Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя школа № 62

РАССМОТРЕНО

на заседании педагогического совета
протокол № 1 от 29.08.2022

УТВЕРЖДЕНО

приказом № 161 от 31.08.2022
директора МБОУ СШ № 62
_____ О.А. Жбанова

**Дополнительная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной
направленности «Мини-Футбол»**

Возраст обучающихся – 7-10 лет

Срок реализации – 1 год

Уровень программы - базовый

Составитель:

Кострыкин Валерий Иванович-
педагог дополнительного образования

2022-2023 учебный год

Программа по мини-футболу

Пояснительная записка

Данная программа разработана в соответствии со следующими нормативными документами, на основании которых осуществляется обучение в группе дополнительного образования «Мини – футбол»: Настоящая рабочая программа по физической культуре составлена на основе требований к результатам освоения основной общеобразовательной программы начального общего образования, с учетом преемственности на основании следующих нормативных правовых документов: Федерального закона от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации"; Приказа Министерства образования и науки РФ от 6 октября 2009г. № 373 "Об утверждении и введении в действие федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования" (С изменениями и дополнениями от: 26 ноября 2010 г., 22 сентября 2011 г., 18 декабря 2012 г., 29 декабря 2014 г., 18 мая, 31 декабря 2015 г.).

Актуальность

Актуальность программы состоит в том, что в настоящее время значительная часть школьников занимается физическими упражнениями лишь на уроках физической культуры. Слабая физическая подготовка не позволяет им успешно сдавать учебные нормативы по физической культуре в школе. Поэтому одной из важнейших задач, стоящих перед тренером является привлечение как можно большего числа школьников к систематическим занятиям в различных секциях для повышения уровня физической подготовленности. Данная программа отличается от других тем, что основой подготовки занимающихся в секции является не только технико–тактическая подготовка юных футболистов, но и общефизическая подготовка, направленная на более высокий показатель физического развития школьников. Расширяется кругозор и интерес занимающихся к данному виду спорта.

Цель и задачи

Игра в футбол (мини-футбол) направлена на всестороннее физическое развитие и способствует совершенствованию многих необходимых в жизни двигательных и морально-волевых качеств. Цель программы – научить обучающихся спортивной игре мини-футбол. Основными задачами программы являются: укрепления здоровья; содействие правильному физическому развитию; приобретение необходимых теоретических знаний; овладение основными приёмами техники и тактики игры; воспитание воли, смелости, настойчивости, дисциплинированности, коллективизма, чувства дружбы; привитие ученикам организаторских навыков; повышение специальной, физической, тактической подготовки школьников по мини-футболу; подготовка учащихся к соревнованиям по мини-футболу.

Срок реализации программы 1 года (1 учебный год равен 9 месяцев). На полное освоение одного года обучения потребуется 72 часа

Рабочая программа рассчитана на 72 часов и направлена на начальный уровень освоения навыков и умений игры в футбол. Программа рассчитана на мальчиков и девочек в возрасте от 7 до 10 лет. Обеспечивает непрерывность дополнительного образования. Программа построена по принципу изучения, углубления и повторения объема знаний, умений и навыков.

Формы занятий

Основная форма организации работы – учебно-тренировочное занятие. Наполняемость групп зависит от года обучения и может составлять от 15 до 20 человек. Режим занятий: 2 раза в неделю по 1 - 2 академических часа в зависимости от года обучения. Наряду с практическими

занятиями, проводятся и теоретические. Уровень подготовленности обучающихся к освоению содержания курса «Мини – футбол» - начальный. Форма получения знаний – очная. Вид занятий – групповой. Весь учебный материал программы распределён в соответствии с возрастным принципом комплектования учебной группы по футболу и рассчитан на последовательное и постепенное расширение теоретических знаний, практических умений и навыков. Для детей младшего школьного возраста необходимой является потребность в высокой двигательной активности. Он наиболее благоприятен для развития физических способностей - скоростных и координационных, а также способностей длительно выполнять циклические действия в режимах умеренной и большой интенсивности. Отличительной особенностью содержания данной программы от программ специализированных спортивных школ является количество часов и адаптация к школьным условиям работы на массовость, не на спортивное мастерство.

Методы и формы обучения

Основными формами проведения занятий спортивной секции являются: учебно - тренировочные занятия, соревнования. Большие возможности для учебно-воспитательной работы заложены в принципе совместной деятельности учителя и ученика. Занятия необходимо строить так, чтобы учащиеся сами находили нужное решение, опираясь на свой опыт, полученные знания и умения. Теоретические занятия проходят в процессе учебно-тренировочных занятий, где подробно разбирается содержание правил игры, игровые ситуации, жесты судей. Для повышения интереса занимающихся к занятиям по мини-футболу и более успешного решения образовательных, воспитательных и оздоровительных задач применяются разнообразные формы и методы проведения этих занятий. Словесные методы: создают у учащихся предварительные представления об изучаемом движении. Для этой цели используются: объяснение, рассказ, замечание, команды, указание. Наглядные методы: применяются главным образом в виде показа упражнения, наглядных пособий, видеофильмов. Эти методы помогают создать у учеников конкретные представления об изучаемых действиях. Практические методы: - методы упражнений; - игровой; - соревновательный; - круговой тренировки. Главным из них является метод упражнений, который предусматривает многократное повторение упражнений. Разучивание упражнений осуществляется двумя методами: - в целом; - по частям. Игровой и соревновательный методы применяются после того, как у учащихся образовались некоторые навыки игры. Метод круговой тренировки предусматривает выполнение заданий на специально подготовленных местах (станциях). Упражнения выполняются с учётом технических и физических способностей занимающихся. Формы обучения: индивидуальная, фронтальная, групповая, поточная.

Содержание рабочей программы

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

В разделе «Основы знаний» представлен материал по истории мини-футбола, правила соревнований.

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

В разделе «Техника и тактика игры» представлен материал, способствующий обучению техническими и тактическими приёмами игры. Содержание самостоятельной работы включает в себя выполнение комплексов упражнений для повышения общей и специальной физической подготовки.

Основные знания

Физическая культура и спорт в России. Важнейшие решения Российского

Правительства по вопросам развития физической культуры и спорта.

Массовый характер Российского спорта.

Рост спортивных достижений Российских спортсменов. Значение выступлений Российских спортсменов за рубежом для укрепления мира и дружбы между народами. Единая спортивная классификация и её значение для развития спорта в России.

Развитие футбола в России. Федерация футбола России. Обзор соревнований по футболу: первенство и кубок России среди команд мастеров. Международные соревнования с участием Российских команд. Лучшие Российские команды, тренеры, и футболисты.

Врачебный контроль. Задачи врачебного контроля над занимающимися физической культурой и спортом. Значение и содержание самоконтроля. Объективные данные самоконтроля: масса, динамометрия, спирометрия, пульс. Субъективные данные: самочувствие, сон, аппетит, работоспособность, утомляемость, настроение. Дневник самоконтроля. Причины травм на занятиях по мини-футболу и их предупреждение.

Правила игры, организация и проведение соревнований по мини-футболу. Изучение правил игры и пояснений к ним. Замечания, предупреждения и удаления игроков с поля.

Общая и специальная физическая подготовка.

Общеразвивающие упражнения без предметов. Маховые упражнения, круговые вращения рук в сочетании с движениями ног и туловища. Разгибание рук в упоре лёжа. Круговые движения туловищ, повороты и наклоны с одноимёнными движениями рук и ног, разноимённые движения на координацию. Отведение, приведение и маховые движения ноги вперёд, в стороны, назад.

Упражнения с набивным мячом (1 кг.). Броски набивного мяча одной и двумя руками через голову. Поднимание и опускание прямых ног с мячом, зажатым между ступнями, в положении лёжа на спине.

Акробатические упражнения. Кувырок вперёд. Кувырок назад в упор стоя ноги врозь из упора присев, из седа, из основной стойки. Переворот в сторону.

Легкоатлетические упражнения. Бег 30 м. на скорость. Повторный бег до 3 x 10 м., до 2 x 15 м. Бег медленный до 10 мин. Бег по пересечённой местности (кросс) до 800 м. Бег 200 и 500м. Прыжки в длину с места.

Подвижные игры. Игры с бегом на скорость, с прыжками в высоту и длину. Снайпер. Охотники и волки.

Спортивные игры. Баскетбол. Ручной мяч.

Специальные упражнения для развития быстроты. Бег на 10 – 15 м. из различных стартовых положений – сидя, бега на месте, лёжа. Ускорения на 15, 30 м. без мяча и с мячом. Бег прыжками. Бег с изменением направления до 180°. Бег боком и спиной вперёд (наперегонки). Обводка стоек. Рывок с мячом.

Специальные упражнения для развития ловкости. Прыжки со скакалкой. Прыжки с поворотом до 180°. Эстафеты с элементами акробатики. Жонглирование мячом.

Удары по мячу ногой. Удары внутренней стороной стопы по неподвижному и катящемуся мячу. Удары серединой и внешней частью подъёма по неподвижному и катящемуся мячу. Удары подъёмом по прыгающему и летящему мячу. Удары носком, пяткой (назад). Выполнение всех ударов по мячу, придавая ему различную по крутизне траекторию полёта и различное направление полёта. Удары в единоборстве. Удары на точность и дальность. Удар по воротам правой и левой ногой, с места и в движении.

Удары по мячу головой. Удары боковой частью лба без прыжка и в прыжке, с места и с разбега. Удары серединой и боковой частью лба в прыжке с пассивным сопротивлением. Удары на точность.

Остановка мяча. Остановка подошвой, внутренней стороной стопы катящегося и опускающегося мяча. Остановка грудью летящего мяча. Остановка мяча изученными способами, находясь в движении, с последующим ведением или передачей мяча.

Ведение мяча. Ведение мяча по прямой, змейкой, с изменением направлением в быстром темпе. Ведение мяча внутренней и внешней частью стопы, серединой подъёма и носком. Ведение мяча всеми изученными способами, увеличивая скорость движения.

Обманные движения (финты). Обучение финтам: при ведении показать остановку мяча подошвой (без касания или с касанием мяча подошвой) или удар пяткой назад – неожиданным рывком вперёд уйти с мячом; быстро отвести мяч подошвой под себя – рывком с мячом уйти вперёд; при ведении неожиданно остановить мяч и оставить его партнёру, который движется за спиной, а самому без мяча уйти вперёд, увлекая соперника («скрещивание»). Выполнение обманных движений в единоборстве. Обманные движения с места – движение влево, с уходом вправо и наоборот.

Отбор мяча. Обучение умению выбрать момент для отбора мяча, выполняя ложные движения и вызывая соперника, владеющего мячом, на определённые действия с мячом.

Техника игры вратаря. Ловля катящегося и летящего на различной высоте мяча на выходе из ворот без падения, с падением, в броске. Ловля опускающегося мяча. Отбивание (в сторону, за линию ворот) ладонями, пальцами рук в броске мячей, летящих и катящихся в сторону от вратаря. Перевод мяча через перекладину ворот ладонями (двумя, одной) в прыжке. Броски мяча одной рукой с боковым замахом и снизу. Броски рукой на точность и дальность.

Тактика игры в футбол. Понятие о тактической системе и стиле игры. Характеристика игровых действий футболистов команды при расстановке по схеме 1+2+2, 1+1+2+1. Разбор проведённых учебных игр: положительные моменты в ходе игры, ошибки, оценка игры каждого футболиста и команды в целом

Упражнения для развития умения «видеть поле». Игра в «пятнашки» в парах на ограниченной площади (играют 3 – 4 пары, постоянно наблюдают за движением других пар, чтобы не столкнуться), 8 – 6 игроков образуют круг и передают друг другу в одно касание два мяча (надо следить одновременно за двумя мячами, чтобы не передать их одному партнёру).

Индивидуальные действия. Противодействие маневрированию, т. е. осуществлять «закрывание» и препятствовать сопернику в получении мяча. Совершенствование в «перехвате» мяча. В зависимости от игровой обстановки применять отбор мяча изученным способом. Уметь противодействовать передаче, ведению и удару по воротам.

Групповые действия. Уметь взаимодействовать с партнёрами, используя короткие и средние передачи. Комбинации в парах: «стенка», «скрещивание». Начинать и развивать атаку из стандартных положений. Уметь взаимодействовать в обороне, осуществляя правильный выбор позиции и страховку партнёров. Уметь взаимодействовать в обороне при выполнении

противником стандартных комбинаций. Организация и построение «стенки». Комбинация с участием вратаря.

Командные действия. Уметь выполнять обязанности в атаке и обороне на своём игровом месте.

Тактика вратаря. Уметь организовать построение «стенки» при пробитии штрафного и свободного ударов вблизи своих ворот; играть на выходах из ворот при ловле катящихся и летящих на различной высоте мячей; подсказывать партнёрам по обороне, как занять правильную позицию; выполнять с защитниками комбинации при введении мяча в игру от ворот; введение мяча в игру, адресуя его свободному от опеки партнёру. Учебные и тренировочные игры, совершенствуя индивидуальные, групповые и командные тактические действия.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

№ п/п	Название раздела	Количество часов		
		Теория	Практика	Всего
1	Знакомство обучающихся друг с другом. Выявление уровня первичной подготовки детей в данном виде деятельности.	1		1
2	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.	1		1
3	Техническая подготовка	2	18	20
4	Тактическая подготовка	2	8	10
5	Общая физическая подготовка	2	12	14
6	Специальная физическая подготовка	2	8	10
7	Игровая подготовка		10	10
8	Соревнования		4	4
9	Итоговое занятие. Сдача контрольных нормативов		2	2
	Итого:	10	62	72

Календарно-тематическое планирование

№	Тема занятий	Кол-во часов	Дата проведения
1	Техника безопасности на занятиях по футболу. История возникновения футбола. Ведение мяча по прямой, змейкой. Подвижная игра Охотники и волки. Игра в мини-футбол	1	01.09.22
2	Ведение мяча внутренней и внешней частью стопы серединой подъёма и носком. Подвижная игра Снайпер. Игра в мини-футбол	1	06..09.22
3	Ведение мяча всеми изученными способами. Подвижная игра Снайпер. Игра в мини-футбол	1	08.09.22
4	Прыжки со скакалкой. Ведение мяча по прямой, змейкой, с изменением направлением в быстром темпе.	1	13.09.22

5	Ручной мяч. Бег на 10 – 15 м. из различных стартовых положений – сидя, бега на месте, лёжа. Ведение мяча по прямой, змейкой, с изменением направлением в быстром темпе. Игра в мини-футбол	1	15.09.22
6	Повторный бег до 3 x 10 м. Удары внутренней стороной стопы по неподвижному и катящемуся мячу. Подвижная игра Снайпер. Игра в мини-футбол	1	20.09.22
7	Прыжки со скакалкой. Удары внутренней стороной стопы по неподвижному и катящемуся мячу. Остановка подошвой, внутренней стороной стопы катящегося и опускающегося мяча. Игра в мини-футбол	1	22.09.22
8	Броски набивного мяча одной и двумя руками. Ведение мяча по прямой, змейкой, с изменением направлением в быстром темпе. Удары внутренней стороной стопы по неподвижному и катящемуся мячу. Подвижная игра Снайпер. Игра в мини-футбол	1	27.09.22
9	Ускорения на 15, 30 м. без мяча и с мячом. Удары внутренней стороной стопы по неподвижному и катящемуся мячу. Удар по воротам правой и левой ногой, с места и в движении. Игра в мини-футбол	1	29.09.22
10	Изучение правил игры и пояснений к ним. Жонглирование мячом. Удары подъёмом по прыгающему и летящему мячу. Ручной мяч. Игра в мини-футбол.	1	04.10.22
11	Прыжки со скакалкой. Удары внутренней стороной стопы по неподвижному и катящемуся мячу. Остановка подошвой, внутренней стороной стопы катящегося и опускающегося мяча. Игра в мини-футбол	1	06.10.22
12	Жонглирование мячом. Подвижная игра Охотники и волки. Удары подъёмом по прыгающему и летящему мячу. Игра в мини-футбол.	1	11.10.22
13	Бег на 10 – 15 м. из различных стартовых положений – сидя, бега на месте, лёжа. Ведение мяча. Обучение финтам. Обучение умению выбрать момент для отбора мяча. Удар по воротам. Игра в мини-футбол.	1	13.10.22
14	Прыжки со скакалкой. Баскетбол. Остановка мяча изученными способами, находясь в движении, с последующим ведением или передачей мяча. Игра в мини-футбол.	1	18.10.22
15	Повторный бег до 3 x 10 м. Обманные движения с места – движение влево, с уходом вправо и наоборот. Удар по воротам. Игра в мини-футбол.	1	20.10.22
16	Жонглирование мячом. Обучение финтам. Уметь взаимодействовать с партнёрами,		25.10.22

	используя короткие и средние передачи. Игра в мини-футбол.		
17	Бег на 10 – 15 м. из различных стартовых положений – сидя, бега на месте, лёжа. Кувырок вперёд. Обманные движения с места – движение влево, с уходом вправо и наоборот. Удар по воротам. Игра в мини- футбол.	1	27.10.22
18	Уметь взаимодействовать с партнёрами, используя короткие и средние передачи. Понятие о тактической системе и стиле игры. Характеристика игровых действий футболистов команды при расстановке по схеме 1 +2+2.	1	01.11.22
19	Прыжки со скакалкой. Комбинации в парах: «стенка». Противодействие маневрированию, т. е. осуществлять «закрывание» и препятствовать сопернику в получении мяча. Игра в мини-футбол.	1	03.11.22
20	Игра в «пятнашки» в парах на ограниченной площади. Обманные движения с места – движение влево, с уходом вправо и наоборот. Удар по воротам. Игра в мини-футбол.	1	08.11.22
21	Ускорения на 15 м. без мяча и с мячом. Комбинации в парах: «стенка». Обучение умению выбрать момент для отбора мяча. Удар по воротам. Игра в мини-футбол.	1	10.11.22
23	Жонглирование мячом. Обманные движения, отбора мяча Уметь взаимодействовать с партнёрами, используя короткие и средние передачи.	1	15.11.22
24	Ручной мяч. Повторный бег до 3 x 10 м. Характеристика игровых действий футболистов команды при расстановке по схеме 1 +2+2.	1	17.11.22
25	Игры с бегом на скорость. Обманные движения отбора мяча. Комбинации в парах: «стенка». Игра в мини-футбол.	1	22.11.22
26	Подвижная игра Снайпер. Ведение мяча всеми изученными способами, увеличивая скорость движения. Удары серединой и внешней частью подъёма по неподвижному и катящемуся мячу. Игра в мини-футбол.	1	24.11.22
27	Ускорения на 15 м. без мяча и с мячом. Удары серединой и внешней частью подъёма по неподвижному и катящемуся мячу. Уметь взаимодействовать с партнёрами, используя короткие и средние передачи.	1	29.11.22
28	Игра в «пятнашки» в парах на ограниченной площади (играют 3 – 4 пары, постоянно наблюдают за движением других пар, чтобы не столкнуться). Характеристика игровых действий футболистов команды при расстановке по схеме 1 +2+2.	1	01.12.22
29	Повторный бег до 3 x 10 м. Уметь взаимодействовать с партнёрами, используя	1	06.12.22

	короткие и средние передачи. Игра в мини-футбол.		
30	Характеристика игровых действий футболистов команды при расстановке по схеме 1 +2+2.	1	08.12.22
31	Товарищеская игра	1	13.12.22
32	Разбор проведённых учебных игр: положительные моменты в ходе игры, ошибки, оценка игры Охотники и волки. Обманные движения отбора мяча. Комбинации в парах: «стенка». Игра в мини-футбол.	1	15.12.22
33	Тестирование	1	20.12.22
34	Прыжки со скакалкой. Баскетбол. Остановка мяча изученными способами, находясь в движении, с последующим ведением или передачей мяча. Удар по воротам. Игра в мини-футбол.	1	22.12.22
35	Ручной мяч. Повторный бег до 3 x 10 м. Характеристика игровых действий футболистов команды при расстановке по схеме 1 +2+2.	1	27.12.22
36	Игра в мини-футбол.	1	29.12.22
37	Разбор проведённых учебных игр: положительные моменты в ходе игры, ошибки, оценка игры Ручной мяч. Жонглирование мячом. Обманные движения отбора мяча. Игра в мини-футбол.	1	10.01.23
38	Совершенствуя индивидуальные, групповые и командные тактические действия. Удар по воротам. Игра в мини-футбол.	1	12.01.23
39	Ручной мяч. Обманные движения Уметь взаимодействовать в обороне, осуществляя правильный выбор позиции и страховку партнёров. Игра в мини-футбол.	1	17.01.23
40	Повторный бег до 3 x 10 м. Удары серединой и внешней частью подъёма по неподвижному и катящемуся мячу. Подвижная игра Снайпер. Игра в мини-футбол.	1	19.01.23
41	Совершенствуя индивидуальные, групповые и командные тактические действия. Удар по воротам. Игра в мини-футбол.	1	24.01.23
42	Игра в «пятнашки» в парах на ограниченной площади (играют 3 – 4 пары, постоянно наблюдают за движением других пар, чтобы не столкнуться). Характеристика игровых действий футболистов команды при расстановке по схеме 1 +2+2.	1	26.01.23
43	Повторный бег до 3 x 10 м. Остановка мяча изученными способами, находясь в движении, с последующим ведением или передачей мяча. Начинать и развивать атаку из стандартных положений. Игра в мини-футбол.	1	31.01.23
44	Жонглирование мячом. Уметь взаимодействовать в обороне при выполнении	1	02.02.23

	противником стандартных комбинаций. Игра в мини-футбол.		
45	Понятие о тактической системе и стиле игры. Характеристика игровых действий футболистов команды при расстановке по схеме 1+1+2+1.	1	07.02.23
46	Понятие о тактической системе и стиле игры. Характеристика игровых действий футболистов команды при расстановке по схеме 1+1+2+1.	1	09.02.23
47	Понятие о тактической системе и стиле игры. Характеристика игровых действий футболистов команды при расстановке по схеме 1+1+2+1.	1	14.02.23
48	Подвижная игра Снайпер. Повторный бег до 3 x 10 м. Жонглирование мячом. Уметь взаимодействовать в обороне, осуществляя правильный выбор позиции и страховку партнёров.	1	16.02.23
49	Игра в мини-футбол.	1	21.02.23
50	Разбор проведённых учебных игр: положительные моменты в ходе игры, ошибки, оценка игры Ручной мяч. Жонглирование мячом. Обманные движения отбора мяча. Игра в мини-футбол.	1	28.02.23
51	Подвижная игра Снайпер. Бег на 10 – 15 м. из различных стартовых положений – сидя, бега на месте, лёжа. Кувырок вперёд. Удары серединой и внешней частью подъёма по неподвижному и катящемуся мячу. Игра в мини-футбол.	1	02.03.23
52	Лучшие Российские команды, тренеры, и футболисты. Прыжки в длину с места. Быстро отвести мяч подошвой под себя – рывком с мячом уйти вперёд; при ведении неожиданно остановить мяч и оставить его партнёру, который движется за спиной, а самому без мяча уйти вперёд, увлекая соперника («скрещивание») Удар по воротам	1	07.03.23
53	Начинать и развивать атаку из стандартных положений. Уметь взаимодействовать в обороне при выполнении противником стандартных комбинаций.	1	09.03.23
54	Начинать и развивать атаку из стандартных положений. Уметь взаимодействовать в обороне при выполнении противником стандартных комбинаций.	1	14.03.23
55	Уметь взаимодействовать с партнёрами, используя короткие и средние передачи. Комбинации в парах: «стенка», «скрещивание». Игра в мини-футбол.	1	16.03.23
56	Игра в мини-футбол.	1	21.03.23
57	Разбор проведённых учебных игр: положительные моменты в ходе игры, ошибки, оценка игры каждого футболиста и команды в целом. 8 – 6 игроков образуют круг и передают	1	23.03.23

	друг другу в одно касание два мяча (надо следить одновременно за двумя мячами, чтобы не передать их одному партнёру). Удар по воротам правой и левой ногой, с места и в движении. Игра в мини-футбол.		
58	Ручной мяч. Бег прыжками. Бег с изменением направления до 180° Удары серединой и внешней частью подъёма по неподвижному и катящемуся мячу. Удары подъёмом по прыгающему и летящему мячу. Игра в мини-футбол.	1	28.03.23
59	Жонглирование мячом. Ведение мяча всеми изученными способами, увеличивая скорость движения. Обучение финтам. Отбор мяча. Игра в мини-футбол.	1	30.03.23
60	Прыжки со скакалкой. Удары на точность и дальность. Удар по воротам правой и левой ногой, с места и в движении. Игра в мини-футбол.	1	04.04.23
61	Ручной мяч. Остановка мяча изученными способами, находясь в движении, с последующим ведением или передачей мяча. Удар по воротам. Игра в мини-футбол.	1	06.04.23
62	Эстафеты с элементами акробатики. Комбинации в парах: «стенка», «скрещивание». Уметь противодействовать передаче, ведению и удару по воротам. Игра в мини-футбол.	1	11.04.23
63	Жонглирование мячом. Игры с бегом на скорость, с прыжками в высоту и длину. Комбинация с участием вратаря. Удар по воротам.	1	13.04.23
64	Уметь выполнять обязанности в атаке и обороне на своём игровом месте. Характеристика игровых действий футболистов команды при расстановке по схеме 1+1+2+1.	1	18.04.23
65	Уметь выполнять обязанности в атаке и обороне на своём игровом месте. Характеристика игровых действий футболистов команды при расстановке по схеме 1+1+2+1.	1	20.04.23
66	Уметь выполнять обязанности в атаке и обороне на своём игровом месте. Характеристика игровых действий футболистов команды при расстановке по схеме 1+1+2+1.	1	25.04.23
67	Уметь выполнять обязанности в атаке и обороне на своём игровом месте. Характеристика игровых действий футболистов команды при расстановке по схеме 1+1+2+1.	1	02.05.23
68	Уметь выполнять обязанности в атаке и обороне на своём игровом месте. Характеристика игровых действий футболистов команды при расстановке по схеме 1+1+2+1.	1	11.05.23
69	Игра в «пятнашки» в парах на ограниченной площади (играют 3 – 4 пары, постоянно	1	16.05.23

	наблюдают за движением других пар, чтобы не столкнуться). Начинать и развивать атаку. Уметь взаимодействовать в обороне. Игра в мини-футбол.		
70	Жонглирование мячом. 8 – 6 игроков образуют круг и передают друг другу в одно касание два мяча (надо следить одновременно за двумя мячами, чтобы не передать их одному партнёру). Удар по воротам. Игра в мини-футбол.	1	18.05.23
71	Тестирование	1	23.05.23
72	Жонглирование мячом. Охотники и волки. Игра в мини-футбол.	1	25.05.23

7. Планируемые результаты и способы проверки

В конце изучения рабочей программы планируется снижение уровня заболеваемости детей, социальной адаптации учащихся, формирование коммуникативных способностей, то есть умение играть в команде. Формирование здорового образа жизни учащихся, участие в общешкольных, районных и краевых мероприятиях, качественное освоение практических и теоретических навыков игры в футбол (мини-футбол), привитие любви к спортивным играм.

Способы проверки результатов

Педагогический контроль и оценка подготовки подготовленности учащихся группы являются важными элементами, определяющими эффективность процесса обучения и тренировки. Для получения объективной информации планируется использовать педагогическое наблюдение и тестирование. Метод тестирования дает возможность оценить уровень подготовленности учащихся группы, прирост их физического развития и совершенствования технического мастерства. Контроль осуществляется по таблице нормативов, разработанной школой на основе Примерной программы спортивной подготовки для Детско-юношеских спортивных школ, специализированных Детско-юношеских школ олимпийского резерва. Умения и навыки проверяются во время участия учащихся в соревнованиях различного уровня по мини – футболу. Подведение итогов по технической и общефизической подготовке 2 раза в год (декабрь, май), учащиеся выполняют контрольные нормативы.

Примерные нормативные требования по общей физической подготовке

	Контрольные упражнения	7лет	8лет	9лет	10лет
1	Бег 30 м с высокого старта сек.	6,8	6,4	6,2	6,0
2	Челночный бег, 3*10 м, сек.	9,8	9,5	9,3	9,0
3	6-минутный бег, м	-	-	-	-
4	Прыжок в длину с места, см		150	160	170
5	Отжимания из упора на полу, раз	4	5	6	8

Примерные нормативные требования по специальной подготовке

	Контрольные упражнения	7лет	8лет	9лет	10лет
1	Жонглирование мяча ногами (поочередно правой и левой ногой), раз	6	8	10	12
2	Жонглирование мяча головой, раз	-	-	4	6
3	Бег, 30 м с ведением мяча, с	-	7,0	6, 9	6, 5
4	Ведение мяча по «восьмерке», с	+	+	+	+
5	Удар ногой по неподвижному мячу в цель, число попаданий	2	2	3	3

Спортивное оборудование и инвентарь

1. Скамейки гимнастические; 2. Маты гимнастические; 3. Стенка гимнастическая; 4. Перекладина навесная; 5. Палки и обручи гимнастические; 6. Скакалки; 7. Мячи набивные; 8. Ворота футбольные; 9. Мячи футбольные;

Список использованной литературы

1. Примерные программы по учебным предметам. Начальная школа. В 2 ч. Ч.2, 3-е изд. - М.: Просвещение (Стандарты второго поколения), 2010 2. Примерные программы по учебным предметам. Физическая культура. 5-9 классы. – М.: Просвещение, (Стандарты второго поколения), 2010 3. Физическая культура. 1-11 классы: комплексная программа физического воспитания учащихся, В.И.Лях, А.А. Зданевич; Волгоград: Учитель, 2012 4. Внеурочная деятельность учащихся. «Футбол». Работаем по новым стандартам. Г.А. Колодницкий, В.С. Кузнецов, М.В. Маслов., М.: Просвещение, 2011 5. Спорт в школе. Футбол. И.А. Швыков. «Терра спорт», Москва 2002 6. Шаг за шагом. Все о тренировке юного футболиста. М. Мукиан, Д. Дьюрст., М.: Астрель АСТ, 2007 7. Общеразвивающие упражнения. И.П. Залетаев, С.А. Полиевский. Москва: «Физкультура и спорт», 2002 8. Подвижные игры 1-4 классы, А.Ю.Патрикеев; Москва: ВАКО, 2007. 9. Физическая культура. Упражнения и игры с мячами. Г.А. Колодницкий, В.С. Кузнецов, Москва «Издательство НЦ ЭНАС» 2006 10. Физическая культура. В.И. Лях., М.: Просвещение, 2009