. Низкий - 175 и меньше см

**Удар по неподвижному мячу:** Высокий - из 5 ударов 5 попаданий Средний - из 5 ударов 3 попадания Низкий - из 5 ударов 2 и менее попаданий

**Ведение мяча по прямой, змейкой, и с изменением направления:** Высокий - ведёт мяч не теряя его. Средний – ведёт мяч с минимальными потерями мяча. Низкий - ведёт мяч с частыми потерями.

**Удар по воротам:** Высокий - из 5 ударов 5 попаданий. Средний - из 5 ударов 3 попадания. Низкий - из 5 попаданий 2 и менее попаданий.

**Передача мяча друг – другу:** Высокий - из 5 передач 5 правильных по направлению партнёра. Средний – из 5 передач 3 правильных. Низкий - из 5 передач 2 и менее правильных.

**Учебно-практическое оборудование;**

- Перекладина гимнастическая (пристеночная)
- Стенка гимнастическая
- Скамейка гимнастическая жесткая (длиной 4 м)
- Комплект навесного оборудования (перекладина, тренировочные баскетбольные щиты)
- Мячи: малый мяч (футзал), футбольные
- Мат гимнастический
- Кегли
- Обручи
- Ворота футбольные
- Конусы
- Зал спортивный

**Информационные источники:**

1. Гавриил Дмитриевич Качалин. «Тактика футбола»
2. М. Д. Товаровский. «Футбол» (1948г.)
3. Лях Витковски. «Координационная тренировка в футболе»
- Жан-Люк Чесно, Жерар Дюрэ. «Футбол. Обучение базовой технике»
4. Селуянов, Сарсания, Заборова. «Футбол. Проблемы физической и технической подготовки»
5. Клайв Гиффорд. «Футбол. Наглядное пособие по самой популярной игре»
6. Джонатан Уилсон. «Революция на газоне. Книга о футбольных тактиках»
7. Борис Плон. «Новая школа в футбольной тренировке»
8. Дональд Киркендалл. «Анатомия футбола»