

Пояснительная записка

Программа «Футбол» относится к **физкультурно-спортивной направленности**.

По уровню освоения программа является **общекультурной**.

Актуальность программы определяется ее острой востребованностью в современных условиях, т.к. большинство существующих программ в основном направлены на реализацию в спортивных школах и имеют профессиональный характер, однако в рамках ОДОД таких программ недостаточно. В числе первоочередных задач, стоящих сегодня перед педагогами, родителями и всей общественностью, это необходимость создания таких условий, при которых школьники различного возраста смогли бы регулярно заниматься физическими упражнениями во внеурочное время; условий, способствующих повышению двигательной активности школьников, укреплению их здоровья, улучшению физической подготовленности, а следовательно, и подготовки подрастающего поколения к будущей военной и профессиональной деятельности. Одним из серьезных шагов на пути решения данной задачи, является создание учебно-методических комплексов и программ, в которых на сегодняшний день существует острая потребность, т.к. большинство существующих программ в основном направлены на реализацию в спортивных школах и имеют профессиональный характер, однако в рамках ОДОД таких программ недостаточно.

Отличительные особенности данной программы от уже существующих программ

Особенностью данной программы является упор на изучение новейших и современных тактических действий и методических приёмов, что позволяет достигнуть более высокого результата в игре, а также внедрение в процесс обучения активной психологической подготовки и воспитательной работы. Занятия позволяют объединять мальчиков и девочек в одну группу. Использование ИКТ помогает более точно отслеживать текущую успеваемость и проводить отбор для перехода на следующий этап обучения. Применение метода психорегуляции в тренировках и на соревнованиях ориентирует учащихся на достижение наивысших результатов в освоении игры и стремлению к победам.

Адресат программы. Программа предназначена для учащихся 5-6 классов. Объединение могут посещать все желающие при согласии родителей и наличии разрешения от врача, подтверждающего отсутствие противопоказаний к занятиям этим видом спорта.

Цели образовательной программы:

- формирование и развитие творческих способностей учащихся;
- обеспечение духовно-нравственного, гражданско-патриотического, военно-патриотического, трудового воспитания учащихся;
- формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья учащихся;

- профессиональное самоопределение учащихся;
- личностное развитие учащихся;
- подготовка спортивного резерва школы;
- социализация и адаптация учащихся к жизни в обществе;
- формирование общей культуры учащихся;
- выявление и поддержка талантливых и одаренных детей;
- выявление лучших спортсменов для выступления на соревнованиях.

Задачи образовательной программы:

Обучающие (предметные):

- освоить технику игры в футбол
- ознакомить с основами физиологии и гигиены спортсмена
- ознакомить с основами профилактики заболеваемости и травматизма в спорте
- ознакомить с основными задачами физической культуры и спорта в России.

Развивающие (метапредметные):

- содействие всесторонней физической подготовленности и укреплению здоровья занимающихся
- повышение уровня физической подготовленности
- совершенствование технико-тактического мастерства
- развитие мотивации обучающихся к познанию и творчеству

Воспитательные (личностные):

- подготовить физически крепких, с гармоничным развитием физических и духовных сил юных спортсменов
- воспитывать волевой характер, командный дух юных спортсменов, приобщить к общечеловеческим ценностям

воспитать социально активную личность, готовую к трудовой деятельности в будущем.

Условия реализации программы.

Условия набора и формирования группы. Для зачисления в группу учащийся должен предоставить заявление, установленной формы, от родителей (или законных представителей). Добор в группу проводится в течении всего учебного года. Количество учащихся в группе – 15 человек.

Планируемые результаты, получаемые учащимися в результате освоения программы.

Метапредметные

- самостоятельно определять цель своего обучения, формулировать для себя новые задачи в теоретической подготовке и практической игре;
- соотносить практические результаты с планируемыми;
- уметь оценивать правильность выполнения поставленной задачи, собственные

возможности ее решения;

- владеть основами самоконтроля, самооценки и осуществлять осознанный выбор дальнейших занятий;
- постоянно стремиться к дальнейшему овладению футбольной тактики;
- уметь организовывать сотрудничество и совместную деятельность с учащимися;
- понимать важность укрепления здоровья физического и нравственного.

Личностные

- осознание принадлежности к советской и русской футбольной школе, знание истории развития футбола, выдающихся футболистов;
- чувство ответственности и долга перед семьей, школой, городом, областью;
- ответственное отношение к обучению, выбор направления дальнейшей индивидуальной подготовки;
- уважительное отношение к деятельности футболистов, развитие опыта участия в соревнованиях;
- осознанное, уважительное и доброжелательное отношение к другому человеку, его мнению, мировоззрению, культуре, языку, вере, гражданской позиции;
- готовность и способность вести диалог с товарищами по объединению, педагогом, родителями и достигать в нем взаимопонимания;
- наличие духовно нравственного сознания и компетентности в решении моральных проблем на основе личностного выбора;
- сформированное нравственное поведение, осознанное и ответственное отношение к собственным поступкам;
- осознанное понимание значения семьи в жизни человека и общества, уважительное и заботливое отношение к членам семьи.

Предметные

Учащийся должен знать:

- основные положения правил игры;
- правила игры в футбол;
- основы стратегии – атака, защита.

уметь:

- применять на практике основные положения правил игры;
- находить ошибки у себя, противника или товарищей, связанные с правилами игры;
- использовать различные тактические приемы в игре;
- определять предпосылки для начала атаки или защиты.

Оценочные и методические материалы

Методическое обеспечение программы

Подготовка юного футболиста осуществляется путем обучения и тренировки, которые являются единым педагогическим процессом, направленным на формирование и закрепление определенных навыков, на достижение оптимального уровня физического развития и высоких спортивных результатов обучающимися. Успешное осуществление учебно-тренировочного процесса возможно при соблюдении принципа единства всех сторон подготовки, а именно, общефизической, специальной физической, технической, тактической и морально-волевой.

Успешное решение учебно-тренировочных задач возможно при использовании двух групп методов: общепедагогических и спортивных.

Общепедагогические или дидактические методы включают метод наглядности, систематичности, доступности, индивидуализации обучения при единстве требований, метод опережающего развития физических качеств по отношению к технической подготовке, метод раннего освоения сложных элементов, метод соразмерности, т.е. оптимального и сбалансированного развития физических качеств.

Спортивные методы включают: метод непрерывности и цикличности учебно-тренировочного процесса; метод максимальности и постепенности повышения требований; метод волнообразности динамики тренировочных нагрузок; метод избыточности, предполагающий применение тренировочных нагрузок, превосходящих соревновательные; метод моделирования соревновательной деятельности в тренировочном процессе.

Постановка задач, выбор средств и методов обучения едины по отношению ко всем занимающимся при условии соблюдения требований индивидуального подхода и глубокого изучения особенностей каждого занимающегося. Особо внимательно выявлять индивидуальные особенности обучающихся необходимо при обучении технике и тактике игры, предъявляя при этом одинаковые требования в плане овладения основной структурой технического и тактического приема.

В ходе учебно-тренировочного занятия осуществляется работа сразу по нескольким видам подготовки. Занятие включает обязательно общую и специальную физическую подготовку. На занятие может быть осуществлена работа по технической, тактической и морально-волевой подготовке юных спортсменов.

Разносторонняя физическая подготовка проводится на протяжении всего учебно-тренировочного процесса. Все упражнения делятся на общеразвивающие, подготовительные, подводящие и основные. Общеразвивающие и подготовительные упражнения направлены преимущественно на развитие функциональных особенностей организма, а подводящие и основные - на формирование технических навыков и тактических умений.

В процессе обучения техническим приемам используется сочетание метода целостного разучивания и разучивания по частям. Вначале технический прием изучают в целом, затем

переходят к составным частям и в заключение возвращаются к выполнению действия в целом. В процессе совершенствования техники происходит формирование тактических умений.

Диагностика результативности образовательного процесса

В целях объективного определения уровня подготовки обучающихся спортсменов и своевременного выявления пробелов в их подготовке целесообразно регулярно проводить комплексное тестирование юных спортсменов. Два раза в год (декабрь и май) в группе проводятся контрольные испытания по общей и специальной физической и технической подготовке. Оценка физического развития производится по общепринятой методике биометрических измерений. Уровень подготовленности обучающихся выражается в качественных показателях по технической, тактической, физической и теоретической подготовке.

Одним из методов контроля эффективности занятий в секции является участие учеников в учебных, контрольных и календарных играх. Контрольные игры проводятся регулярно в учебных целях. Календарные игры применяются с целью использования в соревновательных условиях изученных технических приемов и тактических действий. Календарные игры проводятся согласно плану игр районного и городского уровня.

Для определения уровня физической подготовленности занимающихся учитываются результаты испытаний на прыгучесть, быстроту перемещения, дальность метания набивных мячей и точность попаданий теннисным мячом, а также подтягивание из виса. Для определения уровня технической подготовленности используется упражнения на точность попадания мячом при передачах и ударах.

Большое значение имеет текущий контроль, в котором основное место занимает наблюдение за тем, как проходит овладение техническими и тактическими приемами, как обучающиеся применяют их в игре.

Кадровое и материально-техническое обеспечение программы.

Руководитель секции футбола – учитель первой категории Чепрасов Сергей Юрьевич.

Основной учебной базой для проведения занятий является спортивная площадка ГБОУ СОШ №16 с полем для футбола, а также спортивный зал.

- футбольные мячи – 15 шт.
- набивные мячи – 10 шт.
- перекладины для подтягивания в висе – 2 шт.
- гимнастические скакалки – 20 шт.
- футбольные ворота – 4 шт.
- гимнастические маты – 6 шт.
- гимнастические скамейки – 10 шт.
- гимнастическая стенка – 6 пролетов.

Особенности организации образовательного процесса.

Подготовка юного футболиста осуществляется путем обучения и тренировки, которые являются единым педагогическим процессом, направленным на формирование и закрепление определенных навыков, на достижение оптимального уровня физического развития и высоких спортивных результатов обучающимися. Успешное осуществление учебно-тренировочного процесса возможно при соблюдении принципа единства всех сторон подготовки, а именно, общефизической, специальной физической, технической, тактической и морально-волевой.

Основные соревнования, в которых учащимся будет предложено принять участие: Новогодний турнир ГБОУ СОШ №16 по футболу, районные соревнования «Мини-футбол в школу» и «Кожаный мяч».

Учебный план

№ п/п	Наименование разделов, тем	Всего часов	Из них	
			Теория	Практика
1.	Вводное занятия. Инструктаж по охране труда.	1	1	
2.	Теоретическая подготовка Вопросы гигиены и влияния занятий на организм. Основы знаний: история развития футбола в России и за рубежом. правила игры и основы судейства, порядок проведения соревнований по футболу.	2	2	
3.	Общефизическая подготовка Общеразвивающие упражнения Упражнения на снарядах и тренажёрах Спортивные и подвижные игры	15	2	13
4.	Специальная физическая подготовка Упражнения направленные на развитие силы Упражнения направленные на развитие быстроты сокращения мышц Упражнения направленные на развитие прыгучести Упражнения направленные на развитие специальной ловкости Упражнения направленные на развитие выносливости (скоростной, прыжковой, игровой)	19	3	16
5.	Техническая подготовка Закрепление защитной стойки. Перемещение приставным шагом. Удар по неподвижному мячу внутренней стороной стопы. Остановка катящегося мяча подошвой. Совершенствование перемещения приставным шагом. Закрепление удара по неподвижному мячу внутренней стороной стопы. Перемещение в защитной стойке спиной вперёд. Закрепление остановки катящегося мяча подошвой	26	2	24
6	Тактическая подготовка	6	1	5

	Виды атаки Тактика нападения и защиты.			
7	Итоговое занятие. Контрольные нормативы	2	1	1
	Итого:	72	12	60

Содержание программы

Основы знаний по футболу.

- Развитие футбола в России и за рубежом:

Развитие футбола в России. Значение и место футбола в системе физического воспитания. Российские соревнования по футболу: чемпионат и Кубок России. Участие российских футболистов в международных соревнованиях (первенство Европы, мира, Олимпийские игры). Российские и международные юношеские соревнования (чемпионат и Кубок России, «Юность», чемпионаты Европы и мира). Современный футбол и пути его дальнейшего развития. Российский футбольный союз ФИФА, УЕФА, лучшие российские команды, тренеры, игроки.

- Терминология элементов футбола:

Понятие о спортивной технике, стратегии, системе, тактике и стиле игры, понятие «зона», «персональная опека», «финты» и т.д.

- Строение и функции организма человека:

Краткие сведения о строении и функциях организма человека. Ведущая роль центральной и нервной системы в деятельности организма. Влияние занятий физическими упражнениями на организм занимающихся, совершенствование функций мышечной системы. Органов дыхания, кровообращения под воздействием регулярных занятий физическими упражнениями для закрепления здоровья, развития физических и достижения высоких спортивных результатов.

- Профилактика травматизма при занятиях футболом:

Врачебный контроль при занятиях футболом. Значение и содержание самоконтроля. Объективные данные самоконтроля: вес, спирометрия, кровяное давление. Субъективные данные: самочувствие, сон, работоспособность, настроение. Дневник самоконтроля. Понятие о «спортивной форме», утомлении, переутомлении. Меры предупреждения переутомления. Значение активного отдыха для спортсмена.

Понятие о травмах. Особенности спортивного травматизма. Причины травмы и их профилактика применительно к занятиям футболом. Оказание первой помощи (до врача). Раны и их разновидности.

Спортивный массаж. Общее понятие. Основные приемы массажа (поглаживание, растирание, разминание, поколачивание, потряхивание). Массаж до, во время и после тренировки и соревнований. Противопоказания к массажу.

Техника передвижений, остановок, поворотов и стоек.

- Стойка игрока.

- Перемещения в стойке приставными шагами боком.

- Перемещения в стойке приставными шагами спиной вперед.
- Ускорения, старты из различных положений.
- Комбинации из освоенных элементов техники передвижений (перемещения, остановки, повороты, ускорения).
- Бег «змейкой», «восьмеркой»
- Бег с чередованием передвижения лицом и спиной вперед.

Техника ударов по мячу и остановок мяча.

- Удары по неподвижному и катящему мячу внутренней стороной и средней частью подъема.
- Удары по катящему мячу носком, серединой лба (по летящему мячу).
- Удары по летящему мячу внутренней стороной стопы и средней частью подъема.
- Остановка катящего мяча внутренней стороной стопы и подошвой.
- Остановка мяча грудью.
- Удары по воротам указанными способами на точность (меткость) попадания мячом в цель.
- Передача мяча партнеру.
- Ловля низколетящего мяча вратарем.

Техника ведения мяча.

- Ведение мяча по прямой с изменением направления движения без сопротивления защитника ведущей и неведущей ногой.
- Ведение мяча по прямой с изменением скорости ведения без сопротивления защитника ведущей и неведущей ногой.
- Ведение мяча по прямой с изменением направления движения и скорости ведения с пассивным сопротивлением защитника.
- Ведение мяча по прямой с изменением направления движений и скорости ведения с активным сопротивлением защитника.
- Комбинации из основных элементов: ведение, удар (пас), прием мяча, остановка, удар по воротам.

Техника защитных действий.

- Зонная защита.
- Персональная защита.
- Смешанная защита.
- Тактические действия: взаимодействие игроков в нападении и защите – индивидуальные, групповые и командные действия.
- Вырывание, отбивание, бросание и выбивание мяча.

- Игра вратаря – при ловле низких, полуввысоких, высоких мячей.

- Перехват мяча.

Тактика и техника игры.

- Расстановка игроков на поле.

- Тактика свободного нападения.

- Тактические действия линий обороны и атаки:

а) индивидуальная тактика игрока;

б) коллективные тактические действия;

в) выбор места игрока;

г) создание численного перевеса при атаке;

д) отвлекающие действия игроков.

- Позиционное нападение без изменения позиций игроков.

- Позиционное нападение с изменением позиций игроков.

- Нападение в игровых заданиях 3:1, 3:2, 3:3, 2:1 с атакой и без атаки ворот.

- Игра по упрощенным правилам на площадках разных размеров.

- Игры и игровые задания 2:1, 3:1, 3:2, 3:3.

- Отличительные особенности в тактике от других спортивных игр (волейбол, баскетбол).

Соревнования, правила соревнований.

- Основные правила соревнований по футболу.

- Судейство игр.

- Эстафеты с элементами футбола.

Техническая и тактическая подготовка.

Техническая подготовка.

Техника передвижения. Бег обычный, спиной вперед скрестным и приставным шагом. Бег по прямой, дугами, изменением направления и скорости. Прыжки: вверх, вверх-вперед, вверх-назад, вверх-вправо, вверх-влево, толчком двумя ногами с места и толчком одной и двумя ногами с разбега. Для вратарей – прыжки в сторону с падением «перекатом». Повороты переступанием, прыжком, на опорной ноге, в стороны и назад, на месте и в движении. Остановки во время бега выпадом и прыжком.

Удары по мячу ногой. Удары внутренней стороной стопы, внутренней и средней частью подъема, по неподвижному и катящемуся (навстречу, от игрока, справа или слева) мячу. Удары по прыгающему и летящему мячу внутренней стороной стопы и средней частью подъема. Удары внешней частью подъема. Выполнение ударов после остановки, рывков; ведения, обманных движений, посылая мяч низом и верхом на короткое и среднее расстояние. Удары на

точность: в определенную цель на поле, в ворота в ногу партнеру, на ход двигающемуся партнеру.

Удары по мячу головой. Удары серединой лба без прыжка, в прыжке, с места и с разбега, по летящему навстречу мячу. Удары на точность: в определенную цель на поле, в ворота партнеру.

Остановка мяча. Остановка подошвой и внутренней стороной стопы катящего и опускающего мяча – на месте, в движении вперед и назад. Остановка внутренней стороной стопы, бедром и грудью летящего навстречу мяча. Остановки с переводом в стороны, подготавливая мяч для следующих действий и закрывая его туловищем от соперника.

Ведение мяча. Ведение внутренней и внешней частью подъема. Ведение правой и левой ногой по прямой и по кругу, а также меняя направление движения, изменяя скорость, выполняя ускорения и рывки, не теряя контроль над мячом.

Обманные движения (финты). Обманные движения «уход» (при атаке противника спереди умение показать туловищем движение в одну сторону и уйти с мячом в другую). Обманное движение «ударом» по мячу ногой (имитируя удар, уход от соперника вправо и влево). Обманные движения, уход выпадом и перенос ноги через мяч. Финты ударом ногой с убираем мяча под себя и с пропуском мяча партнеру «ударом головой». Обманные движения «остановкой во время ведения с наступанием и без наступания на мяч подошвой», «после передачи мяча партнером с пропуском мяча». Выполнение обманных движений в единоборстве с пассивным и активным сопротивлением.

Тактика игры вратаря: Основная стойка вратаря. Перемещение в воротах без мяча в сторону скрестным, приставным шагом, скачками. Ловля летящего навстречу и несколько в сторону вратаря на высоте груди и живота без прыжка и в прыжке, катящего и низко летящего навстречу и несколько в ворота мяча без падения и с падением. Ловля высоко летящего мяча и в сторону мяча без прыжка и в прыжке с места, на месте. Ловля летящего в сторону на уровне живота. Грудь мяча с падением перекатом. Быстрый подъем с мячом на ноги после падения. Отбивание мяча одной и двумя руками без прыжка и в прыжке; с места и разбега. Бросок мяча ногой: с земли (по неподвижному мячу) и с рук (с воздуха по выпущенному из рук и подброшенному перед собой мячу) на точность.

Отбор мяча. Отбор мяча при единоборстве с соперником ударом и остановкой мяча ногой в широком выпаде (полушпагат и шпагат) и в подкате.

Вбрасывание мяча. Вбрасывание мяча из различных исходных положений с места и после разбега. Вбрасывание мяча на точность и дальность.

Тактическая подготовка.

Тактика нападения.

Индивидуальные действия без мяча. Правильное расположение на футбольном поле. Умение ориентироваться, реагировать соответствующим образом на действие партнеров 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

видов 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 партнеру, на свободное место, на удар; короткую и среднюю передачи, низом или верхом. Комбинация «игра в стенку». Выполнять простейшие комбинации при стандартных положениях: начале игры, угловом, штрафном и свободном ударах, вбрасывании 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 по мячу или остановка) для перехвата мяча. Умение оценить игровую ситуацию и осуществить отбор мяча изученным способом.

Групповые действия. Противодействие комбинаций «стенка». Взаимодействие игроков при розыгрыше противником «стандартных» комбинаций.

Тактика вратаря. Уметь выбрать позицию в воротах при различных ударах в зависимости от «угла удара», разыгрывать удар от своих ворот, ввести мяч в игру (после ловли) открывшемуся партнеру, занимать правильную позицию при угловом, штрафном и свободном ударах вблизи своих ворот.

Календарно-тематическое планирование

№ занятия	Тема занятия	Даты занятий		Количество часов
		План	Факт	
1	Инструктаж по охране труда на занятиях футболом. Знакомство с группой. Введение в программу. Правила поведения. Техника безопасности. ОФП.			1
2	ОФП. Равномерно-переменный бег. Специальные беговые упражнения. СФП. Защитная стойка. Перемещение приставным шагом. Подвижная игра.			1
3	ОФП. Равномерный бег. Специальные беговые упражнения. ОРУ. СФП. Совершенствование защитной стойки. Закрепление перемещения приставным шагом.			1
4	ОФП. Специальные беговые упражнения. ОРУ. СФП. СП. Удар по неподвижному мячу внутренней стороной стопы. Остановка катящегося мяча подошвой. Совершенствование перемещения приставным шагом.			1
5	ОФП. Равномерный бег. СФП. Закрепление удара по неподвижному мячу внутренней стороной стопы. Перемещение в защитной стойке спиной вперед. Закрепление остановки катящегося мяча подошвой.			1
6	Специальные беговые упражнения. ОРУ. СФП. Совершенствование удара по неподвижному мячу внутренней стороной стопы. Закрепление перемещения в защитной стойке спиной вперед. Совершенствование остановки катящегося мяча подошвой.			1
7	ОФП. Повторный бег. Специальные беговые упражнения. ОРУ. СФП. Удар внешней частью подъема. Совершенствование перемещений в защитной стойке спиной вперед. Приём катящихся мячей внутренней стороной стопы.			1
8	ОФП. Равномерный бег. Специальные беговые упражнения. ОРУ. СФП. Закрепление удара внешней частью подъема. Закрепление приёма катящихся мячей внутренней стороной стопы.			1
9	ОФП. Равномерный бег. Специальные беговые упражнения. ОРУ. СФП. Совершенствование удара внешней частью подъема. Совершенствование приёма катящихся мячей внутренней стороной стопы.			1
10	ОФП. Интервальный бег. Специальные беговые упражнения. ОРУ. СФП. Удар носком. Удар серединой подъема.			1
11	ОФП. Равномерно-переменный бег. Специальные беговые упражнения. ОРУ. СФП. Закрепление удара носком. Закрепление удара серединой подъема.			1
12	ОФП. Интервальный бег. Специальные беговые упражнения. ОРУ. СФП. Совершенствование удара носком. Совершенствование удара серединой подъема.			1

13	ОФП. Равномерный бег. Специальные беговые упражнения. ОРУ. СФП. Ведение мяча внешней частью подъёма.			1
14	ОФП. Равномерный бег. Специальные беговые упражнения. ОРУ. СФП. Закрепление ведения мяча внешней частью подъёма.			1
15	ОФП. Равномерный бег. Специальные беговые упражнения. ОРУ. СФП. Совершенствование ведения мяча внешней частью подъёма.			1
16	ОФП. Равномерный бег. Специальные беговые упражнения. ОРУ. СФП. Удар-откидка мяча подошвой. Ведение мяча серединой подъёма.			1
17	ОФП. Равномерный бег. Специальные беговые упражнения. ОРУ. СФП. Закрепление удара-откидки мяча подошвой. Закрепление ведения мяча серединой подъёма.			1
18	ОФП. Равномерный бег. Специальные беговые упражнения. ОРУ. СФП. Совершенствование удара-откидки подошвой. Совершенствование ведения мяча серединой подъёма.			1
19	ОФП. Равномерный бег. Специальные беговые упражнения. ОРУ. СФП. Ведение мяча внутренней частью подъёма. Удар пяткой.			1
20	ОФП. Равномерный бег. Специальные беговые упражнения. ОРУ. СФП. Закрепление ведения мяча внутренней частью подъёма. Закрепление удара пяткой.			1
21	ОФП. Равномерный бег. Специальные беговые упражнения. ОРУ. СФП. Совершенствование ведения мяча внутренней частью подъёма. Совершенствование удара пяткой			1
22	ОФП. Равномерный бег. Специальные беговые упражнения. ОРУ. СФП. Удар-бросок стопой. Ведение внутренней стороной стопы.			1
23	ОФП. Равномерный бег. Специальные беговые упражнения. ОРУ. СФП. Закрепление удара-броска стопой. Закрепление ведения внутренней стороной стопы.			1
24	ОФП. Равномерный бег. Специальные беговые упражнения. ОРУ. СФП. Совершенствование удара-броска стопой. Совершенствование ведения внутренней стороной стопы.			1
25	ОФП. Равномерный бег. Специальные беговые упражнения. ОРУ. СФП. Ведение мяча носком. Приём катящихся мячей внутренней стороной стопы с переводом за спину.			1
26	ОФП. Равномерный бег. Специальные беговые упражнения. ОРУ. СФП. Закрепление ведения мяча носком. Закрепления приёма внутренней стороной стопы с переводом за спину.			1
27	ОФП. Равномерный бег. Специальные беговые упражнения. ОРУ. СФП. Совершенствование ведения мяча носком. Совершенствование приёма внутренней стороной стопы с переводом за спину.			1
28	ОФП. Равномерный бег. Специальные беговые упражнения. ОРУ. СФП. Ведение мяча подошвой.			1

	Приём летящих на высоте бедра мячей внутренней стороной стопы. Подвижная игра «Перестрелка»			
29	ОФП. Равномерный бег. Специальные беговые упражнения. ОРУ. СФП. Закрепление ведения мяча подошвой. Закрепление приёма летящих на высоте бедра мячей внутренней стороной стопы.			1
30	ОФП. Равномерный бег. Специальные беговые упражнения. ОРУ. СФП. Совершенствование ведения мяча подошвой. Совершенствование приёма летящих на высоте бедра мячей внутренней стороной стопы. Подвижная игра «Перестрелка»			1
31	ОФП. Равномерно-переменный бег. Специальные беговые упражнения. ОРУ. СФП. Приём опускающихся мячей серединой подъёма. Удар с лёту внутренней стороной стопы.			1
32	ОФП. Равномерный бег. Специальные беговые упражнения. ОРУ. СФП. Закрепление приёма опускающихся мячей серединой подъёма. Закрепление удара с лёту внутренней стороной стопы. Учебно-тренировочная игра			1
33	ОФП. Специальные беговые упражнения. ОРУ. СФП. Совершенствование приёма опускающихся мячей серединой подъёма. Совершенствование удару с лёту внутренней стороной стопы. Учебно-тренировочная игра			1
34	ОФП. Равномерный бег. Специальные беговые упражнения. ОРУ. СФП. Приём летящего на игрока мяча грудью. Удар слёту серединой подъёма.			1
35	ОФП. Равномерно-переменный бег. Специальные беговые упражнения. ОРУ. СФП. Закрепление приёма летящего на игрока мяча грудью. Закрепление удара с лёту серединой подъёма. Учебно-тренировочная игра			1
36	ОФП. Равномерный бег. Специальные беговые упражнения. ОРУ. СФП. Совершенствование приёма летящего на игрока мяча грудью. Совершенствование удара слёту серединой подъёма. Учебно-тренировочная игра			1
37	ОФП. Повторный бег. Специальные беговые упражнения. ОРУ. СФП. Приём опускающегося мяча бедром. Удар с лёту внешней частью подъёма. Учебно-тренировочная игра			1
38	ОФП. Равномерный бег. Специальные беговые упражнения. ОРУ. СФП. Закрепление приёма опускающегося мяча бедром. Закрепление удара с лёту внешней частью подъёма. Учебно-тренировочная игра			1
39	ОФП. Переменный. Специальные беговые упражнения. ОРУ. СФП. Совершенствование приёма опускающегося мяча бедром. Совершенствование удара с лёту внешней частью подъёма. Учебно-тренировочная игра			1
40	ОФП. Равномерный бег. Специальные беговые упражнения. ОРУ. СФП. Финт «уходом». Учебно-тренировочная игра			1

41	ОФП. Равномерный бег. Специальные беговые упражнения. ОРУ. СФП. Закрепление финта «уходом». Учебно-тренировочная игра			1
42	ОФП. Интервальный бег. Специальные беговые упражнения. ОРУ. СФП. Совершенствование финта «уходом». Учебно-тренировочная игра			1
43	ОФП. Равномерный бег. Специальные беговые упражнения. ОРУ. СФП. Финт «уходом с убираанием мяча внутренней частью подъёма». Учебно-тренировочная игра			1
44	ОФП. Равномерный бег. Специальные беговые упражнения. ОРУ. СФП. Закрепление финта «уходом с убираанием мяча внутренней частью подъёма». Учебно-тренировочная игра			1
45	ОФП. Равномерный бег. Специальные беговые упражнения. ОРУ. СФП. Совершенствование финта «уходом с убираанием мяча внутренней частью подъёма». Учебно-тренировочная игра			1
46	ОФП. Равномерный бег. Специальные беговые упражнения. ОРУ. СФП. Финт «уходом с ложным замахом на удар». Учебно-тренировочная игра			1
47	ОФП. Равномерный бег. Специальные беговые упражнения. ОРУ. СФП. Закрепление финта «уходом с ложным замахом на удар». Учебно-тренировочная игра			1
48	ОФП. Равномерный бег. Специальные беговые упражнения. ОРУ. СФП. Совершенствование финта «уходом с ложным замахом на удар». Учебно-тренировочная игра			1
49	ОФП. Равномерный бег. Специальные беговые упражнения. ОРУ. СФП. Финт «остановка мяча подошвой». Учебно-тренировочная игра			1
50	ОФП. Равномерный бег. Специальные беговые упражнения. ОРУ. СФП. Закрепление финта «остановка мяча подошвой». Учебно-тренировочная игра			1
51	ОФП. Равномерный бег. Специальные беговые упражнения. ОРУ. СФП. Совершенствование финта «остановка мяча подошвой». Учебно-тренировочная игра			1
52	Длительный переменный бег. ОФП. СФП. Финт «убирание мяча подошвой». Учебно-тренировочная игра			1
53	ОФП. Равномерный бег. Специальные беговые упражнения. ОРУ. СФП. Закрепление финта «убирание мяча подошвой». Учебно-тренировочная игра			1
54	ОФП. Равномерный бег. Специальные беговые упражнения. ОРУ. СФП. Совершенствование финта «убирание мяча подошвой». Учебно-тренировочная игра			1
55	ОФП. Равномерный бег. Специальные беговые упражнения. ОРУ. СФП. Финт «проброс мяча мимо соперника». Учебно-тренировочная игра			1
56	ОФП. Равномерный бег. Специальные беговые упражнения. ОРУ. СФП. Закрепление финта			1

	«проброс мяча мимо соперника». Учебно-тренировочная игра			
57	ОФП. Равномерный бег. Специальные беговые упражнения. ОРУ. СФП. Совершенствование финта «проброс мяча мимо соперника». Учебно-тренировочная игра			1
58	ОФП. Равномерный бег. Специальные беговые упражнения. ОРУ. СФП. Отбор мяча накладыванием стопы. Учебно-тренировочная игра			1
59	ОФП. Равномерный бег. Специальные беговые упражнения. ОРУ. СФП. Закрепление отбора мяча накладыванием стопы. Учебно-тренировочная игра			1
60	ОФП. бег. Специальные беговые упражнения. ОРУ. СФП. Отбор мяча выбиванием. Учебно-тренировочная игра			1
61	ОФП. Длительный равномерный бег. ОРУ. СФП. Закрепление отбора мяча выбиванием. Учебно-тренировочная игра			1
62	ОФП. Равномерный бег. Специальные беговые упражнения. ОРУ. СФП. Совершенствование отбора мяча выбиванием. Учебно-тренировочная игра			1
63	ОФП. Переменный бег. Специальные беговые упражнения. ОРУ. СФП. Отбор мяча перехватом. Учебно-тренировочная игра			1
64	ОФП. Равномерный бег. Специальные беговые упражнения. ОРУ. СФП. Закрепление отбора мяча перехватом. Учебно-тренировочная игра			1
65	ОФП. Интервальный бег. Специальные беговые упражнения. ОРУ. СФП. Совершенствование отбора мяча перехватом. Учебно-тренировочная игра			1
66	ОФП. Равномерно-переменный бег. Специальные беговые упражнения. Индивидуальные действия без мяча в атаке «открывание». Учебно-тренировочная игра			1
67	ОФП. Равномерный бег. Специальные беговые упражнения. Закрепление индивидуальных действий без мяча в атаке «открывание». Учебно-тренировочная игра			1
68	ОФП. Равномерный бег. Специальные беговые упражнения. ОРУ. СФП. Совершенствование индивидуальных действий без мяча в атаке «открывание». Учебно-тренировочная игра			1
69	Техническая подготовка. Итоговое занятие.			1
70	ОРУ. СФП. Учебно-тренировочная игра			1
71	Итоговое занятие. Игра футбол.			1
72	Итоговое занятие. Игра футбол.			1

Список литературы

Для педагога:

1. Андреев С.Н. Футбол в школе. – М.: ФиС, 1986. – 222 с.
2. Андреев С.Л. Футбол - твоя игра. - М.: Просвещение, 1989. - 144 с.
3. Богин М.М. Обучение двигательным действиям. – М.: Физкультура и спорт, 1985.
4. Годик М.А., Мосягин С.М., Швыков И.А. Поурочная программа подготовки юных футболистов 6-9 лет. – М.: Граница, 2008. – 272 с.
5. Годик М.А., Скородумова А.П. Комплексный контроль в спортивных играх. – М.: советский спорт, 2010.-336 с.
6. Годик М.А., Борознов Г.Л., Котенко Н.В., Малышев В.Н., Кулин Н.А., Российский С.А.Футбол: типовая учебно-тренировочная программа спортивной подготовки для детско – юношеских спортивных школ олимпийского резерва / Российский футбольный союз. – М.: Советский спорт, 2011. – 160 с.: ил.
7. Котенко Н.В. Акробатические упражнения в тренировках юных футболистов // Теория и методика футбола.-М.: Олимпия,2007.- С.10-12.
8. Кузнецов А.А. Футбол. Настольная книга детского тренера. – М.: Олимпия; Человек, 2007. (1 этап 8-10) – 111 с., (2 этап 11-12 лет) – 204 с.
9. Лапшин О.Б. Теория и методика подготовки юных футболистов. – М.: Человек, 2010. – 176 с.
10. Михалкин Г.П., Жданкин А.В. Футбол. – М.: ООО «издательство Астрель», ООО «Издательство АСТ», 2000. – 160 с.: ил. – (для мальчиков).
11. Мутко В.Л., Андреев С.Н., Алиев Э.Г. Мини-футбол–игра для всех – М. Советскийспорт, 2008.- 264 стр. Тунис Марк. Психология вратаря. – М.: Человек, 2010. – 128 с.

Для детей:

1. Клещёв Ю. Н., Фурманов А. Г. Юный футболист. Москва. «Физкультура и спорт» 1989.
2. Литвинов, Е.Н. Физкультура! Физкультура! / Е.Н. Литвинов, Г.И. Погадаев. – М.: Просвещение. 1999.
3. Мейксон, Г.Б. Физическая культура для 5-7 классов / Г.Б. Мейксон, Л.Е. Любимирский, Л.Б. Кофман, В.И. Лях. – М.: Просвещение, 1998.