

Управление образования
администрации города Минусинска
Муниципальное общеобразовательное бюджетное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 9»

Принята на заседании
методического совета
от «31» 08 2021г.
Протокол № 1

Утверждаю
Директор школы
Г.В. Урзаева



**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
физкультурно-спортивной направленности
«Футбол»**

Уровень программы: стартовый
Возраст обучающихся: 15-17 лет
Срок реализации: 1года

Автор - составитель: Абакумов В.И.
педагог дополнительного образования

г.Минусинск, 2021 г.

Содержание

Раздел 1. "Комплекс основных характеристик образования: объем содержания, планируемые результаты"

- 1.1. Пояснительная записка
- 1.2. Цели и задачи программы
- 1.3. Содержание программы:
 - 1.3.1. Учебный план
 - 1.3.2. Содержание учебного плана
- 1.4. Планируемые результаты

Раздел 2. Комплекс организационно педагогических условий, включающий формы аттестации и оценочные материалы.

- 2.1. Формы аттестации и оценочные материалы
- 2.2. Условия реализации программы:
 - 2.2.1. Методические материалы,
 - 2.2.2. Материально-технические условия,
 - 2.2.3. Информационно-методические условия
- 2.3. Календарный учебный график
- 2.4. Список литературы

Пояснительная записка

Рабочая программа курса дополнительного образования имеет физкультурно-спортивное направление и предназначена для базового изучения раздела «Футбол» образовательной программы основной школы (5 – 9 классы).

Рабочая программа курса дополнительного образования физкультурно-спортивного направления «Футбол» для учащихся 5-9 классов разработана на основе следующих документов:

- Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. N 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации".
- Концепция развития дополнительного образования детей (Распоряжение Правительства РФ от 4.09.2014 г. № 1726-р)
- Методические рекомендации Минобрнауки России № 09-3242 от 18.11.2015
- Федерального компонента государственного образовательного стандарта основного общего образования (2004г).
- Конвенция о правах ребенка.
- Федеральная целевая программа «Развитие физической культуры и спорта в Российской Федерации на 2016-2020 годы»

Направленность. Данная программа направлена на привитие учащимся умения правильно выполнять основные технические приемы и тактические действия, обеспечение разносторонней физической подготовки. Программа призвана подготовить детей к сдаче учебных нормативов по физической и технической подготовке в соответствии с их возрастом, сообщить элементарные теоретические сведения.

Актуальность программы в том, что она направлена не только на получение детьми образовательных знаний, умений и навыков по футболу, а обеспечивает организацию содержательного досуга, укрепление здоровья, удовлетворение потребности детей в активных формах познавательной деятельности и двигательной активности. Приобретение учащимися необходимых знаний, умений, навыков для самостоятельного использования физических упражнений, закалывающих средств и гигиенических требований с целью поддержания высокой работоспособности во всех периодах жизни, а также воспитания навыков для самостоятельных занятий и умения вести здоровый образ жизни. Развитие физических качеств, необходимых для овладения игрой мини – футбол, придерживаться принципов гармоничности, оздоровительной направленности учебного процесса.

Отличительные особенности программы данная программа мало отличается от других, но все же основное отличие в том, что наряду с технико-тактической подготовкой довольно большое место в программе отведено общефизической подготовке. Кроме того, в нее включены теоретические знания (в т.ч. судейская практика) из области футбола. Это сделано для расширения кругозора и интереса занимающихся к данному виду спорта.

Программа рассчитана на мальчиков и девочек в возрасте от 12 до 15 лет. Учащиеся подросткового возраста отличаются высокой двигательной активностью. Этот возраст наиболее благоприятен для развития физических способностей – скоростных и координационных, а так же способностей длительно выполнять циклические действия в режиме умеренной и большой интенсивности. Противопоказания для занятий футболом – нарушения опорно-двигательного аппарата, заболевания ССС, болезни суставов, проблемы с органами дыхания, почечная или печёночная недостаточность, сахарный диабет, проблемы свёртываемости крови.

Адресат программы. Программа предназначена для детей 12-15 лет.

В спортивную секцию принимаются все желающие, не имеющие медицинских противопоказаний. Количество учащихся в объединении определяется Уставом образовательной организации с учетом рекомендаций СанПиН. Наполняемость в группе составляет от 15 до 20 человек.

Форма обучения: очная.

Особенности организации образовательного процесса: разновозрастная категория учащихся школы в составе клуба «Арсенал», состав группы постоянный.

Режим занятий, периодичность и продолжительность занятий: В соответствии с учебным планом школы на программу по футболу отводится 144 часов , 4 часа в неделю, 36 учебных недели, продолжительность одного занятия 2 часа.

Цель и задачи программы

Цель программы:

Создание фундамента физической подготовленности. Обучение элементам техники футбола.

Задачи программы:

1. Укрепление здоровья;
2. Привитие интереса к систематическим занятиям футболом;
3. Обеспечение всесторонней физической подготовки с преимущественным развитием быстроты, ловкости и координации движений;
4. Владение техническими приёмами, которые наиболее часто и эффективно применяются в игре, и основами индивидуальной, групповой и командной тактики игры в футбол;
5. Освоение процесса игры в соответствии с правилами футбола; участие в соревнованиях по футболу;
6. Изучение элементарных теоретических сведений о личной гигиене, истории футбола, технике и тактике, правил игры в футбол.

Содержание дополнительной программы обучения.

Основы знаний. История и правила игры в футбол. Организация и судейство соревнований по футболу. Жестикуляция судей. Правила техники безопасности при занятиях футболом. Техничко-тактические действия в защите и в нападении.

Общая физическая подготовка.

Строевые упражнения.

Понятие о строе, шеренге, колонне, флангах, интервале, дистанции, направляющем, замыкающем, о предварительной и исполнительной командах. Повороты на месте, размыкание уступами.

Перестроение из одной шеренги в две, из колонны по одному в колонну по два. Перемена направления. Направление движения строя. Обозначение шага на месте. Изменение скорости движения. Повороты в движении.

Общеразвивающие упражнения без предметов.

Упражнения для рук и плечевого пояса: сгибания и разгибания, вращения, махи, отведения и приведения, рывки. Упражнения выполняются на месте и в движении.

Упражнения для мышц шеи: наклоны, повороты головы в различных направлениях. Упражнения для туловища: упражнения на формирование правильной осанки; в различных исходных положениях — наклоны, повороты туловища; в положении лежа — поднимание и опускание ног, круговые движения одной и обеих ног, поднимание и опускание туловища. Упражнения для ног: различные маховые движения ног, приседания на обеих и на одной ноге, выпады, выпады с дополнительными пружинящими движениями.

Упражнения с сопротивлением: упражнения в парах — повороты и наклоны туловища, сгибание и разгибание рук, переталкивание, приседания, приседания с партнером, переноска партнера на спине и на плечах, элементы борьбы в стойке, игры с элементами сопротивления.

Упражнения с предметами.

Упражнения с короткой и длинной скакалкой: на одной и обеих ногах прыжки с вращением скакалки вперед, назад; прыжки с поворотами, прыжки в приседе и полуприседе, прыжки с продвижением шагом и бегом.

Упражнения с отягощением: упражнения с набивными мячами — броски, ловля в различных исходных положениях (стоя, сидя, лежа), с поворотами и приседаниями; броски и ловля мячей парами и группами (вес мячей 2—4 кг).

Упражнения с гантелями, штангой, мешками с песком: сгибание и разгибание рук, повороты и наклоны туловища, поднимание на носки, приседания.

Акробатические упражнения.

Кувырки (вперед, назад и в стороны) в группировке, «полушпагат»; полет-кувырок вперед с места и с разбега, перевороты (в стороны и вперед).

Подвижные игры и эстафеты.

Игры с мячом;

игры с бегом, с элементами сопротивления, с прыжками, с метанием;

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.

Бег на 30, 60, 100, 200 м, а также на 400, 500, 800, 1500 м.

Кроссы от 1000 до 3000 м (в зависимости от возраста).

Прыжки в длину и в высоту с места и с разбега. Метания.

Гимнастические упражнения.

Упражнения на снарядах: гимнастическая стенка, канат, шест, лестница, скамейка, перекладина, брусья, кольца;

опорные и простые прыжки с мостика и трамплина через козла.

Специальная физическая подготовка.

Упражнения для развития силы.

Приседания с отягощением (гантели, набивные мячи весом 2—4 кг, мешочки с песком 3—5 кг, диск от штанги, штанга для средней и старшей групп, вес штанги от 40 до 70% к весу

спортсмена) с последующим быстрым выпрямлением. Подскоки и прыжки после приседа без отягощения и с отягощением. Приседание на одной ноге («пистолет») с последующим подскоком вверх. Лежа на животе - сгибание ног в коленях с сопротивлением партнера или резинового амортизатора (для укрепления мышц задней поверхности бедра). Броски набивного мяча ногами на дальность за счет энергичного маха ногой вперед. Удары по футбольному мячу ногами и головой на дальность. Вбрасывание футбольного и набивного мяча на дальность.

Для вратаря: из упора стоя у стены одновременное и попеременное сгибание рук в лучезапястных суставах. То же, но передвижение на руках вправо (влево) по кругу (носки ног на месте). В упоре лежа хлопки ладонями. Упражнения для кистей рук с гантелями и кистевым амортизатором. Сжатие теннисного (резинового) мяча.

Многократное повторение упражнений в ловле и бросках набивного мяча от груди двумя руками (особое внимание обращать на движения кистей и пальцев). Броски футбольного и набивного мячей одной рукой на дальность. Ловля набивных мячей, направляемых 2—3 партнерами с разных сторон, с последующими бросками.

Упражнения для развития быстроты.

Повторное пробегание коротких отрезков (10—30 м) из различных исходных положений (лицом, боком и спиной к стартовой линии, сидя, лежа, находясь в положении широкого выпада, медленного бега, подпрыгивания или бега на месте и в разных направлениях).

Бег с изменением направления (до 180°). Бег прыжками. Эстафетный бег. Бег с изменением скорости: после быстрого бега резко замедлить бег или остановиться, затем выполнить новый рывок в том же или другом направлении и т. д. Челночный бег 2x10 м, 4x5 м, 4x10 м, 2x15 м и т. п. Челночный бег, но отрезок вначале пробегается лицом вперед, а обратно — спиной и т. д. Бег боком и спиной вперед (на 10-20 м) наперегонки. Бег «змейкой» между расставленными в различном положении стойками, стоящими или медленно передвигающимися с помощью партнеров. Бег с быстрым изменением способа передвижения (например, быстрый переход от обычного бега на бег спиной вперед).

Ускорения и рывки с мячом (до 30 м). Обводка препятствий (на скорость). Рывки к мячу с последующим ударом по воротам. Выполнение элементов техники в быстром темпе (например, остановка мяча с последующим рывком в сторону и ударом в цель).

Упражнения для развития ловкости.

Прыжки с разбега толчком одной и двух ног, стараясь достать высоко подвешенный мяч головой, ногой, рукой (для вратарей); то же, выполняя в прыжке поворот на 90—180°. Прыжки вперед с поворотом и имитацией ударов головой и ногами. Прыжки с места и с разбега с ударом головой по мячам, подвешенным на разной высоте. Кувырки вперед и назад, в сторону через правое и левое плечо. Жонглирование мячом в воздухе, чередуя удары различными частями стопы, бедром, головой. Ведение мяча головой. Подвижные игры: «Живая цель», «Салки мячом» и др.

Упражнения для развития специальной выносливости.

Переменный и повторный бег с мячом. Двусторонние игры (для старшей группы). Двусторонние игры (команды играют в уменьшенном по численности составе). Игровые упражнения с мячом (трое против трех, трое против двух и т. п.) большой интенсивности.

Комплексные задания: ведение и обводка стоек, передачи и удары по воротам, выполняемые в течение 3-10 мин. Например, повторные рывки с мячом с последующей обводкой нескольких стоек и ударами по воротам с увеличением длины рывка, количества повторений и сокращением интервалов отдыха между рывками.

Упражнения для формирования у юных футболистов умения двигаться без мяча.

Бег: обычный, спиной вперед; скрестным и приставным шагом (вправо и влево), изменяя ритм за счет различной длины шагов и скорости движения. Ациклический бег (с повторным скачком на одной ноге). Прыжки: вверх, вверх-вперед, вверх-назад, вверх-вправо, вверх-влево, толчком

двух ног с места и толчком на одной и двух ногах с разбега.

Для вратарей: прыжки в сторону с падением перекатом. Повороты во время бега (вперед и назад) направо, налево и кругом (переступая и на одной ноге). Остановки во время бега — выпадам, прыжком и переступанием.

Техника и тактика игры

Младшая группа (5-7 классы)

Техника игры.

Удары по мячу ногой. Удары подъемом (внешней, внутренней частью и серединой), стопой (внутренней и внешней стороной) по неподвижному, катящемуся, прыгающему и летящему мячу. Удары пяткой (назад) по катящемуся мячу. Резаные удары (внутренней и внешней частью подъема по катящемуся вперед, навстречу и сбоку мячу). Удары с полулета (всеми способами). Удары по мячу головой. Удары серединой и боковой частью лба без прыжка и в прыжке с разбега по летящему с различной скоростью и траекторией мячу. Удары вниз и верхом, вперед, в стороны и назад (по ходу полета мяча), посылая мяч на короткое и среднее расстояние с пассивным и активным сопротивлением, с оценкой тактической обстановки перед выполнением удара. Резаные удары боковой частью лба. Перевод мяча лбом. Удары на точность.

Остановка мяча.

Остановка подошвой, внутренней и внешней стороной стопы катящегося и опускающегося мяча с поворотом на 90° (в зависимости от расположения игроков противника и создавшейся игровой обстановки). Остановка грудью летящего мяча с поворотом на 90°. Остановка опускающегося мяча бедром и лбом. Остановка изученными способами мячей, катящихся или летящих с различной скоростью и траекторией, с разных расстояний и направлений; на высокой скорости движения с последующим ударом или рывком.

Ведение мяча.

Ведение серединой подъема, носком и внутренней стороной стопы. Ложные движения (финты). При ведении имитировать остановку мяча подошвой или удар пяткой назад (без касания или с касанием мяча подошвой) и рывком вперед уйти с мячом. Быстро отвести мяч подошвой ноги под себя — уйти с мячом вперед. Быстро отвести мяч ногой под себя — повернуться и уйти с мячом в сторону или назад. При ведении неожиданно остановить мяч, оставив его партнеру, находящемуся за спиной, и уйти без мяча вперед, увлекая за собой соперника («скрещивание»). Ложная передача мяча партнеру.

Отбор мяча.

Отбор мяча у соперника накладыванием стопы на мяч, выполняя ложные движения и вызывая противника на определенные действия с мячом с целью его отбора.

Вбрасывание мяча.

Вбрасывание из-за боковой линии с места - положения, параллельного расположению ступней ног. Вбрасывание мяча изученными способами с разбега: на точность и дальность (по коридору шириной 2—3 м). Техника игры вратаря. Ловля в броске мяча, летящего в сторону от вратаря на высоте живота, груди, головы и колен. Ловля катящегося в сторону мяча в броске. Ловля катящегося и летящего на различной высоте мяча на выходе из ворот без падения, с падением и в броске. Ловля опускающихся и прыгающих мячей. Отбивание ладонями, пальцами рук в броске мячей, летящих в сторону от вратаря на высоте живота, груди, головы и колен. Отбивание ладонями, пальцами рук катящегося мяча в броске. Перевод мяча через перекладину ворот ладонями (двумя, одной) в прыжке. Броски мяча одной рукой с боковым замахом и снизу на точность и дальность. Бросок мяча одной рукой из-за плеча на дальность и точность. Выбивание мяча с рук и с полулета на точность и дальность. Выбивание мяча с земли и с рук на дальность и точность.

Тактика игры.

В нападении. Освобождение из-под опеки противника для получения мяча. Единоборство с соперниками, применяя обводку и ложные движения. Взаимодействие с партнерами при равном соотношении и численном превосходстве защитников соперника, используя короткие и средние передачи. Атака со сменой и без смены мест флангом и через центр. «Скрещивание» и игра «в стенку». Тактические комбинации при выполнении стандартных положений.

В защите. Персональная опека и комбинированная оборона. Подстраховка и помощь партнеру. Действия при отражении атаки соперника при равном соотношении сил и при его численном преимуществе. Взаимодействие с вратарем. Выбор позиции и страховка партнера при атаке противника флангом и через центр. Организация оборонительных действий при введении мяча в игру из стандартных положений.

Тактика вратаря. Организация построения «стенки» при пробитии штрафного и свободного ударов вблизи своих ворот. Игра на выходах из ворот при ловле катящихся по земле и летящих на различной высоте мячей. Руководство партнерами по обороне. Комбинации с защитниками при введении мяча в игру ударом от ворот.

Судейская практика. Судейская практика проводится в ходе учебных игр.

Средняя группа (8-9 классы)

Техника игры.

Удары по мячу ногой. Резаные удары внешней и внутренней частями подъема по летящему мячу. Удар «подсечка» (носком). Бросок мяча подъемом. Переводы мяча стопой и грудью. Удары на точность, силу и дальность, Удары по мячу головой. Удары серединой и боковой частью лба без прыжка и в прыжке с поворотом до 180°. Удары в прыжке с падением. Удары на точность, силу и дальность.

Остановка мяча. Остановка с поворотом до 180° — внутренней и внешней стороной стопы катящегося и опускающегося мяча, грудью — летящего мяча. Остановка подъемом опускающегося мяча. Остановка мяча в движении. Ведение мяча. Ведение мяча изученными способами, выполняя рывки и обводку. Ложные движения (финты). Имитируя желание овладеть мячом, катящимся навстречу или сбоку, неожиданно пропустить мяч между ног или сбоку (для партнера). Перенести правую ногу через мяч влево и, наклоня туловище влево, послать мяч внутренней частью подъема левой ноги слева от соперника, обежать его справа и продолжить ведение мяча (финт Месхи). Выполнение двух следующих один за другим финтов (если первый финт противник сумел разгадать). Отбор мяча. Отбор мяча в «полушпагате», «шпагате» и подкате. *Вбрасывание мяча.* Вбрасывание мяча с разбега. Техника игры вратаря. Отбивание мяча кулаком в прыжке на выходе из ворот. Отбивание мяча ногой, катящегося или низко летящего вблизи вратаря. Действия вратаря против вышедшего с мячом противника; ловля мяча без падения и с броском в ноги (в группировке и без группировки). Повторный бросок на мяч.

Тактика игры. В нападении. Создание численного перевеса в атаке за счет скоростного маневрирования по фронту и за счет подключения из глубины обороны полузащитников и защитников. Смена флангов атаки путем точной длинной передачи мяча на свободный от игроков соперника фланг (со своевременным подключением партнера). Взаимодействие при развитии атак вблизи ворот противника и завершении атаки ударом по воротам. Комбинации с переменной мест.

В защите. Игра центральных защитников по зонному принципу. Создание численного превосходства в обороне. Действия при начале атаки соперника из стандартных положений вблизи своих ворот. Перестройка от обороны к началу и развитию атаки.

Тактика вратаря. Выбор места в штрафной площади при ловле мяча на выходе и на

перехвате. Руководство игрой партнеров по обороне. Ввод мяча в игру. Организация контратаки.

Инструкторская и судейская практика.

Планируемые результаты.

Основная образовательная программа учреждения предусматривает достижение следующих результатов образования:

- **Личностные результаты** – готовность и способность обучающихся к саморазвитию, сформированность мотивации к учению и познанию; сформированность основ российской, гражданской идентичности;
- **Метапредметные результаты** – определять наиболее эффективные способы достижения результата деятельности; умение находить ошибки при выполнении заданий и владеть способами их исправления; организовывать самостоятельные занятия футболом; умение организовывать и проводить соревнования по футболу во дворе, оздоровительном лагере; умение рационально распределять свое время в режиме дня, выполнять утреннюю зарядку. Вести наблюдение за показателями физического развития.
- **Предметные результаты** - знать об особенностях зарождения, истории футбола; знать о физических качествах и правилах их тестирования; выполнять упражнения по физической подготовке в соответствии с возрастом; владеть тактико-техническими приемами футбола; знать основы личной гигиены, причины травматизма при занятиях футболом и правила его предупреждения; владеть основами судейства игры в футбол.

Учащиеся должны знать и иметь представление:

- 1) об особенностях зарождения, истории футбола;
- 2) о физических качествах и правилах их тестирования;
- 3) основы личной гигиены, причины травматизма при занятии футболом и правила его предупреждения;
- 4) уметь организовать самостоятельные занятия футболом, а так же, с группой товарищей;
- 5) организовывать и проводить соревнования по футболу в классе, во дворе, в оздоровительном лагере и др.

Учащиеся должны уметь:

- 1) выполнять требования по физической подготовке в соответствии с возрастом;
 - 2) владеть тактико-техническими приемами футбола;
- знать основы судейства.

Учебный план

№	Название раздела, темы	Количество часов			Формы контроля
		всего	теория	практика	
1	Основы знаний. Правила техники безопасности. История и правила игры в футбол. Основные понятия об игре в футбол. Организация и судейство соревнований по футболу. Жестикуляция судей. Техничко-тактические действия.	10	4	6	беседа, опрос
2	Освоение техники передвижений и остановок. Развитие физических качеств: силы, быстроты, прыгучести, выносливости, ловкости, гибкости	16	2	14	беседа, наблюдение, тестирование
3	Освоение техники ведения и передач мяча. Развитие физических качеств: силы, быстроты, прыгучести, выносливости, ловкости, гибкости.	16	1	15	беседа, наблюдение, контрольные нормативы

4	Освоение техники ударом по мячу. Развитие физических качеств: силы, быстроты, прыгучести, выносливости, ловкости, гибкости.	30	2	28	беседа, наблюдение, контрольные нормативы
5	Овладение техникой вбрасывания и отбора мяча Развитие физических качеств: силы, быстроты, прыгучести, выносливости, ловкости, гибкости.	12	1	11	беседа, наблюдение, контрольные нормативы
6	Освоение индивидуальной техники вратаря.	18	1	17	беседа, наблюдение, опрос, зачет
7	Освоение тактики игры.	38	2	36	беседа, наблюдение, опрос, зачет
8	Овладение организаторскими способностями. Инструкторская и судейская практика.	4	2	2	беседа, наблюдение, судейство, тестирование
	Всего	144	15	129	

Календарно – учебный график

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1	сентябрь	3	17-00-18-00	очная	2	Основы знаний. Правила техники безопасности.	Спортивный зал	беседа, опрос
2	сентябрь	7	18-00-19-30	очная	2	История и правила игры в футбол.	Спортивный зал	беседа, опрос
3	сентябрь	10	17-00-18-00	очная	2	Жестикация судей.	Спортивный зал	беседа, опрос
4	сентябрь	14	18-00-19-30	очная	2	Удары по мячу ногой.	Спортивный зал	беседа, наблюдение, контр. нормативы
5	сентябрь	17	17-00-18-00	очная	2	Удары подъемом внешней частью стопы .	Спортивный зал	беседа, наблюдение, контр. нормативы
6	сентябрь	21	18-00-19-30	очная	2	Основные понятия об игре в футбол. Удары подъемом внутренней частью стопы .	Спортивный зал	беседа, наблюдение, контрольные нормативы
7	сентябрь	24	17-00-18-00	очная	2	Удары внутренней и внешней стороной стопы .	Спортивный зал	беседа, наблюдение, контрольные нормативы
8	сентябрь	28	18-00-19-30	очная	2	Удары внутренней и внешней стороной стопы .	Спортивный зал	беседа, наблюдение, контрольные нормативы
9	октябрь	1	17-00-18-00	очная	2	Удары по неподвижному и катящемуся мячу .	Спортивный зал	беседа, наблюдение, контрольные нормативы
10	октябрь	5	18-00-19-30	очная	2	Удары по прыгающему и	Спортивный	беседа,

						летающему мячу.	зал	наблюдение, контрольные нормативы
11	октябрь	8	17-00-18-00	очная	2	Удары по неподвижному и катящемуся мячу.	Спортивный зал	беседа, наблюдение, контрольные нормативы
12	октябрь	12	18-00-19-30	очная	2	Удары по прыгающему и летающему мячу.	Спортивный зал	беседа, наблюдение, контрольные нормативы
13	октябрь	15	17-00-18-00	очная	2	Удары пяткой (назад) по катящемуся мячу.	Спортивный зал	беседа, наблюдение, контрольные нормативы
14	октябрь	19	18-00-19-30	очная	2	Резаные удары внутренней и внешней частью подъема по катящемуся мячу	Спортивный зал	беседа, наблюдение, контрольные нормативы
15	октябрь	22	17-00-18-00	очная	2	Удары с полулета (всеми способами).	Спортивный зал, стадион	беседа, наблюдение, контрольные нормативы
16	октябрь	26	18-00-19-30	очная	2	Удары по мячу головой.	Спортивный зал	беседа, наблюдение, контрольные нормативы
17	октябрь	29	17-00-18-00	очная	2	Удары серединой и боковой частью лба без прыжка и в прыжке.	Спортивный зал	беседа, наблюдение, контрольные нормативы
18	ноябрь	2	18-00-19-30	очная	2	Удары на точность.	Спортивный зал	беседа, наблюдение, контрольные нормативы
19	ноябрь	5	17-00-18-00	очная	2	Остановка мяча подошвой.	Спортивный зал	беседа, наблюдение, тестирование
20	ноябрь	9	18-00-19-30	очная	2	Остановка мяча внутренней стороной стопы.	Спортивный зал	беседа, наблюдение, тестирование
21	ноябрь	12	17-00-18-00	очная	2	Остановка мяча внешней стороной стопы.	Спортивный зал	беседа, наблюдение, тестирование
22	ноябрь	16	18-00-19-30	очная	2	Остановка грудью летающего мяча.	Спортивный зал	беседа, наблюдение, тестирование
23	ноябрь	19	17-00-18-00	очная	2	Остановка грудью летающего мяча с поворотом на 90°.	Спортивный зал	беседа, наблюдение, тестирование
24	ноябрь	22	18-00-19-30	очная	2	Остановка опускающегося мяча бедром.	Спортивный зал	беседа, наблюдение, тестирование
25	ноябрь	26	17-00-18-00	очная	2	Инструкторская и судейская практика.	Спортивный зал	беседа, наблюдение, судейство, тестирование
26	ноябрь	30	18-00-19-30	очная	2	Остановка опускающегося мяча лбом.	Спортивный зал	беседа, наблюдение, тестирование
27	декабрь	3	17-00-18-00	очная	2	Остановка летающего мяча с различной скоростью и траекторией.	Спортивный зал	беседа, наблюдение, тестирование
28		7	18-00-19-30	очная	2	Ведение мяча серединой подъема стопы.	Спортивный зал	беседа, наблюдение, контрольные

								нормативы
29	декабрь	10	17-00-18-00	очная	2	Ведение мяча носком и внутренней стороной стопы.	Спортивный зал	беседа, наблюдение, контрольные нормативы
30	декабрь	14	18-00-19-30	очная	2	Ложные движения (финты).	Спортивный зал	беседа, наблюдение, контрольные нормативы
31	декабрь	17	17-00-18-00	очная	2	Ложные движения (финты).	Спортивный зал	беседа, наблюдение, контрольные нормативы
32	декабрь	21	18-00-19-30	очная	2	Ведение мяча с остановкой и передачей пяткой назад.	Спортивный зал	беседа, наблюдение, контрольные нормативы
33	декабрь	24	17-00-18-00	очная	2	Ведение мяча с остановкой и передачей пяткой назад.	Спортивный зал	беседа, наблюдение, контрольные нормативы
34	декабрь	28	18-00-19-30	очная	2	Ведение мяча с остановкой и передачей на ход игрока.	Спортивный зал	беседа, наблюдение, контрольные нормативы
35	декабрь	31	17-00-18-00	очная	2	Ложная передача мяча партнеру.	Спортивный зал	беседа, наблюдение, контрольные нормативы
36	январь	4	18-00-19-30	очная	2	Отбор у соперника накладыванием стопы на мяч.	Спортивный зал	беседа, наблюдение, контрольные нормативы
37	январь	7	17-00-18-00	очная	2	Отбор мяча у соперника выбиванием.	Спортивный зал	беседа, наблюдение, контрольные нормативы
38	январь	11	18-00-19-30	очная	2	Отбор мяча у соперника способом «подкат».	Спортивный зал	беседа, наблюдение, контрольные нормативы
39	январь	14	17-00-18-00	очная	2	Отбор мяча выполняя ложные движения.	Спортивный зал	беседа, наблюдение, контрольные нормативы
40	январь	18	18-00-19-30	очная	2	Вбрасывание мяча с места.	Спортивный зал	беседа, наблюдение, контрольные нормативы
41	январь	21	17-00-18-00	очная	2	Вбрасывание мяча с разбега.	Спортивный зал	беседа, наблюдение, контрольные нормативы
42	январь	25	18-00-19-30	очная	2	Выбор места в штрафной площади при ловле мяча на выходе и на перехвате.	Спортивный зал	беседа, наблюдение, опрос, зачет
43	январь	28	17-00-18-00	очная	2	Руководство игрой партнеров по обороне.	Спортивный зал	беседа, наблюдение, опрос, зачет
44	февраль	1	18-00-19-30	очная	2	Ввод мяча в игру.	Спортивный зал	беседа, наблюдение, опрос, зачет

45	февраль	4	17-00-18-00	очная	2	Организация контратаки.	Спортивный зал	беседа, наблюдение, опрос, зачет
46	февраль	8	18-00-19-30	очная	2	Ловля мяча в броске , летящего в сторону от вратаря на высоте живота, груди, головы и колен.	Спортивный зал	беседа, наблюдение, опрос, зачет
47	февраль	11	17-00-18-00	очная	2	Организация построения «стенки» при пробитии штрафного и свободного ударов вблизи своих ворот.	Спортивный зал	беседа, наблюдение, опрос, зачет
48	февраль	15	18-00-19-30	очная	2	Руководство партнерами по обороне.	Спортивный зал	беседа, наблюдение, опрос, зачет
49	февраль	18	17-00-18-00	очная	2	Игра на выходах из ворот при ловле катящихся по земле и летящих на различной высоте мячей.	Спортивный зал	беседа, наблюдение, опрос, зачет
50	февраль	22	18-00-19-30	очная	2	Комбинации с защитниками при введении мяча в игру ударом от ворот.	Спортивный зал	беседа, наблюдение, опрос, зачет
51	февраль	25	17-00-18-00	очная	2	Освобождение из-под опеки Противника для получения мяча.	Спортивный зал	беседа, наблюдение, контрольные нормативы
52	март	1	18-00-19-30	очная	2	Взаимодействие с партнерами при равном соотношении и численном превосходстве защитников соперника, используя короткие и средние передачи.	Спортивный зал	беседа, наблюдение, контрольные нормативы
53	март	4	17-00-18-00	очная	2	Атака со сменой и без смены мест флангом и через центр.	Спортивный зал	беседа, наблюдение, контрольные нормативы
54	март	8	18-00-19-30	очная	2	«Скрещивание» и игра «в стенку».	Спортивный зал	беседа, наблюдение, контрольные нормативы
55	март	11	17-00-18-00	очная	2	Тактические комбинации при выполнении стандартных положений.	Спортивный зал	беседа, наблюдение, контрольные нормативы
56	март	15	18-00-19-30	очная	2	Единоборство с соперниками, применяя обводку и ложные движения.	Спортивный зал	беседа, наблюдение, контрольные нормативы
57	март	18	17-00-18-00	очная	2	Персональная опека и комбинированная оборона.	Спортивный зал	беседа, наблюдение, контрольные нормативы
58	март	22	18-00-19-30	очная	2	Подстраховка и помощь партнеру.	Спортивный зал	беседа, наблюдение, контрольные нормативы
59	март	25	17-00-18-00	очная	2	Действия при отражении атаки соперника при равном соотношении сил и при его численном преимуществе.	Спортивный зал	беседа, наблюдение, контрольные нормативы
60	март	29	18-00-19-30	очная	2	Взаимодействие с вратарем	Спортивный зал	беседа, наблюдение, контрольные нормативы

61	апрель	1	17-00-18-00	очная	2	Выбор позиции и страховка партнера при атаке противника флангом и через центр.	Спортивный зал	беседа, наблюдение, контрольные нормативы
62	апрель	5	18-00-19-30	очная	2	Организация оборонительных действий при введении мяча в игру из стандартных положений.	Спортивный зал	беседа, наблюдение, контрольные нормативы
63	апрель	8	17-00-18-00	очная	2	Комбинации с переменной мест.	Спортивный зал	беседа, наблюдение, контрольные нормативы
64	апрель	12	18-00-19-30	очная	2	Игра центральных защитников по зонному принципу.	Спортивный зал	беседа, наблюдение, контрольные нормативы
65	апрель	15	17-00-18-00	очная	2	Создание численного превосходства в обороне	Спортивный зал	беседа, наблюдение, контрольные нормативы
66	апрель	19	18-00-19-30	очная	2	Действия при начале атаки соперника из стандартных положений вблизи своих ворот.	Спортивный зал	беседа, наблюдение, контрольные нормативы
67	апрель	22	17-00-18-00	очная	2	Перестройка от обороны к началу и развитию атаки.	Спортивный зал	беседа, наблюдение, контрольные нормативы
68	апрель	26	18-00-19-30	очная	2	Комбинации с переменной мест.	Спортивный зал	беседа, наблюдение, контрольные нормативы
69	май	13	17-00-18-00	очная	2	Персональная опека и комбинированная оборона.	Спортивный зал	беседа, наблюдение, контрольные нормативы
70	май	17	18-00-19-30	очная	2	Организация и судейство соревнований по футболу.	Спортивный зал	беседа, опрос
71	май	20	17-00-18-00	очная	2	Жестикауляция судей.	Спортивный зал	беседа, опрос
72	май	24	18-00-19-30	очная	2	Инструкторская и судейская практика.	Спортивный зал	беседа, наблюдение, судейство, тестирование

Условия реализации программы:

- условия набора и формирования групп;
- возможность и условия зачисления в группы второго и последующих годов обучения;
- необходимое кадровое и материально-техническое обеспечение программы;
- особенности организации образовательного процесса.

Формы аттестации

- Опрос учащихся по пройденному материалу.
- Наблюдение за учащимися во время тренировочных игр и соревнований.
- Мониторинг результатов по окончанию курса обучения.
- Контроль соблюдения техники безопасности.
- Привлечение учащихся к судейству соревнований школьного уровня.
- Контрольные игры с заданиями.

- Выполнение контрольных упражнений.
- Контроль выполнения установок во время тренировок и соревнований.
- Результаты соревнований, судейства.

Оценочные материалы

В течение освоения программы проводится аттестация, целью которой является определение степени усвоения материала обучающимися и стимулируется потребность обучающихся к совершенствованию своих знаний и улучшению практических результатов. Оценочные материалы включают различные диагностические материалы (карты, тесты, индивидуальные и групповые задания. и т.д.), разработанные критерии оценки.

Методические материалы

Раздел	Форма организации и проведения занятия	Методы и приёмы организации учебно-воспитательного процесса	Дидактический материал	Техническое оснащение	Форма подведения итогов
1. Основы знаний	Групповая с организацией индивидуальных форм работы внутри группы, подгрупповая, фронтальная	Словесный, объяснение, рассказ, беседа практические задания, объяснение нового материала.	- литература по теме	наглядные пособия	Собеседование
2. Общая физическая подготовка	Практикум: - занятие поточным методом; - круговая тренировка; - занятие фронтальным методом; - работа по станциям; - самостоятельные занятия; - тестирование.	Словесный, наглядный, упражнения в парах, метод упражнения, игровой, соревновательный методы	- литература по теме; - слайды; - карточки с заданием.	- скакалки; - гимнастические скамейки; - гимнастическая стенка; - гимнастические маты; - резиновые амортизаторы; - перекладины; - мячи; - медболы.	контрольные нормативы по ОФП
3. Специальная физическая подготовка	Практикум: - занятие поточным методом; - круговая тренировка; - занятие	Словесный, наглядный, упражнения в парах, метод упражнения, игровой, соревновательный	- литература по теме; - слайды; - карточки с заданием.	- скакалки; - гимнастические скамейки; - гимнастическая стенка;	контрольные нормативы по СФП

	фронтальным методом; - работа по станциям; - самостоятельные занятия; - тестирование	ый методы		- гимнастические маты; - резиновые амортизаторы; - перекладины; - мячи;	
4. Техническая подготовка	Практикум: - занятие поточным методом; - круговая тренировка; - занятие фронтальным методом; - работа по станциям; - самостоятельные занятия; - тестирование; - турнир.	Словесный, наглядный, упражнения в парах, метод упражнения, игровой, соревновательный методы	- литература по теме; - слайды; - видеоматериалы; - карточки с заданием.	- футбольные мячи; - футбольные ворота; - конусы и стойки	- контрольные нормативы; - учебно-тренировочная игра; - помощь в судействе.
5. Tактическая подготовка	Практикум: - занятие поточным методом; - круговая тренировка; - занятие фронтальным методом; - работа по станциям; - самостоятельные занятия; - тестирование; - турнир.	Словесный, наглядный, упражнения в парах, метод упражнения, игровой, соревновательный методы	- литература по теме; - слайды; - видеоматериалы; - карточки с заданием.	- футбольные мячи; - футбольные ворота; - конусы и стойки	- контрольные нормативы; - учебно-тренировочная игра;
6. Контрольные испытания	Практикум: - самостоятельные занятия; - тестирование;	Словесный, наглядный, упражнения в парах, метод упражнения, игровой, соревновательный методы	- карточки с заданием.	- скакалки; - гимнастическая стенка; - гимнастические маты; - перекладины; - мячи; - медболы	- контрольные нормативы; - помощь в судействе.

Формы организации образовательного процесса. Индивидуально – групповая форма.

Формы организации учебного занятия. Беседа, наблюдение, соревнование, практическое

занятие, турнир.

Педагогические технологии. Здоровьесберегающие технологии, уровневой дифференциации обучения, игровые технологии.

Алгоритм учебного занятия. Занятие состоит из подготовительного, основного и заключительного этапа. Состоящих из содержания учебного материала в соответствии с планом занятий и организационно - методических указаний.

Дидактические материалы. Практические задания, тесты, контрольные упражнения, наглядные материалы.

Список литературы

1. А. Власов «Мини-футбол в школу!», «Спорт в школе», № 23,2006
2. С. Андреев, Э. Алиев «История развития мини-футбола», «Спорт в школе», № 5,2007
3. А. Полозов «Обучение футболу в разных странах», «Спорт в школе», №6, 2006
4. Ю.И. Портных «Спортивные и подвижные игры» - М, 1987
5. С.Ю. Тюленьков, А.А.Федоров «Футбол в зале: система подготовки» - М, 2000
6. В.А. Муравьев «Воспитание физических качеств детей дошкольного и школьного возраста» - М, 2004
7. Б.Х. Ланда «Мониторинг физического развития и физической подготовленности учащихся» - ПУ «Первое сентября», 2006
8. Г.А. Колодницкий, В.С. Кузнецов, М.В. Маслов. Внеурочная деятельность учащихся. Футбол. Москва. «Просвещение» 2013г.