**МБОУ «СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА ИМ.М.М. РУДЧЕНКО С. ПЕРЕЛЮБ ПЕРЕЛЮБСКОГО РАЙОНА САРАТОВСКОЙ ОБЛАСТИ»**

|  |  |
| --- | --- |
| «Рассмотрено» |  «Утверждаю» |
| На педагогическом совете | Директор |
| Протокол №1  | МБОУ «СОШ им.  |
|  | М.М.Рудченко с. Перелюб» |
|  | \_\_\_\_\_\_\_\_\_Г.В. Мотин |
|  | Приказ № 395 |
| От «30» августа 2024 года | «30» августа 2024 года |

**Спортивной секции «Футбол» (девочки)**

**Направление: «Спортивно-оздоровительное»**

**Возраст детей: девочки 7-8 лет**

**Срок реализации программы: 1 год**

**Программа адаптирована.**

**Автор: Решитько В.Л., Суворов В.В.**

**Количество часов в год: 68 ч.**

**Для 1-2 классов**

 2024 – 2025 учебный год

**Пояснительная записка.**

 **Нормативно-правовая база.**

 Программа спортивной секции «футбол» для 1-2 классов разработана в соответствии:

- с требованиями федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования (Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования. - М.: Просвещение, 2011);

- с рекомендациями Примерной программы по физической культуре (Примерная программа по физической культуре. 1-4 классы. - М.: Просвещение, 2011 год);

- с авторской программой «Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов» (В. И. Лях, А. А. Зданевич. - М.: Просвещение, 2010):

Рабочий план составлен с учетом следующих нормативных документов:

* Федеральный закон «О физической культуре и спорте в РФ» от 04.12.2007г. №329-ФЗ (ред. От 21.04 2011г.).
* Национальная доктрина образования в РФ. Постановление Правительства РФ от 04.10.2000г. № 751.
* Базисный учебный план общеобразовательных учреждений РФ. Приказ МО РФ от 09.03.2004г. № 1312 (ред. От 30.08.2011г.).
* Стратегия развития физической культуры и спорта на период до 2020г. Распоряжение правительства РФ от. 07.08.2009г. № 1101-р.
* О продукции мониторинга физического развития обучающихся. Письмо Минобрнауки РФ от 29.03.2010г. № 06-499.
* О Концепции Федеральной целевой программы развития образования на 2011-2015гг. Распоряжение правительства РФ от 07.02.2011г. №163-р.

**Назначение** данной программы – спортивно-оздоровительное.

**Актуальность** программы состоит в том, что в настоящее время значительная часть школьников занимается физическими упражнениями лишь на уроках физической культуры. Поэтому одной из важнейших задач является привлечение как можно большего числа школьников к систематическим занятиям в различных секциях для повышения уровня физической подготовленности.

**Возрастная группа обучающихся, на которых ориентированы занятия.**

Программа предназначена для девочек в возрасте 7-8 лет.

Количество занимающихся в секции – до 20 человек.

Весь учебный материал программы рассчитан на последовательное и постепенное расширение теоретических знаний, практических умений и навыков игры в футбол.

**Объём часов, отпущенных на занятия**

Программа предусматривает распределение учебно-тренировочного материала на 68 часов в год. Продолжительность занятий в секции – 2 раза в неделю по 1 часу.

Изучение программного материала рассчитано на 1 год.

**Целью** занятий в секции являются: разносторонняя подготовка и овладение рациональной техникой игры в футбол; приобретение знаний, умений необходимых футболистам; воспитание трудолюбия, дисциплины, взаимопомощи, чувства коллективизма.

**Задачи**:

* укрепление здоровья и закаливание организма;
* привитие интереса к систематическим занятиям футболом;
* обеспечение всесторонней физической подготовки с преимущественным развитием быстроты, ловкости и координации движений;
* овладение техническими приёмами, которые наиболее часто и эффективно применяются в игре, и основами индивидуальной, групповой и командной тактики игры в футбол;
* освоение процесса игры в соответствии с правилами футбола;
* участие в соревнованиях по футболу;
* изучение элементарных теоретических сведений о личной гигиене, истории футбола, технике и тактике, правил игры в футбол.

**Форма и режим занятий.**

Все занятия, которые проводятся в секции, должны носить воспитывающий характер. Руководитель секции разъясняет занимающимся высокую идейную направленность Российской системы физического воспитания, большую государственную значимость её, подчёркивает повседневную заботу Российского правительства о развитии физической культуры и спорта в России. У занимающихся надо воспитывать уважение к товарищам, коллективные навыки, высокую сознательность, умение преодолевать трудности и другие морально-волевые качества.

Воспитанию занимающихся в секции способствуют чёткая организация проведения занятий, требовательность к выполнению упражнений, строгое выполнение правил и норм поведения на занятиях, соревнованиях и в бытовых условиях. Особую роль как средство воспитания играет личный положительный пример руководителя секции.

Одним из основных условий успешной организации учебно-тренировочных занятий секции футбола является наличие спортивного зала с простейшим подсобным оборудованием.

Изучение теоретического материала осуществляется в форме 10-15-минутных бесед, которые проводятся, как правило, в начале занятий (как часть комплексного занятия). Кроме того, теоретические сведения сообщаются занимающимся в процессе проведения практических занятий.

Руководитель секции, подбирая материал для занятий, должен наряду с новым обязательно включать в занятия упражнения, приёмы техники и тактики игры из ранее усвоенного учебного материала для его закрепления и совершенствования.

В секции по футболу занимающиеся должны получать элементарные навыки судейства игр по футболу и навыки инструктора-общественника.

Практические занятия по обучению судейству начинаются в средней группе после того, как усвоены правила игры. Учебным планом специальные часы на судейскую практику не предусматриваются. Обучение судейству осуществляется во время проведения двухсторонних учебных, тренировочных игр и соревнований. Каждый занимающийся должен уметь заполнить протокол соревнований, написать заявку, составить игровую таблицу, уметь организовать соревнования по футболу.

Инструкторская практика проводится не только в отведённое учебным планом время, но и в процессе учебно-тренировочных занятий. Задача инструкторской практики – научить подавать строевые команды, правильно показывать и объяснять упражнения, самостоятельно проводить занятия с группой.

Практические занятия по физической, технической и тактической подготовке проводятся в форме игровых занятий по общепринятой методике. Физическая подготовка направлена на развитие физических способностей организма, ей в занятиях отводится значительное место. Выделяют общую и специальную физическую подготовку. Общая физическая подготовка предусматривает всестороннее развитие физических способностей, специальная – развитие качеств и функциональных возможностей, специфичных для футболистов.

Цель специальной физической подготовки – достичь выполнения сложных приёмов владения мячом на высокой скорости, улучшить манёвренность и подвижность футболиста в играх, повысить уровень его морально-волевых качеств. В зависимости от возрастных особенностей в планировании занятий по физической подготовке делают акцент на воспитание определённых физических качеств. Для эмоциональности занятий рекомендуется широко применять игры, эстафеты и игровые упражнения, включать элементы соревнований, использовать футбольные мячи.

Следует учитывать, что в процессе занятий, имеющих основную направленность на совершенствование техники и тактики игры, развиваются одновременно и физические способности занимающихся. В учебных играх и соревнованиях по футболу у занимающихся совершенствуется весь комплекс подготовки, необходимый футболисту: его техническая, тактическая, физическая и волевая подготовка.

Формирование навыков в технике владения мячом – одна из задач всесторонней подготовки футболиста. На всех этапах занятий идёт непрерывный процесс обучения технике футбола и совершенствования её.

Обучая подопечных технике владения мячом, очень важно создать у них правильное зрительное представление изучаемого технического приёма.

Обучение технике игры в футбол является наиболее сложным и трудоёмким процессом, поэтому на него отводится программой большая часть времени. Важно довести до сознания каждого занимающегося, что для овладения техникой игры требуется большая настойчивость, прилежание и трудолюбие.

Для эффективности обучения техническим приёмам игры необходимо широко использовать учебное оборудование: отражающие стенки, стойки для обводки, переносные мишени, подвесные мячи, переносные ворота.

Руководитель секции должен следить за развитием у занимающихся физических качеств, а также за уровнем их технической подготовки. Для этого не менее 2 раз в год проводятся испытания по следующим контрольным нормативам, и выявляется уровень физической подготовленности занимающихся.

**Предполагаемая результативность курса.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № | Наименование | Возраст |
| 7 | 8 |
| 1. Общая физическая подготовка |
|  | Бег 15 м (сек) | 2,7 | 2,6 |
|  | Бег 30 м (сек) | 7,0 | 6,0 |
|  | Бег 60 м (сек) | 10,5 | 10,0 |
|  | Бег 400 м (мин) | 2.30 | 2.20 |
|  | Бег 1000 м (мин) | 6.00 | 5.45 |
|  | Челночный бег 10х30 м (сек) | 58,0 | 56,0 |
|  | Бег 6 мин. | 1000 | 1100 |
|  | Десятикратный прыжок с ноги на ногу (м) | 17 | 19 |
|  | Прыжок с места (м) | 130 | 140 |
|  | 2. Специальная физическая подготовка |
| 1 | Бег 30 м (с мячом, сек) | 5,6 | 5,4 |
| 2 | Челночный бег 30 м х 5 раз (с мячом)  | 33,0 | 31,0 |
| 3 | Доставание подвешенного мяча (см) | 25 | 30 |
| 4 | Удары на дальность (м) | 20-15 | 25-20 |
|  | 3. Техническая подготовка |
| 1 | Удары на точность 30/40м по 10 раз | 13 | 14 |
| 2 | Жонглирование | 15 | 25 |
| 3 | Ведение 30 м, обводка 5-ти стоек через 6 м (сек) | 12,0 | 10,5 |

После первого года обучения занимающийся в секции ожидает, что он наберёт достаточный уровень общей физической, приобретёт навыки и умения игры в футбол, расширит кругозор и знания по судейству игры в футбол.

|  |
| --- |
| **Знать:*** значение правильного режима дня юного спортсмена;
* разбор и изучение правил игры в футбол;
* роль капитана команды, его права и обязанности;
* правила использования спортивного инвентаря.
 |
| **Уметь:*** контролировать и регулировать функциональное состояние организма при выполнении физических упражнений, добиваться оздоровительного эффекта и совершенствования физических кондиций;
* управлять своими эмоциями;
* владеть игровыми ситуациями на поле;
* уметь владеть техникой передвижений, остановок, поворотов, а также техникой ударов по воротам.
 |

**Учебно-тематический план занятий по футболу.**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Тема** | **Количество часов** | **Перечень УУД обучающихся** |
| **теория** | **практика** | **ВСЕГО** |  |
|  | Физическая культура и спорт в России. | 1 | - |  | Овладеть знаниями о физической культуре и основными понятиями, сформировать представление о видах спорта в нашей стране и об их развитии. |
|  | Гигиенические знания и навыки. Закаливание. | 1 | - | *1* | Получить элементарные знания о гигиене, овладеть навыками ведение ЗОЖ, в частности путем закаливания. |
|  | Правила игры в футбол. | 2 | - | *2* | Изучить правила спортивной игры футбол. Выработка умения работать с различными источниками информации. |
|  | Место занятий, оборудование. | 1 | - | *1* | Выработать навык правильного обустройства места проведения занятий, подготовку инвентаря и оборудования до и после занятий. Самоконтроль и взаимоконтроль. |
|  | Общая и специальная физическая подготовка. | 2 | 16 | *18* | Самосовершенствование, воспитание волевых качеств, умения преодолевать физические и психологические нагрузки. |
|  | Техника игры в футбол. | 3 | 21 | *24* | Выработка навыка самоконтроля и оптимального решения двигательной задачи |
|  | Тактика игры в футбол. | 3 | 11 | *14* | Выработка целеполагания, самоконтроля, видения ситуации и выбора оптимального разрешения поставленных задач |
|  | Участие в соревнованиях по футболу. | - | 2 | *2* | Воспитание чувств коллективизма, взаимопомощи, взаимовыручки, умения работать в команде. |
|  | Медицинское обследование. | - | 2 | *2* | Саморегуляция, самоконтроль, умение следить за своим здоровьем и организмом |
|  | Контрольные испытания. | - | 3 | *3* | Умение сконцентрироваться для прохождения испытаний, выработка самоконтроля и волевых качеств |
| **ИТОГО:** | **13** | **57** | **68** |  |

**Краткое описание содержания программного материала.**

**(1-й год обучения.)**

**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. Чемпионат и кубок Росси по футболу.

**Гигиенические знания и навыки. Закаливание.** Личная гигиена: уход за кожей, волосами, ногтями, полостью рта. Вред курения. Общий режим дня школьника. Значение правильного режима дня юного спортсмена.

Использование естественных факторов природы (солнце, воздух, вода) в целях закаливания организма. Обтирание, обливание и ножные как гигиенические и закаливающие процедуры. Правила купания.

**Правила игры в футбол.** Разбор и изучение правил игры в футбол. Роль капитана команды, его права и обязанности.

**Места занятий оборудование.** Площадка для игры в футбол, её устройство, разметка. Подготовка площадки для занятий и соревнований по футболу. Специальное оборудование: стойки для подвески мячей, щиты стационарные и переносные для ударов.

**Общая и специальная физическая подготовка.** Утренняя гигиеническая гимнастика школьника. Ознакомление с упрощёнными правилами игры в ручной мяч, баскетбол, хоккей. Подготовка к сдаче контрольных испытаний.

*Практические занятия*. *Общеразвивающие упражнения без предметов.* Поднимание и опускание рук в стороны и вперёд, сведение рук вперёд и разведение, круговые вращения, сгибание и разгибание рук в упоре на высоте пояса. Наклоны туловища вперёд и в стороны; то же, в сочетании с движениями рук. Круговые движения туловища с различным положением рук (на поясе, за головой, вверх). Поднимание и вращение ног в положении лёжа на спине. Полуприседание и приседание с различными положениями рук. Выпады вперёд, назад и в стороны с наклонами туловища и движениями рук. Прыжки в полуприседе. Переход из упора присев в упор лёжа и снова и снова в упор присев. Упражнения на формирование правильной осанки.

*Упражнения с набивным мячом.* (масса 1 – 2 кг.) Броски мяча друг другу двумя руками от груди, из-за головы снизу. Подбрасывание мяча вверх и ловля его; то же, с поворотом кругом. Наклоны и повороты туловища в сочетании с различными положениями и движениями рук с мячом. Перекатывание набивного мяча друг другу ногами в положении сидя.

*Акробатические упражнения.* Кувырок вперёд с шага. Два кувырка вперёд. Кувырок назад из седа. Длинный кувырок вперёд. Стойка на лопатках перекатом назад из упора присев. Перекаты вперёд и назад в положение лёжа, прогнувшись. «Мост» из положения лёжа на спине. «Полушпагат». *Упражнение в висах и упорах.* Из виса хватом сверху подтягивание: 2 подхода по 2 – 4 раза, 2 – 3 подхода по 3 – 5 раз. Из упора лёжа на гимнастической скамейке сгибание и разгибание рук: два подхода по 2 – 4 раза, 2 – 3 подхода по 3 – 5 раз.

*Лёгкоатлетические упражнения.* Бег с ускорением до 60 м. Бег с высокого старта до 60 м. Бег по пересечённой местности (кросс) до 1500 м. Бег медленный до 20 мин. Бег повторный до 6 х 30 м. и 4 х 50 м. Бег 300 м.

Прыжки с разбега в длину (310-340 см.) и в высоту (95-105 см.). Прыжки с места в длину.

Метание малого (теннисного) мяча: в цель, на дальность (с места и с подхода шагом).

*Подвижные игры и эстафеты:* «Бой петухов», «Удочка», «Сильный бросок», «Борьба за мяч», «Не давай мяч водящему», «Квадрат». Эстафеты с бегом, преодолением препятствий, переноской набивных мячей.

*Спортивные игры*. Ручной мяч, баскетбол по упрощённым правилам.

*Специальные упражнения для развития быстроты.* Упражнения для развития стартовой скорости. По сигналу (преимущественно зрительному) рывки на 5-10 м. из различных исходных положений: стоя лицом, боком и спиной к стартовой линии, из приседа, широкого выпада, седа.

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: после быстрого бега быстро резко замедлить бег или остановиться, затем выполнить новый рывок в том же или другом направлении.

*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».

**Техника игры в футбол.** Классификация и терминология технических приёмов игры в футбол. Прямой и резаный удар по мячу. Точность удара. Траектория полёта мяча после удара. Анализ выполнения технических приёмов и их применения в конкретных игровых условиях: ударов по мячувнутренней и внешней частьюподъёма, внутренней стороной стопы, ударов серединой лба; остановок мяча подошвой, внутренней сторонойстопы и грудью; ведение мяча внутренней и внешней частью подъёма, внутренней стороной стопы; обманных движений (ложная и действительная фазы движения); отбор мяча – перехватом, выбиванием мяча, толчком соперника; вбрасывание мяча из положения шага. Анализ выполнения технических приёмов игры вратаря: ловли, отбивания кулаком, броска мяча рукой; падения перекатом; выбивание мяча с рук.

*Практические занятия*. **Техника передвижения**. Бег: по прямой, изменяя скорость и направление; приставным и скрестным шагом (влево и вправо). Прыжки вверх толчком двух ног с места и толчком одной и двух ног с разбега. Повороты во время бега налево и направо. Остановки во время бега (выпадом и прыжками на ноги).

*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: ноги партнёру, ворота, цель, на ходу двигающемуся партнёру.

*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: в определённую цель на поле, в ворота, партнёру.

*Остановка мяча*. Остановка мяча подошвой и внутренней стороной катящегося и опускающегося мяча – на месте, в движении вперёд и назад, подготавливая мяч для последующих действий. Остановка внутренней стороной стопы и грудью летящего мяча – на месте, в движении вперёд и назад, опуская мяч в ноги для последующих действий.

*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 (выполняя ускорения и рывки), не теряя контроль над мячом.

*Обманные движения* (финты). Обучение финтам: после замедления бега или остановки – неожиданный рывок с мячом (прямо или в сторону): во время ведения внезапная отдача мяча назад откатывая его подошвой партнёру, находящемуся сзади; показать ложный замах ногой для сильного удара по мячу – вместо удара захватить мяч ногой и уйти с ним рывком; имитируя передачу партнёру, находящемуся слева, перенести правую ногу через мяч и, наклонив туловище влево, захватить мяч внешней частью подъёма правой ноги и резко уйти вправо, этот же финт в другую сторону.

*Отбор мяча.* Перехват мяча – быстрый выход на мяч с целью опередить соперника, которому адресована передача мяча. Отбор мяча в единоборстве с соперником, владеющим мячом, - выбивая и останавливая мяч ногой в выпаде.

*Введение мяча из-за боковой линии.* Введение мяча на точность (с ограничением по времени): под правую и левую ногу партнёру, на ход партнёру.

*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. Ловля катящегося и низко летящего навстречу и несколько в сторону мяча без падения. Ловля высоко летящего навстречу и в сторону мяча без прыжка (с места и с разбега). Ловля катящегося и летящего в сторону низкого, на уровне живота, груди мяча с падением перекатом. Быстрый подъём с мячом на ноги после падения.

Отбивание мяча одним кулаком без прыжка и в прыжке (с места и с разбега).

Бросок мяча одной рукой из-за плеча на точность.

Выбивание мяча ногой: с земли (по неподвижному мячу) и с рук (с воздуха по выпущенному из рук и подброшенному перед собой мячу) на точность.

**Тактика игры в футбол**. Понятие о тактике и тактической комбинации. Характеристика игровых действий: вратаря, защитников и нападающих. Коллективная и индивидуальная игра, их сочетание. Индивидуальные и групповые тактические действия. Командная тактика игры в футбол.

*Практические занятия. Упражнения для развития умения «видеть* *поле»*. Выполнение заданий по зрительному сигналу (поднятая вверх или в сторону рука, шаг вправо или влево): во время передвижения шагом или бегом – подпрыгнуть, имитировать удар ногой; во время ведения мяча – повернуться кругом и продолжить ведение или сделать рывок вперёд на 5 м. Несколько игроков на ограниченной площади водят в произвольном направлении свои мячи и одновременно наблюдают за партнёрами, чтобы не столкнуться друг с другом.

**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. Применение различных способов обводки (с изменением скорости и направления движения с мячом, изученные финты) в зависимости от игровой ситуации.

*Групповые действия.* Взаимодействие двух и более игроков. Уметь точно и своевременно выполнить передачу в ноги партнёру, на свободное место, на удар; короткую или среднюю передачи, низом или верхом. Комбинация «игра в стенку».

Выполнять простейшие комбинации при стандартных положениях: начале игры, угловом, штрафном и свободном ударах, введении мяча (не менее одной по каждой группе).

**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», ввести мяч в игру открывшемуся партнёру, занимать правильную позицию при угловом, штрафном и свободном ударах вблизи своих ворот.

Учебные и тренировочные игры, применяя в них изученный программный материал.

**Календарно-тематическое планирование**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Наименование раздела** | **№ по разделам** | **Тема занятия** | **Кол-во часов** | **Теор.** | **Практ.** | **Дата проведения** |
| **План** | **Факт** |
|  | ***Базовая техника (25 ч.)*** |  | Правила игры в футбол. Техника безопасности.  | 1 | 0,5 | 2 |  |  |
|  |  | Ведение мяча | 1 | 0,25 | 2 |  |  |
|  |  | Совершенствование ведения мяча | 1 | 0,25 | 2 |  |  |
|  |  | Приём и передача мяча | 1 | 0,25 | 2 |  |  |
|  |  | Совершенствование приёма и передачи мяча | 1 | 0,25 | 2 |  |  |
|  |  | Дриблинг футболиста | 1 | 0,25 | 2 |  |  |
|  |  | Взаимодействия игроков в защите | 1 | 0,25 | 2 |  |  |
|  |  | Взаимодействия игроков в нападении | 1 | 0,25 | 2 |  |  |
|  |  | Розыгрыш стандартных положений – штр. и своб. удары | 1 | 0,25 | 2 |  |  |
|  |  | Розыгрыш углового удара | 1 | 0,25 | 2 |  |  |
|  |  | Угловой удар – действия защиты. | 1 | 0,25 | 2 |  |  |
|  |  | Угловой удар – действия нападения. | 1 | 0,25 | 2 |  |  |
|  |  | Техника удара по мячу | 1 | 0,25 | 2 |  |  |
|  |  | Удар по мячу на силу | 1 | 0,25 | 2 |  |  |
|  |  | Удар по мячу на точность | 1 | 0,25 | 2 |  |  |
|  |  | Удар по катящемуся мячу | 1 | 0,25 | 2 |  |  |
|  |  | Удар по мячу после ведения | 1 | 0,25 | 2 |  |  |
|  |  | Совершенствование техники удара по мячу | 1 | 0,25 | 2 |  |  |
|  |  | Передачи мяча | 1 | 0,25 | 2 |  |  |
|  |  | Розыгрыш аута | 1 | 0,25 | 2 |  |  |
|  |  | Отбор мяча у соперника | 1 | 0,25 | 2 |  |  |
|  |  | Остановка летящего мяча стопой | 1 | 0,25 | 2 |  |  |
|  |  | Остановка летящего мяча бедром | 1 | 0,25 | 2 |  |  |
|  |  | Игра головой | 1 | 0,25 | 2 |  |  |
|  |  | Обманные действия – ложный пас, ложный выпад | 1 | 0,25 | 2 |  |  |
|  | ***Взаимодействия игроков в нападении (12 ч.)*** |  | Тактика свободного нападения | 1 | 0,25 | 2 |  |  |
|  |  | Роль фланговых игроков | 1 | 0,25 | 2 |  |  |
|  |  | Завершающие действия центральных игроков | 1 | 0,25 | 2 |  |  |
|  |  | Прорыв по флангу | 1 | 0,25 | 2 |  |  |
|  |  | Атака по фронту «веером» | 1 | 0,25 | 2 |  |  |
|  |  | Роль центрального игрока | 1 | 0,25 | 2 |  |  |
|  |  | Игра через центр | 1 | 0,25 | 2 |  |  |
|  |  | Пас назад | 1 | 0,25 | 2 |  |  |
|  |  | Длинный пас | 1 | 0,25 | 2 |  |  |
|  |  | Помощь в атаке игроков защиты | 1 | 0,25 | 2 |  |  |
|  |  | Выход 3 в 1 | 1 | 0,25 | 2 |  |  |
|  |  | Выход 2 в 1 | 1 | 0,25 | 2 |  |  |
|  | ***Взаимодействия игроков в защите (8 ч.)*** |  | Игра в защите - основы | 1 | 0,25 | 2 |  |  |
|  |  | Контратака – действия игроков защиты | 1 | 0,25 | 2 |  |  |
|  |  | Прессинг  | 1 | 0,25 | 2 |  |  |
|  |  | Взаимодействия игроков защиты и вратаря | 1 | 0,25 | 2 |  |  |
|  |  | Групповой отбор | 1 | 0,25 | 2 |  |  |
|  |  | Удержание мяча | 1 | 0,25 | 2 |  |  |
|  |  | Индивидуальные действия игроков защиты | 1 | 0,25 | 2 |  |  |
|  |  | Личная опека | 1 | 0,25 | 2 |  |  |
|  | ***Совершенствование базовой техники (10 ч.)*** |  | Футбол по упрощённым правилам | 1 | 0,25 | 2 |  |  |
|  |  | Ведение мяча | 1 | 0,25 | 2 |  |  |
|  |  | Приём и передача мяча | 1 | 0,25 | 2 |  |  |
|  |  | Дриблинг футболиста | 1 | 0,25 | 2 |  |  |
|  |  | Стандартные положения | 1 | 0,25 | 2 |  |  |
|  |  | Техника удара по мячу | 1 | 0,25 | 2 |  |  |
|  |  | Вбрасывание мяча | 1 | 0,25 | 2 |  |  |
|  |  | Отбирание мяча у соперника | 1 | 0,25 | 2 |  |  |
|  |  | Остановка летящего мяча | 1 | 0,25 | 2 |  |  |
|  |  | Обманные действия | 1 | 0,25 | 2 |  |  |
|  | ***Индивидуальные действия (6 ч.)*** |  | Игра головой | 1 | 0,25 | 2 |  |  |
|  |  | Обрыв атаки | 1 | 0,25 | 2 |  |  |
|  |  | Короткий пас | 1 | 0,25 | 2 |  |  |
|  |  | Длинный пас | 1 | 0,25 | 2 |  |  |
|  |  | Технические действия | 1 | 0,25 | 2 |  |  |
|  |  | Контроль мяча | 1 | 0,25 | 2 |  |  |
|  | ***Совместные действия (9 ч.)*** |  | Удержание мяча | 1 | 0,25 | 2 |  |  |
|  |  | Игра в одно касание | 1 | 0,25 | 2 |  |  |
|  |  | Взаимодействия игроков нападения и защиты | 1 | 0,25 | 2 |  |  |
|  |  | Контроль мяча | 1 | 0,25 | 2 |  |  |
|  |  | Взаимодействия игроков | 1 | 0,25 | 2 |  |  |
|  |  | Стандартные положения | 1 | 0,25 | 2 |  |  |
|  |  | Игра 5\*5 | 1 | 0,25 | 2 |  |  |

**Материально-техническая база школы для обеспечения занятий по программе «Футбол».**

Занятия будут проводиться на футбольной площадке и в школьном большом спортивном зале.

Имеются ворота установленных размеры и надежно закрепленные.

Для проведения тренировочных занятий имеется необходимый спортивный инвентарь: 15 скакалок, 10 футбольных мячей, 10 баскетбольных мячей, 10 волейбольных мячей, стойки для обводки, набивные мячи.

Санитарно-гигиенические условия удовлетворительные. Освещённость в нормах СанПиНа.

**Используемая литература:**

1. Решитько В.Л. «Техническая подготовка юных футболистов»: методические рекомендации-М.,1994.
2. СуворовВ.В. «Техническая подготовка юных футболистов на основе учета структуры соревновательной деятельности».