

Муниципальное казенное учреждение «Управление образования Исполнительного комитета Чистопольского муниципального района Республики Татарстан»

**Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Дворец творчества детей и молодежи»
Чистопольского муниципального района Республики Татарстан**

Рассмотрено
на заседании методического
совета
Протокол № 1
«24» августа 2020 г.

Рекомендовано
педагогическим советом
Протокол № 1
«26» августа 2020 г.

Утверждено и введено приказом
№ 66 от 28 августа 2020 года
директора МБУ ДО «Дворец
творчества детей и молодежи»
И.В. Грачева

**Рабочая программа 2020-2021 учебный год
к дополнительной общеобразовательной
общеразвивающей программе
физкультурно-спортивной направленности
“Вымпел”**

Возраст обучающихся: 10-11 лет
2 год

Составитель:
Николаев Валерий Николаевич
педагог дополнительного образования

Пояснительная записка

1.	Направленность дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы	Социально-педагогич. кат.
2.	Вид дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы	Модифицированная
3.	Уровень дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы	Базовый
4.	Группа	
5.	Цель рабочей программы на текущий год	Общей целью программы является формирование устойчивых мотивов и потребностей в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических и психических качеств, творческом использовании средств физической культуры в организации здорового образа жизни.
6.	Задачи на текущий учебный год	<p>Образовательные:</p> <ul style="list-style-type: none"> - формирование культуры движений, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей и корригирующей направленностью, техническими действиями и приемами в футболе; - освоение знаний о футболе, его истории и о современном развитии, роли в формировании здорового образа жизни; - обучение навыкам и умениям в данной деятельности, самостоятельной организации занятий физическими упражнениями; - овладение техникой передвижений, остановок, поворотов и стоек; - освоение ударов по мячу и остановок мяча; - овладение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей; - освоение техники ведения мяча; - освоение техники ударов по воротам; - закрепление техники владения мячом и развитие координационных способностей; - освоение тактики игры. <p>Развивающие:</p> <ul style="list-style-type: none"> - укрепление здоровья, развитие основных физических качеств и повышение функциональных способностей; - развитие выносливости; - развитие скоростных и скоростно-силовых способностей. <p>Воспитательные:</p> <ul style="list-style-type: none"> - воспитание положительных качеств личности, соблюдение норм коллективного

		<p>взаимодействия и сотрудничества в соревновательной деятельности;</p> <ul style="list-style-type: none"> - воспитание чувства товарищества, чувства личной ответственности; - воспитание нравственных качеств по отношению к окружающим - приобщать воспитанников к здоровому образу жизни и гармонии тела.
7.	Режим занятий в текущем году (указать продолжительность и количество занятий в неделю)	6 часов в неделю, три занятия по два часа (40 минут занятия, 10 минут перерыв и еще 40 минут)
8.	Особенности организации образовательной деятельности по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе с указанием: <ul style="list-style-type: none"> • Количества учебных часов по программе 	216 часов в год, 108 занятий по 2 часа
9.	Формы занятий и их сочетание (выбор конкретных форм учебных занятий)	<ul style="list-style-type: none"> • Теоретические занятия • Практические занятия: тренировочные упражнения, выполнение упражнений с помощью партнера, педагога, команды. • соревнования; <ul style="list-style-type: none"> с - дружеские встречи; с - участие в спортивных мероприятиях города, района и школы.
10.	Ожидаемые результаты и способы их оценки в текущем учебном году, форма проведения промежуточной и итоговой аттестации	<p>- освоение техническими приемами в процессе перехода к двухсторонней игре;</p> <p>- совершенствование техники владения мячом;</p> <p>- освоение тактики игры.</p> <p>Форма аттестации:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Зачет • Тест
11.	Методическое обеспечение программы	<p>Учебно-методические компоненты:</p> <p>Программа, методическое пособие для учителя,</p> <p>Материальное оснащение:</p> <ul style="list-style-type: none"> - специальный спортивный зал с волейбольной и баскетбольной площадкой с вентиляцией, хорошим освещением, раздевалкой, душем, необходимым температурным режим; - мячи футбольные (12-15 шт); - футбольные мини – ворота; - форма для занятий по футболу;

		<ul style="list-style-type: none"> - мячи для других игровых видов спорта (баскетбольные, волейбольные); - мячи для метания; - мячи набивные (1 кг, 2 кг, 3 кг); - гимнастическая стенка «шведская»; - гимнастические скамейки; - маты гимнастические; - скакалки; - гимнастические палки; - секундомер; - рулетка; - канат; - свисток.
12.	Литература	<ol style="list-style-type: none"> 1. Бесков Константин на футбольных полях - Физкультура и спорт, 1987 2. Закон РФ «Об образовании» 3. Изов А. Футбол. - Физкультура и спорт, 1987 4. Конвенция ООН о правах ребенка. 5. Конституция Российской Федерации. 6. Крылов В.П. - Физкультура и спорт, 1971 7. Требования к содержанию и оформлению образовательных программ дополнительного образования детей. Письмо Минобразования России от 18.06.2003 № 28-02-484/16 8. Бранд М.С. Отбор в спортивных играх. - М.: ФИС, 1980 9. Гигаева Г.М. Подвижные игры в занятиях спортом. - М.: ФИС, 1980 10. Чанали А. Футбол. Техника. - М.: ФИС, 1981 11. Теория и методика физического воспитания. Учебник для институтов физкультуры (Под общей редакцией Л.П. Матвеева, А. Новикова. 2-е изд. испр. и доп. (в 2-х т.). - М.: ФИС, 1986 12. Андреев С.Н. Футбол в школе. - М., 1986 13. Романенко А.Н., Догатин М.Е. Тренировка футболистов. 2-е изд., перераб. и доп. - К.: Здоровья, 1984 <p>Список литературы для детей.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Буйлин Ю.Ф., Курамшин Ю.Ф. Теоретическая подготовка юных спортсменов. М.: ФИС, 1985 2. Филин В.П., Фомин Н.А. Основы юношеского спорта. - М.: ФИС, 1980 3. Правила игры в футбол. - М.: ФИС, 1981

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ темы	Содержание занятия	Кол-во часов	Дата по плану	Дата по факту	Форма контроля
	Краткий обзор возникновения и развития мини-футбола. Год рождения мини-футбола. Основатель игры в футбол. Родина мини-футбола. Первые шаги мини-футбола в мире и у нас в стране.	2	1.09		Рассказ Беседа
	Гигиена, врачебный контроль, предупреждение травм. Режим дня и питание. Основы спортивной тренировки. Оснащение спортсмена. Техника безопасности	2	2.09		Рассказ Беседа
	Правила соревнований по футболу. Техника передвижений футболиста (бег, прыжки, повороты, остановки).	2	3.09		Беседа
	Инструкторская и судейская практика. Техника передвижений футболиста (бег, прыжки, повороты, остановки).	2	8.09		Объяснение
	Контрольные нормативы: ОФП.	2	9.09		Тест
	Контрольные нормативы: СФП.	2	10.09		тест
	Упражнения для мышц плечевого пояса и рук. Совершенствование остановки мяча. Игра в квадрат.	2	15.09		Показ
	Упражнения для развития выносливости. Остановки мяча. Эстафеты с мячом.	2	16.09		Объяснение наблюдение.
	Упражнения для развития мышц ног и таза. Ведение мяча. Игра с заданием.	2	17.09		Показ наблюдение.
	Упражнения для развития скоростно-силовых качеств. Совершенствование ведение мяча.	2	22.09		наблюдение
	Упражнения для развития мышц брюшного пресса. Ведение мяча. Игра.	2	23.09		наблюдение
	Упражнения для развития быстроты. Ведение мяча с обводкой.	2	24.09		наблюдение
	Упражнения для мышц шеи и туловища. Ведение мяча с обводкой.	2	29.09		наблюдение
	Упражнения для развития гибкости.	2	30.09		Показ

	Ведение мяча с обводкой.				Наблюд.
5	Упражнения с набивными мячами. Удары по мячу ногой.	2	7.10		Наблюдение
6	Упражнения для развития силовых качеств. Удары по мячу ногой.	2	8.10		Наблюдение
7	Упражнения со скакалкой, в парах. Удары по мячу ногой.	2	13.10		Показ
8	Упражнения для развития ловкости. Удары по мячу ногой после выполнения технических действий.	2	14.10		Объяснение
9	Легкоатлетические упражнения: низкий старт, бег на короткие дистанции. Удары по мячу ногой после выполнения технических действий.	2	15.10		Наблюдение.
10	Упражнения для развития быстроты. Удары по мячу ногой после выполнения технических действий.	2	20.10		Наблюдение.
11	Бег с препятствиями. Кросс. Удары по мячу ногой на точность и на дальность.	2	21.10		Наблюдение.
12	Упражнения для развития выносливости. Удары по мячу ногой на точность и на дальность	2	22.10		Объяснение
13	Упражнения в висах и упорах. Удары по мячу ногой на точность и на дальность.	2	27.10		Наблюдение.
14	Упражнения для развития силовых качеств. Удары по мячу ногой на точность и на дальность.	2	28.10		Наблюдение
15	Прыжок в длину с места, с разбега способом «согнув ноги». Передачи в парах.	2	29.10		Объяснение
16	Упражнения для развития прыгучести. Передачи в парах.	2	3.11		Наблюдение
17	Эстафетный бег, эстафеты с предметами. Передачи в парах, тройках.	2	4.11		Наблюдение
18	Упражнения для развития скоростно-силовых качеств. Передачи в парах, тройках.	2	5.11		Наблюдение.
19	Акробатические упражнения. Передачи мяча в движении.	2	10.11		Показ
20	Упражнения для развития ловкости. Передачи мяча в движении.	2	11.11		Наблюдение.

1	Инструкторская и судейская практика. Передачи мяча в движении.	2	12.11		Беседа
2	Упражнения для развития гибкости. Учебно-тренировочная игра с заданиями.	2	17.11		Наблюден.
3	Контрольная игра.	2	18.11		Тест
4	Упражнения для мышц плечевого пояса и рук. Удары по мячу головой.	2	19.11		Показ
5	Упражнения для развития выносливости. Удары по мячу головой.	2	24.11		Наблюд.
6	Упражнения для развития мышц ног и таза. Удары по мячу головой с пассивным и активным сопротивлением.	2	25.11		Наблюд.
7	Упражнения для развития скоростно- силовых качеств. Удары по мячу головой с пассивным и активным сопротивлением.	2	26.11		Наблюден.
8	Упражнения для развития мышц брюшного пресса. Удары по мячу головой с пассивным и активным сопротивлением.	2	1.12		Наблюден.
9	Упражнения для развития быстроты. Отбор мяча.	2	2.12		Показ
10	Упражнения для мышц шеи и туловища. Отбор мяча.	2	3.12		Показ
11	Упражнения для развития гибкости. Отбор мяча.	2	8.12		Наблюден.
12	Упражнения с набивными мячами. Отбор мяча.	2	9.12		Наблюд.
13	Упражнения для развития силовых качеств. Финты (обманные действия).	2	10.12		Показ
14	Упражнения со скакалкой, на гимнастических снарядах. Финты (обманные действия).	2	15.12		Наблюд.
15	Упражнения для развития ловкости. Финты (обманные действия).	2	16.12		Наблюд.
16	Легкоатлетические упражнения: низкий старт, бег на короткие дистанции. Вбрасывание из-за боковой линии.	2	17.12		Показ
17	Упражнения для развития быстроты. Вбрасывание из-за боковой линии.	2	22.12		Наблюд.

8	Бег с препятствиями. Кросс. Упражнения для развития умения «видеть поле».	2	23.12		Показ
9	Упражнения для развития выносливости. Упражнения для развития умения «видеть поле».	2	24.12		Наблюд.
10	Упражнения в висах и упорах. Техника игра вратаря.	2	29.12		Наблюд.
11	Упражнения для развития силовых качеств. Техника игра вратаря.	2	30.12		Показ
12	Прыжок в высоту способом «перешагивание». Тактика нападения: индивидуальные действия без мяча. Тактика вратаря.	2	31.12	26.12	Наблюд.
13	Упражнения для развития прыгучести. Тактика нападения: индивидуальные действия без мяча. Тактика вратаря.	2	12.01	05.01	набл.
14	Эстафетный бег, эстафеты с предметами. Тактика нападения: индивидуальные действия с мячом. Тактика вратаря.	2	13.01	06.01	набл.
15	Упражнения для развития скоростно-силовых качеств. Тактика нападения: индивидуальные действия с мячом. Тактика вратаря.	2	14.01	07.01	набл.
16	Акробатические упражнения. Тактика нападения: групповые действия. Тактика вратаря.	2	19.01	12.01	показ.
17	Упражнения для развития ловкости. Тактика нападения: групповые действия. Тактика вратаря.	2	20.01	13.01	набл.
18	Упражнения для развития гибкости. Тактика нападения: командные действия. Тактика вратаря.	2	21.01	14.01	показ.
19	Упражнения для развития мышц ног и таза. Тактика нападения: командные действия. Тактика вратаря.	2	26.01	19.01	набл.
20	Упражнения для развития силовых качеств. Тактика защиты: индивидуальные действия. Тактика вратаря.	2	27.01	20.01	набл.
21	Упражнения для развития мышц брюшного пресса. Тактика защиты: индивидуальные действия. Тактика	2	28.01	21.01	набл.

	вратаря.				
3	Упражнения для развития быстроты. Тактика защиты: групповые действия. Тактика вратаря.	2	2.02	26.01	набл
4	Упражнения для развития мышц плечевого пояса и рук. Тактика защиты: групповые действия. Тактика вратаря.	2	3.02	27.01	набл
5	Контрольные нормативы: СФП	2	4.02	28.01	Тест
6	Контрольные нормативы: ОФП.	2	9.02	2.02	Тест
7	Правила игры в футбол. Тактика защиты: командные действия.	2	10.02	3.02	Беседа
8	Инструкторская и судейская практика. Тактика защиты: командные действия. Тактика вратаря.	2	11.02	4.02	Тест
9	Упражнения для развития выносливости. Учебно-тренировочная игра с заданиями. Тактика вратаря.	2	16.02	9.02	набл
10	Упражнения для развития ловкости. Учебно-тренировочная игра с заданиями.	2	17.02	10.02	набл
11	Упражнения для развития силовых качеств. Тактика защиты: индивидуальные действия. Тактика вратаря.	2	18.02	11.02	набл
12	Контрольная игра.	2	23.02	16.02	Тест
13	Упражнения для развития силовых качеств. Тактика защиты: индивидуальные действия. Тактика вратаря.	2	24.02	17.02	набл
14	Упражнения для развития мышц брюшного пресса. Тактика защиты: индивидуальные действия. Тактика вратаря.	2	25.02	18.02	набл
15	Упражнения для развития мышц ног и таза. Тактика нападения: командные действия. Тактика вратаря.	2	2.03	20.02	набл
16	Упражнения для развития прыгучести. Тактика нападения: индивидуальные действия без мяча. Тактика вратаря.	2	3.03	24.02	набл
17	Упражнения для развития силовых качеств. Тактика защиты: индивидуальные действия. Тактика	2	4.03	25.02	набл

	вратаря.				
	Упражнения для развития силовых качеств. Тактика защиты: индивидуальные действия. Тактика вратаря.	2	9.03	2.03	На
	Упражнения для развития ловкости. Тактика нападения: групповые действия. Тактика вратаря.	2	10.03	3.03	На
	Упражнения для развития ловкости. Финты (обманные действия).	2	11.03	4.03	На
	Эстафетный бег, эстафеты с предметами. Тактика нападения: индивидуальные действия с мячом. Тактика вратаря.	2	16.03	9.03	На
	Упражнения для развития ловкости. Учебно-тренировочная игра с заданиями.	2	17.03	10.03	На
	Упражнения для развития скоростно-силовых качеств. Тактика нападения: индивидуальные действия с мячом. Тактика вратаря.	2	18.03	11.03	На
4	Упражнения для развития ловкости. Финты (обманные действия).	2	25.03	16.03	по
5	Упражнения для развития мышц ног и таза. Тактика нападения: командные действия. Тактика вратаря.	2	24.03	17.03	на
6	Контрольные нормативы: СФП	2	25.03	18.03	те
7	Упражнения для развития мышц плечевого пояса и рук. Тактика защиты: групповые действия. Тактика вратаря.	2	30.03		
8	Упражнения для развития прыгучести. Тактика нападения: индивидуальные действия без мяча. Тактика вратаря.	2	31.03		
9	Упражнения для развития быстроты. Вбрасывание из-за боковой линии.	2	1.04		
10	Упражнения для развития выносливости. Упражнения для развития умения «видеть поле».	2	6.04		
11	Упражнения для развития мышц ног и таза. Удары по мячу головой с пассивным и активным сопротивлением.	2	7.04		
12	Контрольная игра.	2	8.04		
13	Упражнения со скакалкой, на	2	13.04		

	гимнастических снарядах. Финты (обманные действия).				
4	Упражнения для развития быстроты. Отбор мяча.	2	14.04		
5	Упражнения для мышц шеи и туловища. Отбор мяча.	2	15.04		
6	Упражнения для развития выносливости. Удары по мячу головой.	2	20.04		
7	Упражнения для развития ловкости. Учебно-тренировочная игра с заданиями.	2	21.04		
8	Инструкторская и судейская практика. Тактика защиты: командные действия. Тактика вратаря.	2	22.04		
9	Упражнения для развития ловкости. Передачи мяча в движении.	2	27.04		
10	Упражнения для развития прыгучести. Тактика нападения: индивидуальные действия без мяча. Тактика вратаря.	2	28.04		
11	Упражнения для развития прыгучести. Тактика нападения: индивидуальные действия без мяча. Тактика вратаря.	2	29.04		
12	Контрольная игра.	2	4.05		
13	Упражнения для мышц шеи и туловища. Отбор мяча.	2	5.05		
14	Эстафетный бег, эстафеты с мячами. Тактика нападения: индивидуальные действия с мячом. Тактика вратаря.	2	6.05		
15	Контрольная игра.	2	11.05		
16	Контрольная игра.	2	12.05		
17	Контрольные нормативы: СФП	2	13.05		
18	Контрольные нормативы: ОФП	2	18.05		
	Итого	216			