

Управление по образованию,  
Опеке и Попечительству  
Администрации Кореневского района  
Курской области  
Муниципальное бюджетное учреждение  
дополнительного образования  
«Кореневская районная детско-юношеская спортивная школа»

Принята на заседании  
Педагогического совета  
от «03» 02 2023 г.  
Протокол № 2

Утверждаю  
Директор МБУ ДО «Кореневская  
районная ДЮСШ»

Оболенин В.В. /Ф.И.О./  
Приказ от «03» 02 2023 г.

№ 25  
М.П.



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА**  
физкультурно-спортивной направленности  
«Футбол»  
(базовый уровень)

Возраст обучающихся 14-17  
Срок реализации 1 год

Автор-составитель  
Егоров Алексей Алексеевич  
Тренер-преподаватель

п.Коренево, 2023 г.

## Содержание программы.

1.Комплекс основных характеристик программы.....	2
1.1 Пояснительная записка.....	2
1.2 Цель программы .....	3
1.3 Задачи программы .....	3
1.4 Планируемые результаты программы .....	3
1.5 Содержание программы .....	4
1.6 Содержание учебного плана .....	5
2. Комплекс организационно - педагогических условий .....	8
2.1 Календарный учебный график .....	8
2.2 Оценочный материал .....	8
2.3 Формы аттестации .....	9
2.4 Методические материалы .....	9
2.5 Условия реализации программы .....	16
2.6 Рабочая программы воспитания .....	16
2.7 Список литературы .....	18
Приложение №1 .....	20

## 1. Комплекс основных характеристик программы»

### 1.1 Пояснительная записка

**Нормативно-правовая база:** программа составлена на основании нормативно-правовых документов, регулирующих деятельность учреждений дополнительного образования физкультурно-спортивной направленности:

-Федеральный закон от 29.12.2012 № 273 – ФЗ (ред. от 05.12.2022) «Об образовании в Российской Федерации»;

-Постановление Правительства Российской Федерации от 26 декабря 2017 г. № 1642 (ред. от 01.12.2022) «Об утверждении государственной программы Российской Федерации «Развитие образования»;

-Указ Президента Российской Федерации от 27 июля 2020 г. № 474 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года»;

-Постановление главного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи»;

Закон Курской области от 09.12.2013 № 121-ЗКО (ред. от 07.10.2022) «Об образовании в Курской области

-Приказ Минпросвещения Российской Федерации от 27.07.2022 N 629 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам"

-Устав и положение МБУ ДО «Корневская районная ДЮСШ» от 21 декабря 2021 года (с изменениями и дополнениями);

**Направленность программы:** физкультурно – спортивная.

**Актуальность:** программа основана на интересе, потребностях обучающихся в спортивной деятельности, на привитие обучающимся умения правильно выполнять основные технические приемы и тактические действия футбола, обеспечение разносторонней физической подготовки. Приобретение обучающимися необходимых знаний, умений, навыков для самостоятельного использования физических упражнений, закаляющих средств и гигиенических требований с целью поддержания высокой работоспособности во всех периодах жизни, а также воспитания навыков для самостоятельных занятий и умения вести здоровый образ жизни.

**Форма реализации программы:** очная.

**Уровень программы:** базовый.

**Адрес программы:** обучающиеся в возрасте от 14 до 17 лет, желающие заниматься основами футбола и имеющие медицинское заключение об отсутствии противопоказаний к занятиям. Наполняемость групп – 15 человек.

**Объем и сроки реализации программы:** Срок реализации программы – 1 год. Общее количество учебных часов – 216 часов.

**Режим занятий:** Годовой учебный план программы рассчитан на 36 недели.

Основной формой проведения занятий является групповая тренировка 3 раза в неделю по 2 часа каждое занятие (6 часов в неделю). Основными формами также являются теоретические занятия, медицинский контроль, восстановительные мероприятия.

**Форма обучения:** очная.

**Форма проведения занятий:** групповая.

**Особенности организации образовательного процесса:** с возможностью реализации с использованием дистанционных образовательных технологий.

## 1.2 Цель программы

**Целью программы является:** сохранение и укрепление здоровья, развитие и совершенствование физических качеств и двигательных способностей, улучшение физической подготовленности и физического развития по средствам занятий футболом.

## 1.3 Задачи программы

### **Обучающие:**

-сформировать культуру движений, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей и корригирующей направленностью, техническими действиями и приемами в футболе;

-освоить знания о футболе, его истории и о современном развитии, роли в формировании здорового образа жизни;

-обучить навыкам и умениям в данной деятельности, самостоятельной организации занятий физическими упражнениями;

-овладеть техникой передвижений, остановок, поворотов и стоек;

-освоить удары по мячу и остановки мяча;

-овладеть игрой и комплексное развитие психомоторных способностей;

-освоить техники ведения мяча;

-освоить техники ударов по воротам;

-закрепить техники владения мячом и развитие координационных способностей;

-освоить тактики игры.

### **Развивающие:**

-укрепить здоровье, развить основные физические качества и повысить функциональность способностей;

-развить выносливость;

-развить скоростные и скоростно-силовые способности.

### **Воспитательные:**

-воспитать положительные качества личности, соблюдения нормы коллективного взаимодействия и сотрудничества в соревновательной деятельности;

-воспитать чувства товарищества, чувства личной ответственности;

-воспитать нравственные качества по отношению к окружающим;

-приобщить обучающихся к здоровому образу жизни и гармонии тела.

## 1.4 Планируемые результаты программы.

**Планируемые результаты освоения программы.** К концу обучения по программе обучающиеся должны знать:

- историю футбола;
- основные понятия и их определение, специальную терминологию;
- технику безопасности на занятиях, правила безопасного поведения в МБУ ДО «Кореневская районная ДЮСШ»;
- правила личной гигиены и гигиенические требования при занятиях физической культурой и спортом;
- правила игры в футболе;
- основы коллективной игры (взаимодействие двух и более игроков);
- принципы профилактики травматизма;
- принципы и основы закаливания.

### **уметь:**

- выполнять общие физические упражнения в соответствии с возрастом и подготовленностью;
- демонстрировать свои двигательные умения и навыки в процессе учебно-тренировочных занятий, подвижных и спортивных игр, показательных выступлениях, контрольных соревнованиях;
- выполнять основные элементы технических приемов футбола (различные передвижения с мячом и без мяча, удары по мячу ногой, остановку мяча, ведение мяча, отбор мяча, вбрасывание мяча и др.);
- ориентироваться в действиях с партнёрами и соперниками;
- соблюдать правила проведения подвижных и спортивных игр; выстраивать режим дня и выполнять его.

### **Личностные результаты:**

- формирование опыта общения и взаимодействия в коллективе;
- формирование положительных личностных качеств силы воли.

## 1.5 Содержание программы

### УЧЕБНЫЙ ПЛАН

№	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/ <u>контроля</u> Зачёт
		Всего	Теория	Практика	
1.	Теоретическая подготовка	4	4		Зачёт
2.	Общая физическая подготовка	85	4	81	Зачёт
3	Технико-тактическая подготовка (ТТП)	50	6	44	Зачёт
4	Специально физическая подготовка	60	2	58	Сдача контрольных нормативов
5	Подвижные и учебные тренировочные игры	17	2	15	Текущий контроль
	<b>Всего часов:</b>	<b>216</b>	<b>18</b>	<b>198</b>	

Теоретическая подготовка проводится в форме бесед и непосредственно в тренировке, органически связана с физической, технической, тактической, подготовкой, как элемент практических знаний.

Теоретические знания должны иметь определенную целевую направленность: вырабатывать у занимающихся умение использовать полученные знания на практике в условиях тренировок.

#### Содержание учебного плана

##### 1. Теоретическая подготовка (4ч)

Правила ухода и гигиенические требования к форме и обуви для занятий.  
Правила личной гигиены. Экипировка футболиста

Режим дня. Утренняя гимнастика и ее влияние на организм человека. Принцип составления комплекса физических упражнений для утренней гимнастики.  
Показания и противопоказания к занятиям футболом.

Значение и основные правила закаливания. Закаливание воздухом, водой, солнцем.

История футбола как вида спорта. Чемпионат мира по футболу 2018. Всероссийские соревнования по футболу. История развития футбола и мини-футбола. Международные соревнования по футболу.

## **2. Общая физическая подготовка (85ч)**

### **Теория**

Общая физическая подготовка и ее роль в процессе занятий. Термины и определения: строй, шеренга, круговые движения, кувырок, голеностоп, свод стопы, акробатика, пережат, осанка. Общая подготовка – основа развития различных двигательных качеств и повышения спортивной работоспособности. Мышцы, связки стопы и их функциональное значение. Правила выполнения пережатов и кувырков. Факторы, влияющие на формирование осанки. Роль общеразвивающих физических упражнений в укреплении здоровья учащихся. Контрольные нормативы.

### **Практика**

Общеразвивающие упражнения.

Входная диагностика - сдача контрольных нормативов по ОФП. Разучивание и выполнение упражнений для рук: сгибание и разгибание рук; круговые движения одной рукой. Движения плечами (вверх, вниз, вперед, назад). Движения кистями (сгибание и разгибание, приведение и отведение, круговые движения). Поочередные движения руками. Разучивание и выполнение упражнений для ног: взмахи ногой вперед, назад и в сторону; сгибание и разгибание ног в положении сидя. Приседание и переход в стойку на коленях. Вставание из седа, скрестив ноги. Наклоны туловища вперед и в стороны. Разучивание и выполнение прыжковых упражнений: прыжки на месте на обеих ногах скрестно; на одной ноге с продвижением вперед. Разучивание и выполнение развивающих упражнений с большими и малыми мячами.

Легкоатлетические упражнения.

Бег 30, 60, 100 м., кроссы, 6 и 12-минутный бег, прыжки в длину с места и разбега, многоскоки, метание мяча.

Упражнения для мышц стопы.

Разучивание и выполнение упражнений: ходьба: на носках, высоко поднимая колени: на пятках (пальцы поднимать как можно выше); на наружных сторонах стоп (пальцы сжать, немного загребать носками); захваты: захватить пальцами правой ноги ручку скакалки, поднять ее и положить на пол; тоже выполнить в обратном порядке; захватить сводами стоп какой-либо мелкий предмет (малый мяч, булаву и др.), поднять и перенести их влево – вправо.

Акробатические упражнения.

Разучивание и выполнение упражнений: пережат: в сторону из упора, стоя на коленях; вправо (влево) из упора, стоя на правом (левом) колене, левая в стороне на носок; в сторону в широкой группировке; кувырок: вперед из упора в положение сидя в группировке.

Упражнения для формирования осанки.

Разучивание и выполнение упражнений у вертикальной плоскости: встать к

стене (положение рук - на пояс, в стороны, к плечам), поднять согнутую ногу, выпрямить ее и отвести в сторону/ то же с подниманием на носки. Стоя у стены, прижавшись к ней, наклониться вправо/влево, а затем, не отрываясь от стенки, вернуться в исходное положение (положение рук может быть различным: за голову, на голове, вверх, на пояс и др.).

Подвижные игры и эстафеты.

-пятнашки с мячом;

-лабиринт (с мячом и без мяча);

-змейка;

-бег по ломаной кривой;

-челночный бег;

-эстафета с ведением двух мячей;

-эстафета с ударами по воротам. Сдача контрольных нормативов.

### **3. Специальная физическая подготовка (60)**

#### **Теория**

Понятие «специальная физическая подготовка» (СФП).

Задачи специальной физической подготовки. Взаимосвязь ОФП и СФП.

Контрольные нормативы специальной физической подготовки.

#### **Практика**

Разучивание и выполнение упражнений на развитие стартовой и дистанционной скорости; быстроты: бег, эстафеты, обводка препятствий (на скорость); на координацию движений, гибкость, укрепление мышечного корсета; на растяжку, для развития равновесия, выносливости; на развитие ловкости: прыжки в длину с места, подскоки, разнообразные упражнения на гимнастической скамейке; скоростно-силовых: прыжки с ноги на ногу; скачки на одной ноге, прыжки через набивные мячи, установленные на разном расстоянии.

### **4. Техничко-тактическая подготовка ( 50ч)**

#### **Теория**

Понятие - «техническая подготовка». Правила безопасности: при выполнении беговых упражнений; при ведении мяча; при выполнении ударов по мячу ногой, головой. Правила и последовательность действий при выполнении элемента: «остановка мяча» подошвой, внутренней и внешней стороной стопы. Правила безопасности при выполнении элемента «отбор мяча». Расположение игроков на поле. Понятие о стратегии, системе, тактике и стиле игры.

#### **Практика**

Техника передвижения. Ведение мяча.

Разучивание и выполнение беговых упражнений: бег спиной вперед, правым, левым боком. Разучивание и выполнение упражнений поворотов: переступанием и прыжком.

Разучивание и выполнение элемента: «ведение мяча» внутренней и внешней частью подъема стопы.

Удары по мячу.



Разучивание и выполнение ударов по мячу внутренней, внешней стороной стопы, внутренней и средней частью подъема по неподвижному и катящемуся мячу (от игрока, навстречу ему, справа или слева). Удары по мячу головой. Разучивание и выполнение ударов на точность после остановки, ведения и обманных движений. Выполнение ударов на точность после остановки, ведения и обманных движений.

Остановка мяча.

Разучивание и выполнение элемента: «остановка мяча» подошвой, внутренней и внешней стороной стопы на месте и в движении. Остановка мяча бедром и грудью. Остановка высоколетящего мяча стопой.

Отбор мяча.

Разучивание и выполнение элемента отбор мяча у соперника способом «перехват». Игра на опережение при отборе мяча.

Упражнения для развития умения «видеть поле».

Выполнение заданий по зрительному сигналу (поднятая вверх или в сторону рука, шаг вправо или влево): во время передвижения шагом или бегом – подпрыгнуть, имитировать удар ногой; во время ведения мяча – повернуться кругом и продолжить ведение или сделать рывок вперед на 5 м.

## 5. Подвижные и учебно-тренировочные игры (17ч)

### Теория

Основные правила игры в футбол, мини-футбол. Правила проведения подвижных игр. Правила проведения спортивных игр.

### Практика

Подвижные игры на развитие внимания, ловкости, координации, быстроты. Спортивные игры по упрощенным правилам. Участие в товарищеских играх, в соревнованиях.

## 2. Комплекс организационно-педагогических условий

### 2.1 Календарный учебный график

№ п/п	Группа	Год обучения	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Количество учебных часов	Количество учебных дней	Режим занятий	Нерабочие праздничные дни	Сроки проведения промежуточной аттестации
1	1	2023-2024	10.09.2023	31.05.2024	216	108	3 раза в неделю по 2 часа	8 марта 23 февраля 1 января	Декабрь Май

### 2.2 Оценочные материалы

**Оценочные материалы:**

Формами аттестации программы являются:

- сдача контрольных нормативов по общей и специальной физической подготовке;
- участие в соревнованиях различного уровня (школьных, районных,

Виды испытаний	Нормативы		
	3 балла	4 балла	5 баллов
Бег 1000 м.	14.6	14.3	13.4
Бег 3000 м	15:00	14:30	12:40
Подтягивание из виса на высокой перекладине	9	11	14
Сгибание и разгибание рук в упоре лежа.	27	31	42
Прыжок в длину с разбега	375	385	440

региональных);

- участие в спортивных праздниках.

Тестирование по общей физической и технической подготовке проводится в начале и конце учебного года. Основным критерий – повышение результата к концу учебного года по сравнению с результатом в начале года.

Нормативы взяты с сайта : <https://www.gto.ru/norms>

### 2.3. Формы аттестации.

Входной контроль – оценка стартового уровня обучающихся при поступлении в учебную группу «Футбол».

Текущий контроль – оценка уровня и качество освоения тем/разделов программы «Футбол».

Промежуточный контроль - оценка уровня и качество освоения тем/разделов программы «Футбол».

Итоговый контроль – оценка уровня и качества освоения обучающимися программы «Футбол» по завершению учебного года.

### 2.5 Методический материал.

Всякий человек, связанный с тренерской работой среди юношества, должен помнить, что дети взрослеют каждый по- своему, в зависимости от того, как развиваются их умственные, физические и психологические способности. Лучший способ охарактеризовать игрока – выделить его индивидуальные

способности. Дети приходят в спорт в возрасте 6,7,8,9,10 лет и похожи они только тем, что у них примерно один возраст. В возрасте от 14 до 17 лет дети либо набирают мышечную массу, либо идут в рост, но никогда не происходит и то, и другое одновременно. Причем физический аспект – всего лишь одно из различий в процессе их роста, так как тело ребенка растет и меняется, вместе с ростом мышечных способностей и психологии. Здесь важно понять и прочувствовать момент созревания и умственного развития ребенка. Через понимание этого развития и устанавливается более качественный уровень общения.

Некоторые обучающиеся приходят с очень серьезным отношением к спорту, в то время как другие настолько легкомысленны, что полет бабочки или самолета могут полностью захватить их неспособное раздваиваться внимание. Это совсем не значит, что надо остановиться и ждать, пока ребенок вырастет, просто надо принимать его таким, каков он есть.

Так как мы обсуждаем коллективные виды спорта, то социальное окружение наших молодых людей – тоже один из аспектов, которые мы должны принимать во внимание. Такие факторы, как окружение семьи, да и сама семья наряду со всем комплексом знаний, которые они получили, влияют на их социальный рост.

Таким образом, личность игрока, пришедшего к нам, разнообразна и многогранна. Цель всех этих рассуждений – помочь тренеру в его наблюдениях и анализе игроков. Далее, используя все, что будет изложено, как обрамление к рекомендациям, вы можете чувствовать себя более уверенно на тренировках с вашими питомцами.

Необходимо обратить внимание еще на несколько специфических особенностей, характерных для юного игрока, которого мы будем называть «начинающий игрок»

Ободряйте, поощряйте, стимулируйте много вводных пауз, очень мало объяснений, короткие демонстрации приемов, игрок как можно больше во всем участвует сам.

Несколько абсолютных истин:

- старайтесь получить удовольствие сами (тренер);
- тренировка, хотя и удовольствие по природе, должна иметь четкую направленность;
- ошибка игрока – прогнозируемое событие;
- критика, угрозы, обвинения, ругань, унижения, насмешки, любимчики – ни один из этих методов не применим.

## **Подход к игре для детей от 14 до 17 лет.**

Выяснив кое-какие возрастные особенности детей, и предпосылки, с которыми сталкиваются тренеры юных игроков, рассмотрим несколько специфических особенностей:

1. Дети действительно хотят получать удовольствие от игры.
2. Удовольствие от игры они получают, прикасаясь к мячу.
3. Организуйте тренировки, которые при минимуме объяснений, дают максимум возможностей прикоснуться к мячу.
4. Короткие по времени тренировки намного полезнее, чем длинные, растянутые. Тренировки дольше – совсем не значит лучше. Это может слишком быстро надоест.
5. Игры маленькими командами (группами) лучшее средство время проведения.
6. Играйте маленькими группами с нечетным количеством игроков: трое против двоих, четверо против троих т.д.
7. Делайте все как можно проще. Не вдавайтесь в тактику. Вы об этом пожалеете. Дети еще не настолько созрели умственно, чтобы представить себе ситуацию и осуществить ее.
8. Подчеркивайте положительное. Обязательно приостановите тренировку, чтобы объяснить трудные моменты. Без колебаний останавливайте тренировку, чтобы похвалить особенно исполнение ситуации в игре.
9. Старайтесь поучаствовать в тренировках сами.
10. Создавайте ситуации, в которых дети должны во чтобы то ни стало думать. Создавайте ситуацию, отойдите в сторонку и наблюдайте. Пусть выберут, что им делать.

В игре главное – думать, и не пинать бездумно мяч, а отпасовать его куда нужнее. Однако одно дело – тренировка и совсем другое дело – игра: здесь тоже главное – думать. Если вы с этим согласны, то наверняка примете предпосылку, что футбол – это игра личностей, и наша тренировка должна дать личности как можно больше возможностей как играть, так и думать.

### **Техника.**

В общем развитии футболиста необходимо делать ударение на приобретение навыков или техники игры, развивать эти специфические навыки в игровой развлекательной манере.

Дети в возрасте от 14 до 17 лет не могут рассматриваться как мини – профессионалы. Мы также можем и не дожидаться, что они приобретут новые навыки тем путем, каким мы хотели бы. Учеба должна захватить и увлечь детей.

Надо обратить большое внимание на их физиологические особенности и на то, что период устойчивого внимания у них очень короткий. Активные упражнения должны быть короткими, разнообразными, со множеством небольших передышек. На ранней ступени развития мы должны заняться улучшением основных двигательных навыков (например, бег, прыжки, повороты, перекаты и т.д.). Все эти движения являются основными элементами футбола. Наша задача – использовать все свое воображение для создания серии забавных и увлекательных упражнений, связанных с футболом.

Чтобы удержать стойкий интерес ваших воспитанников к игре, чтобы они приходили вам снова и снова, нужно использовать игровую обстановку во время тренировки. Игровые ситуации относятся к тем видам детской активности, в которые они включаются сами, по собственному желанию, это не обязательно должна быть игра в футбол. Подумайте об играх, которые вам нравились в детстве. Подумайте о двигательной активности, которая делала вас счастливыми.

Тренер, который не забыл, что значит чувствовать себя ребенком, сделает для ребенка больше всего. Чтобы добиться успеха с этой возрастной группой, мы должны разбудить ребенка в себе. Эта часть души должна преобладать в нас во время тренировки и игры. Надеемся, вы понимаете, что когда дети приходят играть в футбол, они приходят играть в футбол. Они приходят не для того, чтобы:

- слушать;
- смотреть;
- стоять в строю;
- заниматься тем, что связано с малоподвижностью, заорганизованностью, или, просто скучно.

Следующие игры и упражнения как раз включают в себя веселые моменты, двигательную активность, направлены на координацию движений, развитие силы и решимости действовать, а значит, на выработку умений играть в футбол. Познакомьтесь с этими играми и упражнениями, и вы сможете придумать свои. Будьте уверены. при правильном подходе и понимании основных задач любой сможет преуспеть.

## ВЕДЕНИЕ МЯЧА.

Игрокам следует показать, что ведение мяча требует использования всех частей стопы – внутренней, наружной, подъема, пятки, носка, - а затем поставить их в ситуации, в которых им разрешается экспериментировать. Не бойтесь обманных финтов в юном возрасте. Игроков нужно включать в дриблинговые упражнения, которые вынуждают их менять скорость, направление, а при ударе по мячу сохранять равновесие.

### Упражнение 1.

У каждого должен быть свой мяч. Площадка ограничена стойками или кеглями. Игра ведется внутри площадки сразу всеми игроками. Сначала они двигаются по площадке, ведя мяч как им нравится. По команде тренера игрок должен остановить мяч той частью тела, которую тренер выкрикивает (например: - Колено! Нос! Локоть!). Пусть они на нем посидят, покружатся или побегают вокруг него. Чем бестолковее, тем лучше!

### Упражнение 2.

**БЕГ ЗМЕЙКОЙ.** Игроки ведут мяч, следуя за направляющим игроком, стараясь идти точно по следу. Меняйте ведущего игрока (все игроки должны быть с мячами).

### Упражнение 3.

**ВЕДЕНИЕ МЯЧА С УСКОРЕНИЕМ.** Медленное ведение мяча 20 метров. Спринт – 20 метров с ведением мяча. Принять мяч на подъем и ударить, чтобы он взлетел как можно выше. Повтор 10 раз.

## УПРАЖНЕНИЯ НА ПЕРЕДАЧУ МЯЧА.

Игрокам нужно показать какой частью стопы осуществляется передача мяча – внутренней, внешней, подъемом, пяткой, носком, - затем переходить к упражнениям, которые позволяют им экспериментировать. В возрасте от 14 до 17 лет не ждите осуществления запутанных передач. У этой возрастной группы нет чувства пространства, которое позволило бы им создавать игровые комбинации вместе друг с другом, тем более групповые комбинации. Позвольте им наслаждаться игрой. И постепенно они поймут все прелести хорошей передачи.

### Упражнение 1.

**БЫСТРАЯ ПЕРЕДАЧА.** Попросите игроков делать как можно больше передач во время движения с мячом по ограниченной площадке. Установите лимит времени и повторите. Побейте свой рекорд. (Выполняйте в парах).

### Упражнение 2.

**ФУТБОЛЬНЫЙ ГОЛЬФ.** Проложите курс стойками (кеглями) и попросите игроков подсчитать количество передач, которое потребуется, чтобы пройти весь маршрут, поразив каждую мишень (кегли, стойки) последовательно. Повторите и побейте свой рекорд.

### Упражнение 3.

**ФУТБОЛЬНЫЙ КРИКЕТ.** Участвуют два игрока. Один игрок устанавливает три кегли, а другой старается сбить их с расстояния от 5 до 15 метров. Поменяйтесь ролями и продолжайте передачи.

#### Упражнение 4.

**ФУТБОЛЬНЫЙ БОУЛИНГ.** Расставляют 12 кеглей на большой площади. Объясните игрокам правила этого упражнения. Попросите их подсчитать кегли, которых они сбили. Кеглю, которую сбили, пусть тут же устанавливают на место.

#### Упражнение 5.

**ПЕРЕДАЧА ЧЕРЕЗ МОСТ.** Половина игроков принимает положение моста (наклоняются вперед, упираются руками в пол, чтобы образовалась арка). Другие игроки ведут свои мячи и осуществляют передачу через любой «мост» по желанию. Однако игрок должен проползти под каждым мостом, через который он осуществил передачу.

#### **КАК ЗАБИТЬ ГОЛ.**

В это упражнение не надо просить поучаствовать. Просто оставьте их одних в начале тренировки и посмотрите, что они будут делать. Скорее всего они выберут вратаря, поставят его в ворота и будут забивать голы. Почему-то это им нравится.

Природную страсть к забиванию голов нужно взять на вооружение и поставить детей такие игровые ситуации, которые дадут им множество реальных возможностей забивать голы, а особенно важно, чтобы им это нравилось. Избегайте построений и ожиданий. Покажите им использовать подъем (назовите его шнурками от ботинок). Включайте двигательные упражнения в процессе забивания голов.

#### Упражнение 1.

**ИГРОК-НАПАДАЮЩИЙ.** Игроки поочередно играют роль нападающего и вратаря. Голы забиваются с расстояния 15 метров.

#### Упражнение 2.

**ГОЛ В ВОРОТА.** Сделайте несколько маленьких ворот. С обеих сторон ворот поставьте по два нападающих на расстоянии 10 м от ворот, а в ворота поставьте вратаря. В течение 2 минут нужно забить как можно больше голов. Меняйте вратарей, считайте голы.

#### Упражнение 3.

**СТРЕЛЬБА ПО МИШЕНИ.** Поставьте фишку между двумя игроками. Работайте над тем, чтобы пробивать низом резко, стараясь сбить фишку (тот кто сбивает, устанавливает ее).

#### Упражнение 4.

**ДВОЕ ПРОТИВ ОДНОГО .** Ворота ставятся посреди поля. Спиной друг к другу с обеих сторон ворот стоят два вратаря. Перед ними по два нападающих. Пробивайте туда и обратно. Второй нападающий позволяет разнообразить удары, которые должен взять вратарь. Добивайтесь, чтобы вратарь брал любой тип удара.

### Упражнение 5.

ДВОЕ ПРОТИВ ТРОИХ. Два игрока играют друг против друга в одни ворота с вратарем и 2 защитниками . Счет ведется каждой стороной. Вратаря меняют. Игра длится не более 3 минут.

#### ПРИЕМ МЯЧА.

Умение амортизировать силу летящего мяча и направить его в нужном направлении – это искусство, которое требует многих лет упорной работы. На первой ступени обучения приему мяча мы должны подчеркивать, как важно расслабиться в момент получения мяча. Если тело при получении мяча направлено в момент соприкосновения с ним, то мяч не отскакивает сразу. Игроков нужно, во-первых, научить не бояться мяча. Во-вторых, они должны научиться расслабляться, как только войдут в соприкосновение с мячом. Техника игры требует, чтобы игроки учились расслабляться и быть постоянно в движении.

Основные принципы приема мяча:

1. Поставьте принимающую часть тела на пути мяча.
2. Пусть мяч коснется принимающей части тела.
3. В момент удара расслабьтесь и подайтесь назад принимающей частью тела. Позаботьтесь о том, чтобы поставить игроков в ситуации, когда они должны принимать мяч ногой (внутренней частью стопы, внешней, подъемом, подошвой), бедром и грудью.

### Упражнение 1.

Начните с того, что подавайте руками мяч на различные тренируемые части тела. Следует делать это в движении. Как только дети научатся принимать мяч, можно начинать усложнять упражнения (время, скорость, соперники, пространство). Следующие упражнения помогут развивать жесткое касание, необходимое для контроля мяча.

### Упражнение 2.

СОЛО ДЛЯ ОДНОГО. Попросите детей подбросить мяч вверх и принять его той частью тела, которую вы назовете. Превратите это в игру, придумав шуточное наказание для тех, кто не контролирует мяч.

### Упражнение 3.

В ПАРАХ. Работая в парах, мяч подают рукой к ноге, бедру, груди друг друга, меняясь.

### Упражнение 4.



**ВТРОЕМ.** Поставьте одного игрока в центре между двумя другими. Первый игрок подает мяч на один из участков тела второго (бедро, грудь, ступня), который принимает мяч и передает его третьему этой частью тела. Повторяйте туда и обратно.

### УДАРЫ ГОЛОВОЙ.

Удары головой – упражнение, которое поначалу не нравится большинству. Тренеры часто говорят: «Если все выполнено правильно, то удар головой не причиняет боли». Проблема в том, что на первых порах никто не выполняет удар правильно и это причиняет боль. Примите это к сведению и сделайте все возможное, чтобы устранить страх и боль. Используйте на первых парах надувные шары, резиновые мячи и т.д. Используйте игры с развлекательными элементами до тех пор, пока не будут усвоены азы техники.

**ТЕОРИЯ.** Попросите игроков нащупать твердые выступы на голове, которыми осуществляется контакт с мячом - это лоб, боковые выступы лба, но не макушка. После этого попросите игроков покатать мяч через эти части головы, чтобы познакомиться поближе с точками соприкосновения.

#### Упражнение 1.

**ОДИНОЧНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ.** Игроки свободно перемещаются относительно друг друга. Они подбрасывают мяч вверх или в сторону, бегут к нему и садятся на корточки рядом с ним. Сделайте из этого игру: кто последний сядет, тот и проиграл.

#### Упражнение 2.

**В ПАРАХ.** Один из игроков держит мяч на вытянутой руке на уровне головы своего партнера. Попросите того, кто будет бить головой, прогнуться назад, резко наклониться вперед и толкнуть мяч лбом. Поменяйтесь ролями.

#### Упражнение 3.

**ПЯТЕРКИ.** Группа из пяти человек по очереди подает мяч, принимает его головой, отбивает его и ловит, двигаясь по кругу. Надо стараться не уронить мяч. Побейте групповой рекорд.

#### Упражнение 4.

**САМОПОДАЧА.** Два игрока стоят по бокам маленьких ворот с вратарем. Игроки подают мячи сами себе и головой пробивают мяч в ворота. Тот, кто забивает гол, становится вратарем. Вызовите соревновательный дух, попросив детей вести счет за минуту.

### **ВРАТАРСКОЕ МАСТЕРСТВО.**

Последняя, и чаще всего упускаемая, область развития технического мастерства – это мастерство вратаря. Будучи тренером, первое, на что вы должны обратить внимание в тренировке вратаря – это вопрос: «Кто будет играть эту особую роль?» и лучший ответ на него: «Игроки, которые этого сами хотят». Следует поощрять всех игроков исполнять функции вратаря по очереди, когда дойдет очередь до настоящей игры. Каждый игрок только выиграет от выполнения этой замечательной роли. Тем не менее, будут и такие игроки, которые не захотят выполнять эту роль, и не следует их принуждать. Для некоторых эта роль просто невыносима.

Иногда мы видим в воротах самого медленного, самого толстого, самого некоординирующегося игрока команды. Это – ошибка. Когда вратарь играет хорошо, он просто делает то, что от него ждут. Когда команда проигрывает, слишком легко взвалить всю вину на него, потому что он – последняя инстанция в защите. Вратарь редко получает оправдание, зато на обвинение не скупится никто.

## **2.5 Условия реализации программы**

### **Материально-техническое обеспечение**

Для успешной реализации программы имеется в наличии:

- место проведения занятий - спортивный зал;
- материально-техническая база – спортивный инвентарь.

Помещения для проведения занятий по программе отвечает действующим санитарным нормам и правилам освещенности, вентиляции, отоплению и пожарной безопасности. В помещении находится медицинская аптечка в полной комплектации.

### **Оборудование:**

- Ворота футбольные с сетками;
- Малые футбольные ворота
- Мячи футбольные, мини-футбольные;
- Координационная лестница;
- Гимнастические маты;
- Футбольные манишки;
- Мячи набивные;
- Фишки;

### **Информационное обеспечение**

[www.minsport.gov.ru](http://www.minsport.gov.ru).

### **Кадровое обеспечение:**

Программу ведет тренер-преподаватель Егоров Алексей Алексеевич.

Стаж работы: общий – 40 лет, тренером-преподавателем – 25 лет.

Образование: среднее-специальное.

Квалификация: без категории.

## 2.6. Рабочая программа воспитания

**Цель воспитательной работы:** создание условий для достижения обучающимися необходимого для жизни в обществе социального опыта и формирования принимаемой обществом системы ценностей, создание условий для многогранного развития и социализации каждого обучающегося.

### **Основные задачи:**

- Развитие общей культуры обучающихся через традиционные мероприятия объединения, выявление и работа с одаренными детьми.

- Формирование у детей гражданско-патриотического сознания.

- Выявление и развитие творческих способностей, обучающихся путем создания творческой атмосферы, совместной творческой деятельности педагогов, обучающихся и родителей.

- Создание условий, направленных на формирование нравственной культуры, расширение кругозора, интеллектуальное развитие, на улучшение усвоения учебного материала.

- Пропаганда здорового образа жизни, профилактика правонарушений, социально-опасных явлений.

- Создание условий для активного и полезного взаимодействия МБУ ДО «Корневский районный ДЮСШ» и семьи по вопросам воспитания обучающихся.

### **Практические задачи:**

- Формировать у детей уважение к своей семье, обществу, государству, к духовно-нравственным ценностям, к национальному, культурному и историческому наследию;

- Организовать работу, направленную на популяризацию традиционных российских нравственных и семейных ценностей; создать условия для сохранения и поддержки этнических культурных традиций, народного творчества;

- Формировать у обучающихся ответственное отношение к своему здоровью и потребность в здоровом образе жизни; прививать культуру безопасной жизнедеятельности, организовать работу по профилактике вредных привычек;

- Воспитывать у детей уважение к труду, содействовать профессиональному самоопределению обучающихся;

### **Планируемые результаты:**

- У обучающихся сформированы представления о базовых ценностях общества;

- Организация занятий в объединениях дополнительного образования направлена на развитие мотивации личности к познанию и творчеству;

- Повышено профессиональное мастерство педагогов дополнительного образования и мотивация к самообразованию, благодаря чему увеличилась эффективность воспитательной работы в объединениях.

- Повышена педагогическая культура родителей, система работы способствует раскрытию творческого потенциала родителей, совершенствованию семейного воспитания на примерах традиций семьи, усилению роли семьи в воспитании детей.

## Календарный план воспитательной работы

№ п/п	Название мероприятия, событие	Форма проведения	Срок и место проведения	Ответственный
1	День открытых дверей	Беседа	Сентябрь	Егоров А.А
2	День здоровья	Эстафеты, игры	Октябрь	Егоров А.А
3	Беседа к Дню народного Единства	Беседа, эстафеты	Ноябрь	Егоров А.А.
4	Новый год	Новогодние конкурсы	Декабрь	Егоров А.А.
5	Рождественские старты	Эстафеты	Январь	Егоров А.А
6	День защитника отечества	Эстафеты	Февраль	Егоров А.А.
7	Международный женский день	Эстафеты	Март	Егоров А.А
8	День космонавтики	Сдача нормативов ВФСК ГТО	Апрель	Егоров А.А.
9	Старты ко дню победы	Веселые старты	Май	Егоров А.А.

## 2.7 Список литературы.

Литература для педагогов:

1. Андреев С.Н. Мини-футбол в школе. - ОАО Издательство «Советский спорт» 2008. 221 с.
2. Андреев С.Н., Алиев Э.Г. Мини-футбол в школе 2006. 224 с.
3. Андреев С.Н., Алиев Э.Г. Мини-футбол в школе 2006. 224 с. Андреев С.Н., Алиев Э.Г., Левин В.С. МИНИ-ФУТБОЛ (футзал).
4. Мини-футбол – игра для всех. В.Л. Мутко, С.Н. Андреев, Э.Г. Алиев. – М.: Советский спорт, 2007. 264 с.
5. Мини-футбол – игра для всех. В.Л. Мутко, С.Н. Андреев, Э.Г. Алиев. – М.: Советский спорт, 2007. 264 с.
6. Солодков А.С., Сологуб Е.Б. Физиология человека. Общая. Спортивная. Возрастная: Учебник. Изд. 2-е. испр. и доп. - М.: Олимпия Пресс, 2005. 528 с.
7. Тони Ч, Стюарт Р. Футбол для детей. 101 тренировка для начинающего футболиста.-М.:Эксмо, 2017. 128 с.

Литература для родителей:

1. Владимир Сафонов. «Психология спортсмена. Слагаемые успеха»- Читайте подробнее на: <https://rebenokvsporte.ru/25-poleznyh-knig-dlya-roditelej-sportsmenov>.
2. Елена Первушина. «Спортсмен, музыкант, поэт, математик... Как выявить и развить способности вашего ребенка»- Читайте подробнее на: <https://rebenokvsporte.ru/25-poleznyh-knig-dlya-roditelej-sportsmenov>.
3. Наталья Гольдберг, Римма Дондуковская. «Питание юных спортсменов»- Читайте подробнее на: <https://rebenokvsporte.ru/25-poleznyh-knig-dlya-roditelej-sportsmenov>.

Интернет ресурсы:

1. Министерство спорта РФ [www.minsport.gov.ru](http://www.minsport.gov.ru).
2. нормативы ВФСК ГТО - <https://www.gto.ru/norms>.

3. Министерство образования и науки РФ <http://минобрнауки.рф/>.
4. Министерство спорта, туризма и молодежной политики - [www.minstm.gov.ru](http://www.minstm.gov.ru)
5. Российский государственный университет физической культуры, спорта и туризма - [www.sportedu.ru/](http://www.sportedu.ru/)
6. Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта - [www.lesgaft.spb.ru](http://www.lesgaft.spb.ru)
7. Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту <http://lib.sportedu.ru/>.

Литература для обучающихся:

1. Андреев, С.Н. Футбол - твоя игра: Кн. для учащихся сред. и ст. классов. / С.Н. Андреев. - Москва: Академия, 2009. - 144 с.
2. Ахмеров, Э.К. Футбол для начинающих: учебное пособие / Э.К. Ахмеров. - Минск: Полымя, 2010. - 78 с.
3. Вайн, Х. Как научиться играть в футбол: Школа технического мастерства для молодых. / пер. с итал. / Хорст Вайн. - Москва: Терра-Спорт, Олимпия Пресс, 2013. - 244с.

Приложение №1  
2.8 Календарный учебный план

№ п/п	Дата план	Дата факт	Тема занятия	Количество часов	Форма/тип занятия	Место проведения	Форма контроля
1	Сентябрь		Правила поведения. Техника безопасности. Правила игры.	1	Теория, практика	Спортивный зал ФОК	Вводный контроль
2	Сентябрь		Гигиена, закаливание. Термины и определения	1	Теория, практика	Спортивный зал ФОК	Вводный контроль
3	Сентябрь		Входная диагностика - сдача контрольных нормативов по ОФП.	2	Теория, практика	Спортивный зал ФОК	Текущий контроль
4	Сентябрь		Подвижные игры из эстафеты.	2	Теория, практика	Спортивный зал ФОК	Текущий контроль
5	Сентябрь		Разучивание и выполнение упражнений на развитие стартовой скорости.	2	Теория, практика	Спортивный зал ФОК	Текущий контроль
6	Сентябрь		Подвижные игры из эстафеты.	2	Теория, практика	Спортивный зал ФОК	Текущий контроль
7	Сентябрь		Ускорение, старты из различных положений.	2	Теория, практика	Спортивный зал ФОК	Текущий контроль
8	Сентябрь		Быстрое нападение. Игровое поле.	2	Теория, практика	Спортивный зал ФОК	Текущий контроль
9	Сентябрь		Правила игры. Защита	2	Теория, практика	Спортивный зал ФОК	Текущий контроль
10	Октябрь		Совершенствование быстрого нападения. Маневрирование.	2	Теория, практика	Спортивный зал ФОК	Текущий контроль
11	Октябрь		Резаные удары. Подстраховка.	2	Теория,	Спортивный зал	Текущий

					практика	ФОК	контроль
12	Октября		Разучивание резаных ударов. Закрепление подстраховки.	2	Теория, практика	Спортивный зал ФОК	Текущий контроль
13	Октября		Удар носком. Удар серединой подъёма.	2	Теория, практика	Спортивный зал ФОК	Текущий контроль
14	Октября		Удар носком. Удар серединой подъёма.	2	Теория, практика	Спортивный зал ФОК	Текущий контроль
15	Октября		Закрепление удара носком.	2	Теория, практика	Спортивный зал ФОК	Текущий контроль
16	Октября		Закрепление удара серединой подъёма	2	Теория, практика	Спортивный зал ФОК	Текущий контроль
17	Октября		Разучивание удара носком. Разучивание удара серединой подъёма.	2	Теория, практика	Спортивный зал ФОК	Текущий контроль
18	Октября		Ведение мяча внешней частью подъёма.	2	Теория, практика	Спортивный зал ФОК	Текущий контроль
19	Октября		Ведение мяча внешней частью подъёма.	2	Теория, практика	Спортивный зал ФОК	Текущий контроль
20	Октября		Разучивание ведения мяча внешней частью подъёма.	2	Теория, практика	Спортивный зал ФОК	Текущий контроль
21	Октября		Совершенствование ведения мяча внешней частью подъёма.	2	Теория, практика	Спортивный зал ФОК	Текущий контроль
22	Октября		Разучивание удара-откидки мяча подошвой.	2	Теория, практика	Спортивный зал ФОК	Текущий контроль
23	Ноябрь		Ведение мяча серединой подъёма.	2	Теория, практика	Спортивный зал ФОК	Текущий контроль



24	Ноябрь		Совершенствование удара-откидки мяча подошвой. Ведение мяча серединой подъёма.	2	Теория, практика	Спортивный зал ФОК	Текущий контроль
25	Ноябрь		Закрепление удара-откидки мяча подошвой. Закрепление ведения мяча серединой подъёма.	2	Теория, практика	Спортивный зал ФОК	Текущий контроль
26	Ноябрь		Разучивание ведение мяча внутренней частью подъёма. Удар пяткой.	2	Теория, практика	Спортивный зал ФОК	Текущий контроль
27	Ноябрь		Совершенствование ведение мяча внутренней частью подъёма. Удар пяткой.	2	Теория, практика	Спортивный зал ФОК	Текущий контроль
28	Ноябрь		Закрепление ведения мяча внутренней частью подъёма.	2	Теория, практика	Спортивный зал ФОК	Текущий контроль
29	Ноябрь		Закрепление удара пяткой.	2	Теория, практика	Спортивный зал ФОК	Текущий контроль
30	Ноябрь		Совершенствование ведения мяча внутренней частью подъёма. Совершенствование удара пяткой	2	Теория, практика	Спортивный зал ФОК	Текущий контроль
31	Ноябрь		Разучивание удара-броска стопой. Ведение внутренней стороной стопы.	2	Теория, практика	Спортивный зал ФОК	Текущий контроль
32	Ноябрь		Ведение внутренней стороной стопы.	2	Теория, практика	Спортивный зал ФОК	Текущий контроль
33	Ноябрь		Разучивание ведения внутренней стороной стопы.	2	Теория, практика	Спортивный зал ФОК	Текущий контроль
34	Ноябрь		Совершенствование ведения внутренней стороной стопы.	2	Теория, практика	Спортивный зал ФОК	Текущий контроль
35	Ноябрь		Разучивание приёма внутренней	2	Теория,	Спортивный зал	Текущий

			стороной стопы с переводом за спину.		практика	ФОК	контроль
36	Декабрь		Совершенствование приёма внутренней стороной стопы с переводом за спину.	2	Теория, практика	Спортивный зал ФОК	Текущий контроль
37	Декабрь		Совершенствование ведения мяча носком.	2	Теория, практика	Спортивный зал ФОК	Текущий контроль
38	Декабрь		Закрепление ведения мяча носком. Закрепления приёма внутренней стороной стопы с переводом за спину.	2	Теория, практика	Спортивный зал ФОК	Текущий контроль
39	Декабрь		Разучивание ведение мяча подошвой. Приём летящих на высоте бедра мячей внутренней стороной стопы.	2	Теория, практика	Спортивный зал ФОК	Текущий контроль
40	Декабрь		Совершенствование ведение мяча подошвой. Приём летящих на высоте бедра мячей внутренней стороной стопы.	2	Теория, практика	Спортивный зал ФОК	Текущий контроль
41	Декабрь		Разучивание приёма летящих на высоте бедра мячей внутренней стороной стопы.	2	Теория, практика	Спортивный зал ФОК	Текущий контроль
42	Декабрь		Разучивание ведения мяча подошвой. Разучивание приёма летящих на высоте бедра мячей внутренней стороной стопы.	2	Теория, практика	Спортивный зал ФОК	Текущий контроль
43	Декабрь		Совершенствование ведения мяча подошвой. Совершенствование приёма летящих на высоте бедра мячей внутренней стороной стопы.	2	Теория, практика	Спортивный зал ФОК	Текущий контроль
44	Декабрь		Разучивание приёма опускающихся мячей серединой подъёма. Разучивание удара с	2	Теория, практика	Спортивный зал ФОК	Текущий контроль

			лёту внутренней стороной стопы.				
45	Декабрь		Совершенствование приёма летящих на высоте бедра мячей внутренней стороной стопы.	2	Теория, практика	Спортивный зал ФОК	Текущий контроль
46	Декабрь		Закрепление приёма опускающихся мячей серединой подъёма. Закрепление удар с лёту внутренней стороной стопы.	2	Теория, практика	Спортивный зал ФОК	Текущий контроль
47	Декабрь		Разучивание приёма опускающихся мячей серединой подъёма. Разучивание удара с лёту внутренней стороной стопы.	2	Теория, практика	Спортивный зал ФОК	Текущий контроль
48	Декабрь		Разучивание приёма опускающихся мячей серединой подъёма. Совершенствование удару с лёту внутренней стороной стопы.	2	Теория, практика	Спортивный зал ФОК	Текущий контроль
49	Январь		Удар с лёту серединой подъёма.	2	Теория, практика	Спортивный зал ФОК	Текущий контроль
50	Январь		Разучивание приёма летящего на игрока мяча грудью. Удар с лёту серединой подъёма.	2	Теория, практика	Спортивный зал ФОК	Текущий контроль
51	Январь		Совершенствование приёма летящего на игрока мяча грудью. Удар с лёту серединой подъёма.	2	Теория, практика	Спортивный зал ФОК	Текущий контроль
52	Январь		Закрепление приёма летящего на игрока мяча грудью. Закрепление удара с лёту серединой подъёма.	2	Теория, практика	Спортивный зал ФОК	Текущий контроль
53	Январь		Удар с лёту серединой подъёма.	2	Теория, практика	Спортивный зал ФОК	Текущий контроль
54	Январь		Совершенствование приёма летящего на игрока мяча грудью. Совершенствование удара слёту	2	Теория, практика	Спортивный зал ФОК	Текущий контроль

			серединой подъёма.				
55	Январь		Приём опускающегося мяча бедром. Удар с лёту внешней частью подъёма.	2	Теория, практика	Спортивный зал ФОК	Текущий контроль
56	Январь		Приём опускающегося мяча бедром. Удар с лёту внешней частью подъёма.	2	Теория, практика	Спортивный зал ФОК	Текущий контроль
57	Январь		Совершенствование удара слёту серединой подъёма.	2	Теория, практика	Спортивный зал ФОК	Текущий контроль
58	Январь		Закрепление приёма опускающегося мяча бедром. Закрепление удара с лёту внешней частью подъёма.	2	Теория, практика	Спортивный зал ФОК	Текущий контроль
59	Январь		Совершенствование приёма опускающегося мяча бедром. Совершенствование удара с лёту внешней частью подъёма.	2	Теория, практика	Спортивный зал ФОК	Текущий контроль
60	Февраль		Разучивание финта «уходом». Групповые действия в обороне.	2	Теория, практика	Спортивный зал ФОК	Текущий контроль
61	Февраль		Совершенствование удара с лёту внешней частью подъёма.	2	Теория, практика	Спортивный зал ФОК	Текущий контроль
62	Февраль		Совершенствование финта «уходом». Групповые действия в обороне.	2	Теория, практика	Спортивный зал ФОК	Текущий контроль
63	Февраль		Закрепление финта «уходом». Закрепление групповых действий в обороне.	2	Теория, практика	Спортивный зал ФОК	Текущий контроль
64	Февраль		Совершенствование финта «уходом». Совершенствование групповых действий в обороне.	2	Теория, практика	Спортивный зал ФОК	Текущий контроль
65	Февраль		Совершенствование финта «уходом».	2	Теория, практика	Спортивный зал ФОК	Текущий контроль

66	Февраль		Совершенствование финта «уходом». Совершенствование групповых действий в обороне.	2	Теория, практика	Спортивный зал ФОК	Текущий контроль
67	Февраль		Разучивание финта «уходом с убираем мяча внутренней частью подъёма». Подстраховка.	2	Теория, практика	Спортивный зал ФОК	Текущий контроль
68	Февраль		Совершенствование финта «уходом с убираем мяча внутренней частью подъёма». Подстраховка.	2	Теория, практика	Спортивный зал ФОК	Текущий контроль
69	Февраль		Совершенствование финт «уходом с убираем мяча внутренней частью подъёма». Подстраховка.	2	Теория, практика	Спортивный зал ФОК	Текущий контроль
70	Февраль		Закрепление финта «уходом с убираем мяча внутренней частью подъёма». Закрепление подстраховки.	2	Теория, практика	Спортивный зал ФОК	Текущий контроль
71	Февраль		Закрепление финта «уходом с убираем мяча внутренней частью подъёма». Закрепление подстраховки.	2	Теория, практика	Спортивный зал ФОК	Текущий контроль
72	Март		Совершенствование финта «уходом с убираем мяча внутренней частью подъёма». Совершенствование подстраховки.	2	Теория, практика	Спортивный зал ФОК	Текущий контроль
73	Март		Совершенствование подстраховки.	2	Теория, практика	Спортивный зал ФОК	Текущий контроль
74	Март		Разучивание финта «уходом с ложным замахом на удар». Комбинации «смена мест».	2	Теория, практика	Спортивный зал ФОК	Текущий контроль
75	Март		Совершенствование финта «уходом с ложным замахом на	2	Теория,	Спортивный зал ФОК	Текущий контроль

			удар». Комбинации «смена мест».		практика		
76	Март		Закрепление финта «уходом с ложным замахом на удар». Закрепление комбинации «смена мест».	2	Теория, практика	Спортивный зал ФОК	Текущий контроль
77	Март		Разучивание комбинации «смена мест».	2	Теория, практика	Спортивный зал ФОК	Текущий контроль
78	Март		Совершенствование финта «уходом с ложным замахом на удар». Совершенствование комбинации «смена мест».	2	Теория, практика	Спортивный зал ФОК	Текущий контроль
79	Март		Совершенствование финта «уходом с ложным замахом на удар». Совершенствование комбинации «смена мест».	2	Теория, практика	Спортивный зал ФОК	Текущий контроль
80	Март		Разучивание финта «остановка мяча подошвой». Комбинация «пропускание мяча».	2	Теория, практика	Спортивный зал ФОК	Текущий контроль
81	Март		Совершенствование комбинации «смена мест».	2	Теория, практика	Спортивный зал ФОК	Текущий контроль
82	Март		Совершенствование финта «остановка мяча подошвой». Комбинация «пропускание мяча».	2	Теория, практика	Спортивный зал ФОК	Текущий контроль
83	Март		Закрепление финта «остановка мяча подошвой». Закрепление комбинации «пропускания мяча».	2	Теория, практика	Спортивный зал ФОК	Текущий контроль
84	Март		Разучивание индивидуальных действий без мяча в атаке «открытие».	2	Теория, практика	Спортивный зал ФОК	Текущий контроль
85	Апрель		Совершенствование отбора мяча	2	Теория,	Спортивный зал	Текущий

			накладыванием стопы.		практика	ФОК	контроль
86	Апрель		Закрепление отбора мяча накладыванием стопы.	2	Теория, практика	Спортивный зал ФОК	Текущий контроль
87	Апрель		Разучивание отбора мяча выбиванием.	2	Теория, практика	Спортивный зал ФОК	Текущий контроль
88	Апрель		Совершенствование отбора мяча выбиванием.	2	Теория, практика	Спортивный зал ФОК	Текущий контроль
89	Апрель		Закрепление отбора мяча выбиванием.	2	Теория, практика	Спортивный зал ФОК	Текущий контроль
90	Апрель		Закрепление отбора мяча перехватом.	2	Теория, практика	Спортивный зал ФОК	Текущий контроль
91	Апрель		Совершенствование отбора мяча выбиванием.	2	Теория, практика	Спортивный зал ФОК	Текущий контроль
92	Апрель		Индивидуальные действия без мяча в атаке «открывание».	2	Теория, практика	Спортивный зал ФОК	Текущий контроль
93	Апрель		Закрепление индивидуальных действий без мяча в атаке «открывание».	2	Теория, практика	Спортивный зал ФОК	Текущий контроль
94	Апрель		Совершенствование индивидуальных действий без мяча в атаке «открывание».	2	Теория, практика	Спортивный зал ФОК	Текущий контроль
95	Апрель		Совершенствование «Отвлечение соперников». Действия обороняющегося против соперника без мяча.	2	Теория, практика	Спортивный зал ФОК	Текущий контроль
96	Апрель		Закрепление «отвлечение соперников». Закрепление разбора игроков. Закрепление действий обороняющегося против соперника без мяча.	2	Теория, практика	Спортивный зал ФОК	Текущий контроль

97	Апрель		Совершенствование создание численного преимущества в отдельных зонах игрового поля. Комбинация «игра в одно касания»	2	Теория, практика	Спортивный зал ФОК	Текущий контроль
98	Май		Закрепление создания преимущества в отдельных зонах игрового поля. Закрепление комбинации «игра в одно касание».	2	Теория, практика	Спортивный зал ФОК	Текущий контроль
99	Май		Совершенствование создания преимущества в отдельных зонах игрового поля, «игра в одно касание».	2	Теория, практика	Спортивный зал ФОК	Текущий контроль
100	Май		Совершенствование создания преимущества в отдельных зонах игрового поля, «игра в одно касание».	2	Теория, практика	Спортивный зал ФОК	Текущий контроль
101	Май		Совершенствование создания преимущества в отдельных зонах игрового поля, «игра в одно касание».	2	Теория, практика	Спортивный зал ФОК	Текущий контроль
102	Май		Совершенствование комбинации технике футбола	2	Теория, практика	Спортивный зал ФОК	Текущий контроль
103	Май		Совершенствование комбинации технике футбола	2	Теория, практика	Спортивный зал ФОК	Текущий контроль
104	Май		Совершенствование комбинации технике футбола	2	Теория, практика	Спортивный зал ФОК	Текущий контроль
105	Май		Учебная игра футбол 4х4	2	Практика	Спортивный зал ФОК	Текущий контроль
106	Май		Товарищеская игра 5х5	2	Практика	Спортивный зал ФОК	Текущий контроль
107	Май		Игра футбол	2	Практика	Спортивный зал	Текущий



			5x5			ФОК	контроль
108	Май		Игра футбол 5x5	2	Практика	Спортивный зал ФОК	Текущий контроль
109	Май		Сдача контрольно-переводных нормативов по ОФП	2	Практика	Спортивный зал ФОК	Итоговый контроль