

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
"Прогимназия Олимпионик"


РАССМОТРЕНО

Педагогический совет

Протокол № 1
от «25» августа 2023 г.

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по
УВР MAOY «Прогимназия
Олимпионик»

 Е. А. Коньковская
«25» августа 2023 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор MAOY
«Прогимназия Олимпионик»

 К. А. Афанасьева
«25» августа 2023 г.



**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
физкультурно-спортивной направленности**

«Занятия в секции «Футбол»

1-4 класс

Саратов 2023 г.

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Занятия в секции Футбол» разработана в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования.

Федеральные документы

Федеральный закон от 29.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями).

«Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПиН 2.4.4.3172-14» (утв. Главным государственным санитарным врачом РФ 4 июля 2014г. №41);

Распоряжение 701-р «Об утверждении примерного положения об отделении дополнительного образования» от 14.03.2016г.

Приказ №196 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» от 09.11.2018г.

Распоряжение №617-р «Об утверждении Методических рекомендаций по проектированию программ от 01.03.2017г.

Программа также разработана на основе моего личного педагогического опыта и практической работы с обширным контингентом обучающихся, а также с учётом интересов детей, их познавательной активности и творческих возможностей.

1.1 Направленность и педагогическая целесообразность программы

Дополнительная общеобразовательная развивающая программа «Футбол» имеет *физкультурно-спортивную направленность* с общекультурным уровнем освоения.

Спортивные игры – одно из средств физического воспитания. Большое разнообразие двигательных действий, составляющих их содержание, способствует воспитанию силы, быстроты, выносливости, ловкости, моральных и волевых качеств. Футбол – игра сильных, быстрых и выносливых. Являясь командной игрой, футбол имеет ярко выраженную коллективность тактических действий. Высокая игровая дисциплина – неременный спутник побед в матчах и турнирах. Футбол - игра универсальная. Она оказывает на организм всестороннее влияние.

Формирование здорового образа жизни, привлечение детей к систематическим занятиям физической культурой и спортом на сегодняшний день является основой *педагогической целесообразности* работы по программе «Футбол в школе». Физическое воспитание в системе дополнительного образования предполагает разнообразные формы педагогической работы с учащимися, способствует решению разных задач. В процессе тренировок и игр у занимающихся футболом совершенствуется функциональная деятельность организма, обеспечивается правильное физическое развитие, формируются такие положительные навыки и черты характера, как умение подчинять личные интересы интересам коллектива, взаимопомощь, активность и чувство ответственности. Следует также учитывать, что занятия футболом - благодатная почва для развития двигательных качеств.

1.2. Актуальность программы

В современных условиях в нашей стране уделяется огромное внимание приоритету здорового образа жизни подрастающего поколения, оздоровлению, физическому и психическому развитию школьников на основе их творческой активности. Разработка программы обусловлена тем, что традиционная система физического воспитания в общеобразовательных учреждениях на современном этапе для обеспечения необходимого уровня физического развития и подготовленности учащихся требует увеличения их двигательной активности, усиления образовательной направленности

учебных занятий по физической культуре и расширения внеучебной физкультурно-оздоровительной и спортивной работы.

В формировании логического и системного мышления занятие «Футбол» способно сыграть существенную роль. Формирование умения правильно и корректно вести себя в стрессовой ситуации, возникающей в течение футбольного матча, позволяет отнести футбол не только к учебному, но и воспитательному фактору. Поэтому настоящая программа помимо узко - специальных задач учитывает именно эти возможности обучения игре футбол.

1.3. Отличительные особенности программы, её новизна.

Основным преимуществом внеурочной деятельности является предоставление учащимся широкого спектра форм и видов деятельности, занятий по интересам, направленных на их развитие. Таким образом, важнейшей составляющей педагогического процесса становится личностно-ориентированный и компетентностный подход. Именно на это и направлена программа «Футбол». Предлагаемая программа предполагает ознакомление учащихся с техникой и тактикой игры в футбол, индивидуальными, групповыми и командными действиями в различных по сложности условиях игры.

1.4. Адресат программы. Возраст и особенности контингента учащихся.

Основной контингент – учащиеся от 7 до 12 лет.

В группы спортивного оздоровления по футболу принимаются все желающие, интересующиеся этой увлекательной игрой независимо от наличия специальных способностей и не имеющие ограничения по здоровью.

Смысл деятельности групп спортивного оздоровления определяется не только и не столько узко - специальными спортивно-учебными задачами, сколько общеразвивающими и воспитательными. Важно, чтобы занятия футболом оказали благотворное воздействие на развитие каждого ребенка, на его способности к обучению вообще, пригодились ему в жизни. Кроме того, представляется важным занять досуг учащихся интересным и полезным делом, показать увлекательные и содержательные возможности такого досуга.

Программа «Футбол» адресована учащимся школы в возрасте 7-12 лет общеобразовательной школы, занимающихся в системе дополнительного образования.

1.5. Объём и срок реализации программы.

Программа рассчитана на 4 года обучения. Процесс обучения можно условно разделить на 2 этапа: начальное обучение и более углубленный курс. Первый этап связан с освоением основных правил футбольной игры и принципов ведения четких технических действий. Второй этап обучения – углубленное изучение футбольной тактики.

Программа рассчитана на 4 года обучения. Занятия 2 раза в неделю.

1.6. Цель и задачи.

Цель программы: формирование и развитие физических способностей и навыков учащихся, формирование моральных и волевых качеств через обучение технике и тактике игры в футбол в доступной форме, без спортивного совершенствования.

Задачи программы:

Образовательные:

обучить новым видам двигательных действий в футболе, совершенствовать их выполнение в различных по сложности условиях игры, в быстротменяющейся обстановке;

дать представление о требованиях и нормах физической подготовленности, спортивной классификации;

дать знания об истории и развитии физической культуры и спорта;

обучить формированию индивидуального двигательного режима.

Развивающие:

формировать умение использовать физические упражнения с целью индивидуального физического развития;

развивать координационные способности: ориентирование в пространстве, перестроение двигательных действий, быстроту и точность реагирования на сигналы, согласованность движений, ритм, равновесие, точность воспроизведения основных параметров движений) и кондиционные (скоростно-силовых, скоростных, выносливости, силы и гибкости) способности;

формировать индивидуальный двигательный режим учащихся;

развивать коммуникационные навыки группового взаимодействия, развития его форм посредством игр и соревнований;

формировать умения оценивать уровень своего здоровья, физического развития, двигательную подготовленность и в соответствии с этим решать задачи личного физического совершенствования.

Воспитательные:

способствовать воспитанию физических качеств в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями учащихся;

способствовать воспитанию моральных и волевых качеств, навыков правильного поведения, интереса и потребности к систематическим занятиям физическими упражнениями.

1.7. Условия реализации программы.

Занятия проводятся в 1-4 классах.

-форма обучения — очная;

-режим занятий: 2 раз в неделю, продолжительность занятия - 40 минут

- *формы проведения занятий:* Уроки (лекции), как теоретическое объяснение учебного материала. Практические занятия в форме: практических занятий, игры, соревнований, турниров;

- *формы организации деятельности учащихся на занятии:*

• фронтальная: работа педагога со всеми учащимися одновременно (беседа, объяснение учебного материала). Движения от простого к сложному выстраивают логику освоения основных тематических разделов программы. Это делает процесс обучения органичным и непринужденным;

• групповая: организация работы в группах; индивидуальная работа – анализ ошибок в сыгранном матче или в тренировочном процессе.

• индивидуальная: организуется для работы с детьми, с целью подготовки их участие в различных футбольных турнирах, соревнованиях.

- *материально-техническое оснащение программы:*

1) оборудованный спортивный зал, размером не менее 30 x 15 м;

2) ворота футбольные;

3) футбольные мячи;

4) насос ручной, иглы;

5) держатель для мяча;

6) гимнастические скамейки;

7) маты гимнастические;

8) стенка гимнастическая;

9) мячи набивные весом 3 кг и 5 кг;

10) скакалки;

11) свисток;

12) секундомер – 1 шт.;

13) кабинет с проектором и экраном с выходом в сеть Интернет.

1.8. Планируемые результаты обучения:

Предметные:

- учащиеся познакомятся с историей возникновения игры футбол;
- учащиеся познакомятся с историей и развитием физической культуры и спорта;
- учащиеся познакомятся с правилами игры в футбол,
- учащиеся овладеют различными приемами владения мячом.

учащиеся получают возможность научиться:

применять тактические и стратегические приемы организации игры в футбол в быстроменяющейся обстановке;

применять во время игры в футбол все основные технические элементы (технику перемещения, передачи и ловли мяча);

применять в игре индивидуальные навыки, и принимать участие в групповых и командных тактических действиях в нападении и защите;

организовывать и судить школьные соревнования.

Метапредметные результаты:

учебно-интеллектуальные:

учащиеся научатся:

выбирать способы деятельности в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации;

адекватно оценивать правильность или ошибочность выполнения учебной задачи, её объективную трудность и собственные возможности её решения;

использовать физические упражнения с целью индивидуального физического развития.

учащиеся получают возможность научиться:

определять последовательность промежуточных целей и соответствующих им действий с учётом конечного результата;

осуществлять констатирующий и прогнозирующий контроль по результату и по способу действия;

выделять и формулировать то, что усвоено и что нужно усвоить, определять качество и уровень усвоения.

учебно-коммуникативные

учащиеся научатся:

организовывать совместную деятельность с учителем и сверстниками: определять цели, распределять функции и роли участников;

работать в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе соблюдения правил спортивных игр.

учащиеся получают возможность научиться:

координировать и принимать различные позиции во взаимодействии;

аргументировать свою позицию и координировать её с позициями партнёров в сотрудничестве при выработке общего решения в совместной деятельности.

учебно-организационные

учащиеся научатся:

работать с информацией;

применять правила и пользоваться инструкциями;

использовать знаки, символы, схемы;

учащиеся получают возможность научиться:

устанавливать причинно-следственные связи;

строить логические, рассуждения, умозаключения (индуктивные, дедуктивные и по аналогии) и выводы.

Личностные

У учащихся будут сформированы:

- готовность и способность обучающихся к саморазвитию и самообразованию;
- способности к эмоциональному восприятию физических объектов, задач, решений, рассуждений;

у учащихся могут быть сформированы:

- коммуникативная компетентность в общении и сотрудничестве со сверстниками в игровой деятельности;
- критичность мышления, умение распознавать логически некорректные высказывания.

Распределение часов на разделы и темы условно, т.к. в большинстве занятий предусмотрено содержание теоретического и практического материала, упражнения и комплексы упражнений различных разделов и тем в одном занятии.

На начальном этапе подготовки игроков в лапту решаются следующие задачи:

- укрепление здоровья;
- всестороннее физическое развитие;
- привитие интереса к занятиям футболом;
- приобретение разносторонней физической подготовленности на основе комплексных упражнений из различных видов спорта, подвижных и спортивных игр;
- обучение основам техники и тактики;
- привитие навыков участия в игровом процессе и соревновательной деятельности;
- отбор способных детей в учебно-тренировочные группы.

На занятиях внимание должно быть направлено в основном, на развитие общей физической подготовленности с широким использованием разнообразных и доступных средств с целью выявления задатков учащихся.

Ожидаемые результаты обучения по программе

После обучения по программе у учащихся будут:

- сформированы умения выполнения новых видов двигательных видов деятельности в футболе, умения применять их в быстроменяющейся обстановке;
- знания о требованиях и нормах физической подготовленности, спортивной классификации;
- знания об истории и развитии физической культуры и спорта;
- сформированы умения использовать физические упражнения с целью индивидуального физического развития;
- сформированы умения оценивать уровень своего здоровья, физического развития, двигательную подготовленность и в соответствии с этим решать задачи личного физического совершенствования;
- развиты координационные способности: ориентирование в пространстве, перестроение двигательных действий, быстрота и точность реагирования на сигналы, согласованность движений, ритм, равновесие, точность воспроизведения основных параметров движений и кондиционные (скоростно-силовые, скоростные, выносливость, сила и гибкость) способности;
- сформирован индивидуальный двигательный режим;
- сформированы навыки самоконтроля и самоорганизации;
- сформированы нравственные качества: упорство и настойчивость, стремление к достижению цели, взаимопомощь и взаимовыручка, умение выходить из конфликтных ситуаций во время игры.

Календарный учебный график реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы занятий «Футбол» на 2023-2024 учебный год

Дата начала обучения по программе	Дата окончания обучения по программе	Всего учебных недель	Режим занятий
сентябрь 2021 года	31 мая 2022 года	68	2 раз в неделю

IV. ОЦЕНОЧНЫЕ И МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ.

4.1. Оценочные материалы.

Оценочные материалы — методика, позволяющих определить достижение учащимися планируемых результатов.

Для отслеживания результативности образовательной деятельности по программе проводятся: входной, текущий, промежуточный и итоговый контроль.

Входной контроль - оценка стартового уровня образовательных возможностей учащихся при поступлении в объединение.

Текущий контроль - оценка уровня и качества освоения тем/разделов программы и личностных качеств учащихся; осуществляется на занятиях в течение всего учебного года.

Итоговый контроль - оценка уровня и качества освоения учащимися дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы по завершению учебного года или всего периода обучения по программе.

Для определения результативности обучения проводится мониторинг в форме соревнований и физических и технических нормативов.

Для оценки обучающихся используется бальная система.

Критерии оценки обучения

1. Оборудование и инвентарь

- 1 очко - учащийся слабо знает названия оборудования и инвентаря.
- 2 очка - учащийся достаточно знает названия оборудования и инвентаря.
- 3 очка - учащийся твердо знает названия оборудования и инвентаря.

2. Правила игры в футбол

- 1 очко - учащийся слабо знает правила футбола.
- 2 очка - учащийся достаточно знает правила футбола.
- 3 очка - учащийся твердо знает правила футбола.

3. Нормативы

Бег 60 м, прыжок в длину/высоту, челночный бег, бег 1 км, бег 2 и 3 км, подтягивание, отжимания, пресс, метание, тройной прыжок.

Оценка нормативов зависит от возраста ребенка.

4. Тактика

Игра 3:3, игра 4:4

1. 1 очко - учащийся владеет менее чем $\frac{1}{2}$, предусмотренных умений и навыков, испытывает серьезные затруднения при игре.

2. 2 очка - объем усвоенных умений и навыков составляет более $\frac{1}{2}$, не активно применяет их при игре.

3. 3 очка - объем усвоенных умений и навыков составляет более $\frac{1}{2}$, активно применяет их при игре.

5. Техника

Жонглирование, передачи внутренней и внешней стороной стопы, удары по неподвижному и катящемуся мячу внутренней стороной стопы, удары по неподвижному и катящемуся мячу внешней стороной стопы

1. 1 очко - учащийся владеет менее чем $\frac{1}{2}$, предусмотренных умений и навыков, испытывает серьезные затруднения при игре.

2. 2 очка - объем усвоенных умений и навыков составляет более $\frac{1}{2}$, не активно применяет их при игре.

3. 3 очка - объем усвоенных умений и навыков составляет более $\frac{1}{2}$, активно применяет их при игре.

Общая оценка:

Высокий уровень - не менее 15 очков.

Средний уровень - не менее 10 очков.

Низкий уровень - не менее 5 очков.

Формы подведения итогов реализации дополнительной образовательной программы:

- тестирование (индивидуальное),
- открытые занятия,
- соревнования, спартакиады, матчи, турниры,
- педагогическое наблюдение,
- отзывы детей и родителей.

Контроль осуществляется: по двигательной активности - на основании результатов тестов.

Способы фиксации результата:

1. Протоколы уровня физической подготовленности учащихся (начальный, промежуточный, итоговый),

2. Протоколы соревнований, спартакиад, матчей, турниров.

3. Дневники достижений.

4.2. Методические материалы.

4.2.1. Методические материалы для тренера-преподавателя.

Акимов А.М. Игра футбольного вратаря. - М.: ФиС, 1978.

Андреев С.Н. Мини-футбол. - М.: ФиС, 1978.

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

Бриль М.С. Отбор в спортивных играх. – М.: ФиС, 1980.

Гагаева Г.М. Психология футбола. – М.: ФиС, 1979.

Гриндлер К. и др. Техническая и тактическая подготовка футболистов. – М.: ФиС, 1976.

4.2.2. Методические материалы для обучающихся.

Гриндлер К. и др. Физическая подготовка футболистов. – М.: ФиС, 1976.

Правила игры в футбол. М.: ФиС (последний выпуск).

Рогальский Н., Дегель Э. Футбол для юношей. – М.: ФиС, 1981.

Чанади А. Футбол. Техника. – М.: ФиС, 1978.

Чанади А. Футбол. Стратегия. – М.: ФиС, 1881.

Филин В.П. Воспитание физических качеств у юных спортсменов. – М., 1974.

Голомазов С. В., Чирва П. Г. «Теория и практика футбол» 2008 г.

Антипов А., Губов В. «Диагностика и тренировка двигательных способностей» 2008 г.

Голомазов С. В., Чирва П. Г. «Методика тренировки техники игры головой» 2006.

Содержание курса программы

Тема 1. История футбола

Теория: История зарождения футбола, История чемпионатов Мира и Европы, Современный футбол.

Тема 2. Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.

Теория: Техника безопасности в зале. Техника безопасности на спортивной площадке. Техника безопасности в тренажерном зале.

Тема 3. Правила игры в футбол.

Теория: Правила игры в футболе. Жесты судей.

Тема 4: Санитарно-гигиенические требования.

Теория: Санитарно-гигиенические требования, предъявляемые к одежде, обуви, спортивному инвентарю.

Тема 5. Техническая подготовка:

Теория: Передвижения и остановки, удары по мячу, остановка мяча, ведение мяча и обводка, отбор мяча, вбрасывание мяча, игра вратаря, выполнение комбинаций из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом.

Практика: Передвижения по площадке. Старты из различных положений. Передвижения боком, спиной вперед, ускорения, остановки, повороты, старты из различных исходных положений. Стойки и передвижения в футболе. Удар по неподвижному и катящемуся мячу внутренней стороной стопы и средней частью подъёма. Удар по неподвижному и катящемуся мячу внутренней стороной стопы и средней частью подъёма. Удар по неподвижному мячу внутренней частью подъёма. Удар по неподвижному мячу внешней частью подъёма. Удар по катящемуся мячу внешней стороной подъёма, носком. Удар по летящему мячу внутренней стороной стопы. Удар по летящему мячу серединой подъёма. Удар по летящему мячу серединой лба. Удар по летящему мячу боковой частью лба. Удары по воротам различными способами на точность попадания мячом в цель. Удары по воротам различными способами на точность попадания мячом в цель. Угловой удар. Подача мяча в штрафную площадь. Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой. Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой. Остановка катящегося мяча внешней стороной стопы. Остановка мяча грудью. Остановка летящего мяча внутренней стороной стопы. Ведение мяча внешней и внутренней стороной стопы по прямой, с изменением направления движения и скорости ведения правой и левой ногой (без сопротивления защитника). Ведение мяча с пассивным сопротивлением защитника. Ведение мяча с активным сопротивлением защитника. Ведение мяча с активным сопротивлением защитника. Обводка с помощью обманных движений (финтов). Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой. Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой. Остановка катящегося мяча внешней стороной стопы. Остановка мяча грудью.

Остановка летящего мяча внутренней стороной стопы. Ведение мяча внешней и внутренней стороной стопы по прямой, с изменением направления движения и скорости ведения правой и левой ногой (без сопротивления защитника). Ведение мяча с пассивным сопротивлением защитника. Ведение мяча с пассивным сопротивлением защитника. Ведение мяча с активным сопротивлением защитника. Ведение мяча с активным сопротивлением защитника. Обводка с помощью обманных движений (финтов). Выбивание мяча. Отбор мяча перехватом. Отбор мяча толчком плеча в плечо. Отбор мяча в подкате. Повторение всех видов отбора мяча. Повторение всех видов отбора мяча. Вбрасывание мяча из-за боковой линии с места и с шагом. Ловля катящегося мяча. Ловля мяча, летящего навстречу. Ловля мяча сверху в прыжке. Отбивание мяча кулаком в прыжке. Ловля мяча в падении (без фазы полёта). Ведение, удар (передача мяча), приём мяча, остановка, удар по воротам.)

Тема 6. Тактическая подготовка.

Теория: Тактика игры. Тактика свободного нападения. Позиционное нападение без изменения позиций игроков. Индивидуальные тактические действия в нападении. Групповые тактические действия в нападении. Индивидуальные тактические действия в защите. Групповые тактические действия в защите.

Практика: Тактика свободного нападения. Позиционное нападение с изменением позиций игроков. Нападение в игровых заданиях 3: 1, 3:2, 3:3, 2:1 с атакой и без атаки ворот. Индивидуальные тактические действия в нападении. Групповые тактические действия в нападении. Индивидуальные тактические действия в защите. Групповые тактические действия в защите.

Тема 7. Общая физическая подготовка.

Теория: Развитие силовых способностей, развитие скоростных - силовых способностей, развитие координационных способностей, развитие выносливости, развитие гибкости, развитие скоростных способностей, подвижные игры.

Практика: Упражнения с партнером. Упражнения с набивными мячами. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа. Поднимание туловища из положения, лежа на спине. Поднимание прямых ног в висе. Бег с отягощением. Прыжки на одной ноге. Прыжки на одной и на двух ногах через препятствия. Прыжки со скакалкой. Прыжки на одной и двух ногах с набивными мячами. Ведение ногой набивного мяча. Броски набивного мяча. Бег с отягощением. Прыжки на одной ноге. Прыжки на одной и на двух ногах через препятствия. Прыжки со скакалкой. Прыжки на одной и двух ногах с набивными мячами. Ведение ногой набивного мяча. Броски набивного мяча. Бег по лабиринту. Бег спиной вперед с поворотами. Быстрые перемещения приставными шагами. Бег с внезапным поворотом кругом. Бег «Змейкой». Челночное перемещение. Бег с внезапным поворотом кругом по зрительному сигналу. Бег в сочетании с внезапными остановками и скоростными рывками. Кувырок вперед – прыжок через вертикальное препятствие. Бег с отягощением. Прыжки на одной ноге. Прыжки на одной и на двух ногах через препятствия. Прыжки со скакалкой. Прыжки на одной и двух ногах с набивными мячами. Ведение ногой набивного мяча. Броски набивного мяча. Бег по лабиринту. Бег спиной вперед с поворотами. Быстрые перемещения приставными шагами. Бег с внезапным поворотом кругом. Бег «Змейкой». Челночное перемещение. Бег с внезапным поворотом кругом по зрительному сигналу. Бег в сочетании с внезапными остановками и скоростными рывками. Кувырок вперед – прыжок через вертикальное препятствие. Бег в равномерном темпе умеренной интенсивности. Бег в равномерном темпе, чередуемый с ускорениями. Переменный бег с варьированием скорости. Бег по пересеченной местности. Активные упражнения на гибкость. Упражнения на гибкость с помощью партнера. Упражнения на гибкость с отягощением. Старт по зрительному (звуковому) сигналу из различных исходных положений. Бег в медленном темпе с выполнением скоростных рывков. Бег с высокой скоростью и остановками по внезапному сигналу. Эстафетный бег. Челночный бег. Бег с внезапными остановками и изменением направления движения. Бег с максимальной частотой шагов. Удары мяча ногой в быстром темпе в стену. Переменный бег. Подвижные игры.

Тема 8. Подвижные игры.

Практика: «Вызов номеров». «Поймай палку». «Поймай мяч». «Салки». «Охотники и утки». «Перехвати мяч». «В одно касание». «День и ночь». «Салки в парах». «Бег-преследование». «Встречная эстафета в четверках». «Быстрые передачи».

Тема 9. Игра в футбол малыми составами.

Практика: Игры 2х2, 3х3, 5х5, 6х6.

Тема 10. Учебные игры.

Практика: Соревновательная практика. Участие в итоговом рейтинговом турнире клуба. Сдача контрольно-переводных нормативов.

Календарно-тематическое планирование «Футбол» для 1 класс

№	Содержание материала	Часы	Дата	
			план	факт
1	Т/Б на спортивных играх. Ходьба с переходом на бег по прямой.	2		
2	Основные правила игры в футбол Бег с переходом на ходьбу и вновь на бег. Бег с изменением направления или обеганием конусов	2		
3	Многократные прыжки с ноги на ногу с продвижением вперед.	2		
4	Прыжки на двух ногах с поворотом в разные стороны на 90*, 180*, 360*.	2		
5	Остановка выпадам после бега с ускорением и рывком.	2		
6	Остановка выпадам после бега приставным шагом	2		
7	Медленный бег и остановка выпадам.	2		
8	Бег, остановка, поворот на 180*- ускорение 15-20 метров.	2		
9	Прыжок с поворотом на 180* - ускорение 10 метров, медленный бег (или ходьба)	2		
10	Удары, остановки, ведение мяча. Подход к мячу и замах, удар по мячу, сопровождение мяча (вынос ноги вперед).	2		
11	Удары, остановки, ведение мяча. Подход к мячу и замах, удар по мячу, сопровождение мяча (вынос ноги вперед).	2		
12	Удар по неподвижному и катящемуся мячу внутренней стороной стопы.	2		
13	Удары по неподвижному мячу с прямого разбега с одной или нескольких шагов в стену с расстояния 5-7 метров	2		
14	Удары по неподвижному мячу в цель с расстояния 8-10 м. после разбега.	2		
15	Имитация удара по неподвижному мячу. Удар по неподвижному мячу с места и с разбега.	2		
16	Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы после передачи партнера.	2		

17	Встречная эстафета с остановкой и передачей мяча на 8-10 м.	2		
18	Остановка подошвой катящегося навстречу мяча после передачи партнера с 5-6 м.	2		
19	Остановка и передача мяча.	2		
20	Ведение мяча внешней и внутренней частью	2		
21	Ведение мяча по «коридору» шириной 1м, поочередно подбивая мяч правой и левой ногой. Ведение мяча «змейкой», огибая с правой и с левой стороны поворотные конусы.	2		
22	Отбор мяча в момент приема мяча соперником или во время его ведения.	2		
23	Выбивание мяча у партнера на ограниченной площадке	2		
24	Бросок мяча в стенку так, чтобы отскочив, он катился по земле, сомкнуть ноги и подобрать мяч.	2		
25	Передача мяча в треугольнике со сменой мест.	2		
26	Передача мяча друг другу после ведения.	2		
27	Тактика игры. Восприятие и анализ соревновательной ситуации	2		
28	Двигательное решение тактической задачи	2		
29	Перемещения игроков по полю произвольно, меняя направление и скорость движения.	2		
30	Отбор мяча у владеющего игрока на ограниченной площадке.	2		
31	Игра два против одного (2:1). Игра 3:1 в одни ворота на ограниченной площадке.	2		
32	Игра по правилам	2		
33	Двухсторонняя игра (Соревнование)	2		
34	Контрольные испытания	2		
	Итого	68		

Календарно-тематическое планирование 2 класс

№	Тема занятия	Количество часов	Дата	
			План	Факт
	Т/Б на спортивных играх. Ходьба с переходом на бег по прямой.	2		
	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.	2		
	Втягивающая тренировка. Специальные упражнения, свободная практика.	2		
	Физподготовка. Челночный бег, футбол, изучение упражнения «квадрат».	2		

	Физподготовка. Бег, прыжки по лестницам, футбол, изучение упражнения «контроль мяча».	2		
	Физподготовка. Прыжки через барьер 2 серии через круг легкого бега, футбол.	2		
	Физподготовка. Бег с изменением направления, «квадрат», футбол.	2		
	Физподготовка. Челночный бег, прыжки через барьер, футбол.	2		
	Физподготовка. Рывки по диагоналям 3 раза, футбол, «контроль мяча».	2		
	Физподготовка. Челночный бег + удары по воротам, футбол	2		
	Отработка техники передвижения и владения мячом: остановка прием мяча.	2		
	Передвижение спиной вперед, повороты, удары по мячу внутренней частью стопы, ведение мяча по кругу.	2		
	Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой. Бег в сочетании с ходьбой.	2		
	Отработка паса щечкой в парах.	2		
	Обучение ударом по неподвижному мячу, чеканка мяча.	2		
	Подтягивание, приседание, пресс, длительный бег, игра в вышибалы.	2		
	Отработка ударов по мячу из различных положений, комбинации ударов.	2		
	Упражнение «квадрат». Двусторонняя учебная игра.	2		
	Общеразвивающие упражнения с набивным мячом, игра в гандбол.	2		
	Отработка паса щечкой в парах.	2		
	Общеразвивающие упражнения в парах, подтягивания.	2		
	Эстафета на закрепление и совершенствование технических приемов.	2		
	Развитие скоростных и скоростно-силовых способностей, прыжки.	2		
	Ведение мяча до центра с последующим ударом по воротам, изучение новых технических приемов.	2		
	Обводка с помощью обманных движений, отработка изученных ударов.	2		
	Отработка паса щечкой в парах.	2		
	Игры на закрепление тактических действий, силовые упражнения.	2		

	Ведение мяча с активным сопротивлением защитников, удар по неподвижному мячу внутренней стороной стопы.	2		
	Изучение индивидуальных тактических действий в защите. Двусторонняя учебная игра.	2		
	Развитие координационных способностей. Ведение + удар по воротам, квадрат.	2		
	Игры, развивающие физические способности. Бег с остановками и изменением направления.	2		
	Изучение позиционного нападения: без изменений позиций игроков + удар с сопротивлением.	2		
	Ведение, удар (перемещение мяча, остановка, удар по воротам)	2		
	Итоговое занятие. Сдача контрольных нормативов.	2		
	ИТОГО	68		

Календарно-тематическое планирование 3 класс

№	Тема занятия	Количество часов	Дата	
			План	Факт
	Т/Б на спортивных играх. Ходьба с переходом на бег по прямой.	2		
	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.	2		
	Втягивающая тренировка. Специальные упражнения, свободная практика.	2		
	Физподготовка. Челночный бег, футбол, изучение упражнения «квадрат».	2		
	Физподготовка. Бег, прыжки по лестицам, футбол, изучение упражнения «контроль мяча».	2		
	Физподготовка. Прыжки через барьер 2 серии через круг легкого бега, футбол.	2		
	Физподготовка. Бег с изменением направления, «квадрат», футбол.	2		
	Физподготовка. Челночный бег, прыжки через барьер, футбол.	2		
	Физподготовка. Рывки по диагоналям 3 раза, футбол, «контроль мяча».	2		

	Физподготовка. Челночный бег + удары по воротам, футбол	2		
	Отработка техники передвижения и владения мячом: остановка прием мяча.	2		
	Передвижение спиной вперед, повороты, удары по мячу внутренней частью стопы, ведение мяча по кругу.	2		
	Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой. Бег в сочетании с ходьбой.	2		
	Отработка паса щечкой в парах.	2		
	Обучение ударом по неподвижному мячу, чеканка мяча.	2		
	Подтягивание, приседание, пресс, длительный бег, игра в вышибалы.	2		
	Отработка ударов по мячу из различных положений, комбинации ударов.	2		
	Упражнение «квадрат». Двусторонняя учебная игра.	2		
	Общеразвивающие упражнения с набивным мячом, игра в гандбол.	2		
	Отработка паса щечкой в парах.	2		
	Общеразвивающие упражнения в парах, подтягивания.	2		
	Эстафета на закрепление и совершенствование технических приемов.	2		
	Развитие скоростных и скоростно-силовых способностей, прыжки.	2		
	Ведение мяча до центра с последующим ударом по воротам, изучение новых технических приемов.	2		
	Обводка с помощью обманных движений, отработка изученных ударов.	2		
	Отработка паса щечкой в парах.	2		
	Игры на закрепление тактических действий, силовые упражнения.	2		
	Ведение мяча с активным сопротивлением защитников, удар по неподвижному мячу внутренней стороной стопы.	2		
	Изучение индивидуальных тактических действий в защите. Двусторонняя учебная игра.	2		

	Развитие координационных способностей. Ведение + удар по воротам, квадрат.	2		
	Игры, развивающие физические способности. Бег с остановками и изменением направления.	2		
	Изучение позиционного нападения: без изменений позиций игроков + удар с сопротивлением.	2		
	Ведение, удар (перемещение мяча, остановка, удар по воротам)	2		
	Итоговое занятие. Сдача контрольных нормативов.	2		
	ИТОГО	68		

Календарно-тематическое планирование 4 класс

№	Тема занятия	Количество часов	Дата	
			План	Факт
1	Введение. История футбола	2	План	Факт
	Передвижения и остановки	2		
2	Передвижения боком, спиной вперёд, ускорение, остановки, повороты, старты из различных исходных положений.	2		
3	Комбинации из освоенных элементов техники передвижений (бег, остановки, повороты, рывки)	2		
	Удары по мячу	2		
4	Удары по неподвижному и катящемуся мячу внутренней стороной стопы и средней частью подъема	2		
5	Удары по катящемуся мячу внутренней частью подъема	2		
6	Удары по неподвижному мячу внешней частью подъема	2		
7	Удары по катящемуся мячу внешней стороной подъема, носком	2		
8	Удары по летящему мячу внутренней стороной стопы	2		
9	Удары по летящему мячу серединой подъема	2		
10	Удары по летящему мячу боковой частью лба	2		
11	Удары по воротам различными способами на точность попадания мячом в цель	2		
12	Угловой удар. Подача мяча в штрафную площадь	2		
	Остановка мяча	2		

13	Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой	2		
14	Остановка катящегося мяча внешней стороной стопы	2		
15	Остановка мяча грудью	2		
16	Остановка летящего мяча внутренней стороной стопы	2		
	Ведение мяча и обводка	2		
17	Ведение мяча внешней и внутренней стороной стопы по прямой, с изменением направления и скорости ведения правой и левой ногой (без сопротивления защитника)	2		
18	Ведение мяча с пассивным сопротивлением защитника	2		
19	Ведение мяча с активным сопротивлением защитника	2		
20	Обводка с помощью обманных движений (финтов)	2		
21	Ведение мяча с пассивным сопротивлением защитника	2		
22	Ведение мяча с активным сопротивлением защитника	2		
23	Обводка с помощью обманных движений (финтов)	2		
24	Ведение мяча с пассивным сопротивлением защитника	2		
25	Ведение мяча с активным сопротивлением защитника	2		
	Вбрасывание мяча	2		
26	Вбрасывание мяча из-за боковой линии с места и с шагом	2		
	Игра вратаря	2		
27	Ловля катящегося мяча	2		
28	Ловля мяча, летящего навстречу	2		
29	Ловля мяча сверху в прыжке	2		
30	Отбивание мяча кулаком в прыжке	2		
31	Ловля мяча в падении (без фазы полёта)	2		
	Выполнение комбинаций из освоенных элементов техники перемещений и владение мячом			
32	Ведение, удар (перемещение мяча, остановка, удар по воротам)	2		
	Тактика игры	2		
33	Тактика свободного нападения	2		
34	Позиционные нападения без изменения позиций	2		
	ИТОГО	68		

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Примерная программа спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва (этапы: спортивно-оздоровительный, начальной подготовки, учебно-тренировочный). – М.: Советский спорт, 2005.
2. Справочник учителя физической культуры/П.А. Киселёв, С.Б. Киселёва. – Волгоград: Учитель, 2011.
3. Фурманов А.Г., Болдырев Д.М. Волейбол. – М.: Физическая культура и спорт, 1983.
4. Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Теория и методика физического воспитания и спорта: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений. – 2-е изд., испр. и доп. – М.: Академия, 2001.