

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Основная общеобразовательная школа села Сиреники»
689273 ЧАО, Провиденский городской округ, с. Сиреники, ул. Мандрикова д.29, тел.
(факс) 2-52-37

РАССМОТРЕНО

на педагогическом
совете

Протокол № 1
от «20 » августа 2025 г.

СОГЛАСОВАНО

заместитель директора
по ВР

_____ Шараева Т.Д.
Протокол № 1
от «20» августа 2025 г.

УТВЕРЖДЕНО

И.о. директора МБОУ
"ООШ с. Сиреники"

_____ Тарасенко Е.Э.
Приказ № 112 – о.д.
от «25» августа 2025 г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы
«Футбол»
(направление – физкультурно - спортивное)

Возраст обучающихся: 11 - 17 лет
Срок реализации программы – 1 год

Составил: педагог дополнительного образования
Тарасенко Евгений Эдуардович

Сиреники, 2025

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Актуальность и назначение программы

Данная программа направлена на расширение двигательного опыта за счет овладения двигательными действиями из раздела «волейбол» и использование их в качестве средств укрепления здоровья и формирования основ индивидуального здорового образа жизни; совершенствование функциональных возможностей организма; формирование позитивной психологии общения и коллективного взаимодействия; формирование умений в организации и судействе спортивной игры «футбол». Основная идея программы заключается в мотивации обучающихся на ведение здорового образа жизни, в формировании потребности сохранения физического и психического здоровья как необходимого условия социального благополучия и успешности человека.

Программа по дополнительному образованию секции «Футбол» носит образовательно-воспитательный характер и направлена на осуществление следующих **целей**:

- пропаганда здорового образа жизни, укрепление здоровья, содействие гармоническому физическому развитию обучающихся;
- популяризация спортивных игр как видов спорта и активного отдыха;
- формирование у обучающихся устойчивого интереса к занятиям спортивными играми;
- обучение технике и тактике спортивных игр;
- развитие физических способностей (силовых, скоростных, скоростно-силовых, координационных, выносливости, гибкости);
- формирование у обучающихся необходимых теоретических знаний;
- воспитание моральных и волевых качеств.

Взаимосвязь с программой воспитания

Воспитание на занятиях школьных кружков внеурочной деятельности осуществляется преимущественно через:

- вовлечение школьников в интересную и полезную для них деятельность, которая предоставит им возможность самореализоваться в ней, приобрести социально значимые знания, развить в себе важные для своего личностного развития социально значимые отношения, получить опыт участия в социально значимых делах;
- формирование в кружках и внеурочной деятельности, которые могли бы объединять детей и педагогов общими позитивными эмоциями и доверительными отношениями друг к другу;
- поощрение педагогами детских инициатив.

Реализация воспитательного потенциала кружков внеурочной деятельности происходит в рамках следующих выбранных школьниками видов.

Познавательная деятельность. Кружки внеурочной деятельности, направленные на передачу школьникам социально значимых знаний, развивающие их любознательность, позволяющие привлечь их внимание к экономическим, политическим, экологическим, гуманитарным проблемам нашего общества, формирующие их гуманистическое мировоззрение и научную картину мира.

Художественное творчество. Кружки внеурочной деятельности, создающие благоприятные условия для просоциальной самореализации школьников, направленные на раскрытие их творческих способностей,

формирование чувства вкуса и умения ценить прекрасное, на воспитание ценностного отношения школьников к культуре и их общее духовно-нравственное развитие.

Проблемно-ценностное общение. Кружки внеурочной деятельности, направленные на развитие коммуникативных компетенций школьников, воспитание у них культуры общения, развитие умений слушать и слышать других, уважать чужое мнение и отстаивать свое собственное, терпимо относиться к разнообразию взглядов людей.

Туристско-краеведческая деятельность. Кружки внеурочной деятельности, направленные на воспитание у школьников любви к своему краю, его истории, культуре, природе, на развитие самостоятельности и ответственности школьников, формирование у них навыков самообслуживающего труда.

Спортивно-оздоровительная деятельность. Кружки внеурочной деятельности, направленные на физическое развитие школьников, развитие их ценностного отношения к своему здоровью, побуждение к здоровому образу жизни, воспитание силы воли, ответственности, формирование установок на защиту слабых.

Игровая деятельность. Кружки внеурочной деятельности, направленные на раскрытие творческого, умственного и физического потенциала школьников, развитие у них навыков конструктивного общения, умений работать в команде.

Место учебного курса в плане внеурочной деятельности

Учебный курс предназначен для обучающихся 5–9-х классов; рассчитан на 5 часов в неделю. Учебным планом на изучение дополнительного образования по кружку «Футбол» отводится 68 часов.

Формы проведения занятий учебного курса:

- беседы;
- интегрированные занятия;
- деловые игры;
- эстафеты;
- подвижные игры;
- игры на свежем воздухе.

2. СОДЕРЖАНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ

Содержание учебного курса дополнительного образования отвечает требованиям к организации дополнительного образования: соответствует содержанию учебного предмета «Физическая культура», не требует от учащихся дополнительных знаний по физической культуре.

Учебный курс построен в соответствии с реальными познавательными интересами обучающихся и предполагает обучение на двух основных уровнях: первый - информативный, который заключается в изучении правил игры; второй — поведенческий, позволяющий закрепить полученные знания на практике, укрепить свое здоровье.

Подобная организация учета знаний и умений для контроля и оценки результатов освоения программы внеурочной деятельности будет способствовать формированию и поддержанию ситуации успеха для каждого обучающегося, а

также будет способствовать процессу обучения в командном сотрудничестве, при котором каждый обучающийся будет значимым участником деятельности.

Вводное занятие

Правила игры. История развития футбола. Охрана здоровья и гигиена футболиста. Подбор правильной экипировки для занятий мини-футболом.

Техника удара по мячу

Удары внутренней и внешней стороной стопы; серединой, внутренней и внешней частями подъёма; носком и пяткой. Закрепление технических приёмов с пассивным или активным сопротивлением партнеров, в подвижных играх с мячом. Упражнения: забей гол, точная передача, мяч в кругу, квадрат, удар по катящемуся мячу, удар навстречу, удар с хода.

Удары головой с места, в прыжке, в броске. Закрепление технических приёмов. Упражнения: подвешенный мяч, жонглёр, передача мяча.

Техника удара по воротам: удары по указанной цели, удар с хода, удар с лёта. Закрепление и отработка технических приёмов.

Техника ведения мяча

Ведение мяча. Обманные движения. Обводки. Закрепление технических приёмов. Упражнения: ведение по кругу; ведение по коридору; ведение, изменяя направление; ведение, изменяя скорость; обведи партнеров. Двусторонняя игра.

Техника передач, остановки и отбора мяча

Способы остановки мяча: остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы, подошвой. Отбор мяча перехватом, отбор мяча подкатом. Закрепление технических приёмов. Упражнения: ударь и останови, останови и передай, подбрось мяч свечкой, перехват, подкат. Передачи мяча: передачи низом и верхом, диагональные, поперечные и продольные передачи, передачи на ход партнёру. Двусторонняя игра.

Тактические приёмы при взаимодействии с соперником

Открывание вперёд, в сторону, назад. Закрывание и опека соперника, грамотное расположение игрока по отношению к сопернику и своим воротам. Комбинации в игровых эпизодах: треугольник, «стенка», перекрёстное движение, отбор мяча посредством согласованных действий. Комбинации при розыгрышах стандартных положений: при введении мяча в игру начальным ударом, ударом от ворот, при вбрасывании мяча из-за боковой линии, угловых, штрафных, свободных ударах. Двусторонняя игра.

Контрольные тесты

Ведение мяча. Передачи мяча в парах. Передачи мяча в парах в движении. Удары по неподвижному мячу. Удары по катящемуся мячу. Жонглирование мяча.

3. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ

ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Гражданского воспитания:

готовность к выполнению обязанностей гражданина и реализации его прав, уважение прав, свобод и законных интересов других людей; активное участие в жизни семьи, образовательной организации, местного сообщества, родного края, страны, в том числе в сопоставлении с ситуациями, отражёнными в литературных

произведениях, написанных на русском языке; неприятие любых форм экстремизма, дискриминации; понимание роли различных социальных институтов в жизни человека; представление об основных правах, свободах и обязанностях гражданина, социальных нормах и правилах межличностных отношений в поликультурном и много конфессиональном обществе, формируемое в том числе на основе примеров из литературных произведений, написанных на русском языке; готовность к разнообразной совместной деятельности, стремление к взаимопониманию и взаимопомощи; активное участие в школьном самоуправлении; готовность к участию в гуманитарной деятельности (помощь людям, нуждающимся в ней; волонтерство).

Патриотического воспитания:

осознание российской гражданской идентичности в поликультурном и много конфессиональном обществе, понимание роли русского языка как государственного языка Российской Федерации и языка межнационального общения народов России; проявление интереса к познанию русского языка, к истории и культуре Российской Федерации, культуре своего края, народов России в контексте учебного предмета «Русский язык»; ценностное отношение к русскому языку, к достижениям своей Родины — России, к науке, искусству, боевым подвигам и трудовым достижениям народа, в том числе отражённым в художественных произведениях; уважение к символам России, государственным праздникам, историческому и природному наследию и памятникам, традициям разных народов, проживающих в родной стране.

Духовно-нравственного воспитания:

ориентация на моральные ценности и нормы в ситуациях нравственного выбора; готовность оценивать своё поведение, в том числе речевое, и поступки, а также поведение и поступки других людей с позиции нравственных и правовых норм с учётом осознания последствий поступков; активное неприятие асоциальных поступков; свобода и ответственность личности в условиях индивидуального и общественного пространства.

Эстетического воспитания:

восприимчивость к разным видам искусства, традициям и творчеству своего и других народов; понимание эмоционального воздействия искусства; осознание важности художественной культуры как средства коммуникации и самовыражения; осознание важности русского языка как средства коммуникации и самовыражения; понимание ценности отечественного и мирового искусства, роли этнических культурных традиций и народного творчества; стремление к самовыражению в разных видах искусства.

Физического воспитания, формирования культуры здоровья и эмоционального благополучия:

осознание ценности жизни с опорой на собственный жизненный и читательский опыт; ответственное отношение к своему здоровью и установка на здоровый образ жизни (здоровое питание, соблюдение гигиенических правил, сбалансированный режим занятий и отдыха, регулярная физическая активность); осознание последствий и неприятие вредных привычек (употребление алкоголя, наркотиков, курение) и иных форм вреда для физического и психического здоровья; соблюдение правил безопасности, в том числе навыки безопасного поведения в интернет-среде в процессе школьного языкового образования; способность адаптироваться к стрессовым ситуациям и меняющимся социальным,

информационным и природным условиям, в том числе осмысляя собственный опыт и выстраивая дальнейшие цели; умение принимать себя и других, не осуждая; умение осознавать своё эмоциональное состояние и эмоциональное состояние других, использовать адекватные языковые средства для выражения своего состояния, в том числе опираясь на примеры из литературных произведений, написанных на русском языке; сформированность навыков рефлексии, признание своего права на ошибку и такого же права другого человека.

Трудового воспитания:

установка на активное участие в решении практических задач (в рамках семьи, школы, города, края) технологической и социальной направленности, способность инициировать, планировать и самостоятельно выполнять такого рода деятельность; интерес к практическому изучению профессий и труда различного рода, в том числе на основе применения изучаемого предметного знания и ознакомления с деятельностью филологов, журналистов, писателей; уважение к труду и результатам трудовой деятельности; осознанный выбор и построение индивидуальной траектории образования и жизненных планов с учётом личных и общественных интересов и потребностей; умение рассказать о своих планах на будущее.

Экологического воспитания:

ориентация на применение знаний из области социальных и естественных наук для решения задач в области окружающей среды, планирования поступков и оценки их возможных последствий для окружающей среды; умение точно, логично выражать свою точку зрения на экологические проблемы; повышение уровня экологической культуры, осознание глобального характера экологических проблем и путей их решения; активное неприятие действий, приносящих вред окружающей среде, в том числе сформированное при знакомстве с литературными произведениями, поднимающими экологические проблемы; активное неприятие действий, приносящих вред окружающей среде; осознание своей роли как гражданина и потребителя в условиях взаимосвязи природной, технологической и социальной сред; готовность к участию в практической деятельности экологической направленности.

Ценности научного познания:

ориентация в деятельности на современную систему научных представлений об основных закономерностях развития человека, природы и общества, взаимосвязях человека с природной и социальной средой; закономерностях развития языка; овладение языковой и читательской культурой, навыками чтения как средства познания мира; овладение основными навыками исследовательской деятельности с учётом специфики школьного языкового образования; установка на осмысление опыта, наблюдений, поступков и стремление совершенствовать пути достижения индивидуального и коллективного благополучия.

Адаптации обучающегося к изменяющимся условиям социальной и природной среды:

освоение обучающимися социального опыта, основных социальных ролей, норм и правил общественного поведения, форм социальной жизни в группах и сообществах, включая семью, группы, сформированные по профессиональной деятельности, а также в рамках социального взаимодействия с людьми из другой культурной среды; потребность во взаимодействии в условиях неопределённости, открытость опыту и знаниям других; потребность в действии в условиях

неопределённости, в повышении уровня своей компетентности через практическую деятельность, в том числе умение учиться у других людей, получать в совместной деятельности новые знания, навыки и компетенции из опыта других; необходимость в формировании новых знаний, умений связывать образы, формулировать идеи, понятия, гипотезы об объектах и явлениях, в том числе ранее неизвестных, осознание дефицита собственных знаний и компетенций, планирование своего развития; умение оперировать основными понятиями, терминами и представлениями в области концепции устойчивого развития, анализировать и выявлять взаимосвязь природы, общества и экономики, оценивать свои действия с учётом влияния на окружающую среду, достижения целей и преодоления вызовов, возможных глобальных последствий; способность осознавать стрессовую ситуацию, оценивать происходящие изменения и их последствия, опираясь на жизненный, речевой и читательский опыт; воспринимать стрессовую ситуацию как вызов, требующий контрмер; оценивать ситуацию стресса, корректировать принимаемые решения и действия; формулировать и оценивать риски и последствия, формировать опыт, уметь находить позитивное в сложившейся ситуации; быть готовым действовать в отсутствие гарантий успеха.

МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

1. Овладение универсальными учебными познавательными действиями

Базовые логические действия:

выявлять и характеризовать существенные признаки языковых единиц, языковых явлений и процессов;

устанавливать существенный признак классификации языковых единиц (явлений), основания для обобщения и сравнения, критерии проводимого анализа; классифицировать языковые единицы по существенному признаку;

выявлять закономерности и противоречия в рассматриваемых фактах, данных и наблюдениях; предлагать критерии для выявления закономерностей и противоречий;

выявлять дефицит информации текста, необходимой для решения поставленной учебной задачи;

выявлять причинно-следственные связи при изучении языковых процессов; делать выводы с использованием дедуктивных и индуктивных умозаключений, умозаключений по аналогии, формулировать гипотезы о взаимосвязях;

самостоятельно выбирать способ решения учебной задачи при работе с разными типами текстов, разными единицами языка, сравнивая варианты решения и выбирая оптимальный вариант с учётом самостоятельно выделенных критериев.

Базовые исследовательские действия:

использовать вопросы как исследовательский инструмент познания в языковом образовании;

формулировать вопросы, фиксирующие несоответствие между реальным и желательным состоянием ситуации, и самостоятельно устанавливать искомое и данное;

формировать гипотезу об истинности собственных суждений и суждений других, аргументировать свою позицию, мнение;

составлять алгоритм действий и использовать его для решения учебных задач;

проводить по самостоятельно составленному плану небольшое исследование по установлению особенностей языковых единиц, процессов, причинно-следственных связей и зависимостей объектов между собой;

оценивать на применимость и достоверность информацию, полученную в ходе лингвистического исследования (эксперимента); самостоятельно формулировать обобщения и выводы по результатам проведённого наблюдения, исследования; владеть инструментами оценки достоверности полученных выводов и обобщений;

прогнозировать возможное дальнейшее развитие процессов, событий и их последствия в аналогичных или сходных ситуациях, а также выдвигать предположения об их развитии в новых условиях и контекстах.

Работа с информацией:

применять различные методы, инструменты и запросы при поиске и отборе информации с учётом предложенной учебной задачи и заданных критериев;

выбирать, анализировать, интерпретировать, обобщать и систематизировать информацию, представленную в текстах, таблицах, схемах;

использовать различные виды аудирования и чтения для оценки текста с точки зрения достоверности и применимости содержащейся в нём информации и усвоения необходимой информации с целью решения учебных задач;

использовать смысловое чтение для извлечения, обобщения и систематизации информации из одного или нескольких источников с учётом поставленных целей;

находить сходные аргументы (подтверждающие или опровергающие одну и ту же идею, версию) в различных информационных источниках;

самостоятельно выбирать оптимальную форму представления информации (текст, презентация, таблица, схема) и иллюстрировать решаемые задачи несложными схемами, диаграммами, иной графикой и их комбинациями в зависимости от коммуникативной установки;

оценивать надёжность информации по критериям, предложенным учителем или сформулированным самостоятельно;

эффективно запоминать и систематизировать информацию.

2. Овладение универсальными учебными коммуникативными действиями

Общение:

воспринимать и формулировать суждения, выражать эмоции в соответствии с условиями и целями общения; выражать себя (свою точку зрения) в диалогах и дискуссиях, в устной монологической речи и в письменных текстах;

распознавать невербальные средства общения, понимать значение социальных знаков;

знать и распознавать предпосылки конфликтных ситуаций и смягчать конфликты, вести переговоры;

понимать намерения других, проявлять уважительное отношение к собеседнику и в корректной форме формулировать свои возражения;

в ходе диалога/дискуссии задавать вопросы по существу обсуждаемой темы и высказывать идеи, нацеленные на решение задачи и поддержание благожелательности общения;

сопоставлять свои суждения с суждениями других участников диалога, обнаруживать различие и сходство позиций;

публично представлять результаты проведённого языкового анализа, выполненного лингвистического эксперимента, исследования, проекта;

самостоятельно выбирать формат выступления с учётом цели презентации и особенностей аудитории и в соответствии с ним составлять устные и письменные тексты с использованием иллюстративного материала.

Совместная деятельность:

понимать и использовать преимущества командной и индивидуальной работы при решении конкретной проблемы, обосновывать необходимость применения групповых форм взаимодействия при решении поставленной задачи;

принимать цель совместной деятельности, коллективно строить действия по её достижению: распределять роли, договариваться, обсуждать процесс и результат совместной работы; уметь обобщать мнения нескольких людей, проявлять готовность руководить, выполнять поручения, подчиняться;

планировать организацию совместной работы, определять свою роль (с учётом предпочтений и возможностей всех участников взаимодействия), распределять задачи между членами команды, участвовать в групповых формах работы (обсуждения, обмен мнениями, «мозговой штурм» и иные);

выполнять свою часть работы, достигать качественный результат по своему направлению и координировать свои действия с действиями других членов команды;

оценивать качество своего вклада в общий продукт по критериям, самостоятельно сформулированным участниками взаимодействия; сравнивать результаты с исходной задачей и вклад каждого члена команды в достижение результатов, разделять сферу ответственности и проявлять готовность к представлению отчёта перед группой.

3. Овладение универсальными учебными регулятивными действиями

Самоорганизация:

выявлять проблемы для решения в учебных и жизненных ситуациях;

ориентироваться в различных подходах к принятию решений (индивидуальное, принятие решения в группе, принятие решения группой);

самостоятельно составлять алгоритм решения задачи (или его часть), выбирать способ решения учебной задачи с учётом имеющихся ресурсов и собственных возможностей, аргументировать предлагаемые варианты решений;

самостоятельно составлять план действий, вносить необходимые коррективы в ходе его реализации;

делать выбор и брать ответственность за решение.

Самоконтроль:

владеть разными способами самоконтроля (в том числе речевого), самомотивации и рефлексии;

давать адекватную оценку учебной ситуации и предлагать план её изменения;

предвидеть трудности, которые могут возникнуть при решении учебной задачи, и адаптировать решение к меняющимся обстоятельствам;

объяснять причины достижения (недостижения) результата деятельности; понимать причины коммуникативных неудач и уметь предупреждать их, давать оценку приобретённому речевому опыту и корректировать собственную речь с учётом целей и условий общения; оценивать соответствие результата цели и условиям общения.

Эмоциональный интеллект:

развивать способность управлять собственными эмоциями и эмоциями других;

выявлять и анализировать причины эмоций; понимать мотивы и намерения другого человека, анализируя речевую ситуацию; регулировать способ выражения собственных эмоций.

Принятие себя и других:

осознанно относиться к другому человеку и его мнению; признавать своё и чужое право на ошибку;

принимать себя и других, не осуждая; проявлять открытость;

осознавать невозможность контролировать всё вокруг.

ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Вводное занятие

Знать правила игры. Знать историю развития футбола. Знать охрану здоровья и гигиену футболиста. Правильно подбирать экипировку для занятий футболом.

Техника удара по мячу

Уметь наносить удары внутренней и внешней стороной стопы; серединой, внутренней и внешней частями подъёма; носком и пяткой. Закрепить технические приёмы с пассивным или активным сопротивлением партнеров, в подвижных играх с мячом. Уметь выполнять упражнения: забей гол, точная передача, мяч в круг, квадрат, удар по катящемуся мячу, удар навстречу, удар с хода.

Уметь наносить удары головой с места, в прыжке, в броске. Уметь выполнять упражнения: подвешенный мяч, жонглёр, передача мяча.

Знать технику удара по воротам: удары по указанной цели, удар с хода, удар с лёта. Закрепить и отработать технические приёмы.

Техника ведения мяча

Уметь ведение мяча. Знать обманные движения. Знать обводки. Знать упражнения: ведение по кругу; ведение по коридору; ведение, изменяя направление; ведение, изменяя скорость; обведи партнеров.

Техника передач, остановки и отбора мяча

Знать способы остановки мяча: остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы, подошвой. Уметь совершать отбор мяча перехватом, отбор мяча подкатом. Знать упражнения: ударь и останови, останови и передай, подбрось мяч свечкой, перехват, подкат. Уметь выполнять передачи мяча: передачи низом и верхом, диагональные, поперечные и продольные передачи, передачи на ход партнёру.

Тактические приёмы при взаимодействии с соперником

Уметь открываться вперёд, в сторону, назад. Уметь закрывать и опека́ть соперника, знать грамотное расположение игрока по отношению к сопернику и

своим воротам. Знать комбинации в игровых эпизодах: треугольник, «стенка», перекрёстное движение, отбор мяча посредством согласованных действий. Знать комбинации при розыгрышах стандартных положений: при введении мяча в игру начальным ударом, ударом от ворот, при вбрасывании мяча из-за боковой линии, угловых, штрафных, свободных ударах.

Контрольные тесты

Уметь выполнять ведение мяча. Уметь выполнять передачи мяча в парах. Уметь выполнять передачи мяча в парах в движении. Уметь совершать удары по неподвижному мячу. Уметь совершать удары по катящемуся мячу. Уметь жонглирование мяча.

4. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

Электронно-образовательные ресурсы, используемые на занятиях: РЭШ, Учи.ру, МЭШ, Яндекс.Учебник, Фоксфорд, Инфоурок

Наименование разделов/тем	Содержание образования	Виды образовательной деятельности
Вводное занятие	Правила игры. История развития футбола. Охрана здоровья и гигиена футболиста. Подбор правильной экипировки для занятий мини-футболом.	Комплексы упражнений для воспитания специальных физических качеств футболиста. Комплексы общеразвивающих упражнений с мячом и без мяча. Комплексы корригирующей гимнастики с использованием специальных футбольных упражнений. Футбольная разминка, ее роль, назначение, средства. Комплексы специальной разминки перед соревнованиями.
Техника удара по мячу	Удары внутренней и внешней стороной стопы; серединой, внутренней и внешней частями подъема; носком и пяткой. Закрепление технических приёмов с пассивным или активным сопротивлением партнеров, в подвижных играх с мячом. Упражнения: забей гол, точная передача, мяч в кругу, квадрат, удар по катящемуся мячу, удар навстречу, удар с хода. Удары головой с места, в прыжке, в броске. Закрепление технических приёмов. Упражнения: подвешенный мяч, жонглёр, передача мяча. Техника удара по воротам: удары по указанной цели, удар с	Ведение: внутренней частью подъема, средней частью подъема, внутренней стороной стопы, в ходьбе, в беге по прямой, по кругу, восьмеркой. Удары ногой: внутренней стороной стопы, внутренней/внешней частью подъема, средней частью подъема; по прямой, на короткие и средние расстояния; по лежащему, катящемуся, летящему навстречу мячу; по различным траекториям низом, верхом; удары после остановки, рывков. Удары серединой лба – на месте, в движении. Остановки мяча ногой: подошвой, внутренней стороной стопы, средней частью подъема, бедром, грудью, внутренней частью подъема. Остановки туловищем: грудью, животом; стоя на месте, летящего навстречу мяча в движении.

	хода, удар с лёта. Закрепление и отработка технических приёмов.	Финты: «уходом» выпадом, переносом ноги через мяч; «ударом ногой» с уходом или «убиранием мяча», с остановкой, с пропуском мяча; с остановкой мяча ногой, туловищем.
Техника ведения мяча	Ведение мяча. Обманные движения. Обводки. Закрепление технических приёмов. Упражнения: ведение по кругу; ведение по коридору; ведение, изменяя направление; ведение, изменяя скорость; обведи партнеров. Двусторонняя игра.	Отбор мяча: во время приема мяча соперником, во время ведения мяча; ударом ногой, остановкой ногой; в выпаде. Вбрасывание мяча из-за боковой линии. Выполнение контрольно-тестовых упражнений по технической подготовке.
Техника передач, остановки и отбора мяча	Способы остановки мяча: остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы, подошвой. Отбор мяча перехватом, отбор мяча подкатом. Закрепление технических приёмов. Упражнения: ударь и останови, останови и передай, подбрось мяч свечкой, перехват, подкат. Передачи мяча: передачи низом и верхом, диагональные, поперечные и продольные передачи, передачи на ход партнёру. Двусторонняя игра.	Техника владения мячом игры вратаря: ловля мяча, отбивание мяча, переводы мяча, броски мяча. Тактические действия (индивидуальные и групповые) - элементарные тактические комбинации: в парах, в тройках, группах, линиях; забегания, смещения, линия защиты; тактические действия с учетом игровых амплуа в команде; быстрые переключения в действиях - от нападения к защите и от защиты к нападению.
Тактические приёмы при взаимодействии и с соперником	Открывание вперёд, в сторону, назад. Закрывание и опека соперника, грамотное расположение игрока по отношению к сопернику и своим воротам. Комбинации в игровых эпизодах: треугольник, «стенка», перекрёстное движение, отбор мяча посредством согласованных действий. Комбинации при розыгрышах стандартных положений: при введении мяча в игру начальным ударом, ударом от ворот, при вбрасывании мяча из-за боковой линии, угловых,	

	штрафных, свободных ударах. Двусторонняя игра.	
Контрольные тесты	Ведение мяча. Передачи мяча в парах. Передачи мяча в парах в движении. Удары по неподвижному мячу. Удары по катящемуся мячу. Жонглирование мяча.	
	ИТОГО ПО КУРСУ	170

Приложение

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Дата прим.	Дата факт.	Наименование разделов/тем	Кол-во часов
			Вводное занятие	2
1			История футбола. Правила игры в футбол.	1
2			Техника безопасности и меры предупреждения травматизма на занятиях мини-футболом.	1
			Техника удара по мячу	16
3-5			Обучение ударам по мячу.	1
6-8			Отработка удара по мячу внутренней стороной стопы.	1
9-11			Отработка удара по мячу внешней стороной стопы.	1
12-14			Отработка удара по мячу серединой, внутренней и внешней частями подъема.	1
15-17			Отработка удара по мячу носком и пяткой.	1
18-20			Удары по воротам после ведения.	1
21-23			Удары с лёта.	1
24-26			Удары с полулёта.	1
27-29			Штрафные удары.	1
30-32			Отработка ударов с 6 метровой отметки.	1
33-35			Отработка ударов с 10 метровой отметки.	1
36-38			Удары с разворота.	1
39-41			Удары после поперечной передачи в одно касание.	1
42-44			Удары по воротам после розыгрыша углового.	1
45-47			Удары по воротам после розыгрыша аута.	1
48-50			Удары по воротам внутренней стороной стопы, серединой подъема.	1
			Техника ведения мяча	14
51-53			Техника ведения мяча по прямой, по кругу.	1
54-56			Ведение мяча, изменяя скорость; с обводкой партнеров.	1
57-59			Техника ведения мяча по коридору; ведение, изменяя направление.	1

60-62			Ведение мяча внутренней стороной стопы.	1
63-65			Ведение мяча внешней стороной стопы.	1
66-68			Ведение и остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы, под подошву.	1
69-71			Ведение мяча под подошвой.	1
72-74			Ведение мяча под подошвой - внешней стороной стопы.	1
75-77			Скоростной дриблинг.	1
78-80			Финты и другие обманные движения.	1
81-83			Ведение мяча спиной вперёд.	1
84-86			Ведение мяча под подошвой.	1
87-89			Ведение мяча серединой подъёма.	1
90-92			Ведение мяча внешней и внутренней стороной стопы.	1
			Техника передач, остановки и отбора мяча	16
93-94			Передачи мяча низом и верхом.	1
95-96			Диагональные, поперечные передачи мяча.	1
97-98			Техника жонглирование мяча ногой, головой, в парах и в тройках.	1
99-100			Передачи мяча в парах внутренней стороной стопы.	1
101-103			Продольные передачи, передачи на ход партнеру.	1
104-106			Передачи мяча в движении.	1
107-109			Передачи мяча в тройках.	1
110-112			Передачи мяча в парах в движении.	1
113-114			Передачи мяча в тройках в движении.	1
115-116			Передачи мяча со сменой мест в четвёрках.	1
117-118			Передачи мяча со сменой мест в тройках.	1
119-120			Передачи мяча головой.	1
121-122			Передачи мяча бедром и грудью.	1
123-124			Передачи мяча в движение в парах.	1
125-126			Передачи мяча в движении в одно касание.	1
127-128			Передачи мяча в квадрате.	1
			Тактические приёмы при взаимодействии с соперником	12
129-131			Открывание вперед, в сторону, назад.	1
132-134			Закрывание и опека соперника.	1

135-137			Грамотное расположение игрока по отношению к сопернику и своим воротам.	1
138-140			Комбинации в игровых эпизодах: треугольник, «стенка».	1
141-143			Отработка стандартных положений: «угловых».	1
144-146			Отработка стандартных положений: «аутов».	1
147-149			Отработка игры в нападении.	1
150-152			Отработка игры в защите.	1
153-155			Отработка стандартных положений: «свободных ударов».	1
156-158			Отработка стандартных положений: «Штрафных ударов».	1
159-161			Перекрестное движение, отбор мяча посредством согласованных действий.	2
162-164			Комбинации при розыгрышах стандартных положений.	2
			Контрольные тесты	6
165			Ведение мяча между конусами.	1
166			Передачи мяча в парах.	1
167			Передачи мяча в парах в движении.	1
168			Удары по неподвижному мячу.	1
169			Удары по катящемуся мячу.	1
170			Жонглирование мяча.	1
			ИТОГО	68 ч