

муниципальное казенное общеобразовательное учреждение  
«Михайловская средняя общеобразовательная школа  
имени Героя Советского Союза Владимира Федоровича Нестерова»  
Черемисиновского района Курской области

Принята на заседании  
педагогического совета  
Протокол № 1  
от «24» 08 2020 г.

«Утверждаю»  
Директор школы  
Н.В.Стёпкина  
Приказ № 20  
от «27» 08 2020 г.



**Дополнительная общеразвивающая программа**  
**«Юный футболист»**  
Направленность: физкультурно-спортивная  
Уровень программы: стартовый  
Возраст учащихся: 10-18 лет  
Срок реализации: 1 год (72 часа)

Автор – составитель:  
Белкин Артём Анатольевич,  
педагог дополнительного образования

Михайловка, 2020

### **Пояснительная записка**

Программа «Юный футболист» физкультурно-спортивной направленности разработана в соответствии с Федеральным законом от 29 декабря 2012 г. N 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации", в соответствии с Концепцией развития дополнительного образования детей, утвержденной распоряжением правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014 г. N 1726-р, Порядком организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утвержденным приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 29 августа 2013 г. N 1008, с санитарно-эпидемиологическими нормативами СанПиН 2.4.2.1178 – 02, в соответствии с Постановлением Главного Государственного врача РФ от 29 декабря 2010 года «Об утверждении СанПиН 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологическими требованиями к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях»; Методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) (Приложение к письму Департамента государственной политики в сфере воспитания детей и молодежи Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 № 09-3242). Уставом общеобразовательного учреждения, на основе примерной программы для Детско-юношеских спортивных школ, Мини-футбол (Футзал). Коллектив авторов-составителей: Андреев С.Н., Алиев Э.Г., Левин В.С., Еременко К.В. 2010 год.

**Актуальность программы** заключается в том, что детский футбол является не только интересным зрелищем, но и приоритетным видом спорта, развивает физические и моральные качества, чувство коллективизма. В процессе реализации данной программы дети овладеют основами техники футбола, укрепят здоровье и разовьют физические качества.

**Отличительные особенности программы** заключаются в том, что содержание данной программы и количество часов адаптировано к школьным условиям работы и отличается от программ специализированных спортивных школ. В программе учтены опыт работы лучших тренеров детского и юношеского футбола нашей страны, методические разработки специалистов других спортивных игр с упором на основательные знания техники владения мячом. Основой подготовки является не только технико–тактическая подготовка юных футболистов, но и общефизическая подготовка, направленная на более высокий показатель физического развития школьников, массовость, а не на спортивное мастерство. Расширяется кругозор и интерес занимающихся к данному виду спорта. Программа построена по принципу изучения, углубления и повторения объема знаний, умений и навыков.

**Новизна программы состоит** в создании условий, благоприятных для развития спортивной индивидуальности личности ребенка посредством коллективной деятельности по интересам.

**Адресат программы** – Программа адресована детям от 12 до 16 лет. Для обучения принимаются все желающие дети, имеющие медицинское заключение. Наполняемость групп может составлять до 20 человек.

**Объем программы, срок освоения** – программа рассчитана на 1 год обучения, 68 часов в год.

**Формы обучения** очная

**Уровень программы** базовый.

**Особенности организации образовательного процесса:**

формы реализации образовательной программы – традиционная. Занятия проводятся в форме физической тренировки, теоретической подготовки, проведения культурно - массовых мероприятий, соревнований, бесед, конкурсов, игр, помогающих развивать и осуществлять в полной мере технологии и идеи личностно-ориентированного образования. Возможно использование дистанционных технологий.

**Организационные формы обучения** Занятия проводятся по группам. Группы формируются из обучающихся разного возраста. В ходе проведения занятий используется, в том числе и индивидуальный подход.

**Режим занятий** – Продолжительность одного академического часа - 40 мин. Перерыв между учебными занятиями – 10 минут. Режим занятий: 2 раза в неделю по 1 занятию. Наряду с практическими занятиями, проводятся и теоретические.

Общее количество часов в неделю – 2 часа. Занятия проводятся 2 раза в неделю по 1 часу

**Цель:** привитие устойчивой любви к футболу и укрепление здоровья.

**Задачи:**

овладение основами техники футбола, укрепляя здоровье и развивая физические качества детей;

формирование у детей интереса и любви к футболу, спорту;

приобретение практических навыков и теоретических знаний в области футбола, а также соблюдение общей и частной гигиены и осуществление самоконтроля;

проведение профориентации, выявление перспективных по отношению к игровой деятельности детей;

развитие моральных качеств, навыков работы в команде;

формирование потребности ведения здорового образа жизни.

### Содержание программы Учебный план

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы промежуточной аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
	<b>Введение</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>0</b>	
1.	Правило техники безопасности в зале. Правила игры. Основные ошибки.	1	1	0	Опрос
	<b>Техника перемещений и владения мячом</b>	<b>47</b>	<b>16,5</b>	<b>30,5</b>	
2.	Обучение ведению мяча по прямой средней частью подъёма.	1	0,5	0,5	Промежуточный контроль.
3.	Обучение остановки мяча подошвой в процессе ведения.	1	0,5	0,5	Промежуточный контроль.
4.	Обучение ударам средней частью подъёма.	2	0,5	1,5	Промежуточный контроль.
5.	Игра без вратарей.	1	0,5	0,5	Промежуточный контроль.
6.	Совершенствование ведения мяча по прямой средней частью подъёма.	1	0,5	0,5	Промежуточный контроль.
7.	Совершенствование остановки мяча	1	0,5	0,5	Промежуточный контроль.

	подошвой в процессе ведения.				
8.	Совершенствование ударов средней частью подъёма.	1	0,5	0,5	Промежуточный контроль.
9.	Обучение ударам внутренней частью подъёма подошвой.	2	0,5	1,5	Промежуточный контроль.
10.	Совершенствование отбора мяча с выпадом.	1	0,5	0,5	Промежуточный контроль.
11.	Обучение отбору мяча подкатом.	1	0,5	0,5	Промежуточный контроль.
12.	Обучение удару внутренней стороной стопы.	2	0,5	1,5	Промежуточный контроль.
13.	Обучение основной стойке в воротах на месте и в движении.	2	0,5	1,5	Промежуточный контроль.
14.	Обучение приёму мяча катящегося навстречу.	2	0,5	1,5	Промежуточный контроль.
15.	Обучение броску мяча на точность.	1	0,5	0,5	Промежуточный контроль.
16.	Тренировочная игра.	1	0	1	
17.	Обучение приёму мяча, летящего навстречу и в сторону на высоте груди и живота.	2	0,5	1,5	Промежуточный контроль.
18.	Обучение отбиванию высоколетящего мяча кулаками.	1	0,5	0,5	Промежуточный контроль.
19.	Совершенствование приёма мяча снизу двумя руками над собой и на сетку.	1	0,5	0,5	Промежуточный контроль.
20.	Игра с вратарями.	1	0,5	0,5	Промежуточный контроль.
21.	Удар футбольного мяча на дальность. Вбрасывание футбольного мяча	1	0,5	0,5	Промежуточный контроль.
22.	Преодоление спортивно-технической полосы, включающей ведение мяча 10 м, обводку 3 стоек на отрезке 12 м, и удар в цель 6 м.	1	0,5	0,5	Промежуточный контроль.
23.	Игра с вратарями.	1	0,5	0,5	Промежуточный контроль.

24.	Обучение ведению мяча серединой подъёма с остановкой его подошвой во время ведения.	1	0,5	0,5	Промежуточный контроль.
25.	Встречная эстафета с ведением мяча.	1	0,5	0,5	Промежуточный контроль.
26.	Подвижная игра с элементами футбола.	1	0	1	Промежуточный контроль.
27.	Обучение ударам средней частью подъёма.	1	0,5	0,5	Промежуточный контроль.
28.	Совершенствование остановки мяча подошвой.	1	0,5	0,5	Промежуточный контроль.
29.	Подвижная игра с элементами футбола.	1	0	1	Итоговый контроль
30.	Обучение ударам средней частью подъёма по неподвижному мячу.	1	0,5	0,5	Промежуточный контроль.
31.	Учебная игра.	1	0	1	Промежуточный контроль.
32.	Изучение комбинаций в парах.	1	0,5	0,5	Промежуточный контроль.
33.	Обучение ударам внутренней частью подъёма по неподвижному и катящемуся мячу.	1	0,5	0,5	Промежуточный контроль.
34.	Совершенствование ударов внутренней частью подъёма по неподвижному и катящемуся мячу.	1	0	1	Промежуточный контроль.
35.	Товарищеский матч.	1	0	1	Итоговый контроль
36.	Обучение выбиванию мяча носком у партнёра, ведущего мяч навстречу.	1	0,5	0,5	Промежуточный контроль.
37.	Игра с вратарями.	1	0,5	0,5	Промежуточный контроль.
38.	Обучение ведению мяча внутренней стороной стопы с остановкой по зрительному сигналу.	1	0,5	0,5	Промежуточный контроль.
39.	Обучение ведению мяча зигзагами.	1	0,5	0,5	Промежуточный контроль.
40.	Учебная игра.	1	0	1	Итоговый

					контроль
41.	Совершенствование ведение мяча внутренней стороной стопы с остановкой по зрительному сигналу.	1	0,5	0,5	Промежуточный контроль.
	<b>Тактика игры</b>	<b>24</b>	<b>7,5</b>	<b>16,5</b>	
42.	Ведение мяча 10 м, обводку 3 стоек на отрезке 12 м и удар внутренней частью подъёма в цель.	1	0,5	0,5	Промежуточный контроль.
43.	Учебная игра.	1	0	1	Промежуточный контроль.
44.	Обучение ударам головой по подбрасываему над собой мячу.	1	0,5	0,5	Промежуточный контроль.
45.	Обучение вбрасыванию мяча.	1	0,5	0,5	Промежуточный контроль.
46.	Совершенствование отбора мяча выпадам и подкатом. Учебная игра.	2	0,5	1,5	Промежуточный контроль.
47.	Удары ногой и головой.	1	0,5	0,5	Промежуточный контроль.
48.	Нарушение правил.	1	0,5	0,5	Промежуточный контроль.
49.	Атака длинными передачами.	1	0,5	0,5	Промежуточный контроль.
50.	Угловые удары.	1	0,5	0,5	Промежуточный контроль.
51.	Тренировочная игра в футбол.	1	0	1	Итоговый контроль
52.	Ведение мяча.	1	0,5	0,5	Промежуточный контроль.
53.	Элементы игры в футбол, штрафные. Свободные удары.	1			Промежуточный контроль.
54.	Мяч вне игры.	1	0,5	0,5	Промежуточный контроль.
55.	Тренировочная игра в футбол.	1	0	1	Итоговый контроль
56.	Удары ногой и головой.	1	0,5	0,5	Промежуточный контроль.
57.	Финты.	1	0,5	0,5	Промежуточный контроль.
58.	Атака длинными передачами.	2	0,5	1,5	Промежуточный контроль.
59.	Нарушение правил.	2	0,5	1,5	Промежуточный контроль.

60.	Мяч вне игры.	2	0,5	1,5	Промежуточный контроль.
61.	Тренировочная игра в футбол.	2	0	2	Итоговый контроль
	<b>Всего:</b>	<b>72</b>	<b>25</b>	<b>47</b>	

### Содержание учебного плана

#### Раздел 1 «Введение»

**Тема** «Правила техники безопасности в зале. Правила игры. Основные ошибки».

**Теория.** Основные правила и приемы безопасного поведения в зале Знакомство с правилами игры. Безошибочное поведение в различных ситуациях в зале: как надо? как принято? как лучше?

#### Раздел 2 «Техника перемещений и владения мячом»

**Тема** «Обучение ведению мяча по прямой средней частью подъёма».

**Теория.** Особенности выполнения ударов. Техника выполнения ударов для ведения мяча Порядок выполнения упражнений.

**Практика.** Тренировочные упражнения ведения мяча по прямой средней частью подъёма

**Тема** «Обучение остановки мяча подошвой в процессе ведения».

**Теория.** Техники остановки мяча подошвой, ознакомление с техникой остановки катящегося мяча подошвой на конкретных упражнениях.

**Практика.** Упражнения для тренировки остановки катящегося мяча подошвой.

**Тема** «Обучение ударам средней частью подъёма».

**Теория.** Техника удара по летящему мячу средней частью подъема стопы.

**Практика.** Знакомство и усовершенствование своих умений в правильном выполнении приема для полета мяча вверх, вперед, параллельно земле и удара сбоку.

**Тема** Игра без вратарей.

**Теория.** Ознакомление с приемами игры, создание правильного представления о конкретном техническом приеме, сообщение основных сведений о значении и применении изучаемого приема

**Практика.** Разучивание приема игры. Овладение правильной структурой движения.

**Тема** Совершенствование ведения мяча по прямой средней частью подъёма.

**Теория.** Знакомство с понятиями ведения мяча, способами ведения мяча, особенностями выполнения ударов, техникой выполнения ведения мяча;

**Практика.** Основные упражнения для освоения ведения мяча;

**Тема** Совершенствование остановки мяча подошвой в процессе ведения.

**Теория.** Техники остановки мяча подошвой;

**Практика.** Упражнения для тренировки остановки катящегося мяча подошвой.

**Тема** Совершенствование ударов средней частью подъёма.

**Теория.** Техника удара по летящему мячу средней частью подъема стопы.

**Практика.** Тренировочные упражнения

**Тема** Обучение ударам внутренней частью подъёма подошвой.

**Теория.** Знакомство с техникой удара по мячу

**Практика.** Упражнения на удар внутренней частью подъема

**Тема** Совершенствование отбора мяча с выпадом.

**Теория.** Отбор мяча в выпаде, его особенности, ситуации использования

**Практика.** Тренировочные упражнения

**Тема** Обучение отбору мяча подкатом.

**Теория.** Техника выполнения подката, Тактика данного приема. Особенности выполнения приема.

**Практика.** Обучение технике отбора мяча в подкате. Последовательность обучения

**Тема** Обучение удару внутренней стороной стопы.

**Теория.** Удары по мячу — основное средство ведения игры. Разновидности выполнения ударов по мячу ногой: прямой и резаный.

**Практика.** Практические тренировочные упражнения

**Тема** Обучение основной стойке в воротах на месте и в движении

**Теория.** Арсенал технических приемов вратаря: ловля, отбивание, переводы и броски мяча. Классификация технических приемов игры голкипера. Различные приемы, способы и разновидности действий вратаря.

**Практика.** В ходе игры голкипер использование всего многообразия приемов и техник.

**Тема** Обучение приёму мяча катящегося навстречу.

**Теория.** Техники остановки мяча подошвой, ознакомление с техникой остановки катящегося мяча подошвой на конкретных упражнениях.

**Практика.** Упражнения для тренировки остановки катящегося мяча подошвой.

**Тема** Обучение броску мяча на точность.

**Теория.** Техника ударов по мячу в футболе, как единое тактико-техническое действие от начала принятия тактического решения и до его технического выполнения.

**Практика.** Правильное исполнение техники ударов в футболе во время тренировки и отработки приемов.

**Тема** Тренировочная игра.

**Практика.** Отработка изученных приемов во время игры

**Тема** Обучение приёму мяча, летящего навстречу и в сторону на высоте груди и живота.2

**Теория.** Техники остановки мяча подошвой, ознакомление с техникой остановки катящегося мяча подошвой на конкретных упражнениях.

**Практика.** Упражнения для тренировки остановки катящегося мяча подошвой.

**Тема** Обучение отбиванию высоколетящего мяча кулаками.

**Теория.** Некоторые особенности обучения вратаря специфическим приемам: броски и ведение мяча руками, ловлю мяча руками, удары по мячу руками.

**Практика.** Тренировочные упражнения

**Тема** Совершенствование приёма мяча снизу двумя руками над собой и на сетку.

**Теория.** Некоторые особенности обучения вратаря специфическим приемам: броски и ведение мяча руками, ловлю мяча руками, удары по мячу руками».

**Практика.** Тренировочные упражнения

**Тема** Игра с вратарями.

**Теория.** Арсенал технических приемов вратаря: ловля, отбивание, переводы и броски мяча. Классификация технических приемов игры голкипера. Различные приемы, способы и разновидности действий вратаря.

**Практика.** В ходе игры голкипер использование всего многообразия приемов и техник.

**Тема** Удар футбольного мяча на дальность. Вбрасывание футбольного мяча

**Теория.** Удары по мячу — основное средство ведения игры. Разновидности выполнения ударов по мячу ногой: прямой и резаный.

**Практика.** Практические тренировочные упражнения

**Тема** Преодоление спортивно-технической полосы, включающей ведение мяча 10 м, обводку 3 стоек на отрезке 12 м, и удар в цель 6 м.

**Теория.** Техника ведения мяча, особенности техники

**Практика.** Практическое использование теоретических знаний при преодолении спортивно-технической полосы, включающей ведение мяча 10 м, обводку 3 стоек на отрезке 12 м, и удар в цель 6 м.

**Тема** Игра с вратарями.

**Теория.** Арсенал технических приемов вратаря: ловля, отбивание, переводы и броски мяча. Классификация технических приемов игры голкипера. Различные приемы, способы и разновидности действий вратаря.

**Практика.** В ходе игры голкипер использование всего многообразия приемов и техник.



**Тема** Обучение ведению мяча серединой подъёма с остановкой его подошвой во время ведения.

**Теория.** Техника ведения мяча, особенности техники

**Практика.** Практическое использование теоретических знаний

**Тема** Встречная эстафета с ведением мяча.

**Теория.** Знакомство с правилами эстафеты и приемами ведения мяча

**Практика.** Проведение встречной эстафеты с ведением мяча.

**Тема** Подвижная игра с элементами футбола.

**Практика.** Проведение игры с элементами футбола.

**Тема** Обучение ударам средней частью подъёма.

**Теория.** Удары по мячу — основное средство ведения игры. Разновидности выполнения ударов по мячу ногой: прямой и резаный.

**Практика.** Практические тренировочные упражнения

**Тема** Совершенствование остановки мяча подошвой.

**Теория.** Повторение приемов остановки мяча подошвой, создание правильного представления о конкретном техническом приеме, сообщение основных сведений о значении и применении изучаемого приема

**Практика.** Совершенствование приема остановки мяча подошвой. Овладение правильной структурой движения.

**Тема** Подвижная игра с элементами футбола.

**Практика.** Проведение игры с элементами футбола.

**Тема** Обучение ударам средней частью подъёма по неподвижному мячу.

**Теория.** Удары по мячу — основное средство ведения игры. Разновидности выполнения ударов по мячу ногой: прямой и резаный.

**Практика.** Практические тренировочные упражнения

**Тема** Учебная игра.

**Практика.** Практическая игра с использованием изученных приемов и тактик.

**Тема** Изучение комбинаций в парах.

**Теория.** Знакомство с различными тактиками нападения, комбинации в парах. К взаимодействию двух партнеров относятся комбинации “в стенку”, “скрещивание” и “передача в одно касание”.

**Практика.** Обработка комбинаций в парах

**Тема** Обучение ударам внутренней частью подъёма по неподвижному и катящемуся мячу.

**Теория.** Удары по мячу — основное средство ведения игры. Разновидности выполнения ударов по мячу ногой: прямой и резаный.

**Практика.** Практические тренировочные упражнения

**Тема** Совершенствование ударов внутренней частью подъёма по неподвижному и катящемуся мячу

**Практика.** Практические тренировочные упражнения. Удары по мячу — основное средство ведения игры. Разновидности выполнения ударов по мячу ногой: прямой и резаный.

**Тема** Товарищеский матч.

**Практика.** Учебная игра.

**Тема** Обучение выбиванию мяча носком у партнёра, ведущего мяч навстречу.

**Тема** Обучение отбору мяча подкатом.

**Теория.** Техника выполнения подката. Тактика данного приема. Особенности выполнения приема.

**Тема** Игра с вратарями.

**Теория.** Арсенал технических приемов вратаря: ловля, отбивание, переводы и броски мяча. Классификация технических приемов игры голкипера. Различные приемы, способы и разновидности действий вратаря.

**Практика.** В ходе игры голкипер использование всего многообразия приемов и техник.

**Тема** Обучение ведению мяча внутренней стороной стопы с остановкой по зрительному сигналу.

**Теория.** Техника ведения мяча, особенности техники

**Практика.** Практическое использование теоретических знаний

**Тема** Обучение ведению мяча зигзагами.

**Теория.** Техника ведения мяча, особенности техники

**Практика.** Практическое использование теоретических знаний

**Тема** Учебная игра.

**Практика.** Практическая игра с использованием изученных приемов и тактик.

**Тема** Совершенствование ведение мяча внутренней стороной стопы с остановкой по зрительному сигналу.

**Теория.** Техника остановки летящего мяча внутренней стороной стопы

**Практика.** Тренировочные упражнения

**Раздел 3 «Тактика игры»**

**Тема** Ведение мяча 10 м, обводку 3 стоек на отрезке 12 м и удар внутренней частью подъёма в цель.

**Теория.** Техника ведения мяча, особенности техники

**Практика.** Практическое использование теоретических знаний

**Тема** Учебная игра.

**Практика.** Практическая учебная игра

**Тема** Обучение ударам головой по подбрасываемому над собой мячу.

**Теория.** Правила безопасности при ударах по мячу лбом.

**Практика.** Процесс обучения технике удара по мячу головой без мяча, с поролоновым мячом, облегченным мячом

**Тема** Обучение вбрасыванию мяча.

**Теория.** Теория и методика вбрасывания мяча

**Практика.** Тренировочные упражнения

**Тема** Совершенствование отбора мяча выпадом и подкатом. Учебная игра.

**Теория.** Повторение техник приема.

**Практика.** Практическое применение приема в процессе учебной тренировочной игры

**Тема** Удары ногой и головой.

**Теория.** Техника ударов по мячу в футболе, как единое тактико-техническое действие от начала принятия тактического решения и до его технического выполнения.

**Практика.** Правильное исполнение техники ударов в футболе во время тренировки и отработки приемов.

**Тема** Нарушение правил.

**Теория.** Знакомство с видами нарушений

**Практика.** Практическое знакомство с нарушениями в процессе игры

**Тема** Атака длинными передачами.

**Теория.** Тактика, стратегия длинных передач в футболе

**Практика.** Тренировочные упражнения

**Тема** Угловые удары.

**Теория.** Что такое угловой удар в футболе? За что назначается угловой удар? Как можно исполнить угловой удар в футболе?

**Практика.** Тренировочные упражнения

**Тема** Тренировочная игра в футбол.

**Практика.** Игра в футбол с обрабатыванием изученных приемов и техник

**Тема** Ведение мяча.

**Практика.** Отработка приёмов техники нападения, позволяющих маневрировать с мячом с большим диапазоном скоростей и направлений движения.

**Тема** Элементы игры в футбол, штрафные. Свободные удары.

**Теория.** Штрафные удары в футболе, виды, классификация

**Практика.** Отработка свободных ударов

**Тема** Мяч вне игры.

**Теория.** Повторение изученных теоретических знаний

**Практика.** Тренировочные упражнения

**Тема** Тренировочная игра в футбол.

**Практика.** Игра в футбол с обработыванием изученных приемов и техник

**Тема** Удары ногой и головой.

**Теория.** Техника ударов по мячу в футболе, как единое тактико-техническое действие от начала принятия тактического решения и до его технического выполнения.

**Практика.** Правильное исполнение техники ударов в футболе во время тренировки и отработки приемов.

**Тема** Финты.

**Теория.** Обучение финтам: при ведении показать остановку мяча подошвой (без касания или с касанием мяча подошвой) или удар пяткой назад – неожиданным рывком вперед уйти с мячом; быстро отвести мяч подошвой под себя – рывком с мячом уйти вперед; при ведении неожиданно остановить мяч и оставить его партнёру, который движется за спиной, а самому без мяча уйти вперед, увлекая соперника («скрещивание»).

**Практика.** Выполнение обманных движений в единоборстве.

**Тема** Атака длинными передачами.

**Теория.** Тактика, стратегия длинных передач в футболе

**Практика.** Тренировочные упражнения

**Тема** Нарушение правил.

**Теория.** Знакомство с видами нарушений

**Практика.** Практическое знакомство с нарушениями в процессе игры

**Тема** Мяч вне игры.

**Теория.** Ситуация в футболе, при которой игрок во время передачи ему паса или удара по воротам ближе к линии ворот соперника, чем мяч и предпоследний игрок соперника

**Практика.** Отработка ситуации.

**Тема** Тренировочная игра в футбол.

**Практика.** Практическая игра в футбол

### Календарно-тематический план

№ п/п	Тема	Количество часов	Планируемая дата	Фактическая дата
1	Правило техники безопасности в зале. Правила игры. Основные ошибки.	1		
2	Обучение ведению мяча по прямой средней частью подъёма.	1		
3	Обучение остановки мяча подошвой в процессе ведения.	1		
4	Обучение ударам средней частью подъёма.	1		
5	Обучение ударам средней частью подъёма.	1		
6	Игра без вратарей.	1		
7	Совершенствование ведения мяча по прямой средней частью подъёма.	1		
8	Совершенствование остановки мяча подошвой в процессе ведения.	1		
9	Совершенствование ударов средней частью	1		

	подъёма.			
10	Обучение ударам внутренней частью подъёма подошвой.	1		
11	Обучение ударам внутренней частью подъёма подошвой.	1		
12	Совершенствование отбора мяча с выпадом.	1		
13	Обучение отбору мяча подкатом.	1		
14	Обучение удару внутренней стороной стопы.	1		
15	Обучение удару внутренней стороной стопы.	1		
16	Обучение основной стойке в воротах на месте и в движении.	1		
17	Обучение основной стойке в воротах на месте и в движении	1		
18	Обучение приёму мяча катящегося навстречу.	1		
19	Обучение приёму мяча катящегося навстречу.	1		
20	Обучение броску мяча на точность.	1		
21	Тренировочная игра.	1		
22	Обучение приёму мяча, летящего навстречу и в сторону на высоте груди и живота.	1		
23	Обучение приёму мяча, летящего навстречу и в сторону на высоте груди и живота.	1		
24	Обучение отбиванию высоколетящего мяча кулаками.	1		
25	Совершенствование приёма мяча снизу двумя руками над собой и на сетку.	1		
26	Игра с вратарями.	1		
27	Удар футбольного мяча на дальность. Вбрасывание футбольного мяча	1		
28	Преодоление спортивно-технической полосы, включающей ведение мяча 10 м, обводку 3 стоек на отрезке 12 м, и удар в цель 6 м.	1		
29	Игра с вратарями.	1		
30	Обучение ведению мяча серединой подъёма с остановкой его подошвой во время ведения.	1		
31	Встречная эстафета с ведением мяча.	1		
32	Подвижная игра с элементами футбола.	1		
33	Обучение ударам средней частью подъёма.	1		
34	Совершенствование остановки мяча подошвой.	1		
35	Подвижная игра с элементами футбола.	1		

36	Обучение ударам средней частью подъёма по неподвижному мячу.	1		
37	Учебная игра.	1		
38	Изучение комбинаций в парах.	1		
39	Обучение ударам внутренней частью подъёма по неподвижному и катящемуся мячу.	1		
40	Совершенствование ударов внутренней частью подъёма по неподвижному и катящемуся мячу.	1		
41	Товарищеский матч.	1		
42	Обучение выбиванию мяча носком у партнёра, ведущего мяч навстречу.	1		
43	Игра с вратарями.	1		
44	Обучение ведению мяча внутренней стороной стопы с остановкой по зрительному сигналу.	1		
45	Обучение ведению мяча зигзагами.	1		
46	Учебная игра.	1		
47	Совершенствование ведение мяча внутренней стороной стопы с остановкой по зрительному сигналу.	1		
48	Ведение мяча 10 м, обводку 3 стоек на отрезке 12 м и удар внутренней частью подъёма в цель.	1		
49	Учебная игра.	1		
50	Обучение ударам головой по подбрасываему над собой мячу.	1		
51	Обучение вбрасыванию мяча.	1		
52	Совершенствование отбора мяча выпадом и подкатом. Учебная игра.	1		
53	Совершенствование отбора мяча выпадом и подкатом. Учебная игра.	1		
54	Удары ногой и головой.	1		
55	Нарушение правил.	1		
56	Атака длинными передачами.	1		
57	Угловые удары.	1		
58	Тренировочная игра в футбол.	1		
59	Ведение мяча.	1		
60	Элементы игры в футбол, штрафные. Свободные удары.	1		
61	Мяч вне игры.	1		
62	Тренировочная игра в футбол.	1		
63	Удары ногой и головой.	1		

64	Финты.	1		
65	Атака длинными передачами.	1		
66	Атака длинными передачами.			
67	Нарушение правил.	1		
68	Нарушение правил.			
69	Мяч вне игры.	1		
70	Мяч вне игры.			
71	Тренировочная игра в футбол.	1		
72	Тренировочная игра в футбол.			

### Планируемые результаты

#### Личностные результаты

Учащиеся будут стремиться к:

активному включению в общения и взаимодействии со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания.

проявлению положительных качеств личности и управлению своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;

проявлению дисциплинированности, трудолюбия и упорству в достижении поставленных целей;

оказанию бескорыстной помощи своим сверстникам, нахождению с ними общего языка и общих интересов

#### Метапредметные результаты

Учащиеся будут способны:

Давать характеристику явлениям (действиям и поступкам), их объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;

Обнаружить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;

Общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;

Обеспечить защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;

Организовать самостоятельную деятельности с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;

планировать собственной деятельности, распределять нагрузки и организовать отдых в процессе её выполнения;

анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, искать возможности и способы их улучшения;

управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, проявлять хладнокровие, сдержанность, рассудительность

технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.

взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;

#### Предметные результаты

Учащиеся научатся:

Планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, применять знания при организации отдыха и досуга с использованием средств физической культуры;

Иметь представление о физической культуре, как средстве укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;

Уметь и применять навыки измерения индивидуальных показателей физического развития (длины и массы тела), развития основных физических качеств;

выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;

выполнять жизненно важных двигательные навыки и умения различными способами, в различных условиях

Учащиеся овладеют техникой ведения мяча, остановки мяча, ударов по мячу, обводки соперника, техники жонглирования мячом, передачи мяча, правил выбора позиции защитника, нападающего, передачи мяча, обводки соперника, отбора мяча, правилам выбора позиции вратаря, полузащитника, передачи мяча, обводки соперника, отбора мяча. Научатся соблюдать правила игры в футбол.

Применять полученные знания во время игры в футбол по упрощенным правилам игры;

Использовать тактические элементы на тренировочных занятиях, контрольных и соревновательных играх.

### **Материально-техническое обеспечение**

Спортивное оборудование и инвентарь

1. скамейки гимнастические;
2. маты гимнастические;
3. стенка гимнастическая;
4. перекладина навесная;
5. палки и обручи гимнастические;
6. скакалки;
7. мячи набивные;
8. ворота футбольные;
9. мячи футбольные;
10. спортивный зал;
11. спортивные тренажеры
12. Видеофильм «Значение специально физической подготовки для учащихся».
13. Видеоролик «Физическая культура и спорт в России. Футбол в России и за рубежом».
14. <http://rgfootball.net/viewforum.php?f=43>
15. [http://knigukupi.ru/top-pro\\_futbol.php](http://knigukupi.ru/top-pro_futbol.php)

### **Список литературы**

1. Акимов А.М. Игра футбольного вратаря. – М.: ФиС, 1978.
2. Андреев С.Н. Мини-футбол. – М.: ФиС, 1978.
3. Буйлин Ю.Ф., Курамшин Ю.Ф. Теоретическая подготовка юных спортсменов. – М.: ФиС, 1985.
4. Бриль М.С. Отбор в спортивных играх. – М.: ФиС, 1980.
5. Гагаева Г.М. Психология футбола. – М.: ФиС, 1979.
6. Гриндлер К. и др. Техническая и тактическая подготовка футболистов. – М.: ФиС, 1976.
7. Гриндлер К. и др. Физическая подготовка футболистов. – М.: ФиС, 1976.
8. Правила игры в футбол. М.: ФиС (последний выпуск).
9. Рогальский Н., Дегель Э. Футбол для юношей. – М.: ФиС, 1981.
10. Чанади А. Футбол. Техника. – М.: ФиС, 1978.
11. Чанади А. Футбол. Стратегия. – М.: ФиС, 1881.

12. Филин В.П. Воспитание физических качеств у юных спортсменов. – М., 1974.
13. Голомазов С. В., Чирва П. Г. «Теория и практика футбол» 2008 г.
14. Антипов А., Губов В. «Диагностика и тренировка двигательных способностей» 2008 г.
15. Голомазов С. В., Чирва П. Г. «Методика тренировки техники игры головой» 2006 г.