

**УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ И МОЛОДЕЖИ
АДМИНИСТРАЦИИ КРАСНОПЕРЕКОПСКОГО РАЙОНА
РЕСПУБЛИКИ КРЫМ**

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ДЕТЕЙ
«ДЕТСКО-ЮНОШЕСКАЯ СПОРТИВНАЯ ШКОЛА»
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ КРАСНОПЕРЕКОПСКИЙ
РАЙОН РЕСПУБЛИКИ КРЫМ**

«ПРИНЯТО»

Педагогическим советом
МБОУ ДОД ДЮСШ МО
Красноперекопский
район Республики Крым
Протокол от 31.05.2022.
№ 4

«СОГЛАСОВАНО»

Директор МБОУ
Зеленонивский УВК МО
Красноперекопский район
Республики Крым
_____ Я.В. Литовченко
«31» мая 2022 года

«УТВЕРЖДАЮ»

Директор
МБОУ ДОД ДЮСШ МО
Красноперекопский
район Республики Крым
_____ М.В. Шубина
«31» мая 2022 года

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«Футбол»
на 2022/ 2023 учебный год**

Направленность физкультурно-спортивная

Срок реализации программы 1 год (72 часа)

Вид программы модифицированная

Уровень базовый

Возраст обучающихся 10-18 лет

Составитель Шубина М.В.

Должность директор МБОУ ДОД ДЮСШ МО Красноперекопский район
Республики Крым

с. Ишунь, 2022 год

СОДЕРЖАНИЕ

I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

- 1.1. Направленность образовательной программы
- 1.2. Актуальность дополнительной программы
- 1.3. Отличительные особенности программы
- 1.4. Адресат программы
- 1.5. Объем и сроки освоения программы
- 1.6. Формы обучения
- 1.7. Особенности организации образовательного процесса
- 1.8. Режим занятий
- 1.9. Цели и задачи программы
- 1.10. Содержание программы
- 1.11. Планируемые результаты

II. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ

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

III. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

1.1. Направленность программы

Программа является модифицируемой, ознакомительного уровня и имеет – физкультурно-спортивную направленность. Дополнительная общеобразовательная программа «Футбол» направлена на физкультурно-оздоровительное воспитание детей через занятие футболом.

Образовательная деятельность по дополнительным общеобразовательным программам направлена на:

- формирование и развитие творческих способностей обучающихся;
- удовлетворение индивидуальных потребностей обучающихся в интеллектуальном, нравственном, художественно-эстетическом развитии, а также в занятиях физической культурой и спортом;
- формирование культуры здорового и безопасного образа жизни;
- обеспечение духовно-нравственного, гражданско-патриотического, военно-патриотического, трудового воспитания обучающихся;

1.2. Актуальность дополнительной программы

Актуальность программы обусловлена тем, что появилась потребность у обучающихся старших классов в личном физическом совершенствовании своего мастерства через соревновательную деятельность в данном виде спорта.

Новизна данной образовательной программы заключается в комплексном решении задач оздоровления: физическое развитие детей организуется при одновременном развитии их интеллектуальных и креативных способностей, эмоциональной сферы, психических процессов творческого мышления, ориентирована на интерес и пожелания учащихся, учитывает их возрастные потребности, стимулирует социальную и гражданскую активность, что даёт способ отвлечения детей от негативного воздействия и позволяет мотивировать их на развитие необходимых навыков.

Педагогическая целесообразность программы заключается в привлечении учащихся к систематическим занятиям физической культурой и спортом, что способствует развитию логического мышления, творческих способностей и навыков решения задач спортивной направленности. Программирование мотивирует к активным занятиям в различных областях (силовых, тактических, скоростных и т.д.), развивает воображение и способствует коммуникабельности в общении со сверстниками.

1.3. Отличительные особенности программы

Отличительной особенностью данной образовательной программы от уроков физической культуры, является направленность на формирование учебно-исследовательских навыков, развитие интереса к предмету.

1.4. Адресат программы

Программа «Футбол» реализуется на базе МБОУ Зеленонивский УВК, Занятия проводятся в спортивном зале.

В группы для занятий футболом принимаются обучающиеся в возрасте 10-18 лет, имеющие допуск врача.

1.5. Объем и сроки освоения программы

Дополнительная общеобразовательная программа «Футбол» общий срок реализации – 1 год. Программа включает в себя теоретическую и практическую часть. В теоретической части рассматриваются вопросы техники и тактики игры в футбол. В практической части углублено изучаются технические приемы и тактические комбинации.

Наполняемость учебных групп – не более 25 человек.

По окончании реализации программы каждый обучающийся должен:

- освоить теоретический раздел программы;
- научиться выполнять объемы тренировочных нагрузок, предусмотренных программными требованиями;
- овладеть базовой и специальной техникой, скоростными, кондиционными и координационными упражнениями, соответствующими этапу обучения.

Основной формой подведения итогов работы по программе являются спортивные соревнования по футболу и выполнение контрольных нормативов.

1.6. Формы обучения.

Сетевая форма реализации программы обеспечивает возможность освоение обучающимися необходимых навыков с использованием ресурсов МБОУ Зеленонивский УВК обладающее необходимыми ресурсами для осуществления обучения, по физкультурно-спортивной направленности.

Занятия проводятся на основе общих методических принципов. Используются методы наглядности (показ упражнения, демонстрация наглядных пособий), игровой и соревновательный. При изучении общеразвивающих упражнений, комплексов и игр показ должен быть целостным и образцовым, а объяснение – элементарным и простым.

Формы занятий:

- групповые и индивидуальные формы занятий
- теоретические, практические, комбинированные. Комбинированная форма используется чаще и включает теоретическую: беседу, инструктаж, просмотр иллюстраций – и практическую части: ОФП и игры;
- занятия оздоровительной направленности;
- праздники;
- соревнования;
- эстафеты;
- домашние задания.

1.7. Особенности организации образовательного процесса

Отличительной особенностью данной образовательной программы от уроков физической культуры, является направленность на формирование учебно-исследовательских навыков, развитие интереса к предмету.

1.8. Режим занятий

Периодичность проведения занятий по программе – 1 раз в неделю по 2 академических часа.

1.9. Цель и задачи образовательной программы

Целью является овладение навыками и умениями использовать средства и методы двигательной деятельности в разнообразных формах.

Задачи программы

1. Образовательные:

- Обучение простейшим организационным навыкам, необходимым понятий и теоретических сведений по физической культуре и спорту;

2. Воспитательные:

- Воспитание привычки к занятиям физической культурой и спортом как коллективно, так и самостоятельно.

3. Оздоровительные:

- Расширение двигательного опыта за счет овладения двигательными действиями;

- Укрепление здоровья, физическое развитие и повышение работоспособности учащихся;

- Воспитание индивидуальных психических черт и особенностей в общении и коллективном взаимодействии средствами и методами командно – игровой деятельности;

- Создание представлений об индивидуальных физических возможностях, адаптивных свойствах организма и способах их совершенствования в целях укрепления здоровья;

- Обучение основам физиологии и гигиены физического воспитания, профилактики травматизма, коррекции телосложения.

1.10. Содержание программы

Учебный план

№ п/п	Наименование разделов, тем	Всего часов	Из них		Форма аттестации/ контроля
			Теория	Практика	
1	<i>Введение</i>	2	2		Тестирование
2	Основы знаний (теоретические сведения)	2	2		Индивидуальные задания
3	Понятие о технике и тактике игры	2	2		
4	Правила игры в футбол	2	2		
5	Предупреждение травматизма	2	2		

6	Правила соревнований	2	2		
7	Специальная и общая физическая подготовка	23	8	15	
8	Технические и тактические приемы	37	8	29	
9	Итого	72			

Содержание учебно-тематического плана

Материал даётся в трёх разделах: основы знаний; общая и специальная физическая подготовка; техника и тактика игры.

В разделе «Основы знаний» представлен материал по истории футболу (мини-футбол), правила соревнований.

В разделе «Общая и специальная физическая подготовка» даны упражнения, которые способствуют формированию общей культуры движений, подготавливают организм к физической деятельности, развивают определённые двигательные качества.

В разделе «Техника и тактика игры» представлен материал, способствующий обучению техническими и тактическими приёмами игры.

В конце, обучения по программе, учащиеся должны знать правила игры и применять участие в соревнованиях.

Содержание самостоятельной работы включает в себя выполнение комплексов упражнений для повышения общей и специальной физической подготовки.

Основы знаний

Правила поведения на занятиях, дисциплина. Техника безопасности на занятиях. Санитарно-гигиенические требования к местам занятий футболом. Влияние физических упражнений на организм человека. Просмотр видеозаписей, учебных фильмов. Физическая культура и спорт в России. Физическая культура – составная часть культуры, одно из средств воспитания, укрепления здоровья, всестороннего развития людей. Значение физической культуры для подготовки Российских людей к трудовой деятельности и защите Родины. Развитие футбола в России. Краткая характеристика футбола как средства физического воспитания. История возникновения футбола и развитие его в России.

Общая физическая подготовка

Утренняя гимнастика. Общеразвивающие упражнения с предметами и без предметов (упражнения для рук и плечевого пояса, для мышц шеи, для туловища, для ног, с сопротивлением). Упражнения с предметами: с набивным мячом, с гантелями, со скакалкой, с малыми мячами). Строевые упражнения: понятие о строе, шеренге, колонне и т.д., перестроения, повороты, изменения скорости движения. Бег 30, 60, 100 м., кроссы, 6 и 12-минутный бег, спортивная ходьба. Упражнения на формирование правильной осанки, с удержанием груза на голове. Упражнения для мышц ног, туловища. Упражнение в висах и упорах. Акробатические упражнения: кувырки вперед, назад, перекаты и перевороты.

Упражнения с мячом. Броски мяча друг другу двумя руками от груди, из-за головы снизу. Подбрасывание мяча вверх, и ловля его; то же, с поворотом кругом. Легкоатлетические упражнения. Бег с ускорением. Бег с высокого старта. Прыжки с разбега в длину. Прыжки с места в длину. Спортивные игры и эстафеты: с мячом, бегом, прыжками, метанием, сопротивлением, на внимание, координацию. Упражнения на формирование правильной осанки. Упражнения с набивным мячом. Упрощённые правила игры в пионербол, баскетбол, ручной мяч, волейбол.

Специальная физическая подготовка

Специальные упражнения для развития быстроты. Упражнения для развития стартовой скорости. Упражнения для развития дистанционной скорости. Ускорения на 15, 30 м. Бег «змейкой» между расставленными в различном положении стойками для обводки. Бег с быстрым изменением скорости. Упражнения на развитие быстроты. Старты из различных положений с последующим ускорением. Бег с максимальной скоростью по прямой, с остановками (по свистку, хлопку, заданному сигналу), с ускорением, «рывками», изменением направления передвижения. Бег в максимальном темпе. Бег и ходьба спиной вперёд с изменением темпа и направления движения (по прямой, по кругу и «змейкой»). Бег с максимальной скоростью с поворотами на 180° и 360°. Прыжки через скакалку в максимальном темпе. Прыжки по разметкам на правой (левой) ноге, между стоек, спиной вперёд. Прыжки вверх на обеих ногах и одной ноге с продвижением вперёд. Удары по мячу в стенку в максимальном темпе. Ведение мяча с остановками и ускорениями, «дриблинг» мяча с изменением направления движения. Упражнения на развитие силы. Комплексы упражнений с дополнительным отягощением на основные мышечные группы. Упражнения на развитие выносливости. Равномерный бег на средние и длинные дистанции. Повторные ускорения с уменьшающимся интервалом отдыха. Повторный бег на короткие дистанции с максимальной скоростью и уменьшающимся интервалом отдыха. Специальные упражнения для развития ловкости. Прыжки с разбега толчком одной и двух ног, стараясь достать головой высоко подвешенный мяч; то же, выполняя в прыжке поворот направо и налево. Имитация ударов ногами по воображаемому мячу в прыжке. Держание мяча в воздухе (жонглирование), чередуя удары различными частями стопы, бедром, головой. Подвижные игры: «Живая цель», «Салки мячом».

Техническая подготовка

Техника передвижения. Анализ выполнения технических приёмов и их применения в конкретных игровых условиях: ударов по мячу внутренней и внешней частью подъёма, внутренней стороной стопы, ударов серединой лба; остановок мяча подошвой, внутренней стороной стопы и грудью; ведение мяча внутренней и внешней частью подъёма, внутренней стороной стопы; обманных движений (ложная и действительная фазы движения); удары по мячу ногой. Удары правой и левой ногой: внутренней стороной стопы, внутренней и внешней частью подъёма по неподвижному и катящемуся навстречу справа или слева мячу; направляя мяч в обратном направлении и стороны. Выполнение

ударов после остановки, ведения и рывка, посылая мяч низом и верхом на короткое и среднее расстояние. Удар по летящему мячу внутренней стороной стопы. Удары на точность. Удары по мячу головой. Удары серединой лба без прыжка и в прыжке, с места и с разбега, по летящему навстречу мячу: направляя мяч в обратном направлении и в стороны, посылая мяч верхом и вниз, на среднее и короткое расстояние. Удары на точность. Ведение мяча. Ведение внешней частью, внутренней частью подъёма и внутренней стороной стопы: правой, левой ногой и поочерёдно; по прямой, меняя направления, между стоек и движущихся партнёров; изменяя скорость. Остановка мяча. Передача мяча. Обманные движения (финты). Обучение финтам. Отбор мяча. Перехват мяча. Отбор мяча в единоборстве с соперником. Вбрасывание мяча. Вбрасывание мяча из-за боковой линии. Техника игры вратаря. Основная стойка вратаря. Передвижение в воротах без мяча и в сторону приставным, скрестным шагом и скачками на двух ногах. Ловля летящего навстречу и несколько в сторону от вратаря мяча на высоте груди и живота без прыжка и в прыжке. Отбивание мяча одним кулаком без прыжка и в прыжке (с места и с разбега).

Тактическая подготовка

Понятие о тактике и тактической комбинации. Характеристика игровых действий: вратаря, защитников, полузащитников и нападающих. Коллективная и индивидуальная игра, их сочетание. Индивидуальные и групповые тактические действия. Командная тактика игры. *Тактика нападения*. Индивидуальные действия без мяча. Правильное расположение на футбольном поле. Умение ориентироваться, реагировать соответствующим образом на действие партнёров и соперника. Выбор момента и способа передвижения для «открывания» на свободное место с целью получения мяча. Индивидуальные действия с мячом. Целесообразное использование изученных способов ударов по мячу. Применение необходимого способа остановок в зависимости от направления, траектории и скорости мяча. Определение игровой ситуации, целесообразной для использования ведения мяча, выбор способа и направления ведения. Групповые действия. Взаимодействие двух и более игроков. Умение точно и своевременно выполнить передачу в ноги партнёру, на свободное место, на удар; короткую или среднюю передачи, низом или верхом. Комбинация «игра в стенку». *Тактика защиты*. Индивидуальные действия. Правильно выбирать позицию по отношению опекаемого игрока и противодействовать получению им мяча, т. е. осуществлять «закрывание». Выбор момента и способа действия (удар или остановка) для перехвата мяча. Умение оценить игровую ситуацию и осуществить отбор мяча изученным способом. Групповые действия. Противодействие комбинации «стенка». Взаимодействие игроков при розыгрыше противником стандартных комбинаций. Тактика вратаря. Уметь выбрать правильную позицию в воротах при различных ударах в зависимости от «угла удара», разыгрывать удар от своих ворот, ввести мяч в игру (после ловли) открывшемуся партнёру, занимать правильную позицию при угловом, штрафном и свободном ударах вблизи своих ворот.

1.11. Планируемые результаты

1. Занимающиеся должны знать:

- Санитарно-гигиенические требования к занятиям в секции;
- О основных способах и особенностях движения и передвижений человека;
- О системе дыхания, работе мышц при выполнении физических упражнений, о способах контроля за деятельностью этих систем;
- Об общих и индивидуальных основах личной гигиены, о правилах использования закаливающих процедур, профилактике нарушения осанки;
- О причинах травматизма и правилах его предупреждения;
- Понимать, как правильно осуществляется самоконтроль за состоянием организма.

2. Занимающиеся должны уметь:

- Использовать самоконтроль за состоянием здоровья;
- Составлять и правильно выполнять комплексы утренней гимнастики;
- Составлять и правильно выполнять комплексы физических упражнений на развитие координации, гибкости, силы, быстроты и ловкости;
- Взаимодействовать с ребятами в процессе занятий.
- Владеть техникой перемещений во время игры;
- Подавать, вести, принимать и передавать мяч во время спортивных игр с мячом;
- Использовать различные тактические действия.

II. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ

2.1. Календарный учебный график

№ п/п	Виды подготовки	Календарный год, месяцы обучения												Кол-во часов за год
		IX	X	XI	XII	I	I	III	IV	V	VI	VI	VIII	
1	Основы знаний (теоретические сведения)	1	1		1		1		1		x	x	x	5
2	Специальная и общая физическая подготовка	2	3	3	4	3	3	4	4	4	x	x	x	30
3	Технические и тактические приемы	3	4	4	5	3	4	4	5	5	x	x	x	37

Образовательная деятельность длится 9 месяцев (с сентября по май).

Каникулярный период длится 3 месяца (с июня по август)

2.2. Условия реализации программы.

Условия набора детей: в группу обучения принимаются все желающие заниматься в данном объединении, на основании письменного заявления родителей.

Набор детей в группу обучения проводится в августе - сентябре.

Комплектование группы обучения проводится до 15 сентября.

2.3. Формы аттестации

Тестирование физической подготовленности позволяет с помощью контрольных упражнений (тестов) – стандартизированных по содержанию, форме и условиям выполнения двигательных действий – определить уровень развития отдельных физических качеств, т.е. уровень физической подготовленности занимающихся.

Содержание учебного материала.	Требования к уровню общеобразовательной подготовки учащихся.
Теоретические сведения	
Техника безопасности. Понятия про технику игры. Гигиена тела, одежды, спортивной формы. Режим дня учащегося. Физиологические основы	Учащийся: владеет: понятиями о технике игры, гигиеной тела, одежды, спортивной формы, физиологическими основами воспитания физических качеств.

воспитания физических качеств.	выполняет: технику безопасности.
Специальная физическая подготовка	
Специальные физические упражнения; развитие двигательных качеств (скоростные и скоростно-силовые, силовые, выносливость, ловкость и гибкость); подвижные игры	выполняет: ходьба и бег с ускорением до 20; «челночный» бег 3x10м, 5x6м; броски набивного мяча; многоскоки играет: подвижные игры и эстафеты с бегом и прыжками;
Технико-тактическая подготовка	
Стойки и перемещения (ходьба, бег, перемещение приставными шагами); передача мяча сверху 2-мя руками (имитация передачи мяча на месте, над собой на месте, в движении, и после перемещения, в парах, через сетку); прием мяча на месте после перемещения, в парах, тройках, прием мяча наброшенного партнером, прием мяча у стены, над собой, после отскока от пола); удары с расстояния 3-6м от ворот, и с 3-х шагов по неподвижному мячу, после подбрасывания мяча партнером). <i>Тактические действия:</i> свободного нападения, игра по упрощенным правилам мини-футбола, подвижные игры и эстафеты с элементами футбола («Пасовка футболистов», «Летучий мяч», «Пионербол», «Перестрелка», «Снайперы» и т.д.)	выполняет: технические и тактические действия играет: по упрощенным правилам мини-футбол, подвижные игры и эстафеты с элементами футбола («Пасовка футболистов», «Летучий мяч», «Пионербол», «Перестрелка», «Снайперы» и т.д.)
Домашние задания (самостоятельные занятия)	
Прыжки через скакалку за 15 сек; подтягивание из виса; сгибание и разгибание рук в упоре лежа от скамейки; приседания на одной ноге с поддержкой; прыжки с места; имитация метания в положении «натянутого лука» (с помощью резинового бинта привязанного к дверной ручке),	Выполняет: прыжки через скакалку: 38раза (мальчики), 42раз (девочки) подтягивание: 5раза (м), сгибание и разгибание рук, в упоре лежа: 15раз (д), приседания: 21раз (м), 16раз (д); прыжки в длину с места: 175см (м), 160см (д); число «бросков»: 38раза (м), 32раз (д).

задания из пройденного материала по разделу.	
--	--

2.4. Оценочные материалы

№ п/п	Физические способности	Контрольные упражнения (тест)	Возраст (лет)	Уровень		
				Низкий	Средний	Высокий
1.	Координационные	Челночный бег 4х9 м (сек.)	10 18	10.8 10.5	10.4 10.2	10.0 8.9
2.	Скоростно-силовые	Прыжок в длину с места (см.)	10 18	150 160	170 180	190 210

2.5. Методически материалы

Методы и приёмы учебно-воспитательного процесса:

- информационно-познавательные (беседы, показ);
- творческие (развивающие игры);
- методы контроля и самоконтроля (самоанализ, тестирование, беседы).

Методическое обеспечение образовательной программы

Для обучения тактики и техники надо всегда иметь раздаточный материал, инструкционные и технологические карты, упражнения. Это очень облегчает задачу обучения. Методическим приёмом является введение соответствующих ограничений в действиях игроков защиты и нападения и введение условностей

Материально-техническая база для реализации программы

Спортивный зал.

- Футбольные ворота.
- Мячи футбольные.
- Мячи набивные.
- Мячи баскетбольные.
- Маты гимнастические.
- Скакалки.

III. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Твой олимпийский учебник: Учебн. Пособие для учреждений образования России. -15-е издание. В.С.Родиченко и др.-М, ФиС 2005.144 с.
2. Клещев Ю.Н. Юный футболист. М.:Физкультура и спорт. 1989.
3. Фурманов А.Г. Футбол на лужайке, в парке, во дворе. М.:Физкультура и спорт. 1992.
11. Настольная книга учителя физической культуры / Под ред. Л.Б. Кофмана. - М, 1998.
12. *Никитушкин В.Г., Губа В.П.* Методы отбора в игровые виды спорта. -М., 1998.
4. Марков К. К. Тренер - педагог и психолог. - Иркутск, 1999.
3. Матвеев Л. П. Основы общей теории спорта и системы подготовки спортсменов в олимпийском спорте. - Киев, 1999.
5. Настольная книга учителя физической культуры / Под ред. Л.Б. Кофмана. - М, 1998.
6. Никитушкин В.Г., Губа В.П. Методы отбора в игровые виды спорта. -М., 1998.
7. Система подготовки спортивного резерва. - М., 1999.

Литература для учителя.

1. Мини-футбол. Подготовка футболистов в спортивных школах и любительских командах» Методическое пособие. (Авторы: С.Н. Андреев, В.С. Левин.) Издательство: «ГУ «РОГ», Липецк, 2004, 496с.
2. Мини-футбол в школе. (авторы – С.Н. Андреев, Э.Г. Алиев) Издательство: «Советский спорт», 2006, 224с.
3. «Мини-футбол – игра для всех. (Авторы: В.Л. Мутко, С.Н. Андреев, Э.Г. Алиев). Учебно – методическое пособие. Издательство: «Советский спорт», 2007 год, 264 с.
4. Шаг за шагом. Все о тренировке юного футболиста. М. Мукиан, Д. Дьюрст., М.:

Литература для детей.

1. Т.В. Рыбкина «Спортивный час в группах продлённого дня» Тамбов 1996.
2. А.В. Сычёв «Акробатические упражнения в школьной программе». Тамбов 1995.
3. М.В. Видякин «Внеклассные мероприятия в средней школе» Волгоград. «Учитель» 2004

**Календарно-тематическое планирование 2 часа в неделю
(36 учебных недель)**

№	Дата проведения	Фактически	Раздел, тема урока	Количество часов	Примечание	Форма аттестации
Введение – 1 час						
1			Вводный ИОТ и ТБ на футболе.	1		
2			Правила футбола. Различные способы перемещения	1		
3			Обучение технике ударов по мячу ногой.	1		
4			Обучение технике ударов по мячу ногой.	1		
5			Подвижные игры с элементами футбола.	1		
6			Подвижные игры с элементами футбола.	1		
7			Обучение технике ударов по мячу ногой.	1		
8			Обучение технике ударов по мячу ногой.	1		
9			Подвижные игры с элементами футбола.	1		
10			Подвижные игры с элементами футбола.	1		
11			Прием (остановка) мячей. Обучение технике ударов по мячу ногой.	1		
12			Прием (остановка) мячей. Обучение технике ударов по мячу ногой.	1		
13			Прием (остановка) мячей. Подвижные игры с элементами футбола.	1		
14			Прием (остановка) мячей. Подвижные игры с элементами футбола.	1		
15			Ведение мяча. Обучение технике ударов по мячу	1		

			головой.			
16			Ведение мяча. Обучение технике ударов по мячу головой.	1		
17			Ведение мяча. Обучение технике ударов по мячу головой.	1		
18			Ведение мяча. Обучение технике ударов по мячу головой.	1		
19			Прием (остановка) мячей. Обучение технике ударов по мячу ногой. Подвижные игры с элементами футбола.	1		
20			Прием (остановка) мячей. Обучение технике ударов по мячу ногой. Подвижные игры с элементами футбола.	1		
21			Прием (остановка) мячей. Обучение технике ударов по мячу ногой.	1		
22			Прием (остановка) мячей. Обучение технике ударов по мячу ногой.	1		
23			Ведение мяча. Обучение технике ударов по мячу головой.	1		
24			Ведение мяча. Обучение технике ударов по мячу головой.	1		
25			Ведение мяча. Подвижные игры с элементами футбола.	1		
26			Ведение мяча. Подвижные игры с элементами футбола.	1		
27			Прием (остановка) мячей. Обучение технике ударов по мячу ногой.	1		
28			Прием (остановка) мячей. Обучение технике ударов по мячу ногой.	1		
29			Обучение технике остановки мяча. Подвижные игры с элементами футбола.	1		
30			Обучение технике остановки	1		

			мяча. Подвижные игры с элементами футбола.			
31			Ведение мяча. Обучение технике передачи мяча.	1		
32			Ведение мяча. Обучение технике передачи мяча.	1		
33			Повторный ИОТ и ТБ. Ведение мяча. Совершенствование навыков остановки мяча.	1		
34			Ведение мяча. Совершенствование навыков остановки мяча	1		
35			Ведение мяча. Совершенствование навыков передачи мяча.	1		
36			Ведение мяча. Совершенствование навыков передачи мяча. Подвижные игры с элементами футбола.	1		
37			Отбор мяча. Обучение ударам по мячу. Подвижные игры с элементами футбола.	1		
38			Отбор мяча. Совершенствование навыков удара мяча.	1		
39			Обучение остановке мяча после отскока. Подвижные игры с элементами футбола	1		
40			Обманные движения (финты). Учебная игра.	1		
41			Совершенствование ударов мяча по воротам. Подвижные игры с элементами футбола.	1		
42			Совершенствование ударов мяча по воротам. Подвижные игры с элементами футбола.	1		
43			Совершенствование исполнения технических элементов. Учебная игра.	1		
44			Ведение мяча, передача мяча, жонглирование, удары	1		

			по мячу			
45			Жонглирование мячом, вбрасывание мяча из-за головы. Учебная игра.	1		
46			Удары по неподвижному мячу в ворота с 10 – 15 м. Ведение мяча. Учебная игра «квадрат».	1		
47			Ведение мяча с ударами по воротам. Учебная игра «квадрат», двухсторонняя игра	1		
48			Удары в ворота после ведения мяча, удары в ворота с 11 м. Двухсторонняя игра.	1		
49			Удары по подвижному мячу с разных флангов, удары в ворота с 11 м. Двухсторонняя игра.	1		
50			Подготовка к сдаче контрольных нормативов. Двухсторонняя игра	1		
51			Тактика игры в обороне.	1		
52			Удары в ворота, учебная игра «квадрат». Двухсторонняя игра.	1		
53			Вбрасывание мяча из-за боковой линии, техника игры вратаря. Двухсторонняя игра.	1		
54			Техника игры вратаря. Двухсторонняя игра.	1		
55			Учебная игра. Тактика игры в атаке.	1		
56			Тактика игры вратаря. Подвижные игры с элементами футбола.	1		
57			Тактика игры вратаря. Подвижные игры с элементами футбола.	1		
58			Ведение мяча в различных направлениях и с различной скоростью с пассивным	1		

			сопротивлением защитника.			
59			Ведение мяча в различных направлениях и с различной скоростью с активным сопротивлением защитника.	1		
60			Двусторонняя игра с заданиями.	1		
61			Якутские народные игры: «Сокол и лиса».	1		
62			Якутские народные игры «Волк и жеребята».	1		
63			Якутские народные игры: «Летающий диск».	1		
64			Якутские народные игры: «Оленьи упряжки».	1		
65			«Автомобили и пешеходы», «Автобус», «Королевство».	1		
66			«Игра в рифмы», «Заверши фразу», «Новые слова».	1		
67			«Репка», «Ежик в тумане».	1		
68			«Теремок».	1		
69			«Как у дяди Трифона», «Пошла коза по лесу».	1		
60			«Ой, калина, калина».	1		
61			«Сказочные эстафеты».	1		
62			«Веселые старты»	1		
63			«Соревнования».	1		
64			Подготовка к сдаче контрольных нормативов.	1		
65			Сдача контрольных нормативов (выходные тесты).	1		
66			Двусторонняя игра с заданиями.	1		
67			Двусторонняя игра с заданиями.	1		
68			Двусторонняя игра с заданиями.	1		
69			Двусторонняя игра с заданиями.	1		

70			Двустороння игра с заданиями.	1		
71			Двустороння игра с заданиями.	1		
72			Двустороння игра с заданиями.	1		

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 29506604513842569967847282462287250401048067719

Владелец Шубина Марина Владимировна

Действителен с 13.03.2023 по 12.03.2024