

Муниципальное учреждение дополнительного образования детско-юношеская
спортивная школа муниципального образования «Цильнинский район» Ульяновской
области

Рассмотрена и принята
на заседании Педагогического совета
ДЮСШ МО «Цильнинский район»
Протокол № 4 от «19 » июня 2023 г.

УТВЕРЖДЕНО
Директор ДЮСШ МО
«Цильнинский район»
Е.П.Краснов
Приказ № 90 от « 22 » июня 2023 г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«Футбол»
ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ**

Уровень программы: стартовый

Срок реализации программы -3 года

Программа рассчитана на детей и подростков 7-17 лет

Автор- разработчик:
Ларин И.С. - тренер-преподаватель
Цыганцов М.В.-тренер-преподаватель

с.Большое Нагаткино
2023 год

1. Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы:

- 1.1. Пояснительная записка
- 1.2. Цель и задачи программы
- 1.3. Содержание программы
- 1.4. Планируемые результаты

2. Комплекс организационно-педагогических условий:

- 2.1. Календарный учебный график
- 2.2. Условия реализации программы
- 2.3. Формы аттестации (контроля)
- 2.4. Оценочные материалы
- 2.5. Методические материалы

3. Список литературы

1. Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы

1.1. Пояснительная записка

Дополнительная общеразвивающая общеобразовательная программа «Футбол» **физкультурно-спортивной направленности** разработана для организации образовательного процесса в муниципальном учреждении дополнительного образования детско-юношеской спортивной школе муниципального образования «Цильнинский район» Ульяновской области (далее ДЮСШ МО «Цильнинский район»).

Программа «Футбол» разработана на основании следующих нормативно-правовых документов:

1. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012г. № 273-ФЗ (ст. 2, ст. 15, ст.16, ст.17, ст.75, ст. 79);
2. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022г. № 678-р «Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года»;
3. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 г. № 996-р «Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года»;
4. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
5. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017 г. № 816 «Порядок применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;
6. Письмо Министерства просвещения Российской Федерации от 19.03.2020 г. №ГД-39/04 «Методические рекомендации по реализации образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования, образовательных программ среднего профессионального образования и дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий»;
7. Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 28.08.2015 г. № АК-2563/05 «О методических рекомендациях» (вместе с Методическими рекомендациями по организации образовательной деятельности с использованием сетевых форм реализации образовательных программ);
8. Приказ Министерства науки и высшего образования Российской Федерации и Министерства просвещения Российской Федерации от 05.08.2020 г. № 882/391 «Об организации и осуществлении образовательной деятельности при сетевой форме реализации образовательных программ»;
9. СП 3.1/2.4.3598-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы образовательных организаций и других объектов социальной инфраструктуры для детей и молодежи в условиях распространения COVID-19», утвержденные Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 30.06.2020 г. № 16;
10. СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденные Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. № 28;
11. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ нового поколения (включая разноуровневые программы) в области физической культуры и спорта (утвержденные Федеральным государственным бюджетным учре-

ждением «Федеральный центр организационно-методического обеспечения физического воспитания, 2021 г.);

12. Устав ДЮСШ МО «Цильнинский район»;

13. Положение о разработке, структуре и порядке утверждения дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ муниципального учреждения дополнительного образования детско-юношеской спортивной школы муниципального образования «Цильнинский район» Ульяновской области;

14. Локальные акты ДЮСШ МО «Цильнинский район».

Актуальность программы обусловлена потребностями школы в развитии физкультурно-спортивного направления деятельности (особенно игровых видов спорта), спросом на данный вид спорта со стороны детей и родителей, а также кадровым и материальным потенциалом для развития футбола.

Новизна программы заключается в том, что в данной программе разработана система поэтапного обучения и контроля, в результате которой обучающиеся получают расширенное представление об игре в футбол, овладевают основными навыками игры, а по окончании обучения могут не только самостоятельно играть в футбол, но и реализовать объективное судейство, также в ходе обучения у обучающихся формируется чувство необходимости в регулярных занятиях спортом.

Отличительной особенностью данной программы является организация учебно-тренировочного процесса в условиях разновозрастной группы, дифференцированное распределение физических нагрузок и требований с учетом возрастных особенностей всех обучающихся. Включение в каждое занятие подвижных игр и игровых моментов, соревновательных и игровых упражнений, формирование командной сплоченности и слаженности в действиях (что повышает эмоциональный уровень занятий, позволяет избежать физического и психологического переутомления). В результате освоения программного материала у обучающихся формируется культура отношения к своему здоровью, происходит качественное изменение личности: отношение к самому себе, отношение к другим людям, отношение к вещам, отношение к окружающему миру.

Уровень освоения содержания образования - стартовый.

Стартовый (ознакомительный) предполагает формирование устойчивого интереса к занятиям спортом, формируется широкий круг двигательных умений и навыков, ведется физкультурно-оздоровительная и воспитательная работа, направленная на разностороннюю физическую подготовку.

Адресат программы - обучающиеся в возрасте 7-17 лет, имеющие медицинское заключение о состоянии здоровья и допуск врача к занятиям данным видом спорта.

Это возраст активного развития физических способностей ребенка. Он в этом возрасте становится сильным, выносливым и ловким, имеет потребность в регулярной нагрузке. Легко выполняет размашистые движения.

Объем и срок освоения программы. Продолжительность обучения по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Футбол» составляет три года. Основной учебно-тематический план составлен на 828 часов.

Форма обучения по данной программе: очная с применением сетевой формы реализации технологий и электронного обучения.

Наполняемость в учебных группах составляет 12-15 человек. Условия формирования групп: принимаются все желающие на основании медицинского заключения о состоянии здоровья. Состав группы постоянный, возможно формирование группы обучающихся одного возраста или разновозрастных групп.

Режим занятий: Общее количество часов в год - 276 часов. Общее количество часов за 3 года - 828 часов. Обучающиеся по данной программе могут заниматься 6 часов в неделю:

3 раза по 2 часа.

1.2. Цель и задачи программы

Цель программы: выявление, развитие и поддержка спортивно одаренных, талантливых обучающихся, их профессиональная ориентация, создание и обеспечение необходимых условий для личностного развития средствами футбола.

Задачи программы:

Обучающие:

- формирование знаний в области физической культуры и спорта, футбола в частности;
- расширение кругозора обучающихся, глубокое изучение истории развития футбола в мире, в России и регионе;
- формирование знаний по основам физиологии мышечной деятельности, анатомии, личной гигиене, режиме дня юного спортсмена;
- изучить влияние физических упражнений на состояние здоровья, работоспособность и развитие двигательных способностей;
- обучить техническим элементам и правилам игры в футбол;
- обучить игровым тактическим действиям;
- обучить приёмам и методам контроля физической нагрузки при самостоятельных занятиях;
- изучение систем организации и проведения официальных соревнований по футболу в стране, в мире;
- обучить методике судейства игр по упрощенным правилам, оформлению соответствующей документации;
- обучить основам организации и проведения досуговой деятельности с использованием средств футбола.

Развивающие:

- развить тактические навыки и умения вести игру;
- развить физические качества;
- развить стойкую мотивацию к регулярным занятиям спортом и, в частности, футболом;
- развивать специальные физические качества необходимые для игры в футбол;
- способствовать укреплению здоровья средствами футбола;
- расширить функциональные возможности организма;
- привить навыки здорового образа жизни;
- развивать личностные качества игроков, единство командного духа;
- формировать культуру болельщика, фаната футбола.

Воспитательные:

- формировать организаторские навыки и умения действовать в коллективе;
- воспитать чувство ответственности, трудолюбия, дисциплинированности;
- воспитывать патриотические чувства, любовь к отчизне, гордость за доблестные спортивные достижения российских спортсменов;
- профессионально ориентировать обучающихся на дальнейшую деятельность в области физической культуры и спорта;
- воспитать привычку к самостоятельным занятиям избранным видом физкультурно-спортивной деятельности в свободное от учебы время;
- формировать потребность к ведению здорового образа жизни.

1.3. Содержание программы

УЧЕБНЫЙ ПЛАН 1 ГОДА ОБУЧЕНИЯ

№ п/п	Название раздела, тема	Количество часов			Формы аттестации
		Всего	Теория	Практика	
1	Вводное занятие. Начальная диагностика	2	1	1	Тестирование
2	Теоретическая подготовка	25	25	-	Опрос
3	Общая физическая подготовка	70	2	68	Наблюдение
4	Специальная физическая подготовка	60	1	59	
5	Технико-тактическая подготовка	86	1	85	
6	Соревнование / двусторонняя учебная игра / товарищеский матч	25	1	24	
7	Судейская и инструкторская подготовка	2	1	1	
8	Проведение тестирования	5	1	4	Тестирование
9	Итоговое занятие	1	1	-	Опрос
Всего часов:		276	34	242	

Тема. Возникновение и развитие футбола.

Теория. История развития футбола в мире и в нашей стране. Достижение футболистов на мировой арене.

Тема. Соблюдение правил безопасности.

Теория. Правила поведения на улице, спортзале. Правильное обращение с инвентарем.

Тема. Гигиена, врачебный контроль и самоконтроль.

Теория. Гигиенические требования к местам проведения занятий. Временные ограничения и противопоказания к занятиям футболом. Понятие о травмах, их причины и профилактика. Первая помощь при ушибах, растяжении связок.

Тема. Сведения о строении и функциях организма человека.

Теория. Краткие сведения о строении человеческого организма и его функциях. Костная система и ее развитие. Связочный аппарат и его функции. Мышцы, их строение и расслабление мышц, краткое ознакомление с расположением основных мышечных групп.

Тема. Правила игры. Организация и разбор проведенных игр, места занятий, инвентарь и оборудование.

Теория. Значение спортивных соревнований. Требования, предъявляемые к их организации и проведению. Разбор и изучение правил игры в футбол. Методика судейства. Площадка для проведения занятий и соревнований по футболу. Основные требования, предъявляемые к ним. Основное и дополнительное оборудование и его значение. Уход за инвентарем и оборудованием /подготовка мячей, разметка и уход за площадкой и т.д. Требование к спортивной одежде и обуви. Значение предстоящей игры. Особенности игры противника. Предварительные сведения о противнике: состав команды и характеристика её игроков, положение команды в календаре, техника и тактика игры команды и её отдельных звеньев. Установка на игру против известного и неизвестного противника. Задание команде, звеньям, игрокам. Действия игроков отдельные моменты игры. Роль капитана. Напоминание спортив-

ной этики - корректность в игре, уважение к судьям и игрокам противника. Значение указаний тренера-преподавателя в перерыве игры. Разбор прошедшей игры. Причины невыполнения общего плана игры и отдельных заданий игроками. Значение записи и наблюдений при разборе. Выводы и указания об устранении недостатков на последующих тренировках.

Тема. Строевая подготовка.

Теория. Понятие о строе и командах. Классификация строевых упражнений

Практика. Строевые приемы (команды для управления группой). Построения (шеренга, колонна, фланг, дистанция и интервал). Перестроения (в одну, в две шеренги, в колонну по одному, по два). Предварительная и исполнительная части команд. Основная стойка. Повороты и передвижения (сомкнутый и разомкнутый строй, виды размыкания, перестроения, действия в строю на месте и в движении: построение, выравнивание строя, расчет в строю, повороты и полуобороты, размыкание и смыкание строя, перестроение шеренги и колонны в строю). Переход с шага на бег и с бега на шаг. Изменение скорости движения. Остановка во время движения шагом и бегом.

Тема. Элементы ходьбы и бега

Теория. Виды спортивной формы ходьбы и спортивной формы бега.

Практика. Походный шаг, строевой шаг, шаг на носках и на пятках, на внешнем своде стопы, перекатом с пятки на носок, с высоким подъемом бедер, в полуприседе, выпадами, ходьба на руках, ходьба в упоре присев сзади, в седле. Обычный бег, бег спиной вперед, бег с ускорением и замедлением темпа, бег с внезапной остановкой и сменой направления, семенящий бег, бег с высоким подниманием бедра, бег с захлестыванием голени назад, бег с отведением голени назад и наружу, бег выпадами.

Тема. Гимнастические упражнения

Теория. Виды гимнастики. Утренняя гимнастика. Спортивная гимнастика. Общеразвивающие упражнения (общая характеристика, классификация, типовые исходные положения).

Практика:

- упражнения для рук и плечевого пояса;
- сгибание и разгибание рук, вращения, махи, отведения и приведения, рывки;
- упражнения выполняются на месте и в движении;
- упражнения для мышц шеи: наклоны, вращения и повороты головы в различных направлениях;
- упражнения для ног: различные маховые движения ногами, приседания на обеих на одной ноге, выпады, выпады с дополнительными пружинящими движениями;
- упражнение с сопротивлением.

Упражнения в парах - повороты и наклоны туловища, сгибание и разгибание рук, переталкивание, приседание с партнером, переносы партнера на спине и на плечах, элементы борьбы в стойке, игры с элементами сопротивления.

Тема. Л/а упражнения

Теория. Общая характеристика и классификация основных видов л/а упражнений.

Практика:

- бег на 30,60,100,400м;
- кроссы от 1000 до 3000 м /в зависимости от возраста/;
- 6-минутный и 12-минутный бег;
- прыжки в длину с места;
- тройной прыжок с места и с разбега;
- многоскоки;
- пятикратный прыжок с места.

Тема. Подвижные игры

Теория. Правила подвижных игр

Практика:

- игры с мячом, бегом, прыжками, метанием, сопротивлением, на внимание, координацию;
- 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.

Тема. Упражнения для развития быстроты.

Практика:

- бег 30 м с ведением мяча;
- бег 5х30 м с ведением мяча;
- удар по мячу на дальность /сумма ударов правой, левой ногой/;
- вбрасывание мяча рукой на дальность.

Тема. Упражнения для развития скоростно-силовых качеств.

Практика:

- вбрасывание футбольного и набивного мяча на дальность;
- удар по мячу ногой и головой на силу в тренировочную стенку, ворота, удары на дальность.

Тема. Упражнения для развития специальной выносливости.

Практика:

- игровые упражнения с мячом большой интенсивности, тренировочные игры с увеличенной продолжительностью, игры с уменьшенным по численности составом;
- многократно повторяемые специальные технико-тактические упражнения: например, повторные прыжки с мячом с последующей обводкой нескольких стоек с ударами по воротам, с увеличением длины рывка, количества повторений и сокращением интервалов отдыха между рывками.

Тема. Упражнения для развития ловкости.

Практика:

- держание мяча в воздухе /жонглирование/, чередуя удары различными частями стопы, бедром, головой, ведением мяча головой;
- парные и групповые упражнения с ведением мяча, обводкой стоек, обманными движениями;
- эстафеты с элементами акробатики;
- подвижные игры: *Живая цель*, *Салки мячом*, *Ловля парами* и др.

Тема. Техника передвижения.

Практика:

- различные сочетания приёмов, бег с прыжками, поворотами и резкими остановками.

Тема. Удары по мячу ногой.

Практика:

- удары внешней, внутренней, средней частями подъёма, внутренней стопы по неподвижному, катящемуся, прыгающему и летящему мячу. Резаные удары по 16 неподвижному и катящемуся мячу. Удары носком и пяткой. Удары с полулёта. Удары правой и левой ногой.
- выполнение ударов на точность и силу после остановки, ведение и рывков на короткое, среднее и дальнее расстояние /с различным направлением и траекторией полёта/.

Удары по мячу ногой в единоборстве, с пассивным и активным сопротивлением.

Тема. Удары по мячу головой.

Практика:

-удары средней и боковой частью лба без прыжка и в прыжке по летящему с различной скоростью и траекторией мячу;

-удары на точность вниз и верхом, вперед и в стороны, на короткое и среднее расстояние;

-удары головой в единоборстве и активным сопротивлением.

Тема. Остановка мяча.

Практика:

- Остановка подошвой и внутренней стороной стопы катящегося и опускающегося мяча с переводом в стороны и назад /в зависимости от расположения игроков противника и создавшейся игровой обстановки/. Остановка грудью летящего с переводом. 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 с последующим ударом или рывком.

Тема. Ведение мяча.

Практика:

-ведение средней и внешней частями подъёма, носком и внутренней стороной стопы;

-ведение всеми изученными способами с увеличением скорости, с выполнением рывков и одновременно контролируя мяч, с обводкой движущихся и противодействующих соперников, затрудняя для них подступы к мячу, закрывая мяч телом.

Тема. Обманные движения /финты/.

Практика:

-обманные движения, уход выпадам и переносом ноги через мяч;

-финты ударом ногой с убираанием мяча под себя и с пропуском мяча партнёру, «ударом головой».

-обманные движения «с остановкой во время ведения с наступанием и без наступания на мяч подошвой», «после передачи мяча партнером с пропуском мяча»;

-выполнение обманных движений в единоборстве с пассивным и активным сопротивлением.

Тема. Отбор мяча.

Практика:

-отбор мяча при единоборстве с соперником ударом и остановкой мяча ногой в широком выпаде /полу-шпагат и шпагат/ и в подкате.

Тема. Вбрасывание мяча.

Практика:

-вбрасывание из различных исходных положений с места и после разбега;

-вбрасывание мяча на точность и дальность.

Тема. Техника игры вратаря.

Практика:

-ловля двумя руками снизу, сверху, сбоку катящихся и летящих с различной скоростью и траекторией полета мячей;

- ловля на месте, в движении, в прыжке, без падения и с падением;

- ловля мячей на выходе;

- отбивание ладонями и пальцами мячей, катящихся и летящих в стороне от вратаря без падения и с падением;

- отбивка мяча кулаком на выходе, без прыжка и в прыжке;
- перевод мяча через перекладину ладонями /двумя, одной/ в прыжке;
- броски мяча одной рукой сверху, снизу на точность и дальность;
- выбивание мяча с земли и с рук на точность и дальность.

Тема. Тактика падения.

Теория: Роль игрока на поле. Учет индивидуальных особенностей личности при распределении игроков на поле.

Практика:

Индивидуальные действия:

- оценивание целесообразности той или иной позиции, своевременное занятие наиболее выгодной позиции для получения мяча;
- эффективное использование изученных технических приемов;
- способы и разновидности решения тактических задач в зависимости от игровой ситуации.

Групповые действия:

- взаимодействие с партнерами равном соотношении и численном превосходстве соперника;
- используя короткие и средние передачи;
- комбинации в парах: «стенка», «скрещивание»;
- комбинация «пропуск мяча»;
- умение начинать и развивать атаку из стандартных положений.

Командные действия:

- выполнение основных обязанностей в атаке на своем игровом месте;
- согласно избранной тактической системе в составе команды;
- расположение и взаимодействие игроков при атаке флангом и через центр.

Тема. Тактика защиты.

Практика:

Индивидуальные действия:

- противодействие маневрированию, т.е. осуществление «закрывания» и создание препятствий сопернику в получении мяча;
- совершенствование в «перехвате»;
- применение отбора мяча изученным способом в зависимости от игровой обстановки;
- противодействие передаче ведению и удару по воротам.

Групповые действия:

- взаимодействие в обороне при разном соотношении сил и при численном преимуществе соперника;
- осуществляя правильный выбор позиции и страховку партнера;
- организация противодействия комбинациям «стенки», «скрещивание», «пропуск мяча»;
- взаимодействия в обороне при выполнении противником стандартных «комбинаций»;
- организация и построение «стенки»;
- комбинация с участием вратаря.

Командные действия:

- выполнение основных обязательных действий в обороне на своем игровом месте;
- согласно избранной тактической системе в составе команд;

- организация обороны по принципу персональной и комбинированной защиты;
- выбор позиции и взаимодействие игроков при атаке противника флангом и через центр.

Тема. Тактика вратаря.

Практика:

- 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;
- указания партнерам по обороне, как занять правильную позицию;
- выполнение с защитниками комбинации при введении мяча в игру от ворот;
- введение мяча в игру, адресуя его свободному от опеки партнеру.

Тема. Учебные и тренировочные игры.

Практика. Обязательное применение в играх изученного программного материала / для данного года обучения/ по технической и тактической подготовке

Тема. Соревнования.

Практика. Игра по правилам футбола. Участие в школьных и районных соревнованиях.

Тема. Контрольные испытания.

Практика. Входной, промежуточный и итоговый контроль в форме сдачи контрольных нормативов. Проводится также текущий контроль в форме наблюдения, опроса, контрольных игр.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН 2 ГОДА ОБУЧЕНИЯ

№ п/п	Название раздела, тема	Количество часов			Формы аттестации
		Всего	Теория	Практика	
1	Вводное занятие. Начальная диагностика	2	1	1	Тестирование
2	Теоретическая подготовка	23	23	-	Опрос
3	Общая физическая подготовка	68		68	Наблюдение
4	Специальная физическая подготовка	58	1	57	
5	Технико-тактическая подготовка	86	1	85	
6	Соревнование / двусторонняя учебная игра / товарищеский матч	30	1	29	
7	Судейская и инструкторская подготовка	3		3	Тестирование
8	Проведение тестирования	5	1	4	
9	Итоговое занятие	1	1	-	Опрос
Всего часов:		276	29	247	

Тема. Развитие футбола в России и за рубежом.

Теория. Развитие футбола в России. Значение и место футбола в системе физического воспитания. Российские соревнования по футболу: чемпионат и Кубок России. Участие российских футболистов в международных соревнованиях (первенство Европы, мира, Олимпийские игры). Российские и международные юношеские соревнования (чемпионат и Кубок

России, «Юность», чемпионаты Европы и мира). Современный футбол и пути его дальнейшего развития. Российский футбольный союз ФИФА, УЕФА, лучшие российские команды, тренеры, игроки.

Тема. Терминология элементов футбола.

Теория. Понятие о спортивной технике, стратегии, системе, тактике и стиле игры, понятие «зона», «персональная опека», «финты» и т.д.

Тема. Строение и функции организма человека.

Теория. Краткие сведения о строении и функциях организма человека. Ведущая роль центральной и нервной системы в деятельности организма. Влияние занятий физическими упражнениями на организм занимающихся, совершенствование функций мышечной системы. Органов дыхания, кровообращения под воздействием регулярных занятий физическими упражнениями для закрепления здоровья, развития физических и достижения высоких спортивных результатов.

Тема. Профилактика травматизма при занятиях футболом.

Теория. Врачебный контроль при занятиях футболом. Значение и содержание самоконтроля. Объективные данные самоконтроля: вес, спирометрия, кровяное давление. Субъективные данные: самочувствие, сон, работоспособность, настроение. Дневник самоконтроля. Понятие о «спортивной форме», утомлении, переутомлении. Меры предупреждения переутомления. Значение активного отдыха для спортсмена. Понятие о травмах. Особенности спортивного травматизма. Причины травмы и их профилактика применительно к занятиям футболом. Оказание первой помощи (до врача). Раны и их разновидности. Спортивный массаж. Общее понятие. Основные приемы массажа (поглаживание, растирание, разминание, поколачивание, потряхивание). Массаж до, во время и после тренировки и соревнований. Противопоказания к массажу.

Тема. Правила игры. Организация и разбор проведенных игр, места занятий, инвентарь и оборудование.

Теория. Значение спортивных соревнований. Требования, предъявляемые к их организации и проведению. Разбор и изучение правил игры в футбол. Методика судейства. Площадка для проведения занятий и соревнований по футболу. Основные требования, предъявляемые к ним. Основное и дополнительное оборудование и его значение. Уход за инвентарем и оборудованием /подготовка мячей, разметка и уход за площадкой и т.д. Требование к спортивной одежде и обуви. Значение предстоящей игры. Особенности игры противника. Предварительные сведения о противнике: состав команды и характеристика её игроков, положение команды в календаре, техника и тактика игры команды и её отдельных звеньев. Установка на игру против известного и неизвестного противника. Задание команде, звеньям, игрокам. Действия игроков отдельные моменты игры. Роль капитана. Напоминание спортивной этики - корректность в игре, уважение к судьям и игрокам противника. Значение указаний тренера-преподавателя в перерыве игры. Разбор прошедшей игры. Причины невыполнения общего плана игры и отдельных заданий игроками. Значение записи и наблюдений при разборе. Выводы и указания об устранении недостатков на последующих тренировках.

Тема. Строевая подготовка.

Теория. Понятие о строе и командах. Классификация строевых упражнений

Практика. Строевые приемы (команды для управления группой). Построения (шеренга, колонна, фланг, дистанция и интервал). Перестроения (в одну, в две шеренги, в колонну по одному, по два). Предварительная и исполнительная части команд. Основная стойка. Повороты и передвижения (сомкнутый и разомкнутый строй, виды размыкания, перестроения, действия в строю на месте и в движении: построение, выравнивание строя, расчет в строю, повороты и полуобороты, размыкание и смыкание строя, перестроение шеренги и колонны в

строю). Переход с шага на бег и с бега на шаг. Изменение скорости движения. Остановка во время движения шагом и бегом.

Тема. Элементы ходьбы и бега

Теория. Виды спортивной формы ходьбы и спортивной формы бега.

Практика. Походный шаг, строевой шаг, шаг на носках и на пятках, на внешнем своде стопы, перекатом с пятки на носок, с высоким подъемом бедер, в полуприседе, выпадами, ходьба на руках, ходьба в упоре присев сзади, в седле. Обычный бег, бег спиной вперед, бег с ускорением и замедлением темпа, бег с внезапной остановкой и сменой направления, семенящий бег, бег с высоким подниманием бедра, бег с захлестыванием голени назад, бег с отведением голени назад и наружу, бег выпадами.

Тема. Гимнастические упражнения

Теория. Виды гимнастики. Утренняя гимнастика. Спортивная гимнастика. Общеразвивающие упражнения (общая характеристика, классификация, типовые исходные положения).

Практика:

- упражнения для рук и плечевого пояса;
- сгибание и разгибание рук, вращения, махи, отведения и приведения, рывки;
- упражнения выполняются на месте и в движении;
- упражнения для мышц шеи: наклоны, вращения и повороты головы в различных направлениях;
- упражнения для ног: различные маховые движения ногами, приседания на обеих на одной ноге, выпады, выпады с дополнительными пружинящими движениями;
- упражнение с сопротивлением.

Упражнения в парах - повороты и наклоны туловища, сгибание и разгибание рук, переталкивание, приседание с партнером, переносы партнера на спине и на плечах, элементы борьбы в стойке, игры с элементами сопротивления.

Тема. Л/а упражнения

Теория. Общая характеристика и классификация основных видов л/а упражнений.

Практика:

- бег на 30,60,100,400м;
- кроссы от 1000 до 3000 м /в зависимости от возраста/;
- 6-минутный и 12-минутный бег;
- прыжки в длину с места;
- тройной прыжок с места и с разбега;
- многоскоки;
- пятикратный прыжок с места.

Тема. Подвижные игры

Теория. Правила подвижных

игр Практика:

- игры с мячом, бегом, прыжками, метанием, сопротивлением, на внимание, координацию;
- 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.

Тема. Упражнения для развития быстроты.

Практика:

- бег 30 м с ведением мяча;

- бег 5х30 м с ведением мяча;
- удар по мячу на дальность /сумма ударов правой, левой ногой/;
- бросание мяча рукой на дальность.

Тема. Упражнения для развития скоростно-силовых качеств.

Практика:

- бросание футбольного и набивного мяча на дальность;
- удар по мячу ногой и головой на силу в тренировочную стенку, ворота, удары

на дальность.

Тема. Упражнения для развития специальной выносливости.

Практика:

- игровые упражнения с мячом большой интенсивности, тренировочные игры с увеличенной продолжительностью, игры с уменьшенным по численности составом;
- многократно повторяемые специальные технико-тактические упражнения: например, повторные прыжки с мячом с последующей обводкой нескольких стоек с ударами по воротам, с увеличением длины рывка, количества повторений и сокращением интервалов отдыха между рывками.

Тема. Упражнения для развития ловкости.

Практика:

- держание мяча в воздухе /жонглирование/, чередуя удары различными частями стопы, бедром, головой, ведение мяча головой;
- парные и групповые упражнения с ведением мяча, обводкой стоек, обманными движениями;
- эстафеты с элементами акробатики;
- подвижные игры: *Живая цель*, *Салки мячом*, *Ловля парами* и др.

Тема. Техника передвижения.

Практика:

- различные сочетания приёмов, бег с прыжками, поворотами и резкими остановками.

Тема. Удары по мячу ногой.

Практика:

- удары внешней, внутренней, средней частями подъёма, внутренней стопы по неподвижному, катящемуся, прыгающему и летящему мячу. Резаные удары по 16 неподвижному и катящемуся мячу. Удары носком и пяткой. Удары с полулёта. Удары правой и левой ногой.

- выполнение ударов на точность и силу после остановки, ведение и рывков на короткое, среднее и дальнее расстояние /с различным направлением и траекторией полёта/. Удары по мячу ногой в единоборстве, с пассивным и активным сопротивлением.

Тема. Удары по мячу головой.

Практика:

- удары средней и боковой частью лба без прыжка и в прыжке по летящему с различной скоростью и траекторией мячу;
- удары на точность вниз и верхом, вперед и в стороны, на короткое и среднее расстояние;
- удары головой в единоборстве и активным сопротивлением.

Тема. Остановка мяча.

Практика:

- Остановка подошвой и внутренней стороной стопы катящегося и опускающегося мяча с переводом в стороны и назад /в зависимости от расположения игроков

противника и создавшейся игровой обстановки/. Остановка грудью летящего с переводом. 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 с последующим ударом или рывком.

Тема. Ведение мяча.

Практика:

-ведение средней и внешней частями подъёма, носком и внутренней стороной стопы;
-ведение всеми изученными способами с увеличением скорости, с выполнением рывков и одновременно контролируя мяч, с обводкой движущихся и противодействующих соперников, затрудняя для них подступы к мячу, закрывая мяч телом.

Тема. Обманные движения /финты/.

Практика:

-обманные движения, уход выпадам и переносом ноги через мяч;
-финты ударом ногой с убиением мяча под себя и с пропуском мяча партнёру, «ударом головой».
-обманные движения «с остановкой во время ведения с наступанием и без наступания на мяч подошвой», «после передачи мяча партнёром с пропуском мяча»;
-выполнение обманных движений в единоборстве с пассивным и активным сопротивлением.

Тема. Отбор мяча.

Практика:

-отбор мяча при единоборстве с соперником ударом и остановкой мяча ногой в широком выпаде /полу-шпагат и шпагат/ и в подкате.

Тема. Вбрасывание мяча.

Практика:

-вбрасывание из различных исходных положений с места и после разбега; -
вбрасывание мяча на точность и дальность.

Тема. Техника игры вратаря.

Практика:

-ловля двумя руками снизу, сверху, сбоку катящихся и летящих с различной скоростью и траекторией полета мячей;
- ловля на месте, в движении, в прыжке, без падения и с падением;
- ловля мячей на выходе;
- отбивание ладонями и пальцами мячей, катящихся и летящих в стороне от вратаря без падения и с падением;
- отбивка мяча кулаком на выходе, без прыжка и в прыжке;
- перевод мяча через перекладину ладонями /двумя, одной/ в прыжке;
- броски мяча одной рукой сверху, снизу на точность и дальность;
- выбивание мяча с земли и с рук на точность и дальность.

Тема. Тактика падения.

Теория: Роль игрока на поле. Учет индивидуальных особенностей личности при распределении игроков на поле.

Практика:

Индивидуальные действия:

- оценивание целесообразности той или иной позиции, своевременное занятие наиболее выгодной позиции для получения мяча;
- эффективное использование изученных технических приемов;

- способы и разновидности решения тактических задач в зависимости от игровой ситуации.

Групповые действия:

- взаимодействие с партнерами равном соотношении и численном превосходстве соперника;

- используя короткие и средние передачи;
- комбинации в парах: «стенка», «скрещивание»;
- комбинация «пропуск мяча»;
- умение начинать и развивать атаку из стандартных положений.

Командные действия:

- выполнение основных обязанностей в атаке на своем игровом месте;
- согласно избранной тактической системе в составе команды;
- расположение и взаимодействие игроков при атаке флангом и через центр.

Тема. Тактика защиты.

Практика:

Индивидуальные действия:

- противодействие маневрированию, т.е. осуществление «закрывания» и создание препятствий сопернику в получении мяча;
- совершенствование в «перехвате»;
- применение отбора мяча изученным способом в зависимости от игровой обстановки;
- противодействие передаче ведению и удару по воротам.

Групповые действия:

- взаимодействие в обороне при разном соотношении сил и при численном преимуществе соперника;

- осуществляя правильный выбор позиции и страховку партнера;
- организация противодействия комбинациям «стенки», «скрещивание», «пропуск мяча»;

- взаимодействия в обороне при выполнении противником стандартных «комбинаций»;

- организация и построение «стенки»;
- комбинация с участием вратаря.

Командные действия:

- выполнение основных обязательных действий в обороне на своем игровом месте;
- согласно избранной тактической системе в составе команд;
- организация обороны по принципу персональной и комбинированной защиты;
- выбор позиции и взаимодействие игроков при атаке противника флангом и через центр.

Тема. Тактика вратаря.

Практика:

- 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;

- указания партнерам по обороне, как занять правильную позицию;
- выполнение с защитниками комбинации при введении мяча в игру от ворот;

- введение мяча в игру, адресуя его свободному от опеки партнеру.

Тема. Учебные и тренировочные игры.

Практика. Обязательное применение в играх изученного программного материала / для данного года обучения/ по технической и тактической подготовке

Тема. Соревнования.

Практика. Игра по правилам футбола. Участие в школьных и районных соревнованиях.

Тема. Контрольные испытания.

Практика. Входной, промежуточный и итоговый контроль в форме сдачи контрольных нормативов. Проводится также текущий контроль в форме наблюдения, опроса, контрольных игр.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН 3 ГОДА ОБУЧЕНИЯ

№ п/п	Название раздела, тема	Количество часов			Формы аттестации
		Всего	Теория	Практика	
1	Вводное занятие. Начальная диагностика	2	1	1	Тестирование
2	Теоретическая подготовка	20	20	-	Опрос
3	Общая физическая подготовка	65		65	Наблюдение
4	Специальная физическая подготовка	70	1	69	
5	Технико-тактическая подготовка	77	1	76	
6	Соревнование / двусторонняя учебная игра / товарищеский матч	32	1	31	
7	Судейская и инструкторская подготовка	4		4	Тестирование
8	Проведение тестирования	5	1	4	
9	Итоговое занятие	1	1	-	Опрос
Всего часов:		276	26	250	

Тема. Развитие футбола в России и за рубежом.

Теория. Развитие футбола в России. Значение и место футбола в системе физического воспитания. Российские соревнования по футболу: чемпионат и Кубок России. Участие российских футболистов в международных соревнованиях (первенство Европы, мира, Олимпийские игры). Российские и международные юношеские соревнования (чемпионат и Кубок России, «Юность», чемпионаты Европы и мира). Современный футбол и пути его дальнейшего развития. Российский футбольный союз ФИФА, УЕФА, лучшие российские команды, тренеры, игроки.

Тема. Терминология элементов футбола.

Теория. Понятие о спортивной технике, стратегии, системе, тактике и стиле игры, понятие «зона», «персональная опека», «финты» и т.д.

Тема. Строение и функции организма человека.

Теория. Краткие сведения о строении и функциях организма человека. Ведущая роль центральной и нервной системы в деятельности организма. Влияние занятий физическими упражнениями на организм занимающихся, совершенствование функций мышечной системы. Органов дыхания, кровообращения под воздействием регулярных занятий физическими

упражнениями для закрепления здоровья, развития физических и достижения высоких спортивных результатов.

Тема. Профилактика травматизма при занятиях футболом.

Теория. Врачебный контроль при занятиях футболом. Значение и содержание самоконтроля. Объективные данные самоконтроля: вес, спирометрия, кровяное давление. Субъективные данные: самочувствие, сон, работоспособность, настроение. Дневник самоконтроля. Понятие о «спортивной форме», утомлении, переутомлении. Меры предупреждения переутомления. Значение активного отдыха для спортсмена. Понятие о травмах. Особенности спортивного травматизма. Причины травмы и их профилактика применительно к занятиям футболом. Оказание первой помощи (до врача). Раны и их разновидности. Спортивный массаж. Общее понятие. Основные приемы массажа (поглаживание, растирание, разминание, поколачивание, потряхивание). Массаж до, во время и после тренировки и соревнований. Противопоказания к массажу.

Тема. Правила игры. Организация и разбор проведенных игр, места занятий, инвентарь и оборудование.

Теория. Значение спортивных соревнований. Требования, предъявляемые к их организации и проведению. Разбор и изучение правил игры в футбол. Методика судейства. Площадка для проведения занятий и соревнований по футболу. Основные требования, предъявляемые к ним. Основное и дополнительное оборудование и его значение. Уход за инвентарем и оборудованием /подготовка мячей, разметка и уход за площадкой и т.д. Требование к спортивной одежде и обуви. Значение предстоящей игры. Особенности игры противника. Предварительные сведения о противнике: состав команды и характеристика её игроков, положение команды в календаре, техника и тактика игры команды и её отдельных звеньев. Установка на игру против известного и неизвестного противника. Задание команде, звеньям, игрокам. Действия игроков отдельные моменты игры. Роль капитана. Напоминание спортивной этики - корректность в игре, уважение к судьям и игрокам противника. Значение указаний тренера-преподавателя в перерыве игры. Разбор прошедшей игры. Причины невыполнения общего плана игры и отдельных заданий игроками. Значение записи и наблюдений при разборе. Выводы и указания об устранении недостатков на последующих тренировках.

Тема. Строевая подготовка.

Теория. Понятие о строе и командах. Классификация строевых упражнений

Практика. Строевые приемы (команды для управления группой). Построения (шеренга, колонна, фланг, дистанция и интервал). Перестроения (в одну, в две шеренги, в колонну по одному, по два). Предварительная и исполнительная части команд. Основная стойка. Повороты и передвижения (сомкнутый и разомкнутый строй, виды размыкания, перестроения, действия в строю на месте и в движении: построение, выравнивание строя, расчет в строю, повороты и полуобороты, размыкание и смыкание строя, перестроение шеренги и колонны в строю). Переход с шага на бег и с бега на шаг. Изменение скорости движения. Остановка во время движения шагом и бегом.

Тема. Элементы ходьбы и бега

Теория. Виды спортивной формы ходьбы и спортивной формы бега.

Практика. Походный шаг, строевой шаг, шаг на носках и на пятках, на внешнем своде стопы, перекатом с пятки на носок, с высоким подъемом бедер, в полуприседе, выпадами, ходьба на руках, ходьба в упоре присев сзади, в седле. Обычный бег, бег спиной вперед, бег с ускорением и замедлением темпа, бег с внезапной остановкой и сменой направления, семенистый бег, бег с высоким подниманием бедра, бег с захлестыванием голени назад, бег с отведением голени назад и наружу, бег выпадами.

Тема. Гимнастические упражнения

Теория. Виды гимнастики. Утренняя гимнастика. Спортивная гимнастика. Общеразвивающие упражнения (общая характеристика, классификация, типовые исходные положения).

Практика:

- упражнения для рук и плечевого пояса;
- сгибание и разгибание рук, вращения, махи, отведения и приведения, рывки;
- упражнения выполняются на месте и в движении;
- упражнения для мышц шеи: наклоны, вращения и повороты головы в различных направлениях;
- упражнения для ног: различные маховые движения ногами, приседания на обеих на одной ноге, выпады, выпады с дополнительными пружинящими движениями;
- упражнение с сопротивлением.

Упражнения в парах - повороты и наклоны туловища, сгибание и разгибание рук, переталкивание, приседание с партнером, переносы партнера на спине и на плечах, элементы борьбы в стойке, игры с элементами сопротивления.

Тема. Л/а упражнения

Теория. Общая характеристика и классификация основных видов л\а упражнений.

Практика:

- бег на 30,60,100,400м;
- кроссы от 1000 до 3000 м /в зависимости от возраста/;
- 6-минутный и 12-минутный бег;
- прыжки в длину с места;
- тройной прыжок с места и с разбега;
- многоскоки;
- пятикратный прыжок с места.

Тема. Подвижные игры

Теория. Правила подвижных

игр Практика:

- игры с мячом, бегом, прыжками, метанием, сопротивлением, на внимание, координацию;
- 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.

Тема. Упражнения для развития быстроты.

Практика:

- бег 30 м с ведением мяча;
- бег 5х30 м с ведением мяча;
- удар по мячу на дальность /сумма ударов правой, левой ногой/;
- вбрасывание мяча рукой на дальность.

Тема. Упражнения для развития скоростно-силовых качеств.

Практика:

- вбрасывание футбольного и набивного мяча на дальность;
- удар по мячу ногой и головой на силу в тренировочную стенку, ворота, удары на дальность.

Тема. Упражнения для развития специальной выносливости.

Практика:

- игровые упражнения с мячом большой интенсивности, тренировочные игры с

увеличенной продолжительностью, игры с уменьшенным по численности составом;

- многократно повторяемые специальные технико-тактические упражнения: например, повторные прыжки с мячом с последующей обводкой нескольких стоек с ударами по воротам, с увеличением длины рывка, количества повторений и сокращением интервалов отдыха между рывками.

Тема. Упражнения для развития ловкости.

Практика:

- держание мяча в воздухе /жонглирование/, чередуя удары различными частями стопы, бедром, головой, ведения мяча головой;
- парные и групповые упражнения с ведением мяча, обводкой стоек, обманными движениями;
- эстафеты с элементами акробатики;
- подвижные игры: *Живая цель*, *Салки мячом*, *Ловля парами* и др.

Тема. Техника передвижения.

Практика:

- различные сочетания приёмов, бег с прыжками, поворотами и резкими остановками.

Тема. Удары по мячу ногой.

Практика:

- удары внешней, внутренней, средней частями подъёма, внутренней стопы по неподвижному, катящемуся, прыгающему и летящему мячу. Резаные удары по 16 неподвижному и катящемуся мячу. Удары носком и пяткой. Удары с полулёта. Удары правой и левой ногой.

- выполнение ударов на точность и силу после остановки, ведение и рывков на короткое, среднее и дальнее расстояние /с различным направлением и траекторией полёта/. Удары по мячу ногой в единоборстве, с пассивным и активным сопротивлением.

Тема. Удары по мячу головой.

Практика:

- удары средней и боковой частью лба без прыжка и в прыжке по летящему с различной скоростью и траекторией мячу;
- удары на точность вниз и верхом, вперед и в стороны, на короткое и среднее расстояние;
- удары головой в единоборстве и активным сопротивлением.

Тема. Остановка мяча.

Практика:

- Остановка подошвой и внутренней стороной стопы катящегося и опускающегося мяча с переводом в стороны и назад /в зависимости от расположения игроков противника и создавшейся игровой обстановки/. Остановка грудью летящего с переводом. 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 с последующим ударом или рывком.

Тема. Ведение мяча.

Практика:

- ведение средней и внешней частями подъёма, носком и внутренней стороной стопы;
- ведение всеми изученными способами с увеличением скорости, с выполнением рывков и одновременно контролируя мяч, с обводкой движущихся и противодействующих соперников, затрудняя для них подступы к мячу, закрывая мяч телом.

Тема. Обманные движения /финты/.

Практика:

- обманные движения, уход выпадом и переносом ноги через мяч;
- финты ударом ногой с убираем мяча под себя и с пропуском мяча партнёру, «ударом головой».
- обманные движения «с остановкой во время ведения с наступанием и без наступания на мяч подошвой», «после передачи мяча партнером с пропуском мяча»;
- выполнение обманных движений в единоборстве с пассивным и активным сопротивлением.

Тема. Отбор мяча.

Практика:

- отбор мяча при единоборстве с соперником ударом и остановкой мяча ногой в широком выпаде /полу-шпагат и шпагат/ и в подкате.

Тема. Вбрасывание мяча.

Практика:

- вбрасывание из различных исходных положений с места и после разбега; - вбрасывание мяча на точность и дальность.

Тема. Техника игры вратаря.

Практика:

- ловля двумя руками снизу, сверху, сбоку катящихся и летящих с различной скоростью и траекторией полета мячей;
- ловля на месте, в движении, в прыжке, без падения и с падением;
- ловля мячей на выходе;
- отбивание ладонями и пальцами мячей, катящихся и летящих в стороне от вратаря без падения и с падением;
- отбивка мяча кулаком на выходе, без прыжка и в прыжке;
- перевод мяча через перекладину ладонями /двумя, одной/ в прыжке;
- броски мяча одной рукой сверху, снизу на точность и дальность;
- выбивание мяча с земли и с рук на точность и дальность.

Тема. Тактика падения.

Теория: Роль игрока на поле. Учет индивидуальных особенностей личности при распределении игроков на поле.

Практика:

Индивидуальные действия:

- оценивание целесообразности той или иной позиции, своевременное занятие наиболее выгодной позиции для получения мяча;
- эффективное использование изученных технических приемов;
- способы и разновидности решения тактических задач в зависимости от игровой ситуации.

Групповые действия:

- взаимодействие с партнерами равном соотношении и численном превосходстве соперника;
- используя короткие и средние передачи;
- комбинации в парах: «стенка», «скрещивание»;
- комбинация «пропуск мяча»;
- умение начинать и развивать атаку из стандартных положений.

Командные действия:

- выполнение основных обязанностей в атаке на своем игровом месте;

- согласно избранной тактической системе в составе команды;
- расположение и взаимодействие игроков при атаке флангом и через центр.

Тема. Тактика защиты.

Практика:

Индивидуальные действия:

- противодействие маневрированию, т.е. осуществление «закрывания» и создание препятствий сопернику в получении мяча;
- совершенствование в «перехвате»;
- применение отбора мяча изученным способом в зависимости от игровой обстановки;
- противодействие передаче ведению и удару по воротам.

Групповые действия:

- взаимодействие в обороне при разном соотношении сил и при численном преимуществе соперника;
- осуществляя правильный выбор позиции и страховку партнера;
- организация противодействия комбинациям «стенки», «скрещивание», «пропуск мяча»;
- взаимодействия в обороне при выполнении противником стандартных «комбинаций»;
- организация и построение «стенки»;
- комбинация с участием вратаря.

Командные действия:

- выполнение основных обязательных действий в обороне на своем игровом месте;
- согласно избранной тактической системе в составе команд;
- организация обороны по принципу персональной и комбинированной защиты;
- выбор позиции и взаимодействие игроков при атаке противника флангом и через центр.

Тема. Тактика вратаря.

Практика:

- 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;
- указания партнерам по обороне, как занять правильную позицию;
- выполнение с защитниками комбинации при введении мяча в игру от ворот;
- введение мяча в игру, адресуя его свободному от опеки партнеру.

Тема. Учебные и тренировочные игры.

Практика. Обязательное применение в играх изученного программного материала / для данного года обучения/ по технической и тактической подготовке

Тема. Соревнования.

Практика. Игра по правилам футбола. Участие в школьных и районных соревнованиях.

Тема. Контрольные испытания.

Практика. Входной, промежуточный и итоговый контроль в форме сдачи контрольных нормативов. Проводится также текущий контроль в форме наблюдения, опроса, контрольных игр.

1.4. Планируемые результаты

Результаты освоения дополнительной общеобразовательной программы «Футбол» оцениваются по трём базовым уровням и представлены соответственно личностными, метапредметными и предметными результатами.

Предметными результатами освоения, обучающимися содержания программы, являются следующие умения:

- получить знания о ЗОЖ, истории спорта и футбола в частности, знать правила игры в футбол и правила судейства игры, освоить технические приемы футбола, развить физические качества быстроту, силу, выносливость, координацию движений.

Метапредметными результатами являются:

- формировать гражданско-нравственную позицию в жизни и отношениях с окружающими людьми;
- овладеть навыками социальной активности;
- овладеть приемами деятельности в нестандартных ситуациях;
- формировать умения приема самостоятельных решений путем анализа внешней информации;
- формировать навыки работы в группе;
- владеть различными социальными ролями в коллективе;
- овладеть комплексом качеств, связанных с безопасной жизнедеятельностью личности.

Личностными результатами являются:

- повышение у обучающихся уровня культуры общения и поведения в коллективе и социуме, овладение обучающимися навыками ЗОЖ и применение их в своей жизни.

Ожидаемый результат непосредственно проистекает из задач, поэтому должен отражать все три заявленные в задачах составляющие: обучение, развитие, воспитание личности обучающегося.

Ожидаемым результатом прохождения программы должен стать интерес детей к спорту, в частности, к футболу, укрепление здоровья, формирование знаний, умений и навыков в виде спорта - футбол, вовлечение в систему регулярных занятий спортом.

2. Комплекс организационно-педагогических условий

2.1. Календарный учебный график

Год обучения	Кол-во учебных недель	Кол-во учебных дней	Кол-во учебных часов	Продолжительность каникул	Дата начала учебного периода	Дата окончания учебного периода
1	46	138	276	22.07.23-31.08.24	01.08.23	21.06.24
2	46	138	276	22.07.24-31.08.25	01.08.24	21.08.25
3	46	138	276	22.07.25-31.08.26	01.08.25	21.08.26

Календарный учебный график 1 года обучения

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол- во часов	Тема занятий	Место проведения	Форма кон- троля
1	август			теория практика	2	Правила поведения. Техника безопасности. Правила игры.	Спортивные залы и стадион	Входная диагностика
2	август			теория практика	2	Быстрое нападение. Игровое поле.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
3	август			теория практика	2	Правила игры. Защита.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
4	август			практика	2	Быстрое нападение. Игровое поле.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
5	август			практика	2	Закрепление быстрого нападения. Маневриро- вание.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
6	август			практика	2	Игровое поле. Манев- рирование.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
7	август			практика	2	Закрепление быстрого нападения	Спортивные залы и стадион	наблюдение

Календарный учебный график 1 года обучения

8	август			теория практика	2	Резаные удары. Под- страховка	Спортивные залы и стадион	наблюдение
9	август			практика	2	Резаные удары. Под- страховка	Спортивные залы и стадион	наблюдение
10	август			практика	2	Закрепление резаных ударов. Закрепление подстраховки.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
11	август			практика	2	Закрепление резаных ударов.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
12	август			практика	2	Совершенствование резаных ударов. Со- вершенствование под- страховки.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
13	август			теория практика	2	Удар по опускающемуся мячу через голову. Переключение.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
14	сентябрь			практика	2	Удар по опускающемуся мячу через голову. Переключение.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
15	сентябрь			практика	2	Удар по опускающемуся мячу через голову.	Спортивные залы и стадион	наблюдение

16	сентябрь			практика	2	Закрепление удара по опускающемуся мячу. Закрепление переключения.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
17	сентябрь			теория практика	2	Удар носком. Удар серединой подъёма.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
18	сентябрь			практика	2	Удар носком. Удар серединой подъёма.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
19	сентябрь			практика	2	Закрепление удара носком.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
20	сентябрь			практика	2	Закрепление удара серединой подъёма	Спортивные залы и стадион	наблюдение
21	сентябрь			практика	2	Совершенствование удара носком. Совершенствование удара серединой подъёма.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
22	сентябрь			теория практика	2	Ведение мяча внешней частью подъёма.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
23	сентябрь			практика	2	Ведение мяча внешней частью подъёма.	Спортивные залы и стадион	наблюдение

24	сентябрь			практика	2	Ведение мяча внешней частью подъёма.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
25	сентябрь			практика	2	Закрепление ведения мяча внешней частью подъёма.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
26	сентябрь			теория практика	2	Совершенствование ведения мяча внешней частью подъёма.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
27	октябрь			практика	2	Удар-откидка мяча подошвой.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
28	октябрь			теория практика	2	Ведение мяча серединой подъёма.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
29	октябрь			практика	2	Удар-откидка мяча подошвой. Ведение мяча серединой подъёма.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
30	октябрь			практика	2	Закрепление удара-откидки мяча подошвой. Закрепление ведения мяча серединой подъёма.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
31	октябрь			практика	2	Закрепление удара-откидки мяча подошвой. Закрепление веде-	Спортивные залы и стадион	наблюдение

						ния мяча серединой подъёма.		
32	октябрь			практика	2	Совершенствование удара-откидки подошвой. Совершенствование ведения мяча серединой подъёма.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
33	октябрь			теория практика	2	Ведение мяча внутренней частью подъёма. Удар пяткой.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
34	октябрь			практика	2	Ведение мяча внутренней частью подъёма. Удар пяткой.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
35	октябрь			практика	2	Закрепление ведения мяча внутренней частью подъёма.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
36	октябрь			практика	2	Закрепление удара пяткой.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
37	октябрь			практика	2	Совершенствование ведения мяча внутренней частью подъёма. Совершенствование удара пяткой	Спортивные залы и стадион	наблюдение
38	октябрь			теория практика	2	Удар-бросок стопой. Ведение внутренней стороной стопы.	Спортивные залы и стадион	наблюдение

39	октябрь			практика	2	Ведение внутренней стороной стопы.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
40	ноябрь			практика	2	Удар-бросок стопой. Ведение внутренней стороной стопы.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
41	ноябрь			практика	2	Закрепление удара- броска стопой. Закрепление ведения внутренней стороной стопы.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
42	ноябрь			практика	2	Совершенствование удара-броска стопой. Совершенствование ведения внутренней стороной стопы.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
43	ноябрь			практика	2	Совершенствование ведения внутренней стороной стопы.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
44	ноябрь			теория практика	2	Совершенствование удара-броска стопой. Совершенствование Спортивные залы и стадион	Спортивные залы и стадион	наблюдение
45	ноябрь			практика	2	Закрепления приёма внутренней стороной стопы с переводом за спину.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
46	ноябрь			практика	2	Закрепление ведения мяча носком.	Спортивные залы и стадион	наблюдение

47	ноябрь			практика	2	Закрепление ведения мяча носком. Закрепления приёма внутренней стороной стопы с переводом за спину.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
48	ноябрь			теория практика	2	Ведение мяча подошвой. Приём летящих на высоте бедра мячей внутренней стороной стопы.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
49	ноябрь			практика	2	Приём летящих на высоте бедра мячей внутренней стороной стопы.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
50	ноябрь			практика	2	Закрепление ведения мяча подошвой. Закрепление приёма летящих на высоте бедра мячей внутренней стороной стопы.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
51	ноябрь			практика	2	Совершенствование ведения мяча подошвой. Совершенствование приёма летящих на высоте бедра мячей внутренней стороной стопы.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
52	ноябрь			практика	2	Приём опускающихся мячей серединой подъёма. Удар с лёту внут-	Спортивные залы и стадион	наблюдение

						ренной стороной стопы.		
53	декабрь			практика	2	Совершенствование приёма летящих на высоте бедра мячей внутренней стороной стопы.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
54	декабрь			теория практика	2	Приём опускающихся мячей серединой подъёма. Удар с лёту внутренней стороной стопы.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
55	декабрь			практика	2	Закрепление приёма опускающихся мячей серединой подъёма. Закрепление удара с лёту внутренней стороной стопы.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
56	декабрь			практика	2	Совершенствование приёма опускающихся мячей серединой подъёма. Совершенствование удара с лёту внутренней стороной стопы.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
57	декабрь			практика	2	Удар с лёту серединой подъёма.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
58	декабрь			теория практика	2	Приём летящего на игрока мяча грудью. Удар с лёту серединой подъёма.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
59	декабрь			практика	2	Приём летящего на игрока мяча грудью. Удар с лёту серединой подь-	Спортивные залы и стадион	наблюдение

						ёма.		
60	декабрь			практика	2	Закрепление приёма летящего на игрока мяча грудью. Закрепление удара с лёту серединой подъёма.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
61	декабрь			практика	2	Удар с лёту серединой подъёма.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
62	декабрь			практика	2	Совершенствование приёма летящего на игрока мяча грудью. Совершенствование удара слёту серединой подъёма.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
63	декабрь			теория практика	2	Приём опускающегося мяча бедром. Удар с лёту внешней частью подъёма.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
64	декабрь			практика	2	Совершенствование удара слёту серединой подъёма.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
65	декабрь			практика	2	Закрепление приёма опускающегося мяча бедром. Закрепление удара с лёту внешней частью подъёма.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
66	январь			практика	2	Совершенствование приёма опускающегося мяча бедром. Совер-	Спортивные залы и стадион	наблюдение

						шенствование удара с лёту внешней частью подъёма.		
67	январь			теория практика	2	Финт «уходом». Групповые действия в обороне.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
68	январь			практика	2	Закрепление финта «уходом». Закрепление групповых действий в обороне.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
69	январь			теория практика	2	Финт «уходом с убира Спортивные залы и стадион Большенагаткинской	Спортивные залы и стадион	наблюдение
70	январь			практика	2	Закрепление финта «уходом с убира внутренней частью подъёма». Закрепление подстраховки.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
71	январь			практика	2	Финт «проброс мяча мимо соперника».	Спортивные залы и стадион	наблюдение
72	январь			теория практика	2	Закрепление финта «проброс мяча мимо соперника».	Спортивные залы и стадион	наблюдение
73	январь			практика	2	Быстрое нападение. Игровое поле.	Спортивные залы и стадион	наблюдение

74	январь			практика	2	Закрепление быстрого нападения. Маневрирование.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
75	январь			практика	2	Игровое поле. Маневрирование.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
76	январь			практика	2	Закрепление быстрого нападения	Спортивные залы и стадион	наблюдение
77	январь			теория практика	2	Резаные удары. Подстраховка	Спортивные залы и стадион	наблюдение
78	январь			практика	2	Резаные удары. Подстраховка	Спортивные залы и стадион	наблюдение
79	февраль			практика	2	Закрепление резаных ударов. Закрепление подстраховки.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
80	февраль			практика	2	Закрепление резаных ударов.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
81	февраль			практика	2	Совершенствование резаных ударов. Совершенствование под-	Спортивные залы и стадион	наблюдение

						страховки.		
82	февраль			теория практика	2	Удар по опускающемуся мячу через голову. Переключение.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
83	февраль			практика	2	Удар по опускающемуся мячу через голову. Переключение.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
84	февраль			практика	2	Удар по опускающемуся мячу через голову.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
85	февраль			практика	2	Закрепление удара по опускающемуся мячу. Закрепление переключения.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
86	февраль			теория практика	2	Приём опускающихся мячей серединой подъёма. Удар с лёту внутренней стороной стопы.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
87	февраль			практика	2	Закрепление приёма опускающихся мячей серединой подъёма. Закрепление удара с лёту внутренней стороной стопы.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
88	февраль			практика	2	Совершенствование приёма опускающихся мячей серединой подъёма. Совершенствование удару с лёту внут-	Спортивные залы и стадион	наблюдение

						ренной стороной стопы.		
89	февраль			практика	2	Удар с лёту серединой подъёма.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
90	февраль			теория практика	2	Приём летящего на игрока мяча грудью. Удар с лёту серединой подъёма.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
91	март			практика	2	Приём летящего на игрока мяча грудью. Удар с лёту серединой подъёма.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
92	март			практика	2	Закрепление приёма летящего на игрока мяча грудью. Закрепление удара с лёту серединой подъёма.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
93	март			практика	2	Быстрое нападение. Игровое поле.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
94	март			практика	2	Закрепление быстрого нападения. Маневрирование.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
95	март			практика	2	Игровое поле. Маневрирование.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
96	март			практика	2	Закрепление быстрого нападения	Спортивные залы и стадион	наблюдение

97	март			теория практика	2	Резаные удары. Под- страховка	Спортивные залы и стадион	наблюдение
98	март			практика	2	Резаные удары. Под- страховка	Спортивные залы и стадион	наблюдение
99	март			практика	2	Закрепление резаных ударов. Закрепление подстраховки.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
100	март			практика	2	Закрепление резаных ударов.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
101	март			практика	2	Совершенствование резаных ударов. Со- вершенствование под- страховки.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
102	март			теория практика	2	Удар по опускающемуся мячу через голову. Переключение.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
103	март			практика	2	Удар по опускающемуся мячу через голову. Переключение.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
104	апрель			практика	2	Удар по опускающемуся мячу через голову.	Спортивные залы и стадион	наблюдение

							Спортивные залы и стадион	
105	апрель			практика	2	Закрепление удара по опускающемуся мячу. Закрепление переключения.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
106	апрель			теория практика	2	Удар носком. Удар серединой подъёма.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
107	апрель			практика	2	Удар носком. Удар серединой подъёма.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
108	апрель			практика	2	Закрепление удара носком.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
109	апрель			практика	2	Закрепление удара серединой подъёма Спортивные залы и стадион	Спортивные залы и стадион	наблюдение
110	апрель			практика	2	Совершенствование удара носком. Совершенствование удара серединой подъёма.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
111	апрель			теория практика	2	Ведение мяча внешней частью подъёма.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
112	апрель			практика	2	Ведение мяча внешней частью подъёма.	Спортивные залы и стадион	наблюдение

							Спортивные залы и стадион	
113	апрель			практика	2	Ведение мяча внешней частью подъёма.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
114	апрель			практика	2	Закрепление ведения мяча внешней частью подъёма.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
115	апрель			теория практика	2	Совершенствование ведения мяча внешней частью подъёма.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
116	апрель			практика	2	Удар-откидка мяча подошвой.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
117	май			теория практика	2	Ведение мяча серединой подъёма.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
118	май			практика	2	Удар-откидка мяча подошвой. Ведение мяча серединой подъёма.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
119	май			практика	2	Закрепление удара-откидки мяча подошвой. Закрепление ведения мяча серединой подъёма.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
120	май			практика	2	Закрепление удара-	Спортивные залы и стадион	наблюдение

						откидки мяча подошвой. Закрепление ведения мяча серединой подъёма.	»	
121	май			практика	2	Совершенствование удара- откидки подошвой. Совершенствование ведения мяча серединой подъёма.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
122	май			теория практика	2	Ведение мяча внутренней частью подъёма. Удар пяткой.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
123	май			практика	2	Ведение мяча внутренней частью подъёма. Удар пяткой.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
124	май			практика	2	Закрепление ведения мяча внутренней частью подъёма.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
125	май			практика	2	Закрепление удара пяткой.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
126	май			практика	2	Удар носком. Удар се- рединой подъёма.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
127	май			практика	2	Закрепление удара носком.	Спортивные залы и стадион	наблюдение

128	май			практика	2	Закрепление удара серединой подъёма	Спортивные залы и стадион	наблюдение
129	май			практика	2	Совершенствование удара носком. Совершенствование удара серединой подъёма.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
130	июнь			теория практика	2	Ведение мяча внешней частью подъёма.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
131	июнь			практика	2	Ведение мяча внешней частью подъёма.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
132	июнь			практика	2	Ведение мяча внешней частью подъёма.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
133	июнь			практика	2	Закрепление ведения мяча внешней частью подъёма.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
134	июнь			теория практика	2	Совершенствование ведения мяча внешней частью подъёма.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
135	июнь			практика	2	Удар-откидка мяча подошвой.	Спортивные залы и стадион	наблюдение

136	июнь			теория практика	2	Ведение мяча серединой подъёма.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
137	июнь			практика	2	Удар-откидка мяча подошвой. Ведение мяча серединой подъёма.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
138	июнь			практика	2	Закрепление удара-откидки мяча подошвой. Закрепление ведения мяча серединой подъёма.	Спортивные залы и стадион	наблюдение

Календарный учебный график 2 года обучения

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол- во часов	Тема занятий	Место проведения	Форма кон- троля
1	август			теория практика	2	Правила поведения. Техника безопасности. Правила игры.	Спортивные залы и стадион	Входная диагностика
2	август			теория практика	2	Быстрое нападение. Игровое поле.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
3	август			теория практика	2	Правила игры. Защита.	Спортивные залы и стадион	наблюдение

4	август			практика	2	Быстрое нападение. Игровое поле.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
5	август			практика	2	Закрепление быстрого нападения. Маневриро- вание.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
6	август			практика	2	Игровое поле. Манев- рирование.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
7	август			практика	2	Закрепление быстрого нападения	Спортивные залы и стадион	наблюдение
8	август			теория практика	2	Резаные удары. Под- страховка	Спортивные залы и стадион	наблюдение
9	август			практика	2	Резаные удары. Под- страховка	Спортивные залы и стадион	наблюдение
10	август			практика	2	Закрепление резаных ударов. Закрепление подстраховки.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
11	август			практика	2	Закрепление резаных ударов.	Спортивные залы и стадион	наблюдение

12	август			практика	2	Совершенствование резаных ударов. Совершенствование подстраховки.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
13	август			теория практика	2	Удар по опускающемуся мячу через голову. Переключение.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
14	сентябрь			практика	2	Удар по опускающемуся мячу через голову. Переключение.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
15	сентябрь			практика	2	Удар по опускающемуся мячу через голову.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
16	сентябрь			практика	2	Закрепление удара по опускающемуся мячу. Закрепление переключения.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
17	сентябрь			теория практика	2	Удар носком. Удар серединой подъёма.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
18	сентябрь			практика	2	Удар носком. Удар серединой подъёма.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
19	сентябрь			практика	2	Закрепление удара носком.	Спортивные залы и стадион	наблюдение

20	сентябрь			практика	2	Закрепление удара серединой подъёма	Спортивные залы и стадион	наблюдение
21	сентябрь			практика	2	Совершенствование удара носком. Совершенствование удара серединой подъёма.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
22	сентябрь			теория практика	2	Ведение мяча внешней частью подъёма.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
23	сентябрь			практика	2	Ведение мяча внешней частью подъёма.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
24	сентябрь			практика	2	Ведение мяча внешней частью подъёма.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
25	сентябрь			практика	2	Закрепление ведения мяча внешней частью подъёма.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
26	сентябрь			теория практика	2	Совершенствование ведения мяча внешней частью подъёма.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
27	октябрь			практика	2	Удар-откидка мяча подошвой.	Спортивные залы и стадион	наблюдение

28	октябрь			теория практика	2	Ведение мяча серединой подъёма.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
29	октябрь			практика	2	Удар-откидка мяча подошвой. Ведение мяча серединой подъёма.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
30	октябрь			практика	2	Закрепление удара-откидки мяча подошвой. Закрепление ведения мяча серединой подъёма.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
31	октябрь			практика	2	Закрепление удара-откидки мяча подошвой. Закрепление ведения мяча серединой подъёма.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
32	октябрь			практика	2	Совершенствование удара-откидки подошвой. Совершенствование ведения мяча серединой подъёма.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
33	октябрь			теория практика	2	Ведение мяча внутренней частью подъёма. Удар пяткой.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
34	октябрь			практика	2	Ведение мяча внутренней частью подъёма. Удар пяткой.	Спортивные залы и стадион	наблюдение

35	октябрь			практика	2	Закрепление ведения мяча внутренней частью подъёма.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
36	октябрь			практика	2	Закрепление удара пяткой.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
37	октябрь			практика	2	Совершенствование ведения мяча внутренней частью подъёма. Совершенствование удара пяткой	Спортивные залы и стадион	наблюдение
38	октябрь			теория практика	2	Удар-бросок стопой. Ведение внутренней стороной стопы.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
39	октябрь			практика	2	Ведение внутренней стороной стопы.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
40	ноябрь			практика	2	Удар-бросок стопой. Ведение внутренней стороной стопы.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
41	ноябрь			практика	2	Закрепление удара- броска стопой. Закрепление ведения внутренней стороной стопы.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
42	ноябрь			практика	2	Совершенствование удара- броска стопой. Совершенствование	Спортивные залы и стадион	наблюдение

						ведения внутренней стороной стопы.		
43	ноябрь			практика	2	Совершенствование ведения внутренней стороной стопы.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
44	ноябрь			теория практика	2	Совершенствование удара- броска стопой. Совершенствование ведения внутренней стороной стопы.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
45	ноябрь			практика	2	Закрепления приёма внутренней стороной стопы с переводом за спину.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
46	ноябрь			практика	2	Закрепление ведения мяча носком.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
47	ноябрь			практика	2	Закрепление ведения мяча носком. Закрепления приёма внутренней стороной стопы с пере- водом за спину.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
48	ноябрь			теория практика	2	Ведение мяча подошвой. Приём летящих на высоте бедра мячей внутренней стороной стопы.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
49	ноябрь			практика	2	Приём летящих на высоте бедра мячей внутренней стороной стопы.	Спортивные залы и стадион	наблюдение

50	ноябрь			практика	2	Закрепление ведения мяча подошвой. Закрепление приёма летящих на высоте бедра мячей внутренней стороной стопы.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
51	ноябрь			практика	2	Совершенствование ведения мяча подошвой. Совершенствование приёма летящих на высоте бедра мячей внутренней стороной стопы.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
52	ноябрь			практика	2	Приём опускающихся мячей серединой подъёма. Удар с лёту внутренней стороной стопы.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
53	декабрь			практика	2	Совершенствование приёма летящих на высоте бедра мячей внутренней стороной стопы.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
54	декабрь			теория практика	2	Приём опускающихся мячей серединой подъёма. Удар с лёту внутренней стороной стопы.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
55	декабрь			практика	2	Закрепление приёма опускающихся мячей серединой подъёма. Закрепление удара с лёту внутренней стороной стопы.	Спортивные залы и стадион	наблюдение

56	декабрь			практика	2	Совершенствование приёма опускающихся мячей серединой подъёма. Совершенствование удара с лёту внутренней стороной стопы.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
57	декабрь			практика	2	Удар с лёту серединой подъёма.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
58	декабрь			теория практика	2	Приём летящего на игрока мяча грудью. Удар с лёту серединой подъёма.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
59	декабрь			практика	2	Приём летящего на игрока мяча грудью. Удар с лёту серединой подъёма.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
60	декабрь			практика	2	Закрепление приёма летящего на игрока мяча грудью. Закрепление удара с лёту серединой подъёма.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
61	декабрь			практика	2	Удар с лёту серединой подъёма.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
62	декабрь			практика	2	Совершенствование приёма летящего на игрока мяча грудью. Совершенствование удара слёту серединой подь-	Спортивные залы и стадион	наблюдение

						ёма.		
63	декабрь			теория практика	2	Приём опускающегося мяча бедром. Удар с лёту внешней частью подъёма.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
64	декабрь			практика	2	Совершенствование удара слёту серединой подъёма.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
65	декабрь			практика	2	Закрепление приёма опускающегося мяча бедром. Закрепление удара с лёту внешней частью подъёма.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
66	январь			практика	2	Совершенствование приёма опускающегося мяча бедром. Совершенствование удара с лёту внешней частью подъёма.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
67	январь			теория практика	2	Финт «уходом». Групповые действия в обороне.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
68	январь			практика	2	Закрепление финта «уходом». Закрепление групповых действий в обороне.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
69	январь			теория практика	2	Финт «уходом с убира-нием мяча внутренней частью подъёма». Под-страховка.	Спортивные залы и стадион	наблюдение

70	январь			практика	2	Закрепление финта «уходом с убираием мяча внутренней частью подъёма». Закрепление подстраховки.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
71	январь			практика	2	Финт «проброс мяча мимо соперника».	Спортивные залы и стадион	наблюдение
72	январь			теория практика	2	Закрепление финта «проброс мяча мимо соперника».	Спортивные залы и стадион	наблюдение
73	январь			практика	2	Быстрое нападение. Игровое поле.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
74	январь			практика	2	Закрепление быстрого нападения. Маневрирование.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
75	январь			практика	2	Игровое поле. Маневрирование.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
76	январь			практика	2	Закрепление быстрого нападения	Спортивные залы и стадион	наблюдение
77	январь			теория практика	2	Резаные удары. Подстраховка	Спортивные залы и стадион	наблюдение

78	февраль			практика	2	Резаные удары. Подстраховка	Спортивные залы и стадион	наблюдение
79	февраль			практика	2	Закрепление резаных ударов. Закрепление подстраховки.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
80	февраль			практика	2	Закрепление резаных ударов.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
81	февраль			практика	2	Совершенствование резаных ударов. Совершенствование подстраховки.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
82	февраль			теория практика	2	Удар по опускающемуся мячу через голову. Переключение.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
83	февраль			практика	2	Удар по опускающемуся мячу через голову. Переключение.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
84	февраль			практика	2	Удар по опускающемуся мячу через голову.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
85	февраль			практика	2	Закрепление удара по опускающемуся мячу.	Спортивные залы и стадион	наблюдение

						Закрепление переключения.		
86	февраль			теория практика	2	Приём опускающихся мячей серединой подъёма. Удар с лёту внутренней стороной стопы.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
87	февраль			практика	2	Закрепление приёма опускающихся мячей серединой подъёма. Закрепление удара с лёту внутренней стороной стопы.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
88	февраль			практика	2	Совершенствование приёма опускающихся мячей серединой подъёма. Совершенствование удара с лёту внутренней стороной стопы.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
89	февраль			практика	2	Удар с лёту серединой подъёма.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
90	март			теория практика	2	Приём летящего на игрока мяча грудью. Удар с лёту серединой подъёма.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
91	март			практика	2	Приём летящего на игрока мяча грудью. Удар с лёту серединой подъёма.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
92	март			практика	2	Закрепление приёма летящего на игрока мя-	Спортивные залы и стадион	наблюдение

						ча грудью. Закрепление удара с лёту серединой подъёма.		
93	март			практика	2	Быстрое нападение. Игровое поле.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
94	март			практика	2	Закрепление быстрого нападения. Маневрирование.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
95	март			практика	2	Игровое поле. Маневрирование.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
96	март			практика	2	Закрепление быстрого нападения	Спортивные залы и стадион	наблюдение
97	март			теория практика	2	Резаные удары. Подстраховка	Спортивные залы и стадион	наблюдение
98	март			практика	2	Резаные удары. Подстраховка	Спортивные залы и стадион	наблюдение
99	март			практика	2	Закрепление резаных ударов. Закрепление подстраховки.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
100	март			практика	2	Закрепление резаных	Спортивные залы и стадион	наблюдение

						ударов.		
101	март			практика	2	Совершенствование резаных ударов. Совершенствование подстраховки.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
102	март			теория практика	2	Удар по опускающемуся мячу через голову. Переключение.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
103	апрель			практика	2	Удар по опускающемуся мячу через голову. Переключение.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
104	апрель			практика	2	Удар по опускающемуся мячу через голову.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
105	апрель			практика	2	Закрепление удара по опускающемуся мячу. Закрепление переключения.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
106	апрель			теория практика	2	Удар носком. Удар серединой подъёма.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
107	апрель			практика	2	Удар носком. Удар серединой подъёма.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
108	апрель			практика	2	Закрепление удара нос-	Спортивные залы и стадион	наблюдение

						КОМ.		
109	апрель			практика	2	Закрепление удара серединой подъёма	Спортивные залы и стадион	наблюдение
110	апрель			практика	2	Совершенствование удара носком. Совершенствование удара серединой подъёма.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
111	апрель			теория практика	2	Ведение мяча внешней частью подъёма.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
112	апрель			практика	2	Ведение мяча внешней частью подъёма.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
113	апрель			практика	2	Ведение мяча внешней частью подъёма.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
114	апрель			практика	2	Закрепление ведения мяча внешней частью подъёма.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
115	апрель			теория практика	2	Совершенствование ведения мяча внешней частью подъёма.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
116	май			практика	2	Удар-откидка мяча по-	Спортивные залы и стадион	наблюдение

						дошвой.		
117	май			теория практика	2	Ведение мяча серединой подъёма.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
118	май			практика	2	Удар-откидка мяча по- дошвой. Ведение мяча серединой подъёма.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
119	май			практика	2	Закрепление удара- откидки мяча подошвой. Закрепление ведения мяча серединой подъёма.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
120	май			практика	2	Закрепление удара- откидки мяча подошвой. Закрепление ведения мяча серединой подъёма.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
121	май			практика	2	Совершенствование удара- откидки подошвой. Совершенствование ведения мяча серединой подъёма.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
122	май			теория практика	2	Ведение мяча внутренней частью подъёма. Удар пяткой.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
123	май			практика	2	Ведение мяча внутренней частью подъёма.	Спортивные залы и стадион	наблюдение

						Удар пяткой.		
124	май			практика	2	Закрепление ведения мяча внутренней частью подъёма.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
125	май			практика	2	Закрепление удара пяткой.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
126	май			практика	2	Удар носком. Удар серединой подъёма.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
127	май			практика	2	Закрепление удара носком.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
128	май			практика	2	Закрепление удара серединой подъёма	Спортивные залы и стадион	наблюдение
129	июнь			практика	2	Совершенствование удара носком. Совершенствование удара серединой подъёма.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
130	июнь			теория практика	2	Ведение мяча внешней частью подъёма.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
131	июнь			практика	2	Ведение мяча внешней частью подъёма.	Спортивные залы и стадион	наблюдение

132	июнь			практика	2	Ведение мяча внешней частью подъёма.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
133	июнь			практика	2	Закрепление ведения мяча внешней частью подъёма.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
134	июнь			теория практика	2	Совершенствование ведения мяча внешней частью подъёма.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
135	июнь			практика	2	Удар-откидка мяча подошвой.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
136	июнь			теория практика	2	Ведение мяча серединой подъёма.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
137	июнь			практика	2	Удар-откидка мяча подошвой. Ведение мяча серединой подъёма.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
138	июнь			практика	2	Закрепление удара-откидки мяча подошвой. Закрепление ведения мяча серединой подъёма.	Спортивные залы и стадион	наблюдение

Календарный учебный график 3 года обучения

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол- во часов	Тема занятий	Место проведения	Форма кон- троля
1	август			теория практика	2	Правила поведения. Техника безопасности. Правила игры.	Спортивные залы и стадион	Входная диагностика
2	август			теория практика	2	Быстрое нападение. Игровое поле.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
3	август			теория практика	2	Правила игры. Защита.	Спортивные залы и стадион	наблюдение

4	август			практика	2	Быстрое нападение. Игровое поле.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
5	август			практика	2	Закрепление быстрого нападения. Маневриро- вание.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
6	август			практика	2	Игровое поле. Манев- рирование.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
7	август			практика	2	Закрепление быстрого нападения	Спортивные залы и стадион	наблюдение
8	август			теория практика	2	Резаные удары. Под- страховка	Спортивные залы и стадион	наблюдение
9	август			практика	2	Резаные удары. Под- страховка	Спортивные залы и стадион	наблюдение
10	август			практика	2	Закрепление резаных ударов. Закрепление подстраховки.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
11	август			практика	2	Закрепление резаных ударов.	Спортивные залы и стадион	наблюдение

12	август			практика	2	Совершенствование резаных ударов. Совершенствование подстраховки.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
13	август			теория практика	2	Удар по опускающемуся мячу через голову. Переключение.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
14	сентябрь			практика	2	Удар по опускающемуся мячу через голову. Переключение.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
15	сентябрь			практика	2	Удар по опускающемуся мячу через голову.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
16	сентябрь			практика	2	Закрепление удара по опускающемуся мячу. Закрепление переключения.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
17	сентябрь			теория практика	2	Удар носком. Удар серединой подъёма.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
18	сентябрь			практика	2	Удар носком. Удар серединой подъёма.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
19	сентябрь			практика	2	Закрепление удара носком.	Спортивные залы и стадион	наблюдение

20	сентябрь			практика	2	Закрепление удара серединой подъёма	Спортивные залы и стадион	наблюдение
21	сентябрь			практика	2	Совершенствование удара носком. Совершенствование удара серединой подъёма.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
22	сентябрь			теория практика	2	Ведение мяча внешней частью подъёма.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
23	сентябрь			практика	2	Ведение мяча внешней частью подъёма.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
24	сентябрь			практика	2	Ведение мяча внешней частью подъёма.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
25	сентябрь			практика	2	Закрепление ведения мяча внешней частью подъёма.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
26	сентябрь			теория практика	2	Совершенствование ведения мяча внешней частью подъёма.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
27	октябрь			практика	2	Удар-откидка мяча подошвой.	Спортивные залы и стадион	наблюдение

28	октябрь			теория практика	2	Ведение мяча серединой подъёма.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
29	октябрь			практика	2	Удар-откидка мяча подошвой. Ведение мяча серединной подъёма.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
30	октябрь			практика	2	Закрепление удара- откидки мяча подошвой. Закрепление ведения мяча серединной подъёма.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
31	октябрь			практика	2	Закрепление удара- откидки мяча подошвой. Закрепление ведения мяча серединной подъёма.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
32	октябрь			практика	2	Совершенствование удара- откидки подошвой. Совершенствование ведения мяча серединой подъёма.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
33	октябрь			теория практика	2	Ведение мяча внутренней частью подъёма. Удар пяткой.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
34	октябрь			практика	2	Ведение мяча внутренней частью подъёма. Удар пяткой.	Спортивные залы и стадион	наблюдение

35	октябрь			практика	2	Закрепление ведения мяча внутренней частью подъёма.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
36	октябрь			практика	2	Закрепление удара пяткой.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
37	октябрь			практика	2	Совершенствование ведения мяча внутренней частью подъёма. Совершенствование удара пяткой	Спортивные залы и стадион	наблюдение
38	октябрь			теория практика	2	Удар-бросок стопой. Ведение внутренней стороной стопы.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
39	октябрь			практика	2	Ведение внутренней стороной стопы.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
40	октябрь			практика	2	Удар-бросок стопой. Ведение внутренней стороной стопы.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
41	ноябрь			практика	2	Закрепление удара- броска стопой. Закрепление ведения внутренней стороной стопы.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
42	ноябрь			практика	2	Совершенствование удара-броска стопой. Совершенствование	Спортивные залы и стадион	наблюдение

						ведения внутренней стороной стопы.		
43	ноябрь			практика	2	Совершенствование ведения внутренней стороной стопы.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
44	ноябрь			теория практика	2	Совершенствование удара- броска стопой. Совершенствование ведения внутренней стороной стопы.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
45	ноябрь			практика	2	Закрепления приёма внутренней стороной стопы с переводом за спину.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
46	ноябрь			практика	2	Закрепление ведения мяча носком.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
47	ноябрь			практика	2	Закрепление ведения мяча носком. Закрепления приёма внутренней стороной стопы с пере- водом за спину.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
48	ноябрь			теория практика	2	Ведение мяча подошвой. Приём летящих на высоте бедра мячей внутренней стороной стопы.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
49	ноябрь			практика	2	Приём летящих на высоте бедра мячей внутренней стороной стопы.	Спортивные залы и стадион	наблюдение

50	ноябрь			практика	2	Закрепление ведения мяча подошвой. Закрепление приёма летящих на высоте бедра мячей внутренней стороной стопы.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
51	ноябрь			практика	2	Совершенствование ведения мяча подошвой. Совершенствование приёма летящих на высоте бедра мячей внутренней стороной стопы.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
52	ноябрь			практика	2	Приём опускающихся мячей серединой подъёма. Удар с лёту внутренней стороной стопы.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
53	декабрь			практика	2	Совершенствование приёма летящих на высоте бедра мячей внутренней стороной стопы.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
54	декабрь			теория практика	2	Приём опускающихся мячей серединой подъёма. Удар с лёту внутренней стороной стопы.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
55	декабрь			практика	2	Закрепление приёма опускающихся мячей серединой подъёма. Закрепление удара с лёту внутренней стороной стопы.	Спортивные залы и стадион	наблюдение

56	декабрь			практика	2	Совершенствование приёма опускающихся мячей серединой подъёма. Совершенствование удара с лёту внутренней стороной стопы.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
57	декабрь			практика	2	Удар с лёту серединой подъёма.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
58	декабрь			теория практика	2	Приём летящего на игрока мяча грудью. Удар с лёту серединой подъёма.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
59	декабрь			практика	2	Приём летящего на игрока мяча грудью. Удар с лёту серединой подъёма.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
60	декабрь			практика	2	Закрепление приёма летящего на игрока мяча грудью. Закрепление удара с лёту серединой подъёма.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
61	декабрь			практика	2	Удар с лёту серединой подъёма.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
62	декабрь			практика	2	Совершенствование приёма летящего на игрока мяча грудью. Совершенствование удара слёту серединой подь-	Спортивные залы и стадион	наблюдение

						ёма.		
63	декабрь			теория практика	2	Приём опускающегося мяча бедром. Удар с лёту внешней частью подъёма.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
64	декабрь			практика	2	Совершенствование удара слёту серединой подъёма.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
65	декабрь			практика	2	Закрепление приёма опускающегося мяча бедром. Закрепление удара с лёту внешней частью подъёма.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
66	январь			практика	2	Совершенствование приёма опускающегося мяча бедром. Совершенствование удара с лёту внешней частью подъёма.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
67	январь			теория практика	2	Финт «уходом». Групповые действия в обороне.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
68	январь			практика	2	Закрепление финта «уходом». Закрепление групповых действий в обороне.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
69	январь			теория практика	2	Финт «уходом с убира-нием мяча внутренней частью подъёма». Под-страховка.	Спортивные залы и стадион	наблюдение

70	январь			практика	2	Закрепление финта «уходом с убираанием мяча внутренней частью подъёма». Закрепление подстраховки.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
71	январь			практика	2	Финт «проброс мяча мимо соперника».	Спортивные залы и стадион	наблюдение
72	январь			теория практика	2	Закрепление финта «проброс мяча мимо соперника».	Спортивные залы и стадион	наблюдение
73	январь			практика	2	Быстрое нападение. Игровое поле.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
74	январь			практика	2	Закрепление быстрого нападения. Маневрирование.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
75	январь			практика	2	Игровое поле. Маневрирование.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
76	январь			практика	2	Закрепление быстрого нападения	Спортивные залы и стадион	наблюдение
77	январь			теория практика	2	Резаные удары. Подстраховка	Спортивные залы и стадион	наблюдение

78	февраль			практика	2	Резаные удары. Подстраховка	Спортивные залы и стадион	наблюдение
79	февраль			практика	2	Закрепление резаных ударов. Закрепление подстраховки.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
80	февраль			практика	2	Закрепление резаных ударов.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
81	февраль			практика	2	Совершенствование резаных ударов. Совершенствование подстраховки.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
82	февраль			теория практика	2	Удар по опускающемуся мячу через голову. Переключение.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
83	февраль			практика	2	Удар по опускающемуся мячу через голову. Переключение.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
84	февраль			практика	2	Удар по опускающемуся мячу через голову.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
85	февраль			практика	2	Закрепление удара по опускающемуся мячу.	Спортивные залы и стадион	наблюдение

						Закрепление переключения.		
86	февраль			теория практика	2	Приём опускающихся мячей серединой подъёма. Удар с лёту внутренней стороной стопы.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
87	февраль			практика	2	Закрепление приёма опускающихся мячей серединой подъёма. Закрепление удара с лёту внутренней стороной стопы.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
88	февраль			практика	2	Совершенствование приёма опускающихся мячей серединой подъёма. Совершенствование удара с лёту внутренней стороной стопы.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
89	февраль			практика	2	Удар с лёту серединой подъёма.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
90	март			теория практика	2	Приём летящего на игрока мяча грудью. Удар с лёту серединой подъёма.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
91	март			практика	2	Приём летящего на игрока мяча грудью. Удар с лёту серединой подъёма.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
92	март			практика	2	Закрепление приёма летящего на игрока мя-	Спортивные залы и стадион	наблюдение

						ча грудью. Закрепление удара с лёту серединой подъёма.		
93	март			практика	2	Быстрое нападение. Игровое поле.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
94	март			практика	2	Закрепление быстрого нападения. Маневрирование.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
95	март			практика	2	Игровое поле. Маневрирование.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
96	март			практика	2	Закрепление быстрого нападения	Спортивные залы и стадион	наблюдение
97	март			теория практика	2	Резаные удары. Подстраховка	Спортивные залы и стадион	наблюдение
98	март			практика	2	Резаные удары. Подстраховка	Спортивные залы и стадион	наблюдение
99	март			практика	2	Закрепление резаных ударов. Закрепление подстраховки.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
100	март			практика	2	Закрепление резаных	Спортивные залы и стадион	наблюдение

						ударов.		
101	март			практика	2	Совершенствование резаных ударов. Совершенствование подстраховки.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
102	март			теория практика	2	Удар по опускающемуся мячу через голову. Переключение.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
103	апрель			практика	2	Удар по опускающемуся мячу через голову. Переключение.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
104	апрель			практика	2	Удар по опускающемуся мячу через голову.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
105	апрель			практика	2	Закрепление удара по опускающемуся мячу. Закрепление переключения.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
106	апрель			теория практика	2	Удар носком. Удар серединой подъёма.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
107	апрель			практика	2	Удар носком. Удар серединой подъёма.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
108	апрель			практика	2	Закрепление удара нос-	Спортивные залы и стадион	наблюдение

						ком.		
109	апрель			практика	2	Закрепление удара серединой подъёма	Спортивные залы и стадион	наблюдение
110	апрель			практика	2	Совершенствование удара носком. Совершенствование удара серединой подъёма.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
111	апрель			теория практика	2	Ведение мяча внешней частью подъёма.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
112	апрель			практика	2	Ведение мяча внешней частью подъёма.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
113	апрель			практика	2	Ведение мяча внешней частью подъёма.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
114	апрель			практика	2	Закрепление ведения мяча внешней частью подъёма.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
115	апрель			теория практика	2	Совершенствование ведения мяча внешней частью подъёма.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
116	май			практика	2	Удар-откидка мяча по-	Спортивные залы и стадион	наблюдение

						дошвой.		
117	май			теория практика	2	Ведение мяча серединой подъёма.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
118	май			практика	2	Удар-откидка мяча подошвой. Ведение мяча серединой подъёма.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
119	май			практика	2	Закрепление удара- откидки мяча подошвой. Закрепление ведения мяча серединой подъёма.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
120	май			практика	2	Закрепление удара- откидки мяча подошвой. Закрепление ведения мяча серединой подъёма.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
121	май			практика	2	Совершенствование удара- откидки подошвой. Совершенствование ведения мяча серединой подъёма.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
122	май			теория практика	2	Ведение мяча внутренней частью подъёма. Удар пяткой.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
123	май			практика	2	Ведение мяча внутренней частью подъёма.	Спортивные залы и стадион	наблюдение

						Удар пяткой.		
124	май			практика	2	Закрепление ведения мяча внутренней частью подъёма.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
125	май			практика	2	Закрепление удара пяткой.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
126	май			практика	2	Удар носком. Удар серединой подъёма.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
127	май			практика	2	Закрепление удара носком.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
128	май			практика	2	Закрепление удара серединой подъёма	Спортивные залы и стадион	наблюдение
129	июнь			практика	2	Совершенствование удара носком. Совершенствование удара серединой подъёма.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
130	июнь			теория практика	2	Ведение мяча внешней частью подъёма.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
131	июнь			практика	2	Ведение мяча внешней частью подъёма.	Спортивные залы и стадион	наблюдение

132	июнь			практика	2	Ведение мяча внешней частью подъёма.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
133	июнь			практика	2	Закрепление ведения мяча внешней частью подъёма.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
134	июнь			теория практика	2	Совершенствование ведения мяча внешней частью подъёма.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
135	июнь			практика	2	Удар-откидка мяча подошвой.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
136	июнь			теория практика	2	Ведение мяча серединой подъёма.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
137	июнь			практика	2	Удар-откидка мяча подошвой. Ведение мяча серединой подъёма.	Спортивные залы и стадион	наблюдение
138	июнь			практика	2	Закрепление удара-откидки мяча подошвой. Закрепление ведения мяча серединой подъёма.	Спортивные залы и стадион	наблюдение

2.2. Условия реализации программы

Для реализации программы «Футбол» необходимо следующее обеспечение:

Материально-техническое обеспечение:

1. Спортивный зал и игровое поле на стадионе с разметкой футбольной площадки
2. Спортивный инвентарь:
 - футбольные мячи на каждого обучающегося (15 -16 штук);
 - набивные мячи - на каждого обучающегося (15 -16 штук);
 - перекладины для подтягивания в висе (5-7 штук);
 - стойки - ограничители (10 -15 штук);
 - скакалки для прыжков на каждого обучающегося (15 -16 штук);
 - секундомер;
 - гимнастические скамейки - 5-7 штук;
 - гимнастическая стенка - 15 пролетов.

Информационное обеспечение:

- методические пособия по футболу, спортивным играм, методике занятий и тренировок;
- правила проведения соревнований;
- инструкции по технике безопасности;
- разработанные и утверждённые тесты и нормативы по контролю ОФП, технической, тактической и теоретической подготовок.

Кадровое обеспечение:

Тренер-преподаватель, занятый в реализации программы, имеет образование согласно профессионального стандарта «Тренер-преподаватель», утвержденного приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 24.12.2020 г №952н:

- среднее профессиональное образование - программы подготовки специалистов среднего звена в области физической культуры и спорта или педагогики с направленностью «физическая культура»;
- высшее образование в области физической культуры и спорта или педагогики с направленностью «физическая культура»;
- высшее образование (непрофильное) и дополнительное профессиональное образование - программы профессиональной переподготовки по направлению профессиональной деятельности в области физической культуры и спорта либо наличие подтвержденной квалификационной категории тренера или тренера-преподавателя.

2.3. Формы аттестации (контроля)

В качестве аттестации по итогам обучения по дополнительной общеобразовательной программе «Футбол», используется метод тестирования (сдача контрольных нормативов), спортивные соревнования.

Промежуточная аттестация проводится два раза в год в середине и конце учебного года (на основании Положения) с целью определения уровня теоретических знаний в форме устных опросов и выполнения контрольных упражнений с целью оценки практической подготовки.

Обучающимся предлагается 6 вопросов.

Высокий уровень - ребенок ответил на 5-6 вопросов (объем знаний освоен полностью).

Хороший уровень - ребенок ответил на 4-5 вопросов (объем знаний освоен более чем на 1/2).

Средний уровень - ребенок ответил на 3-4 вопроса (объем знаний освоен менее чем на 1/2).

Низкий уровень - ребенок ответил на 2 вопроса (объем знаний освоен менее чем на 1/3).

2.4. Оценочные материалы

Система контроля реализации программы:

В процессе учебно-тренировочной работы в объединении систематически ведется учет подготовки и динамики результативности реализации программы:

- входной контроль обеспечивается наличием медицинского документа о допуске к занятиям, а также в форме визуального наблюдения, контрольного задания, тестирования;
- текущий - оценки уровня усвоения изучаемого материала в форме педагогического наблюдения;
- промежуточный - оценки результатов выступления в соревнованиях, диагностика;
- итоговый - выполнение контрольных упражнений по общей и специальной физической подготовке, для чего организуются специальные соревнования, проводится анализ достижений обучающегося в соревнованиях различных уровней.

2.5. Методические материалы

При обучении используются основные методы организации и осуществления учебно-познавательной работы, такие как словесные, наглядные, практические, индуктивные и проблемно-поисковые. Выбор методов (способов) обучения зависит от психофизиологических, возрастных особенностей детей, темы и формы занятий. При этом в процессе обучения все методы реализуются в теснейшей взаимосвязи.

Методика проведения занятий предполагает постоянное создание ситуаций успешности, радости от преодоления трудностей в освоении изучаемого материала.

С первых занятий обучающиеся знакомятся с охраной труда на занятиях футболом, противопожарной безопасностью, к правильной организации учебно-тренировочного процесса, рациональному использованию рабочего времени, грамотному использованию спортивного инвентаря и спортивных снарядов.

В основу программы легли определенные педагогические принципы:

- принцип дополнительности. Монолог тренера-преподавателя уступает место смысловому диалогу, взаимодействию, партнерству, ориентация на реальную свободу развивающейся личности.
- принцип открытости учебной и воспитательной информации. Мир знаний "открывается" перед обучающимся благодаря работе его сознания, как главной личной ценности. Тренер-преподаватель не "преподносит" знания в готовом для понимания виде, а придает им контекст открытия.
- принцип уважения к личности ребенка в сочетании с разумной требовательностью к нему предполагает, что требовательность является своеобразной мерой уважения к личности ребенка. Разумная требовательность всегда целесообразна, если продиктована потребностями воспитательного процесса и задачами развития личности.
- принцип сознательности и активности обучающихся предполагает создание условий для активного и сознательного отношения обучающихся к обучению, условий для осознания обучающимися правильности и практической ценности получаемых знаний, умений и навыков.
- принцип дифференцированного и индивидуального подхода в обучении предполагает необходимость учета индивидуальных возможностей и возрастных психофизиологических особенностей каждого обучающегося при выборе темпа, методов и способа обучения.

- принцип преемственности, последовательности и систематичности заключается в такой организации учебного процесса, при которой каждое занятие является логическим продолжением ранее проводившейся работы, позволяет закреплять и развивать достигнутое, поднимать обучающегося на более высокий уровень развития.
- принцип доступности и пассивности заключается в применении основного правила дидактики "от простого к сложному, от известного к неизвестному".

3. Список литературы

Список литературы для тренера-преподавателя

1. Андреев, С.Н. «Футбол в школе». Методика совершенствования кинестетических координационных способностей футболистов 10-11 лет: автореф. дис. канд. пед. наук/ И.В. Аверьянов, Тюмень, 2008.
2. Андреев С.Н. Мини-футбол в школе / С. Н. Андреев, Э. Г. Алиев. - Москва: Советский спорт, 2006. - 221 с.
3. Акрамов А.Р. Отбор и подготовка юных футболистов. / А.Р. Акрамов - М.: ФКиС, 2002. - 103 с.
4. Безруких, Н.А. Возрастная физиология/ Н.А. Безруких, В.Д. Фарбер. - М.: Издательский центр «Академия», 2004. - 128 с.
5. Вайн Х. Как научиться играть в футбол. Школа технического мастерства для молодых. Перевод с итальянского М. Терра - Спорт, Олимпия пресс. 2004 г.
6. Годик, М.А. Физическая подготовка футболистов / М.А. Годик. - М.: Олимпия, 2006. - 221 с.
7. Голиков В. Г. Практикум для начинающих тренеров по футболу. /В.Г. Голиков - Белгород: крестьянское дело, 2002. - 80 с.
8. Голомазов С.В. Футбол. Методика тренировки "техники реализации стандартных положений"/ С. В. Голомазов, Б. Г. Чирва. - М.: СпортАкадемПресс, 2001. - 115 с.
9. Петько С.Н. Теория и методика обучения футболу: учебное пособие для студентов / С. Н. Петько - Воронеж : ВГПУ, 2008. - 188 с.
10. Шамардин А.А. Комплексная функциональная подготовка юных футболистов [Текст] / А. А. Шамардин. - Саратов: Науч. кн., 2008. - 239 с.
11. Шамонин А.В. Повышение технической подготовки при развитии способностей к сохранению равновесия юных футболистов 7-11 лет /автореферат дис. ... кандидата педагогических наук / А.В. Шамонин - Екатеринбург, 2010. - 22 с

Список литературы для обучающихся и родителей

1. Джармен, Д. Футбол для юных/ Д. Джармен. - М.: Физкультура и спорт, 2009. - 159 с.
2. Заваров А.И. Футбол для начинающих/ А.И. Заваров. - Питер, 2013. - 190 с
3. Малькольм К. 101 упражнение юных футболистов. /К. Малькольм -М.: Издательство Астрель», 2003. - 96 с.
4. Малькольм К. Самый популярный учебник футбола: тренировочные программы и упражнения от ведущих тренеров мира : [перевод с 49 английского] / К. Малькольм и Д. Шоулдер - Москва: АСТ : Астрель, 2008. - 124 с.

Интернет-ресурсы

1. Министерство просвещения РФ
2. Министерство спорта РФ
3. Федерация футбола России
4. Министерство просвещения и воспитания Ульяновской области
5. Министерство физической культуры и спорта Ульяновской области
6. Федерация футбола Ульяновской области