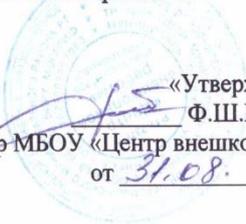


Муниципальное бюджетное образовательное учреждение
дополнительного образования «Центр внешкольной работы»

Рассмотрено на педагогическом совете
Протокол № 1 от 31.08. 2023г.


«Утверждаю»
Ф.Ш.Гилязетдинова
Директор МБОУ «Центр внешкольной работы»
от 31.08. 2023г.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
«Веселый мяч»
(физкультурно-спортивная направленность)

Срок реализации - 2 года
Возраст обучающихся – 12-17 лет

Составитель:
педагог дополнительного образования
Тимирясов Андриян Алексеевич

Черемшанский муниципальный район, 2023г.

Структура программы

1. Пояснительная записка.....	3
2. Актуальность.....	3
3. Цель и задачи.....	4
4. Нормативно – правовое обеспечение программы.....	4
5. Организация и содержание образовательного процесса.....	5
6. Ожидаемые результаты 1 года обучения.....	7
7. Учебный план 1 года обучения.....	7
8. Учебно-тематический план 1 года обучения.....	7
9. Содержание программы 1 года обучения.....	11
10. Календарный учебный график 1 года обучения.....	14
11. Ожидаемые результаты 2 года обучения.....	20
12. Учебный план 2 года обучения.....	20
11. Учебно-тематический план 2 года обучения	20
12. Содержание программы 2 года обучения.....	24
13. Календарный учебный график 2 года обучения.....	27
14. Виды контроля и механизм оценки достижений обучающихся.....	32
15. Методическое обеспечение.....	32
16. Условия реализации программы.....	32
17. Список используемой литературы.....	34
Приложения.....	35

1. Пояснительная записка

Физическое воспитание является одной из важнейших составляющих единого воспитательно-образовательного процесса формирования растущей личности. Существенное место в комплексе средств физического воспитания занимают спортивные игры, в том числе футбол. Это игра достаточно интенсивная, увлекательная и зрелищная, требующая от игроков высокой техники, умения хорошо ориентироваться и взаимодействовать с партнерами в условиях постоянного дефицита времени и пространства. Систематическое занятие футболом, участие в соревнованиях по этому виду спорта оказывают всестороннее влияние на будущих футболистов: совершенствуется функциональная деятельность их организма, обеспечивается нормальное физическое развитие. Занятие спортом способствует также воспитанию целого ряда положительных качеств и черт характера: умение подчинять личные интересы интересам коллектива, взаимопомощи, уважение к партнерам или соперникам в играх, сознательной дисциплины, активности.

Актуальность программы в том, что она направлена на удовлетворение потребностей детей в активных формах двигательной деятельности, обеспечивает физическое, психическое и нравственное оздоровление воспитанников. Она также актуальна в связи с возросшей популярностью вида спорта футбол в нашей стране.

Новизна программы заключается в том, что в ней введен раздел «Техническая и тактическая подготовка игры в футбол», благодаря чему введено большее количество учебных часов на разучивание и совершенствование технико-тактических приемов, что позволяет привлечь как можно больше ребят к занятиям по футболу и привить им любовь к этому виду спорта.

Отличительной особенностью данной программы является упор на обучение и совершенствование технических приемов и тактических действий, развитие физических способностей, формирование знаний по теории и методике игры в футбол, что позволяет достигнуть более высокого результата.

Данная программа отличается от других тем, что основой подготовки занимающихся в кружке является не только технико-тактическая подготовка юных футболистов, но и общефизическая подготовка, направленная на более высокий показатель физического развития ребят. Расширяется кругозор и интерес занимающихся к данному виду спорта.

Программа «Веселый мяч» **модифицированная**, общеразвивающая направлена на укрепление здоровья и закаливание организма; привитие интереса к систематическим занятиям футболом; обеспечение всесторонней физической подготовки с преимущественным развитием быстроты, ловкости и координации движений; овладение техническими приёмами, которые наиболее часто и эффективно применяются в игре, и основами индивидуальной, групповой и командной тактики игры в футбол; освоение процесса игры в соответствии с правилами футбола; участие в соревнованиях по футболу; изучение элементарных теоретических сведений о личной гигиене, истории футбола, технике и тактике, правил игры в футбол.

При изучении теоретического материала широко используются наглядные пособия, кинокольцовки, видеозаписи, учебные кинофильмы. В конце занятия руководитель кружка рекомендует специальную литературу для самостоятельного изучения.

Практические занятия по физической, технической и тактической подготовке проводятся в форме игровых занятий по общепринятой методике. Рекомендуется давать занимающимся

задания на дом для самостоятельного совершенствования физических качеств и индивидуальной техники владения мячом.

В зависимости от возрастных особенностей в планировании занятий по физической подготовке делают акцент на воспитание определённых физических качеств. Для эмоциональности занятий применяются игры, эстафеты и игровые упражнения, включать элементы соревнований.

Следует учитывать, что в процессе занятий, имеющих основную направленность на совершенствование техники и тактики игры, развиваются одновременно и физические способности занимающихся. В учебных играх и соревнованиях по футболу у занимающихся совершенствуется весь комплекс подготовки, необходимый футболисту - его техническая, тактическая, физическая и волевая подготовка.

Цель программы: разносторонняя подготовка и овладение рациональной техникой; приобретение знаний, умений необходимых футболистам; воспитание трудолюбия, дисциплины, взаимопомощи, чувства коллективизма.

Основными задачами программы являются:

Личностные :

- воспитание российской гражданской идентичности.
- формирование осознанного, уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку, его мнению, мировоззрению, готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нем взаимопонимания;
- освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества; участие в школьном самоуправлении и общественной жизни.
- развитие морального сознания и компетентности в решении моральных проблем на основе личностного выбора.
- формирование коммуникативной.
- формирование ценности здорового и безопасного образа жизни; усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения

Метапредметные:

- умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые.
- умение самостоятельно планировать пути достижения целей.
- умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата.
- умение оценивать правильность выполнения задачи, собственные возможности ее решения;
- владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;

Предметные:

- понимание роли и значения физической культуры в формировании личностных качеств, в активном включении в здоровый образ жизни, укреплении и сохранении индивидуального здоровья;
- овладение системой знаний о физическом совершенствовании человека, создание основы для формирования интереса к расширению и углублению знаний по истории развития физической культуры, спорта и олимпийского движения.
- приобретение опыта организации самостоятельных систематических занятий физической

культурой с соблюдением правил техники безопасности и профилактики травматизма-
- расширение опыта организации и мониторинга физического развития и физической подготовленности; формирование умения вести наблюдение за динамикой развития своих основных физических качеств.

Нормативно – правовое обеспечение программы:

-Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. N 273- ФЗ "Об образовании в Российской Федерации"

- Концепция развития дополнительного образования детей. Утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014 г. № 1726-р

- План мероприятий на 2015-2020 годы по реализации Концепции развития дополнительного образования детей (утвержден распоряжением Правительства Российской Федерации от 24.04.2015г. №729-р)

- Приказ Министерства образования и науки РФ от 29 августа 2013 г. No 1008 “Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам”

-«Примерные требования к содержанию и оформлению образовательных программ дополнительного образования детей (письмо Министерства образования РФ от 11.12.2006 N 06-1844)

-Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 4 июля 2014 г. № 41 "Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 "Санитарно- эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей"

-Учебный план МБОУ «Центр внешкольной работы».

Организация и содержание образовательного процесса

Программа рассчитана на 2 года обучения. Возраст обучающихся – 2001-2005 г.р. Программа рассчитана по 144 часа на каждый год обучения. Наполняемость группы 15 человек. Набор обучающихся в объединение «Веселый мяч» осуществлен на добровольном желании обучающихся и их родителей.

Форма занятий:Изучение теоретического материала осуществляется в форме бесед, которые проводятся, как правило, в начале занятий. При изучении теоретического материала следует широко использовать наглядные пособия, киноколяски, видеозаписи, учебные кинофильмы. Практические занятия по физической, технической и тактической подготовке проводятся в форме игровых занятий по общепринятой методике.

Режим занятий: 1-й год обучения - 2 раза в неделю по 2 часа;

2-й год обучения-2 раза в неделю по 2 часа

Методическое обеспечение

- примерные комплексы упражнений;
- комплексы специальных упражнений;
- игровые самомассажи;
- примерные конспекты занятий;

- использование методических видов продукции

- разработки игр, бесед,
- методические разработки для родителей и обучающихся,
- картотека общеразвивающих упражнений для разминки,
- схемы и плакаты освоения технических приемов в футбол,
- электронные приложения,
- «Правила игры в футбол».

Методы обучения:

Ведущими **методами** обучения, рекомендуемыми данной программой являются:

- словесные методы, создающие у обучающихся предварительное представление об изучаемом движении. Для этой цели рекомендуется использовать: объяснение, рассказ, замечания; команды, распоряжения, указания, подсчет и т.д.
- наглядные методы – применяются главным образом в виде показа упражнений. Эти методы помогают создать у учащихся конкретные представления об изучаемых действиях;
- практические методы: метод упражнений, игровой метод, соревновательный.

Главным является метод упражнений, который предусматривает многократное повторение движений. Разучивание упражнений осуществляется двумя способами: - в целом; - по частям. Игровой и соревновательный методы применяются после того, как у учащихся образовались некоторые навыки игры.

Форма обучения: специально организованные занятия; игровые упражнения, групповые, подгрупповые и индивидуальные упражнения по овладению техникой игры с мячом.

Ожидаемые результаты первого года обучения

После года обучения занимающийся в кружке наберёт достаточный уровень общей физической, приобретёт навыки и умения игры в футбол, расширит кругозор и знания по судейству игры в футбол.

Знать:

- значение правильного режима дня юного спортсмена;
- разбор и изучение правил игры в футбол;
- роль капитана команды, его права и обязанности;
- правила использования спортивного инвентаря.

Уметь:

- контролировать и регулировать функциональное состояние организма при выполнении физических упражнений, добиваться оздоровительного эффекта и совершенствования физических кондиций;
- управлять своими эмоциями;
- владеть игровыми ситуациями на поле;

- уметь владеть техникой передвижений, остановок, поворотов, а также техникой ударов по воротам.

Учебный план 1 года обучения

№	Тема раздела	Количество часов
1	Теоретические основы	10
2	Общая и специальная физическая подготовка	40
3	Техническая подготовка	65
4	Тактическая подготовка	29

Учебно-тематический план 1 года обучения

№	Содержание	Кол-во часов			Форма контроля
		Практика	Теория	Всего	
1	Размеры площадки. Основные ошибки. Техника безопасности.	1	1	2	Беседа Практическая работа.
2	Правила соревнований. Обучение ведению мяча по прямой средней частью подъёма.	1	1	2	Беседа Практическая работа.
3-4	Обучение остановке мяча подошвой в процессе ведения. Обучение ударам средней частью подъёма. История возникновения футбола и развитие его в России.	3	1	4	Беседа Практическая работа.
5	Совершенствование ведения мяча по прямой средней частью подъёма.	2		2	Практическая работа.
6	Совершенствование остановки мяча подошвой в процессе ведения. Игра без вратарей.	2		2	Практическая работа.
7	Совершенствование ударов средней частью подъёма. Обучение ударам внутренней частью подошвы.	2		2	Практическая работа.
8	Обучение обманному движению на удар с уходом влево или вправо на месте и в движении.	2		2	Практическая работа.
9	Обучение отбору мяча с выбиванием. Обучение отбору мяча с выпадом.	2		2	Практическая работа.
10	Определение уровня скоростно-силовой подготовленности. (Бег 30м., прыжок в длину с места, метание 5 теннисных мячей на точность.)	2		2	Практическая работа.
11-12	Совершенствование отбора мяча с выпадом. Обучение отбору мяча подкатом. Общий режим дня. Значение правильного режима дня юного спортсмена.	3	1	4	Беседа. Практическая работа.
13	Обучение удару внутренней стороной стопы. Обучение остановке внутренней стороной стопы. Игра без вратарей.	2		2	Практическая работа.

14	Обучение основной стойке в воротах на месте и в движении (приставными шагами, скрестным шагом, прыжком).	2		2	Практическая работа.
15	Обучение приему мяча, катящегося навстречу. Обучение броску мяча на точность.	2		2	Практическая работа.
16	Обучение приему мяча, летящего навстречу и в сторону на высоте груди и живота.	2		2	Практическая работа.
17	Обучение отбиванию высоколетящего мяча кулаками. Совершенствование приема мяча снизу двумя руками над собой и на сетку.	2		2	Практическая работа.
18-19	Удар футбольного мяча на дальность. Преодоление спортивно-технической полосы, включающей ведение мяча 10м, обводку трех стоек на отрезке 12м и удар в цель (2,5 *1,2м) с бм.	3	1	4	Беседа. Практическая работа.
20	Обучение ведению мяча серединой подъема с остановкой его подошвой во время ведения. Подвижная игра с элементами футбола.	2		2	Практическая работа.
21	Встречная эстафета с ведением мяча. Подвижная игра с элементами футбола.	2		2	Практическая работа.
22-23	Обучение ударам средней частью подъема. Совершенствование остановки мяча подошвой. Подвижная игра с элементами футбола.	4		4	Практическая работа.
24-25	Обучение ударам средней частью подъема по неподвижному мячу. Тактические действия. Совершенствование остановки мяча подошвой.	4		4	Практическая работа.
26-27	Совершенствование ударов средней частью подъема по неподвижному мячу. Подвижная игра с элементами футбола.	4		4	Практическая работа.
28-29	Техника ведения, остановки и отбора мяча. Техника ударов по мячу. Преодоление спортивно-технической полосы, включающей ведение мяча 10м, обводку трех стоек на отрезке 12м и удар в ворота с бм.	4		4	Практическая работа.
30-31	Техника ведения, остановки и отбора мяча. Техника ударов по мячу. Тактические действия. Подвижная игра с элементами футбола.	4		4	Практическая работа.
32-33	Техника ведения, остановки и отбора мяча. Техника ударов по мячу. Выбиванию мяча носком у партнера, ведущего мяч сбоку. Отбор мяча выпадом у партнера, ведущего мяч навстречу. Значение физической культуры для подготовки Российских людей к трудовой деятельности и защите Родины.	3	1	4	Беседа. Практическая работа.
34	Подвижная игра с элементами футбола. Сдача нормативов по футболу.	2		2	Тесты
35	Техника ведения, остановки и отбора мяча. Техника ударов по мячу. Подвижные игры. Ведение мяча 10м, обводку трех стоек на отрезке 12м и удар внутренней частью подъема в цель.	2			Практическая работа.
36-37	Техника ведения, остановки и отбора мяча. Техника ударов по мячу. Тактические действия.	4		4	Практическая работа.
38	Техника ведения, остановки и отбора мяча. Техника ударов по мячу.	2		2	Практическая работа.

	Обучение ударам по воротам внутренней частью подъема по катящемуся и прыгающему навстречу мячу спереди и сбоку. Учебная игра.				
39	Обучение ударам внутренней стороной стопы. Техника ведения, остановки и отбора мяча. Техника ударов по мячу. Подвижная игра с элементами футбола.	2		2	Практическая работа.
40	Техника ведения, остановки и отбора мяча. Техника ударов по мячу. Подвижная игра с элементами футбола.	2		2	Практическая работа.
41	Техника ведения, остановки и отбора мяча. Техника ударов по мячу. Обучение ударам головой по подвешенному мячу. Обучение ударам головой по подбрасываемому над собой мячу.	2		2	Практическая работа.
42	Техника ведения, остановки и отбора мяча. Техника ударов по мячу. Обучение вбрасыванию мяча. Учебная игра.	2		2	Практическая работа.
43-44	Совершенствование отбора мяча выпадом. Совершенствование отбора мяча подкатом.	4		4	Практическая работа.
45	Совершенствование передачи и остановки мяча внутренней стороной стопы в парах на месте и в движении. Подвижная игра с элементами футбола.	2		2	Практическая работа.
46	Совершенствование ведения мяча средней частью подъема и остановки подошвой по зрительному сигналу. Подвижная игра с элементами футбола.	2		2	Практическая работа.
47	Удары по не подвижному мячу. Тактика нападения. Подвижная игра с элементами футбола.	2		2	Практическая работа.
48	Совершенствование удара средней частью подъема в цель. Подвижная игра с элементами футбола.	2		2	Практическая работа.
49-50	Совершенствование ударов головой по подвешенному и подброшенному над собой мячу. Личная гигиена: уход за кожей, волосами, ногтями, полостью рта. Вред курения. Подвижная игра с элементами футбола.	3	1	4	Беседа. Практическая работа.
51	Обучение замаху правой ногой влево над неподвижным мячом с последующим переносом за мяч. Обучение замаху правой ногой влево над неподвижным мячом, последующему переносу за мяч, толчку мяча вправо внешней частью подъема и продвижению за мячом. Тактические действия.	2		2	Практическая работа.
52	Совершенствование передачи и остановки мяча внутренней стороной стопы в парах с продвижением. Подвижная игра с элементами футбола.	2		2	Практическая работа.
53	Совершенствование ударов средней частью подъема по катящемуся навстречу мячу. Тактика нападения.	2		2	Практическая работа.
54	Совершенствование передачи и остановки мяча внутренней стороной стопы в парах на месте и в движении. Подвижная игра с элементами футбола.	2		2	Практическая работа.
55-56	Обучение подбиванию мяча. Подвижная игра с элементами футбола. История возникновения футбола и развитие его в России.	3	1	4	Беседа. Практическая работа.

	Чемпионат и кубок Росси по футболу.				
57	Совершенствование удара средней частью подъема в цель. Обучение ведению мяча, обводке стойки с применением ложного замаха на удар, удару по воротам средней частью подъема.	2		2	Практическая работа.
58	Совершенствование передачи мяча внутренней частью подъема с остановками внутренней стороной стопы. Подвижная игра с элементами футбола.	2		2	Практическая работа.
59	Обучение ударам головой в кольцо-мишень с расстояния 2м после набрасывания мяча партнером. Обучение ударам головой в кольцо-мишень с расстояния 2м после подбрасывания мяча над собой. Подвижная игра с элементами футбола.	2		2	Практическая работа.
60	Совершенствование ведения мяча с остановкой по зрительному сигналу.	2		2	Практическая работа.
61	Обучение ведению мяча с остановкой по зрительному сигналу, подхвату мяча и последующему ускорению по второму зрительному сигналу.	2		2	Практическая работа.
62	Обучение ведению мяча с выполнением обманного движения на остановку около стойки. Обучение обводке пассивно атакующего противника при помощи обманного движения на остановку.	2		2	Практическая работа.
63	Вбрасывание мяча партнеру с места из положения ноги вместе для остановки его внутренней стороной стопы. Вбрасывание мяча партнеру с места из положения одна нога впереди для остановки его внутренней стороной стопы.	2		2	Практическая работа.
64	Обучение передаче мяча внутренней частью подъема на ход партнеру для остановки его подошвой или внутренней стороной стопы.	2		2	Практическая работа.
65	Обучение ведению мяча с последующей передачей партнеру, начавшему встречное движение без мяча. Обучение ведению мяча с последующей передачей партнеру, открывающемуся для приема мяча сбоку.	2		2	Практическая работа.
66	Подвижная игра с элементами футбола. Совершенствование ведения мяча, обводки трех стоек с последующим ударом внутренней частью подъема в цель. Тактические действия.	2		2	Практическая работа.
67	Обучение вбрасыванию мяча из положения ноги врозь на ход партнеру, приему мяча партнером, с последующим ведением и ударом внутренней частью подъема в цель.	2		2	Практическая работа.
68	Обучение вбрасыванию мяча из положения ноги врозь на ход партнеру, приему мяча партнером, с последующим ударом по отскочившему от земли мячу в цель. Тактика защиты.	2		2	Практическая работа.
69-70	Совершенствование ведения мяча, обводки трех стоек с применением обманного движения на удар и с последующим ударом средней частью подъема в цель. Совершенствование ведения мяча, обводки стойки и футболиста, выполняющего пассивный отбор мяча, с применением обманного движения на удар и с последующим ударом средней частью подъема в цель.	4		4	Практическая работа

71-72	Определение уровня скоростно-силовой подготовленности. (Бег 30м., прыжок в длину с места, метание 5 теннисных мячей на точность.) Сдача нормативов по футболу. Учебная игра.	4	4	Тесты
		134	10	144 часа

Содержание программы 1 года обучения.

Основы техники безопасности и соблюдение требований охраны труда на занятиях. Правила внутреннего распорядка для обучающихся. Понятие о физической культуре и спорте, спортивная тренировка. Личная и общественная гигиена (гигиенические требования к одежде, обуви, местам занятий: правил личной гигиены).

Общая физическая подготовка.

(развитие быстроты, ловкости, силы, выносливости, гибкости).

Эстафеты встречные и круговые с преодолением полосы препятствий из гимнастических снарядов, переноской, расстановкой и собиранием предметов, переноской груза, метанием в цель, бросками и ловлей мяча, прыжками и бегом в различных сочетаниях перечисленных элементов.

Специальная физическая подготовка

- 1) Упражнения для развития быстроты: упражнения для развития стартовой скорости. Стартовые рывки к мячу с последующим ударом по воротам, в соревнованиях с партнером за овладение мячом. Выполнение элементов техники в быстром темпе
- 2) Упражнения для развития скоростно-силовых качеств: приседания с последующим быстрым выпрямлением. Подскоки и прыжки после приседа. Прыжки на одной и на обеих ногах с продвижением, с преодолением препятствий. Удар по мячу ногой на силу в тренировочную стенку и ворота; удары на дальность. Толчки плечом партнера. Борьба за мяч.
- 3) Упражнения для развития специальной выносливости: повторное выполнение беговых и прыжковых упражнений. То же, но с ведением мяча. Переменный бег (несколько повторений в серии). Кроссы с переменной скоростью. Многократно повторяемые специальные технико-тактические упражнения. Игровые упражнения с мячом большой интенсивности, тренировочные игры с увеличенной продолжительностью. Игры с уменьшенным по численности составом.
- 4) Упражнения для развития ловкости: прыжки вверх с поворотом и имитацией удара головой или ногами. Кувырки вперед и назад, в сторону через правое и левое плечо.

Техническая подготовка.

Техника передвижения: бег обычный, спиной вперед, скрестным и приставным шагом. Бег но прямой, дугам, с изменением направления и скорости. Прыжки: вверх, вверх-вперед, вверх-назад, вверх-вправо, вверх-влево, толчком двумя ногами и толчком одной ногой на месте и в движении. Различные сочетания приемов бега с прыжками, поворотами и резкими остановками.

Удары по мячу ногой: удары внутренней и внешней стороной стопы, внутренней и средней частью подъема на месте и в движении покатящимся с различными направлениями мячам. Удары внутренней стороной стопы и средней частью подъема по прыгающему и летящему мячу. 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 ноги партнеру, на ход двигающемуся партнеру.

Остановка мяча: остановка мяча ногой: подошвой и внутренней стороной стопы катящегося и опускающегося мяча - на месте, в движении вперед и назад. Остановки с переводом в стороны, подготавливая мяч для последующих действий и закрывая его туловищем от соперника.

Ведение мяча: ведение ногой внутренней частью подъема, внешней частью подъема, средней частью подъема. Ведение левой, правой ногой по прямой, с изменением направления движения, между стоек и движущихся партнеров; изменением скорости движения, выполняя ускорения и рывки, не теряя контроль над мячом.

Отбор мяча: отбор мяча при единоборстве с соперником, при атаке соперника спереди или сбоку, применяя выбивание мяча «ударом ногой», «остановкой ногой» в выпаде.

Введение мяча из-за боковой линии: Введение с места из аута.

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 в зависимости от игровой ситуации.

Групповые действия.

Взаимодействия двух и более игроков. Уметь точно и своевременно выполнить передачу в ноги партнеру, на свободное место, на удар; короткую или среднюю передачи, низом или верхом. Комбинация «игра в стенку».

Выполнять простейшие комбинации при стандартных положениях: в начале игры, угловом, штрафном и свободном ударах.

Тактическая подготовка.

Понятие о тактической системе и стиле игры. проведённых учебных игр: положительные моменты в ходе игры, ошибки, оценка игры каждого футболиста и команды в целом.

Упражнения для развития умения «видеть поле». Игра в «пятнашки» в парах на ограниченной площади.

Тактика нападения.

Групповые действия. Комбинации в парах: «стенка», «скрещивание». Начинать и развивать атаку из стандартных положений. Командные действия. Уметь выполнять обязанности в атаке на своём игровом месте.

Тактика защиты. Индивидуальные действия. Противодействие маневрированию, т. е. осуществлять «закрывание» и препятствовать сопернику в получении мяча. Совершенствование в «перехвате» мяча. В зависимости от игровой обстановки применять отбор мяча изученным

способом. Групповые действия. Организация и построение «стенки». Комбинация с участием вратаря.

Календарный учебный график 1 года обучения

№	Месяц	Чи сло	Время провед ения заняти й	Форма занятия	Кол. часо в	Тема курса	Место проведен ия	Форма аттестации, контроля
1.	Сентябрь			Практика	2ч.	Техника безопасности. Правила . Основные ошибки	Спортзал	Беседа Практика
2.				Практика	2ч.	Правила соревнований. Техника ведения мяча.	Спортзал	Беседа Практическая работа
3.				Практика	2ч.	Техника остановки мяча. История возникновения футбола и развитие его в России.	Спортзал	Практическая работа
4.				Практика	2ч.	Техника остановки мяча. История возникновения футбола и развитие его в России.	Спортзал	Практическая работа
5.				Практика	2ч.	Совершенствование ведения мяча по прямой средней частью подъёма.	Спортзал	Практическая работа
6.				Практика	2ч.	Совершенствование остановки мяча подошвой в процессе ведения	Спортзал	Практическая работа
7.				Практика	2ч.	Техника ударов по мячу.	Спортзал	Практическая работа
8.				Практика	2ч.	Обманное движение на удар с уходом влево или вправо на месте и в движении.	Спортзал	Практическая работа
9.				Практика	2ч.	Отбор мяча.	Спортзал	Практическая работа
10.	Октябрь			Практика	2ч.	Определение уровня скоростно-силовой подготовленности.	Спортзал	Практическая работа
11.				Практика	2ч.	Отбор мяча. Общий режим дня. Значение правильного режима дня юного спортсмена.	Спортзал	Беседа. Практическая работа.
12.				Практика	2ч.	Отбор мяча. Общий режим дня. Значение правильного режима	Спортзал	Беседа. Практическая работа.

						дня юного		
13.				Практика	2ч.	Техника остановки мяча. Игра без вратарей.	Спортзал	Практическая работа
14.				Практика	2ч.	Техника основной стойки в воротах на месте и в движении.	Спортзал	Практическая работа
15.				Практика	2ч.	Техника приема мяча.	Спортзал	Практическая работа
16.				Практика	2ч.	Техника приема мяча	Спортзал	Практическая работа
17.				Практика	2ч.	Техника приема мяча снизу.	Спортзал	Практическая работа
18.				Практика	2ч.	Преодоление спортивно-технической полосы.	Спортзал	Практическая работа
19.	Ноябрь			Практика	2ч.	Преодоление спортивно-технической полосы.	Спортзал	Практическая работа
20.				Практика	2ч.	Техника ведения мяча.	Спортзал	Практическая работа
21.				Практика	2ч.	Встречная эстафета с ведением мяча.	Спортзал	Практическая работа
22.				Практика	2ч.	Совершенствование остановки мяча подошвой.	Спортзал	Практическая работа
23.				Практика	2ч.	Подвижная игра с элементами футбола.	Спортзал	Практическая работа
24.				Практика	2ч.	Тактические действия. Совершенствование остановки мяча подошвой.	Спортзал	Практическая работа
25.				Практика	2ч.	Совершенствование ударов средней частью подъема по неподвижному мячу.	Спортзал	Практическая работа
26.				Практика	2ч.	Подвижная игра с элементами футбола	Спортзал	Практическая работа
27.	Декабрь			Практика	2ч.	Техника удара по неподвижному мячу.	Спортзал	Практическая работа
28.				Практика	2ч.	Техника ведения, остановки и отбора мяча. Техника ударов по мячу.	Спортзал	Практическая работа
29.				Практика	2ч.	. Преодоление спортивно-технической полосы	Спортзал	Практическая работа
30.				Практика	2ч.	Техника ведения,	Спортзал	Практическая

						остановки и отбора мяча. Техника ударов по мячу. Тактические действия.		работа
31.				Практика	2ч.	Техника ведения, остановки и отбора мяча. Техника ударов по мячу. Тактические действия.	Спортзал	Практическая работа
32.				Практика	2ч.	Отбор мяча выпадам у партнера, ведущего мяч навстречу. Значение физической культуры для подготовки	Спортзал	Беседа. Практическая работа
33.				Практика	2ч.	Техника ведения, остановки и отбора мяча. Техника ударов по мячу.	Спортзал	Практическая работа
34.				Практика	2ч.	Подвижная игра с элементами футбола. Сдача нормативов по футболу.	Спортзал	Тестирование
35.				Практика	2ч.	Техника ведения, остановки и отбора мяча. Техника ударов по мячу	Спортзал	Практическая работа
36.	Январь			Практика	2ч.	Техника ударов по мячу. Тактические действия.	Спортзал	Практическая работа
37.				Практика	2ч.	Техника ведения, остановки и отбора мяча. Тактические действия.	Спортзал	Практическая работа
38.				Практика	2ч.	Техника ведения, остановки и отбора мяча. Техника ударов по мячу.	Спортзал	Практическая работа
39.				Практика	2ч.	Техника ведения, остановки и отбора мяча. Техника ударов по мячу.	Спортзал	Практическая работа
40.				Практика	2ч.	Техника ведения, остановки и отбора мяча. Техника ударов по мячу.	Спортзал	Практическая работа
41.				Практика	2ч.	Техника ведения, остановки и отбора мяча. Техника ударов по мячу	Спортзал	Практическая работа
42.				Практика	2ч.	Техника ведения, остановки и отбора мяча. Техника ударов	Спортзал	Практическая работа

						по мячу.		
43.	Февраль			Практика	2ч.	Совершенствование отбора мяча подкатом.	Спортзал	Практическая работа
44.				Практика	2ч.	Совершенствование отбора мяча выпадам.	Спортзал	Практическая работа
45.				Практика	2ч.	Совершенствование передачи и остановки мяча .	Спортзал	Практическая работа
46.				Практика	2ч.	Совершенствование ведения мяча средней частью подъема и остановки.	Спортзал	Практическая работа
47.				Практика	2ч.	Удары по не подвижному мячу. Тактика нападения.	Спортзал	Практическая работа
48.				Практика	2ч.	Совершенствование удара средней частью подъема в цель.	Спортзал	Практическая работа
49.				Практика	2ч.	Совершенствование ударов головой по подвешенному и подброшенному над собой мячу. Личная гигиена	Спортзал	Беседа. Практическая работа
50.	Март			Практика	2ч.	Подвижная игра с элементами футбола.	Спортзал	Практическая работа
51.				Практика	2ч.	Тактические действия.	Спортзал	Практическая работа
52.				Практика	2ч.	Совершенствование передачи и остановки мяча внутренней стороной стопы в парах с продвижением. Подвижная игра с элементами футбола.	Спортзал	Практическая работа
53.				Практика	2ч.	Тактика нападения.	Спортзал	Практическая работа
54.				Практика	2ч.	Совершенствование передачи и остановки мяча внутренней стороной стопы в парах на месте и в движении	Спортзал	Практическая работа
55.				Практика	2ч.	Обучение подбиванию мяча. Подвижная игра с элементами футбола. История возникновения футбола	Спортзал	Беседа. Практическая работа
56.				Практика	2ч.	Обучение ведению мяча, обводке стойки	Спортзал	Практическая работа

57.				Практика	2ч.	Совершенствование передачи мяча внутренней частью подъем	Спортзал	Практическая работа
58.				Практика	2ч.	Обучение ударам головой в кольцо-мишень	Спортзал	Практическая работа
59.	Апрель			Практика	2ч.	Совершенствование ведения мяча с остановкой по зрительному сигналу.	Спортзал	Практическая работа
60.				Практика	2ч.	Совершенствование ведения мяча с остановкой по зрительному сигналу.	Спортзал	Практическая работа
61.				Практика	2ч.	Обучение ведению мяча с остановкой по зрительному сигналу, подхвату мяча	Спортзал	Беседа. Практическая работа
62.				Практика	2ч.	Обучение обводке пассивно атакующего противника	Спортзал	Практическая работа
63.				Практика	2ч.	Вбрасывание мяча партнеру.	Спортзал	Практическая работа
64.				Практика	2ч.	Обучение передаче мяча внутренней частью подъема на ход партнеру	Спортзал	Практическая работа
65.				Практика	2ч.	Обучение ведению мяча с последующей передачей партнеру.	Спортзал	Практическая работа
66.				Практика	2ч.	Тактические действия	Спортзал	Практическая работа
67.	Май			Практика	2ч.	Прием мяча партнером, с последующим ведением и ударом внутренней частью подъема в цель.	Спортзал	Беседа. Практическая работа
68.				Практика	2ч.	Тактика защиты.	Спортзал	Практическая работа
69.				Практика	2ч.	Ведение мяча, обводка стоек.	Спортзал	Практическая работа
70.				Практика		Ведение мяча, обводка стоек.	Спортзал	Практическая работа
71.				Практика		Определение уровня скоростно-силовой подготовленности.	Спортзал	Практическая работа
72.				Практика		Сдача нормативов по футболу.	Спортзал	Тестирование

Ожидаемые результаты второго года обучения

-технически и тактически правильно осуществлять двигательные действия при игре в мини-футбол.

- проводить самостоятельные занятия;
- управлять своими эмоциями;
- соблюдать правила безопасности и профилактики травматизма;
- правильно пользоваться спортивным инвентарем.

Учебный план 2 года обучения

№	Тема раздела	Количество часов
1	Теоретические основы	9
2	Общая и специальная физическая подготовка	40
3	Техническая подготовка	65
4	Тактическая подготовка	30

Учебно-тематический план 2 года обучения

№ урока	Содержание	Кол-во часов			Форма контроля
		Практика	Теория	Всего	
1	Вводное занятие. Инструктаж по ТБ.	1	1	2	Беседа. Практическая работа.
2	Обучение ударам головой по воротам с расстояния 3м после набрасывания мяча партнером. Обучение ударам головой по воротам с расстояния 2м после подбрасывания мяча над собой. Учебная игра.	2		2	Практическая работа.
3-4	Сдача нормативов ОФП. Учебная игра.	4		4	Практическая работа.
5	Обучение остановке мяча грудью и бедром. Учебная игра.				Практическая работа.
6-7	Обучение ведению мяча по прямой с имитацией остановки подошвой по зрительному сигналу. Учебная игра.	4		4	Практическая работа.
8	Подвижная игры с элементами футбола. Учебная игра	2		2	Практическая работа.
9	Обучение развитию атаки флангом крайним защитником и нападающим. Учебная игра.	2		2	Практическая работа.
10	Обучение приему мяча, катящегося навстречу по земле и летящего навстречу на уровне живота и груди. Игра в ручной мяч.	2		2	Практическая работа.
11-12	Обучение приему мяча, летящего выше уровня головы навстречу вратарю. Обучение приему мяча, летящего выше уровня головы сбоку от вратаря.	2		2	Практическая работа.

	Обучение вбрасыванию мяча на точность. Игра в ручной мяч.				
13	Определение уровня скоростно-силовой подготовленности (Удар футбольного мяча на дальность. Преодоление спортивно-технической полосы, включающей ведение мяча 10м, обводку трех стоек на отрезке 12м и удар в цель (2,5 * 1,2м) с бм.	2		2	Практическая работа.
14	Просмотр кинофильма на спортивную тематику. (Играй как Бэкхем, Тренер, Мы чемпионы)		2		Практическая работа.
15	Совершенствование приему мяча, летящего выше уровня головы навстречу вратарю; приему мяча, летящего выше уровня головы сбоку от вратаря; вбрасыванию мяча на точность. Игра в ручной мяч.	2		2	Практическая работа.
16-17	Обучение ударам по мячу средней частью подъема с рук на дальность. Техника ударов по мячу. Обучение вбрасыванию мяча. Игра в ручной мяч.	3	1	4	Беседа. Практическая работа.
18	Совершенствование : ударам по мячу средней частью подъема с рук на дальность; ударам по мячу средней частью подъема после отскока мяча от земли на дальность; вбрасыванию мяча рукой из-за головы на точность вбрасыванию мяча рукой снизу на точность..	2		2	Практическая работа.
19	Тактика защиты: индивидуальные действия. Выбор места игроков на поле (по схемам). Групповые действия, взаимодействия игроков на поле (нападения и защиты). Командные действия.	2		2	Практическая работа.
20	Определение игровой ситуации, целесообразной для использования ведения мяча, выбор способа и направления ведения.	2		2	Практическая работа.
21	Групповые действия. Взаимодействие двух и более игроков.	2		2	Практическая работа.
22-23	Отработка тактики свободного нападения, ударов из различных положений. Комбинации из освоенных элементов техники передвижений, применение их в игре.	4		4	Практическая работа.
24-25	Игры на развитие ориентации и мышления. Чеканка мяча через стойку. Ввод мяча вратаря ударом ногой. Двусторонняя учебная игра.	2		2	Практическая работа.
26-27	Эстафеты на закрепление и совершенствование технических приемов.Отбор мяча перехватом, тактика игры 2 против.технические приемы, прием мяча грудью. Двусторонняя учебная игра.	3	1	4	Беседа. Практическая работа.
28-29	Обучение финтам, салки вокруг столба, бег в квадрате. Эстафета на закрепление изученных финтов. Изучение техники игры вратаря, точный бросок в цель,теннисбол.	4		4	Практическая работа.
30-31	Отбор мяча перехватом в движение, бег с препятствиями. Ввод мяча вратарем рукой, чеканка мяча, квадрат. Отработка тактики свободного нападения, ударов из различных положений.	4		4	Практическая работа.
32-33	Отбор мяча перехватом в движение, бег	3	1	4	Беседа.

	спрепятствиями. Ввод мяча вратарем рукой, чеканка мяча, квадрат.				Практическая работа.
34	Тактическая подготовка, перебежки, треугольник, три колонны.	2		2	Практическая работа.
35	Эстафета дриблеров, двусторонняя учебная игра.	2		2	Практическая работа.
36	Игра на опережение, старты из различных положений. Общеразвивающие упражнения без предметов, силовая подготовка.	2		2	Практическая работа.
37	Футбол без ворот, теннисбол, гандбол.	2		2	Практическая работа.
38	Тренировка меткости.	2		2	Практическая работа.
39	Ведение + удар по воротам, квадрат. Двусторонняя игра.	2		2	Практическая работа.
40	Изучение финтов, применение при сопротивлении защитника.	2		2	Практическая работа.
41	Удары – с разбега, с места, с подачи партнера, с одного шага. Двусторонняя учебная игра.	2		2	Практическая работа.
42	Зонный метод обороны. Отбор мяча у соперника при единоборстве перехватом, выбиванием, толчком плеча.	2		2	Практическая работа.
43-44	Игры, развивающие физические способности. Бег с остановками и изменением направления.	4		4	Практическая работа.
45	Тактическая подготовка, перебежки, треугольник, три колонны. Эстафета дриблеров, двусторонняя учебная игра	4		4	Практическая работа.
46	Обводки (с изменением скорости и направления движения с мячом, изученные финты) в зависимости от игровой ситуации.	2		2	Практическая работа.
47	Подвижные игры с элементами футбола				Практическая работа.
48	Скоростно-силовая подготовка. Эстафеты.	2		2	Практическая работа.
49-50	Тактика защиты: индивидуальные действия. Выбор места игроков на поле (по схемам).	3	1	4	Беседа. Практическая работа.
51	Техника ведения, остановки и отбора мяча. Техника ударов по мячу.	2		2	Практическая работа.
52	Зонный метод обороны. Отбор мяча у соперника при единоборстве перехватом, выбиванием, толчком плеча.	2		2	Практическая работа.
53	Тактика защиты: индивидуальные действия. Выбор места игроков на поле (по схемам).	2		2	Практическая работа.
54	Анализ деталей техники работы с мячом, обучение элементам техники от частного к общему.	1	1	2	Беседа. Практическая работа.
55-56	Совершенствование игровых индивидуальных, групповых и командных тактических действий.судейское руководство игрой, оформление протокола игры.	3	1	4	Беседа. Практическая работа.
57	Игра по избранной тактической системе, учитывая индивидуальные особенности игроков.	2		2	Практическая работа.

58	Просмотр кинофильмов.	2		2	Практическая работа.
59	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 в зависимости от игровой ситуации.	2		2	Практическая работа.
60	Групповые действия. Взаимодействие с партнёрами, используя короткие и средние передачи. Комбинации в парах: «стенка», «скрещивание».	2		2	Практическая работа.
61	Совершенствование ведения мяча, обводки трех стоек с применением обманного движения на удар и с последующим ударом средней частью подъема в цель.	2		2	Практическая работа.
62	Совершенствование ведения мяча, обводки стойки и футболиста, выполняющего пассивный отбор мяча, с применением обманного движения на удар и с последующим ударом средней частью подъема в цель	2		2	Практическая работа.
63	Отбор мяча перехватом, тактика игры 2 против. Изучение технических приемов	2		2	Практическая работа.
64	Футбол без ворот, теннисбол, гандбол.	2		2	Практическая работа.
65	Игра по избранной тактической системе, учитывая индивидуальные особенности игроков.	2		2	Практическая работа.
66	Тактическая подготовка, перебежки, треугольник, три колонны.				Практическая работа.
67	Командные действия. Выполнение обязанности в атаке на своём игровом месте.	2		2	Практическая работа.
68	Противодействие маневрированию, т. е. осуществлять «закрывание» и препятствовать сопернику в получении мяча. Совершенствование в «перехвате» мяча.	2		2	Практическая работа.
69-70	Сдача нормативов ОФП.	4		4	Практическая работа.
71-72	Учебные и тренировочные игры.	4		4	Практическая работа.
		135	9	144 часа	

Содержание программы 2 года обучения.

Основы техники безопасности и соблюдение требований охраны труда на занятиях. Правила внутреннего распорядка для обучающихся. Понятие о физической культуре и спорте, спортивная тренировка (физический культура, как средство всестороннего развития личности). Личная и общественная гигиена (гигиенические требования к одежде, обуви, местам занятий: правил личной гигиены, режим дня, сна, отдыха; уход за телом, полостью рта: профилактика вредных привычек: правила поведения и безопасности при выполнении физических упражнений; основные правила закаливания.

Общая физическая подготовка.

(развитие быстроты, ловкости, силы, выносливости, гибкости).

Эстафеты встречные и круговые с преодолением полосы препятствий из гимнастических снарядов, переноской, расстановкой и собиранием предметов, переноской груза, метанием в цель, бросками и ловлей мяча, прыжками и бегом в различных сочетаниях перечисленных элементов. Легкоатлетические упражнения.

Прыжки в длину с места и с разбега. Метание малого мяча на дальность и в цель.

Специальная физическая подготовка

1) Упражнения для развития быстроты:

Упражнения для развития стартовой скорости. Стартовые рывки к мячу с последующим ударом по воротам, в соревнованиях с партнером за овладение мячом.

Упражнения для развития дистанционной скорости.

Упражнения для развития скорости переключения от одного действия к другому.

Выполнение элементов техники в быстром темпе

2) Упражнения для развития скоростно-силовых качеств:

Приседания с последующим быстрым выпрямлением. Подскоки и прыжки после приседа. Прыжки на одной и на обеих ногах с продвижением, с преодолением препятствий. Прыжки по ступенькам с максимальной скоростью. Прыжки в глубину. Беговые и прыжковые упражнения, выполняемые в гору, по песку, опилкам, -эстафеты с элементами бега, прыжков, переносом тяжестей. Разнообразные прыжки со скакалкой. Вбрасывание футбольного мяча на дальность. Удар по мячу ногой на силу в тренировочную стенку и ворота; удары на дальность.

Толчки плечом партнера. Борьба за мяч.

3) Упражнения для развития специальной выносливости:

Повторное выполнение беговых и прыжковых упражнений. То же, но с ведением мяча. Переменный бег (несколько повторений в серии). Кроссы с переменной скоростью.

Многokrатно повторяемые специальные технико-тактические упражнения. Игровые упражнения с мячом большой интенсивности, тренировочные игры с увеличенной продолжительностью. Игры с уменьшенным по численности составом.

4) Упражнения для развития ловкости:

Прыжки вверх с поворотом и имитацией удара головой или ногами. Кувырки вперед и назад, в сторону через правое и левое плечо. Парные и групповыми упражнения с ведением мяча, обводкой стоек, обманными движениями. Эстафеты с элементами акробатики. Подвижные игры типа «Живая цель», «Салки мячом», «Ловля парами» и др.

Техническая подготовка.

Техника передвижения:

Бег обычный, спиной вперед, скрестным и приставным шагом. Бег но прямой, дугам, с изменением направления и скорости.

Прыжки: вверх, вверх-вперед, вверх-назад, вверх-вправо, вверх-влево, толчком двумя ногами и толчком одной ногой на месте и в движении. Повороты переступанием, прыжком, на опорной ноге; в стороны, назад: на месте и в движении.

Остановки выпадом и прыжком (на одну ногу, на две ноги) во время движения.

Различные сочетания приемов бега с прыжками, поворотами и резкими остановками.

Удары по мячу ногой:

Удары внутренней и внешней стороной стопы, внутренней и средней частью подъема на месте и в движении покатящимся с различными направлениями мячам. Удары внутренней стороной стопы и средней частью подъема по прыгающему и летящему мячу. 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 ноги партнеру, на ход двигающемуся партнеру.

Остановка мяча:

Остановка мяча ногой: подошвой и внутренней стороной стопы катящегося и опускающегося мяча - на месте, в движении вперед и назад. Остановки с переводом в стороны, подготавливая мяч для последующих действий и закрывая его туловищем от соперника.

Ведение мяча:

Ведение ногой внутренней частью подъема, внешней частью подъема, средней частью подъема. Ведение левой, правой ногой по прямой, с изменением направления движения, между стоек и движущихся партнеров; изменением скорости движения, выполняя ускорения и рывки, не теряя контроль над мячом.

Отбор мяча:

Отбор мяча при единоборстве с соперником, при атаке соперника спереди или сбоку, применяя выбивание мяча «ударом ногой», «остановкой ногой» в выпаде.

Введение мяча из-за боковой линии: Введение с места из аута.

Индивидуальные действия без мяча.

Правильное расположение на футбольном поле. Умение ориентироваться, реагировать соответствующим образом на действия 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 в зависимости от игровой ситуации.

Групповые действия.

Взаимодействия двух и более игроков. Уметь точно и своевременно выполнить передачу в ноги партнеру, на свободное место, на удар; короткую или среднюю передачи, низом или верхом. Комбинация «игра в стенку».

Выполнять простейшие комбинации при стандартных положениях: в начале игры, угловом, штрафном и свободном ударах.

Тактическая подготовка.

Понятие о тактической системе и стиле игры. проведённых учебных игр: положительные моменты в ходе игры, ошибки, оценка игры каждого футболиста и команды в целом.

Упражнения для развития умения «видеть поле». Игра в «пятнашки» в парах на ограниченной площади.

Тактика нападения.

Групповые действия. Комбинации в парах: «стенка», «скрещивание». Начинать и развивать атаку из стандартных положений.

Командные действия. Уметь выполнять обязанности в атаке на своём игровом месте.

Тактика защиты.

Индивидуальные действия. Противодействие маневрированию, т. е. осуществлять «закрывание» и препятствовать сопернику в получении мяча. Совершенствование в «перехвате» мяча. В зависимости от игровой обстановки применять отбор мяча изученным способом.

Групповые действия. Организация и построение «стенки». Комбинация с участием вратаря.

Учебные и тренировочные игры, совершенствуя индивидуальные, групповые и командные тактические действия.

Календарный учебный график 2 года обучения

№	Месяц	Чи сло	Время провед ения заняти й	Форма занятия	Кол. часо в	Тема курса	Место проведен ия	Форма аттестации, контроля
1.	Сентябрь			Практика	2ч.	Техника безопасности. Правила	Спортзал	Беседа Практика
2.				Практика	2ч.	Техника ведения мяча.	Спортзал	Беседа Практическая работа
3.				Практика	2ч.	Учебная игра.	Спортзал	Практическая работа
4.				Практика	2ч.	Учебная игра	Спортзал	Практическая работа
5.				Практика	2ч.	Техника остановки мяча грудью и бедром.	Спортзал	Практическая работа
6.				Практика	2ч.	Совершенствование обманного движения на остановку мяча во время ведения.	Спортзал	Практическая работа
7.				Практика	2ч.	Техника ударов по мячу.	Спортзал	Практическая работа
8.				Практика	2ч.	Подвижная игры с элементами футбола. Учебная игра	Спортзал	Практическая работа
9.				Практика	2ч.	Прием мяча.	Спортзал	Практическая работа
10.	Октябрь			Практика	2ч.	Игра в ручной мяч.	Спортзал	Практическая работа
11.				Практика	2ч.	Отбор мяча. Общий режим дня. Значение правильного режима дня юного спортсмена.	Спортзал	Беседа. Практическая работа.
12.				Практика	2ч.	Отбор мяча. Общий режим дня. Значение правильного режима дня юного	Спортзал	Беседа. Практическая работа.
13.				Практика	2ч.	Определение уровня скоростно-силовой подготовленности.	Спортзал	Практическая работа
14.				Практика	2ч.	Просмотр кинофильма на спортивную тематику. (Играй как Бэкхем, Тренер, Мы	Каб. Информат ики.	Практическая работа

						чемпионы)		
15.				Практика	2ч.	Техника приема мяча.	Спортзал	Практическая работа
16.				Практика	2ч.	Техника приема мяча	Спортзал	Практическая работа
17.				Практика	2ч.	Техника приема мяча снизу.	Спортзал	Практическая работа
18.				Практика	2ч.	Техника ударов по мячу..	Спортзал	Практическая работа
19.	Ноябрь			Практика	2ч.	Тактика защиты: индивидуальные действия.	Спортзал	Практическая работа
20.				Практика	2ч.	Определение игровой ситуации, целесообразной для использования ведения мяча, выбор способа и направления ведения.	Спортзал	Практическая работа
21.				Практика	2ч.	Групповые действия. Взаимодействие двух и более игроков.	Спортзал	Практическая работа
22.				Практика	2ч.	Отработка тактики свободного нападения, ударов из различных положений.	Спортзал	Практическая работа
23.				Практика	2ч.	Комбинации из освоенных элементов техники передвижений, применение их в игре.	Спортзал	Практическая работа
24.				Практика	2ч.	Ввод мяча вратаря ударом ногой. Двусторонняя учебная игра.	Спортзал	Практическая работа
25.				Практика	2ч.	Игры на развитие ориентации и мышления. Чеканка мяча через стойку..	Спортзал	Практическая работа
26.				Практика	2ч.	Подвижная игра с элементами футбола	Спортзал	Практическая работа
27.	Декабрь			Практика	2ч.	Техника удара по неподвижному мячу.	Спортзал	Практическая работа
28.				Практика	2ч.	Финты.	Спортзал	Практическая работа
29.				Практика	2ч.	. Преодоление спортивно-	Спортзал	Практическая работа

						технической полосы		
30.				Практика	2ч.	Тактика свободного нападения, ударов из различных положений.	Спортзал	Практическая работа
31.				Практика	2ч.	Техника ведения, остановки и отбора мяча. Техника ударов по мячу. Тактические действия.	Спортзал	Практическая работа
32.				Практика	2ч.	Ввод мяча вратарем рукой, чеканка мяча, квадрат.	Спортзал	Беседа. Практическая работа
33.				Практика	2ч.	Техника ведения, остановки и отбора мяча. Техника ударов по мячу.	Спортзал	Практическая работа
34.				Практика	2ч.	Отбор мяча перехватом в движение, бег спрепятствиями Сдача нормативов по футболу.	Спортзал	Тестирование
35.				Практика	2ч.	Эстафета дриблеров, двусторонняя учебная игра.	Спортзал	Практическая работа
36.	Январь			Практика	2ч.	Техника ударов по мячу. Тактические действия.	Спортзал	Практическая работа
37.				Практика	2ч.	Футбол без ворот, теннисбол, гандбол.	Спортзал	Практическая работа
38.				Практика	2ч.	Тренировка меткости.	Спортзал	Практическая работа
39.				Практика	2ч.	Техника ведения, остановки и отбора мяча. Техника ударов по мячу.	Спортзал	Практическая работа
40.				Практика	2ч.	Изучение финтов, применение при сопротивлении защитника.	Спортзал	Практическая работа
41.				Практика	2ч.	Техника ведения, остановки и отбора мяча. Техника ударов по мячу	Спортзал	Практическая работа
42.				Практика	2ч.	Зонный метод обороны.	Спортзал	Практическая работа
43.	Февраль			Практика	2ч.	Совершенствование отбора мяча подкатом.	Спортзал	Практическая работа
44.				Практика	2ч.	Совершенствование отбора мяча выпадам.	Спортзал	Практическая работа
45.				Практика	2ч.	Совершенствование передачи и остановки	Спортзал	Практическая работа

						мяча .		
46.				Практика	2ч.	Обводки (с изменением скорости и направления движения с мячом, изученные финты)	Спортзал	Практическая работа
47.				Практика	2ч.	Удары по не подвижному мячу. Тактика нападения.	Спортзал	Практическая работа
48.				Практика	2ч.	Скоростно-силовая подготовка. Эстафеты.	Спортзал	Практическая работа
49.				Практика	2ч.	Тактика защиты: индивидуальные действия. Выбор места игроков на поле (по схемам).	Спортзал	Беседа. Практическая работа
50.	Март			Практика	2ч.	Тактика защиты: индивидуальные действия..	Спортзал	Практическая работа
51.				Практика	2ч.	Техника ведения, остановки и отбора мяча. Техника ударов по мячу.	Спортзал	Практическая работа
52.				Практика	2ч.	Зонный метод обороны.	Спортзал	Практическая работа
53.				Практика	2ч.	Тактика защиты: индивидуальные действия. Выбор места игроков на поле (по схемам).	Спортзал	Практическая работа
54.				Практика	2ч.	Анализ деталей техники работы с мячом, обучение элементам техники от частного к общему.	Спортзал	Беседа. Практическая работа
55.				Практика	2ч.	Обучение подбиванию мяча. Подвижная игра с элементами футбола. История возникновения футбола	Спортзал	Беседа. Практическая работа
56.				Практика	2ч.	Обучение ведению мяча, обводке стойки	Спортзал	Практическая работа
57.				Практика	2ч.	Игра по избранной тактической системе, учитывая индивидуальные особенности игроков.	Спортзал	Практическая работа
58.				Практика	2ч.	Просмотр кинофильмов.	Каб. информат	Практическая работа

							ики	
59.	Апрель			Практика	2ч.	Применение необходимого способа остановок в зависимости от направления, траектории и скорости мяча.	Спортзал	Практическая работа
60.				Практика	2ч.	Групповые действия.	Спортзал	Практическая работа
61.				Практика	2ч.	Обучение ведению мяча с остановкой по зрительному сигналу, подхвату мяча	Спортзал	Беседа. Практическая работа
62.				Практика	2ч.	Обучение обводке пассивно атакующего противника	Спортзал	Практическая работа
63.				Практика	2ч.	Отбор мяча перехватом, тактика игры 2 против. Изучение технических приемов	Спортзал	Практическая работа
64.				Практика	2ч.	Футбол без ворот, теннисбол, гандбол.	Спортзал	Практическая работа
65.				Практика	2ч.	Игра по избранной тактической системе, учитывая индивидуальные особенности игроков.	Спортзал	Практическая работа
66.				Практика	2ч.	Тактические действия	Спортзал	Практическая работа
67.	Май			Практика	2ч.	Командные действия. Выполнение обязанности в атаке на своём игровом месте.	Спортзал	Беседа. Практическая работа
68.				Практика	2ч.	Противодействие маневрированию	Спортзал	Практическая работа
69.				Практика	2ч.	Командные действия.	Спортзал	Практическая работа
70.				Практика		Противодействие маневрированию	Спортзал	Практическая работа
71.				Практика		Сдача нормативов ОФП.	Спортзал	Тестирование
72.				Практика		Учебные и тренировочные игры.	Спортзал	Практическая работа

Диагностические критерии:

Низкий уровень: неуверенно выполняет сложные упражнения с мячом. Не замечает своих ошибок. Не обращает внимание на качество действий с мячом. Не соблюдает заданный темп и ритм с мячом.

Средний уровень: технически правильно выполняет большинство упражнений с мячом. Верно оценивает движения сверстников, иногда замечает собственные ошибки. Не совсем уверенно и точно выполняет действия с мячом в заданном темпе.

Высокий уровень: уверенно, точно, технически правильно, в заданном темпе и ритме выполняет упражнения с мячом. Способен придумать новые варианты действий с мячом.

При мониторинге уровня обученности и воспитанности обучающихся

используются методы отслеживания результативности:

- педагогическое наблюдение;
- педагогический анализ результатов тестирования, зачётов, участия в соревнованиях, матчах. Два раза в год.

Условия реализации программы

Спортивный зал

спортивный инвентарь и оборудование:

- набивные мячи-3 шт.
- гимнастическая стенка
- табло для подсчёта очков
- волейбольный, футбольный мячи – 17 шт.
-

Форма организации детей на занятии: групповая, игровая, индивидуально-игровой, в парах.

Форма проведения занятий: индивидуальное, практическое, комбинированное, соревновательное.

Список используемой литературы

1. Андреев С.Н., Алиев Э.Г., Левин В.С., Еременко К.В. - Примерная программа спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва. Коллектив авторов-составителей: 2012 ;
2. Голомазов С.В. Футбол. Методика тренировки «техники реализации стандартных положений» (Текст): Уч.-методич. пособие/ С.В. Голомазов, Б.Г. Чирва. – М.: ТВТ Дивизион, 2014. – 128 с.
3. Голомазов С.В. Футбол. Теоретические основы совершенствования точности действий с мячом (Текст): Уч.-методич. пособие/ С.В. Голомазов, Б.Г. Чирва. - М.: ТВТ Дивизион, 2013. – 112 с.
4. Голомазов С.В. Футбол. Теоретические основы и методика контроля технического мастерства (Текст): Уч.-методич. пособие/ С.В. Голомазов, Б.Г. Чирва. – 2-е изд. - М.: ТВТ Дивизион, 2013. – 80 с.
5. Голомазов С.В. Футбол. Универсальная техника атаки (Текст): Уч.-методич. пособие/ С.В. Голомазов, Б.Г. Чирва. – 2-е изд. - М.: ТВТ Дивизион, 2006. – 80 с.
6. Искусство подготовки высококлассных футболистов (Текст): Науч.-методич. пособие/ Под. ред. проф. Н.М. Люкшинова. – М.: Советский спорт, ТВТ Дивизион, 2013. – 432 с.
7. Перепекин В.А. Восстановление работоспособности футболистов. – М.: Олимпия Пресс, ТВТ Дивизион, 2014. – 112 с.
8. Поурочная программа подготовки юных футболистов 6-9 лет/ Годик М.А., Мосягин С.М., Швыков И.А. – М.: Граница, 2012 – 272 с.
9. Селуянов В.Н. Физическая подготовка футболистов (Текст): Уч.-методич. пособие/ В.Н. Селуянов, С.К. Сарсания, К.С. Сарсания. – 2-е изд. – М.: ТВТ Дивизион, 2006. – 192 с.
10. Футбол: типовая учебно-тренировочная программа спортивной подготовки – для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва / Российский футбольный союз. – М.: Советский спорт, 2011.
11. Чирва Б.Г. Футбол. Базовые элементы тактики зонного прессинга (текст): Уч. методич. пособие/ Б.Г. Чирва. – М.: ТВТ Дивизион, 2015. – 80 с.
12. Чирва Б., Голомазов С. Футбол. Игровые упражнения при сближенных воротах для обучения игре в штрафной площади футболистов 11-15 лет: Методические разработки для тренеров. Выпуск 22. – М., РГУФК, 2013. – 35 с.
13. Чирва Б.Г. Футбол. Методика совершенствования «техники эпизодов игры» (текст): Уч. методич. пособие/ Б.Г. Чирва. – 2-е изд. – М.: ТВТ Дивизион, 2006. – 112 с.
14. Швыков И.А. Подготовка вратарей в футбольной школе. – 2-е изд. – М.: Олимпия Пресс, ТВТ Дивизион, 2014. – 96 с., ил.

Перечень Интернет-ресурсов

- 1). Консультант Плюс <http://www.consultant.ru/>:
 - Федеральный закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
 - Федеральный закон от 04.12.2007 г. № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»;
 - Приказ Министерства спорта Российской Федерации от 27.12.2013 г. № 1125 «Об утверждении особенностей организации и осуществления образовательной, тренировочной и методической деятельности в области физической культуры и спорта»;
 - Письмо Министерства спорта Российской Федерации от 12.05.2014 г. № ВМ-04-10/2554 «Методические рекомендации по организации спортивной подготовки в Российской Федерации»;
- 2). Министерство спорта Российской Федерации <http://www.minsport.gov.ru/>

Приложение 1.

№ п/п	Контрольные упражнения	результат
Общая физическая подготовка.		
1.	Прыжки в длину с места, см	160
2.	Поднимание туловища за 30 сек, раз	24
3.	Прыжок боком через гимнастическую скамейку за 30 сек, раз	15
4.	Бег на 300 м, мин	1,10
Техническая подготовка.		
5.	Накат справа по диагонали, ударов	15
6.	Подрезка справа и слева, ударов	10
7.	Подачи и их прием, ударов	6
Общая физическая подготовка		
8.	Челночный бег 3x10 м, сек	9,5
9.	Многоскоки (8 прыжков), м	12,5
10.	Лазание по канату, м	2,5
Специальная физическая подготовка		
11.	Бег на 30 м с мячом, сек	6,5
12.	Удары по мячу на дальность – сумма ударов с правой и левой ноги, м	28
Техническая подготовка		
13.	Жонглирование мячом, раз	8
14.	Остановка мяча внутренней стороной стопы	+
15.	Остановки мяча ногой (подошвой)	+

ТЕСТ

1. Какая сборная стала чемпионом мира по футболу в 2014 году

- а) Франция
- б) Бразилия
- в) Аргентина
- г) Германия
- д) Испания

2. В каком из ниже перечисленных клубов не играл Самуэль Это'о

- а) Интер
- б) Арсенал
- в) Сампдория
- г) Анжи
- д) Эвертон

3. В каком спорте полевых игроков столько же, сколько и в футболе

- а) Баскетбол
- б) Крикет
- в) Гандбол
- г) Керлинг
- д) Теннис

4. Кто стал чемпионом «Английской Премьер-Лиги» в сезоне 2012/13

- а) Арсенал
- б) Челси
- в) Манчестер Сити
- г) Манчестер Юнайтед
- д) Ливерпуль

5. Кто из вратарей получил награду «Золотой мяч»?

- а) Мануэль Нойер
- б) Фабьен Бартез
- в) Джанлуиджи Буффон
- г) Лев Яшин

- д) Оливер Кан

6. Сколько всего судей обслуживают официальный футбольный матч?

- а) 6
- б) 4
- в) 3
- г) 2
- д) 1

7. Кто является вторым нападающим «Атлетико Мадрид» после Фернандо Торреса?

- а) Марио Манджукич
- б) Ивица Олич
- в) Радамэль Фалькао
- г) Томас Мюллер
- д) Луиз Суарес

8. С каким счетом сборная Франция одолела сборную Бразилии в финале ЧМ-98 года

- а) 1-0
- б) 3-0
- в) 2-1
- г) 3-1
- д) 2-0

9. Кто из вратарей установил антирекорд Лиги Чемпионов по числу пропущенных мячей подряд.

- а) Дида
- б) Александр Филимонов
- в) Тим Ховард
- г) Роберт Грин
- д) Игорь Акинфеев

10. Под каким номером выступает Арьен Роббен в «Баварии Мюнхен»

- а) 10
- б) 7
- в) 11
- г) 23
- д) 9