

**СОДЕРЖАНИЕ**

1. Пояснительная записка 3

2. Учебно-тематический план 8

3. Содержание дополнительной программы 8

4. Календарно-тематическое планирование 10

5. Материально-техническое оснащение 13

6. Список литературы 13

**1. Пояснительная записка**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Футбол» разработана на основе:

* Федерального закона "Об образовании в Российской Федерации" № 273-ФЗ от 29.12.2012 (последняя редакция);
* Концепции развития дополнительного образования детей. Утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации № 1726-р от 04.09.2014 г.;
* Приказа Министерства образования и науки РФ «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» № 1008 от 29.08.2013 г.;
* Письма Министерства образования и науки РФ № 06-1844 от 11.12.2006 г. «Примерные требования к содержанию и оформлению образовательных программ дополнительного образования детей»;
* СанПиН 2.4.4.3172-14 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей» (Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 4 июля 2014 г. № 41).
  1. ***Направленность программы***

Данная программа имеет физкультурно-оздоровительную направленность.

Программа «Футбол» создает максимально благоприятные условия для раскрытия и развития не только физических, но и духовных способностей ребенка, его самоопределения.

***1.2 Актуальность программы***

Футбол – популярный вид спорта. А через заинтересованность учащихся в футболе есть возможность реализовать цель данной программы, а именно развить психические и физические качества ребенка, мотивировать его к здоровому образу жизни.

***1.3 Цель и задачи программы***

**Общей целью программы** является формирование устойчивых мотивов и потребностей в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических и психических качеств, творческом использовании средств физической культуры в организации здорового образа жизни.

**Целью** физического воспитания в спортивных секциях является содействие всестороннему развитию личности посредством формирования физической культуры личности воспитанника. Слагаемыми физической культуры являются: крепкое здоровье, хорошее физическое развитие, оптимальный уровень двигательных способностей, знания и навыки в области физической культуры, мотивы и освоенные способы (умения) осуществлять физкультурно-оздоровительную и спортивную деятельность.

**Задачи программы.**

**Образовательные:**

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

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

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

- овладение техникой передвижений, остановок, поворотов и стоек;

- освоение ударов по мячу и остановок мяча;

-овладение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей;

- освоение техники ведения мяча;

- освоение техники ударов по воротам;

- закрепление техники владения мячом и развитие координационных способностей;

- освоение тактики игры.

**Развивающие:**

- укрепление здоровья, развитие основных физических качеств и повышение функциональных способностей;

- развитие выносливости;

- развитие скоростных и скоростно-силовых способностей.

**Воспитательные:**

- воспитание положительных качеств личности, соблюдение норм коллективного взаимодействия и сотрудничества в соревновательной деятельности;

- воспитание чувства товарищества, чувства личной ответственности;

- воспитание нравственных качеств по отношению к окружающим;

- приобщить воспитанников к здоровому образу жизни и гармонии тела.

***1.4 Адресат программы***

Данная программа рассчитана на 1 год обучения для детей 6-14 лет. Численный состав 15-20 человек.

***1.5 Объём программы***

Учебно-тренировочные занятия проводятся 3 раза в неделю по 2 часа.

***1.6 Методы обучения***

- Словесные: беседа, рассказ, объяснение, указание, сравнение.

- Наглядные: показ, исполнение педагогом, наблюдение.

- Практические: тренировочные упражнения, выполнение упражнений с помощью партнера, педагога, команды.

***1.7 Форма организации образовательной деятельности учащихся***

Форма занятий:групповая, подгрупповая и индивидуальная**.**

Футбол – спортивная командная игра, которая является наиболее комплексным и универсальным средством развития ребенка.

Специально подобранные игровые упражнения, выполняемые индивидуально, в группах, командах, задания с мячом создают неограниченные возможности для развития, прежде всего координационных (ориентирование в пространстве, быстрота реакций, перестроения двигательных действий, точность дифференцирования и оценивания пространственных, временных и силовых параметров движений, способность к согласованию отдельных движений в целостные комбинации) и кондиционных (силовых, выносливости, скоростных) способностей, а также всевозможных сочетаний этих групп способностей. Одновременно материал по спортивным играм оказывает многостороннее влияние на развитие психических процессов воспитанников (восприятие, внимание, память, мышление, воображение и др.), воспитание нравственных и волевых качеств, что обусловлено необходимостью соблюдения правил и условий игровых упражнений и самой игры, согласования индивидуальных, групповых и командных взаимодействий партнеров и соперников.

***1.8 Срок освоения программы***

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Футбол» рассчитана на один год обучения.

***1.9 Особенности освоения программы***

Материал игр является прекрасным средством и методом формирования потребностей, интересов и эмоций воспитанников.

Игра всегда привлекает детей, повышает их интерес к занятию. Игры формируют у детей важные навыки совместной работы, общения. В игровой деятельности воспитывается ответственность воспитанников, развиваются их способности заботиться о товарищах, сочувствовать и сопереживать, понимать радости и горести, поражения и победы.

Систематическая тренировка и участие в соревнованиях благотворно сказываются на физическом развитии футболиста, повышают его работоспособность, улучшают работу зрительного аппарата, повышают подвижность нервной системы и развивают волевые качества.

Футбол обладает рядом особенностей, делающих эту игру интересной и заманчивой. Во-первых, здесь каждый игрок значительно чаще работает с мячом и участвует в общих игровых действиях; во-вторых, в этой игре забивается довольно много голов, в-третьих, каждый участник должен действовать с полной отдачей сил, успевая обороняться и атаковать. Мяч практически все время находится в игре, что не вызывает вынужденных и утомительных остановок.

***1.10 Планируемые результаты***

Программа курса «Футбол» предусматривает достижение следующих результатов образования:

* *личностные результаты* – готовность и способность обучающихся к саморазвитию, сформированность мотивации к учению и познанию; сформированность основ российской, гражданской идентичности;
* *метапредметные результаты* – освоенные обучающимися универсальные учебные действия (познавательные, регулятивные и коммуникативные);
* *предметные результаты* – освоенный обучающимися в ходе изучения учебных предметов опыт специфической для каждой предметной области деятельности по получению нового знания, его преобразованию и применению, а также система основополагающих элементов научного знания, лежащая в основе современной научной картины мира.

*Личностными результатами* является формирование следующих умений:

* определять и высказывать простые и общие для всех людей правила поведения при сотрудничестве (этические нормы);
* в предложенных педагогом ситуациях общения и сотрудничества, опираясь на общие для всех простые правила поведения, *делать выбор* при поддержке других участников группы и педагога, как поступить.

*Метапредметными результатами* является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД):

*Регулятивные УУД:*

* определять и формулировать цель деятельности на занятии с помощью учителя, а далее самостоятельно;
* проговаривать последовательность действий;
* уметь высказывать своё предположение (версию) на основе данного задания, уметь работать по предложенному учителем плану, а в дальнейшем уметь самостоятельно планировать свою деятельность;
* средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога на этапе изучения нового материала;
* учиться совместно с учителем и другими воспитанниками давать эмоциональную оценку деятельности команды на занятии.

Средством формирования этих действий служит технология оценивания образовательных достижений (учебных успехов).

*Познавательные УУД:*

* добывать новые знания: находить ответы на вопросы, используя разные источники информации, свой жизненный опыт и информацию, полученную на занятии;
* перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всей команды;

Средством формирования этих действий служит учебный материал и задания.

*Коммуникативные УУД:*

* умение донести свою позицию до других: оформлять свою мысль. Слушать и понимать речь других;
* совместно договариваться о правилах общения и поведения в игре и следовать им;
* учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика).

Средством формирования этих действий служит организация работы в парах и малых группах.

*Оздоровительные результаты* программы курса внеурочной деятельности:

* осознание обучающимися необходимости заботы о своём здоровье и выработки форм поведения, которые помогут избежать опасности для жизни и здоровья, уменьшить пропуски занятий по причине болезни, регулярно посещать спортивные секции и спортивно-оздоровительные мероприятия;
* социальная адаптация детей, расширение сферы общения, приобретение опыта взаимодействия с окружающим миром.

Первостепенным результатом реализации программы внеурочной деятельности будет сознательное отношение обучающихся к собственному здоровью.

**Ожидаемые результаты**

В конце изучения рабочей программы планируется снижение уровня заболеваемости детей, социальной адаптации учащихся, сформирование коммуникативных способностей, то есть умение играть в команде. Формирование здорового образа жизни учащихся, участие в общешкольных, районных и краевых мероприятиях, качественное освоение практических и теоретических навыков игры в футбол, привитие любви к спортивным играм.

1. Занятия будут иметь оздоровительный эффект, так как они проводятся на свежем воздухе;

2. Дети овладеют техническими приемами в процессе перехода к двухсторонней игре и тактическими взаимодействиями, научатся играть в мини-футбол.

Учащиеся должны **знать и иметь представление:**

1. об особенностях зарождения, истории футбола;

2. о физических качествах и правилах их тестирования;

3. основы личной гигиены, причины травматизма при занятии футболом и правила его предупреждения;

4. уметь организовать самостоятельные занятия футболом, а также, с группой товарищей;

5. организовывать и проводить соревнования по футболу в классе, во дворе, в оздоровительном лагере и др.

Учащиеся должны **уметь:**

1. выполнять требования по физической подготовке в соответствии с возрастом;

2. владеть тактико – техническими приемами футбола;

3. знать основы судейства.

***1.11 Система формы контроля уровня достижений учащихся***

**Формы подведения итогов:**

- соревнования;

- дружеские встречи;

- участие в спортивных мероприятиях района и школы.

Умения и навыки проверяются во время участия учащихся в школьных соревнованиях. Подведение итогов по технической и общефизической подготовке 2 раза в год (декабрь, май), учащиеся выполняют контрольные упражнения.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№**  **п/п** | **Контрольные упражнения** | **Возраст (лет)** | |
| **9** | **10** |
| 1 | Бег 30 м (с) | 5,6 | 5,3 |
| 2 | Бег 300 м (с) | 72 | 61 |
| 3 | 6 – минутный бег (м.) | 1050 | 1150 |
| 4 | Прыжок в длину с места (см.) | 145 | 160 |
| 5 | Бег 30 м. с ведением мяча (с.) | 7,0 | 6,5 |
| 6 | Удар по мячу ногой на дальность (м.) | 25 | 35 |
| 7 | Жонглирование мячом (количество ударов) | 7 - 8 | 10 |
| 8 | Удар по мячу ногой на точность попадания (число попаданий.) | 4 - 3 | 4 |
| 9 | Ведение мяча с обводкой стоек и удар по воротам (с.) | 12,0 | 11,5 |
| 10 | Бросок мяча рукой на дальность (м.) | 6 - 7 | 9 |

**Контрольные нормативы для полевых игроков и вратарей.**

**- ОФП:**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Контрольные нормативы** | **Результаты** | | | |
| **7 лет** | **8 лет** | **9 лет** | **10 лет** |
| 1. | Челночный бег 3х10 м или  бег 30 метров с высокого старта (сек) | 10,3  6,2 | 10,0  6,0 | 9,3  5,5 | 9,0  5,3 |
| 2. | Метание теннисного мяча в цель с 6 м из трех попыток (количество попаданий) | 1 | 1 | 2 | 2 |
| 3. | Кросс без учета времени (м) | 300 | 300 | 500 | 500 |
| 4. | Многоскоки (8 прыжков – шагов с ноги  на ногу) (м) | 8,5 | 10,5 | 12,5 | 12,5 |
| 5. | Лазание по канату с помощью ног (м) | 1,0 | 1,5 | 2 | 2 |
| 6. | Полоса препятствий (количество баллов) | 7 | 7 | 9 | 9 |
| 7. | Прыжок в длину с места (см) | 130 | 140 | 145 | 150 |
| 8. | Подтягивание: на высокой перекладине из виса,  кол-во раз | 4 | 4 | 5 | 5 |

**- по технической подготовке:**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Контрольные нормативы** | **Результаты** | | | |
| **7 лет** | **8 лет** | **9 лет** | **10 лет** |
| 1. | Удар по мячу на дальность (м) | 18 | 22 | 26 | 28 |
| 2. | Комплексное упражнение: ведение 10 м, обводка трех стоек, поставленных на 12- метровом отрезке, с последующим ударом (2,5 х 1,2 м) с расстояния 6 м – из трех попыток (сек). | 15 | 12 | 9,5 | 8,5 |
| 3. | Бег на 30 м с ведением мяча (сек) | - | - | 6,5 | 6,5 |
| 4. | Жонглирование мячом ногами (количество ударов) | - | 4 | 8 | 8 |

***Для полевых игроков*:**

1. Бег 30м с ведением мяча выполняется с высокого старта, мяч можно вести любым способом, делая на отрезке не менее трех касаний мяча, не считая остановки за финишной линией. Упражнение считается законченным, когда игрок пересечет линию финиша. Учитель на старте фиксирует правильность старта и количество касаний мяча, а на финише – время бега.
2. Бег 5х30 с ведением мяча выполняется так же, как и бег на 30 м с мячом. Все старты – с места. Время на возвращения на старт – 25 сек. В случае нарушения правил прохождения отрезка футболист возвращается на старт ( за счет 25 сек) и упражнение повторяется. Удар по мячу на дальность выполняется правой и левой ногой по неподвижному мячу с разбега любым способом. Измерение дальности полета мяча производится от места удара до точки первого касания мяча о землю по коридору шириной 10 м.
3. Для удара каждой ногой даются три попытки. Засчитывается лучший результат ударов каждой ногой. Конечный результат определяется по сумме лучших ударов обеими ногами.
4. Вбрасывание мяча на дальность выполняется в соответствии с правилами игры в футбол по коридору шириной 2 м. Мяч, упавший за пределами коридора, не засчитывается. Даются три попытки. Учитывается результат лучшей попытки.

*По технической подготовке*:

1. Удары по воротам на точность выполняется по неподвижному мячу правой и левой ногой с расстояния 17 м (подростки 10-11 лет – с расстояния 11 м).
2. Ведение мяча, обводка стоек и удар по воротам выполняются с линии старта (30м от линии штрафной площади), вести мяч 20 м, далее обвести змейкой четыре стойки (первая стойка ставится в 10м от штрафной площади, а через каждые 2 м ставятся еще три стойки), и, не доходя до штрафной площади, забить мяч в ворота. Время фиксируется с момента старта до пересечения линии ворот мячом. В случае, если мяч не будет забит в ворота, упражнения не засчитывается. Даются три попытки, учитывается лучший результат.
3. Жонглирование мячом – выполняются удары правой и левой ногой (серединой, внутренней и внешней частями подъема), бедром и головой. Удары выполняются в любой последовательности без повторения одного удара более двух раз подряд. Учитываются только удары, выполненные разными способами, из них не менее раза головой, правым и левым бедром.

***Для вратарей:***

1. Доставание подвешенного мяча кулаком вытянутой руки в прыжке – выполняется с разбега, отталкиваясь любой ногой.

Высота прыжка определяется разницей между высотой подвешенного мяча и высотой вытянутой руки (кисть сжата в кулак). На каждую высоту дается три попытки. Учитывается лучший результат.

1. Удар по мячу ногой с рук на дальность (разбег не более четырех шагов) – выполняется с разбега, не выходя из пределов штрафной площади. По коридору шириной в 10 м. Мяч, упавший за пределы коридора, не засчитывается. Дается три попытки. Учитывается лучший результат.
2. Вбрасывание мяча рукой на дальность (разбег не более четырех шагов) выполняется по коридору ширенной 3 м.

***2. Учебно-тематический план***

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Содержание материала** | **период** | | | | |
| **Всего в год** | **Осень** | **Зима** | **Весна** | **Лето** |
|  | Основы знаний по футболу | В процессе занятий | | | | |
|  | **Практика**  **-**  **-**  **-** | | | | | |
| **1.** | Техника передвижений, остановок, поворотов и стоек | **20** | 5 | 5 | 5 | 5 |
| **2** | Техника ударов по мячу и остановок мяча | **15** | 5 | 4 | 5 | 1 |
| **3** | Техника ведения мяча | **15** | 5 | 4 | 4 | 2 |
| **4** | Техника защитных действий | **10** | 2 | 1 | 4 | 3 |
| **5** | Тактика и техника игры | **10** | 2 | - | 4 | 4 |
| **6** | Соревнования, правила соревнований | **2** | 1 | - | - | 1 |
|  | **ВСЕГО** | **72** | **20** | **14** | **22** | **16** |

**3. Содержание дополнительной программы:**

Материал программы дается в четырех разделах:

1. Основы знаний

2. Общая физическая подготовка

3. Специальная подготовка

4. Примерные показатели двигательной подготовленности.

В разделе «Основы знаний» представлен материал, способствующий расширению знаний обучающихся о собственном организме, гигиенических требованиях, избранном виде спорта, о возможностях человека.

В разделе «Общая физическая подготовка» даны упражнения и другие необходимые действия, которые способствуют формированию общей культуры движений, развивают определенные двигательные качества.

В разделе «Специальная подготовка» представлен материал по футболу, способствующий обучению школьников техническим и тактическим приемам.

В разделе «Примерные показатели двигательной подготовленности» приведены упражнения и тесты, помогающие следить за уровнем подготовленности обучающихся.

**Содержание занятий**

**1. История возникновения футбола.**

Футбол — одна из самых популярных командных игр в мире. География игры с мячом: страны Древнего Востока (Египет, Китай), Греция, Рим, Франция, Италия, Англия.

Откуда пошло название игры «футбол». Где и когда разработаны первые правила игры в футбол. Создание первых футбольных клубов.

Официальные международные правила игры в футбол (размер игрового поля, размер ворот, размер мяча, игра вратаря и др.).

**2. Правила безопасности во время занятий юных футболистов**

Правила поведения учащихся во время занятий, при передвижении к месту соревнований и обратно. Причины, приводящие к травматизму. Наиболее типичные травмы футболистов. Профилактика травматизма: разминка, соблюдение требований к местам проведения занятий, инвентарю, одежде и обуви. Действия учителя в обеспечении безопасности занятий по футболу.

**3. Правила игры в футбол (основные понятия)**

Игровое поле (размеры, игровая поверхность, линии на поле, зоны и места). Ворота (размеры). Мяч (размеры, стандарты). Участники игры (состав команды, основной состав, запасные игроки, капитан команды, судьи). Игровая форма. Замена игроков. Игровое время. Перерывы и задержки. Поведение игроков (честная игра, нарушения и санкции). Победитель и проигравший в игре, ничейный результат.

**4. Санитарно-гигиенические требования, предъявляемые к одежде, обуви, спортивному инвентарю и оборудованию**

Подбор одежды и обуви для факультативных занятий с учетом их сезонности. Использование одежды и обуви только для спортивных занятий. Периодичность стирки спортивной одежды. Спортивная форма и обувь для участия в соревнованиях по футболу. Мячи, стойки для обводки, ворота стандартные и нестандартные, тренажеры для развития физических качеств – требования и противопоказания к их использованию.

**5. Техническая подготовка**

Ведение мяча одной ногой по прямой, змейкой, восьмеркой, челноком.

Ведение мяча попеременно правой и левой ногой по прямой, змейкой, восьмеркой, челноком.

Ведение одновременно двух мячей.

Передачи мяча правой и левой ногой.

Жонглирование мячом одной ногой, попеременно правой и левой ногами.

Остановка катящегося мяча правой и левой ногой.

Остановка ногой летящего мяча.

Удары по неподвижному мячу серединой подъема, внутренней стороной стопы, носком с попаданием в ворота.

Игра вратаря: ловля и отбивание мяча руками стоя на месте и в движении, ловля мяча руками в падении, введение мяча в игру броском одной рукой, ударом ногой по неподвижному мячу и после набрасывания.

Эстафеты с ведением и передачами мяча.

Конкурсы: с ударами по воротам «Кто точнее»; с ударами по неподвижному мячу и после набрасывания «Кто дальше».

Игры в «Лабиринт».

Введение мяча в игру броском двумя руками из-за боковой линии.

Игра в футбол по упрощенным правилам.

**6. Физическая подготовка**

Комплексы общеразвивающих упражнений без мяча и с мячом.

Комплексы упражнений без мяча и с мячом, направленных на развитие:

¬ координационных способностей;

¬ быстроты;

¬ ловкости;

¬ точности движений и передач мяча;

¬ гибкости и подвижности в коленных и тазобедренных суставах;

¬ игровой выносливости;

¬ точности ударов по воротам.

**7. 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.

**8. Игра в футбол малыми составами**

Игра 2 на 2, 3 на 3, 4 на 4 игрока на малых площадках с использованием маленьких (хоккейных) ворот.

**9. Контрольные испытания**

Тестирование уровня физической подготовленности:

¬ бег 30м с высокого старта;

¬ челночный бег 7х50м;

¬ прыжок в длину с места;

¬ бег по ломаной кривой 30м.

Тестирование уровня специальной подготовленности:

¬ ведение мяча 30м с обводкой стоек;

¬ челночный бег с мячом;

¬ удар по неподвижному мячу на дальность;

жонглирование мячом (ногами и головой).

**4. Календарно – тематическое планирование**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№**  **п/п** | ***Дата*** | ***Тематика занятий*** |
| 1 |  | Техника безопасности на занятиях по футболу. |
| 2 |  | Санитарно-гигиенические требования, предъявляемые к одежде, обуви, спортивному инвентарю и оборудованию. |
| 3 |  | Техническая подготовка Обучение передаче мяча. |
| 4 |  | Обучение остановке мяча. |
| 5 |  | Обучение остановке мяча. |
| 6 |  | Обучение передаче мяча. |
| 7 |  | Обучения передаче мяча |
| 8 |  | Обучения передаче мяча |
| 9 |  | Обучения передаче мяча |
| 10 |  | Обучения передаче мяча |
| 11 |  | Обучение основным элементам техники передвижений. Бег - остановка |
| 12 |  | Обучение основным элементам техники передвижений. Бег – остановка - поворот |
| 13 |  | Обучение основным элементам техники передвижений. Бег – остановка – поворот на 1800 - ускорение |
| 14 |  | Обучение основным элементам техники передвижений. Бег – остановка – поворот на 1800 - ускорение |
| 15 |  | Обучение основным элементам техники передвижений. Бег – остановка – поворот на 1800 - ускорение |
| 16 |  | Обучение основным элементам техники передвижений. Прыжок с поворотом – ускорение. |
| 17 |  | Обучение основным элементам техники передвижений. Прыжок с поворотом – ускорение. |
| 18 |  | Обучение основным элементам техники передвижений. Прыжок с поворотом – ускорение. |
| 19 |  | Обучение основным элементам техники передвижений. Прыжок с поворотом – ускорение. |
| 2021 |  | Обучение основным элементам техники передвижений. Бег лицом вперед – поворот на 1800 – бег спиной вперед – поворот – скоростной рывок |
| 22 |  | Обучение основным элементам техники передвижений. Бег лицом вперед – поворот на 1800 – бег спиной вперед – поворот – скоростной рывок |
| 23 |  | Обучение основным элементам техники передвижений. Бег лицом вперед – поворот на 1800 – бег спиной вперед – поворот – скоростной рывок |
| 24 |  | Обучение основным элементам техники передвижений. Бег лицом вперед – поворот на 1800 – бег спиной вперед – поворот – скоростной рывок |
| 25 |  | Обучение основным элементам техники передвижений. Бег лицом вперед – поворот на 1800 – бег спиной вперед – поворот – скоростной рывок |
| 26 |  | Обучение основным элементам техники передвижений. Бег лицом вперед – поворот на 1800 – бег спиной вперед – поворот – скоростной рывок |
| 27 |  | Остановка выпадом после бега. |
| 28 |  | Бег от одного ориентира к другому с остановкой. |
| 29 |  | Бег от одного ориентира к другому с остановкой. |
| 30 |  | Бег от одного ориентира к другому с остановкой. |
| 31-33 |  | Виды бега. Бег в среднем темпе, приставным, скрестным шагом. |
| 34 |  | Техника и обучения техники владения мячом Удар по неподвижному мячу |
| 35-37 |  | Техника и обучения техники владения мячом Удар по неподвижному мячу с места и разбега. |
| 38-43 |  | Техника и обучения техники владения мячом Удар по неподвижному мячу с прямого разбега |
| 44-47 |  | Удар по неподвижному мячу с прямого разбега в парах |
| 48-53 |  | Передачи мяча партнеру с 2-3 шагов разбега. |
| 54-57 |  | Удары по неподвижному мячу в цель с расстояния 8-10м |
| 58-61 |  | Удары по катящемуся мячу внутренней стороной стопы |
| 62-66 |  | Удары в цель по мячу, катящемуся сбоку, навстречу(после передачи партнером) |
| 67-73 |  | Передача мяча в парах , двигаясь параллельно линии поля |
| 74-84 |  | Совершенствование навыков остановке мяча |
| 85-89 |  | Обучение остановки мяча бедром. |
| 90-93 |  | Ведение мяча по прямой линии в ходьбе и медленном беге. |
| 94-97 |  | Ведение мяча по коридору шириной 1м, поочередно левой – правой ногой. |
| 98-102 |  | Ведение мяча по кругу |
| 103-106 |  | Ведение мяча змейкой |
| 107-111 |  | Ведение мяча по «восьмерке» |
| 112-116 |  | Ведение мяча в челночном беге |
| 117-120 |  | Ведение и передача мяча |
| 121-124 |  | Эстафеты с ведением мяча и обводкой опорных стоек |
| 125-130 |  | Выбивание мяча ударом ногой |
| 131-135 |  | Ловля катящегося мяча вратарем |
| 136 - 140 |  | Передача мяча во встречных колоннах |
| 141-147 |  | Передача мяча в треугольнике со сменой мест. |
| 148-153 |  | Передача мяча в парах. |
| 154-165 |  | Комбинации из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом |
| 166-171 |  | Индивидуальные тактические действия игрока Игра 1\*1 |
| 172-174 |  | Групповые тактические действия. Игра 2 против одного |
| 175-178 |  | Групповые тактические действия. Игра 3 против 1 |
| 179 -183 |  | Игра 3 против одного в одни ворота |
| 184-188 |  | Игра три против двух. |
| 189-193 |  | Игра два против двух |
| 194-196 |  | Игра два против двух с ударом по воротам |
| 197-203 |  | Игра три против трех с ударом по воротам |
| 204-207 |  | Учебная игра. Отбор мяча, вбрасывание. |
| 208-212 |  | Обманные движения (финты). |
| 213-216 |  | Учебная игра. |

***5. Материально-техническое оснащение:***

***-*** специальный спортивный зал с волейбольной и баскетбольной площадкой с вентиляцией, хорошим освещением, раздевалкой, душем, необходимым температурным режим;

- мячи футбольные (12-15 шт);

- футбольные мини – ворота;

- форма для занятий по футболу;

- мячи для других игровых видов спорта (баскетбольные, волейбольные);

- мячи для метания ;

- мячи набивные (1 кг, 2 кг, 3 кг);

- гимнастическая стенка «шведская»;

- гимнастические скамейки;

- маты гимнастические;

- скакалки;

- гимнастические палки;

- секундомер;

- рулетка;

- канат;

- свисток.

**6. Список литературы**

**Список литературы для педагога.**

1. Бесков Константин на футбольных полях – Физкультура и спорт, 1987

2. Закон РФ « Об образовании»

3. Исаев А. Футбол. – Физкультура и спорт, 1987

4. Конвенция ООН о правах ребенка.

5. Конституция Российской Федерации.

6. Крылов В.П. – Физкультура и спорт, 1971

7. Требования к содержанию и оформлению образовательных программ дополнительного образования детей. Письмо Минобразования России от 18.06.2003 № 28-02-484/16

8. Бриль М.С. Отбор в спортивных играх. – М.

: ФиС, 1980

9. Гагаева Г.М. Подвижные игры в занятиях спортом. – М.: ФиС, 1980

10. Чанади А. Футбол. Техника. – М.: ФиС, 1981

11. Теория и методика физического воспитания. Учебник для институтов физкультуры (Под общей редакцией Л.П. Матвеева, А. Новикова. 2-е изд. испр. и доп. ( в 2-х т.). – М.: ФиС, 1986

12. Андреев С.Н. Футбол в школе. –М., 1986

13. Романенко А.Н., Догатин М.Е. Тренировка футболистов. 2-е изд., перераб. и доп. – К.: Здоровья, 1984

**Список литературы для детей**.

1. Буйлин Ю.Ф., Курамшин Ю.Ф. Теоретическая подготовка юных спортсменов. М.: ФиС, 1985

2. Филин В.П., Фомин Н.А. Основы юношеского спорта. – М.: ФиС, 1980

3. Правила игры в футбол. – М.: ФиС, 1981