КОМИТЕТ ПО ОБРАЗОВАНИЮ АДМИНИСТРАЦИИ ГОРОДА УЛАН-УДЭ

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ

ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

«ДОМ ТВОРЧЕСТВА ОКТЯБРСКОГО РАЙОНА ГОРОДА УЛАН-УДЭ»

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Принята на заседании методического совета от « » 2023г. Протокол № \_\_\_\_\_\_\_\_\_ | Принято на Педагогическом совете Протокол № от «\_\_\_»\_\_\_\_\_2023 г. | Утверждено:  приказом №\_\_\_\_\_\_\_\_ от «\_\_\_\_\_» \_\_\_\_2023 г Директор МБУ ДО «ДТОР» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  Н. Ю. Антипова |

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа**

**физкультурно-спортивной направленности по мини-футболу**

**на 2023-24 учебный год**

Составитель:

Педагог дополнительного образования

Батодамбаев Б.Б.

**Пояснительная записка**

Программа физического воспитания учащихся образовательной школы по мини-футболу направлена на содействие улучшению здоровья учащихся и на этой основе обеспечения нормального физического развития растущего организма и разностороннюю физическую подготовленность. Приобретение учащимися необходимых знаний, умений, навыков для самостоятельного использования физических упражнений, закаливающих средств и гигиенических требований с целью поддержания высокой работоспособности во всех периодах жизни, а также воспитания навыков для самостоятельных занятий и умения вести здоровый образ жизни. Развивать физические качества, необходимые для овладения игрой мини-футбол, придерживаться принципов гармоничности, прикладной, оздоровительной направленности учебного процесса. Данная программа направлена на привитие учащимися умения правильно выполнять основные технические приемы и тактические действия, обеспечение разносторонней физической подготовки. Программа призвана подготовить детей к сдаче учебных нормативов по физической и технической подготовке в соответствии с их возрастом, сообщить элементарные теоретические сведения.

**Актуальность**

В наше время в жизни современного школьника существует проблема гиподинамии. Такая ситуация, о которой уже не один день бьют тревогу педагоги, врачи и ученые, опасна, прежде всего, создающимся дефицитом двигательной активности. Естественно, что в условиях повышенной учебной нагрузки и дефицита двигательной активности учащихся важнейшую роль играет эффективная организация физкультурно-оздоровительной работы в школе, в том числе во внеурочное время. Вот почему наиболее эффективных средств физкультурно-оздоровительной работы со школьниками во внеурочное время мини-футбол занимает видное место. Развивает двигательную активность, улучшает сердечно-сосудистую и дыхательную систему, укрепление иммунной системы организма.

**Цели и задачи**

Каждое занятие физической культуры должно иметь ясную целевую направленность, конкретные и четкие педагогические задачи, которые определяют его содержание, выбор методов, средств обучения и воспитания, способов организации учащихся. Обучение школьников игре в мини-футбол – педагогический процесс, направленный на укрепление здоровья занимающихся, развитие их физических качеств и освоение технико-тактических приемов игры. **Целью** обучения игре в мини-футбол является содействие всестороннему развитию личности посредством формирования физической культуры школьника.

Достижение цели физического воспитания и, в частности, мини-футбола, обеспечивается решением основных **задач**, направленных на:

1) закаливание детей;

2) содействие гармоничному развитию личности;

3) содействие воспитанию нравственных и волевых качеств у учащихся;

4) привитие навыков здорового образа жизни;

5) воспитание потребности и умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями;

6) обучение двигательным навыкам и умениям;

7) приобретение теоретических знаний в области физической культуры и спорта, в т.ч. мини-футбола;

8) развитие двигательных умений и навыков;

9) умения выполнять технические приемы мини-футбола в соответствии с возрастом;

10) играть мини-футбол, применяя изученные тактические приемы.

Отличительные особенности данной дополнительной образовательной программы:

1) укрепление здоровья;

2) развитие коммуникативных компетенций.

**Задачи первого года обучения:**

- приобщение детей к здоровому образу жизни,

- обучение общеразвивающим упражнениям на растяжку и гибкость,

- укрепление здоровья детей,

- привитие любви к занятиям по футболу.

**Задачи второго года обучения:**

-совершенствование общего физического развития детей,

- укрепление здоровья и закаливания организма,

- овладение основными техническими приемами футбола,

- определение каждому юному футболисту игрового амплуа,

- приобщение к соревновательной деятельности.

**Задачи третьего года обучения:**

- общая физическая подготовка детей,

- совершенствование специальной физической подготовки детей,

- прочное овладение основными техническими приемами,

- прочное овладение групповыми тактическими действиями,

- расширение соревновательной деятельности.

**Возраст детей** – младший (9-11 лет), средний, или подростковый (12-15 лет)

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.

В подростковом возрасте в основном завершается формирование всех функциональных систем. На этот возраст приходится период продолжающегося совершенствования моторных способностей, больших возможностей в развитии двигательных качеств. Быстро улучшаются координационные, силовые и скоростно-силовые способности.

**Сроки реализации** программы – три года.

**Форма обучения** - групповая.

**Режим занятий** – в зависимости от года обучения, возраста и подготовки

обучающихся:

- 1 год обучения (учащиеся 3 и 4 класса) по 2 часа в неделю в форме тренировок, практических занятий, соревнований.

- 2 год обучения (учащиеся 5 и 6 класса) по 3 часа в неделю в форме тренировок, практических занятий, соревнований.

- 3 год обучения (учащиеся 7 класс) по 4 часа в неделю в форме тренировок, практических занятий, соревнований, выездных спортивных мероприятий.

**Методы обучения** – групповой, соревновательный.

**Ожидаемые результаты:**

1. Занятия будут иметь оздоровительный эффект, так как они проводятся на свежем воздухе.

2. Дети овладеют техническими приемами и тактическими взаимодействиями, научатся играть в мини-футбол.

3. Итоги реализации программы подводятся на районах и городских соревнованиях по результатам занятых мест.

**Учащиеся должны знать** и иметь представление:

1) об особенностях зарождения, истории мини-футбола;

2) о физических качествах и правилах их тестирования;

3) основы личной гигиены, причины травматизма при занятиях мини-футболом и правила его предупреждения;

4) основы судейства игры мини-футбол.

**Учащиеся должны уметь:**

1) выполнять по физической подготовке в соответствии с возрастом;

2) владеть тактико-техническими приемами мини-футбола;

3) уметь организовать самостоятельные занятия мини-футболом, а также, с группой товарищей;

4) организовывать и проводить соревнования по мини-футболу в классе, во дворе, в оздоровительном лагере и другое.

**УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН**

**1 год обучения**

**(2 часа в неделю)**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№**  **пп** | **Название темы** | | **Общее количество часов** | **Теория** | **Практика** |
| 1 | Вводное занятие | | 1 | 1 | - |
| 2 | Врачебный контроль | | 2 | 2 | - |
| 3 | Самоконтроль | | 2 | 1 | 1 |
| 4 | Техника безопасности | | 2 | 2 | - |
| 5 | Судейство | | 2 | - | 2 |
| 6 | Ведение мяча | | 5 | - | 5 |
| 7 | Прием мяча | | 2 | - | 2 |
| 8 | Игра головой | | 2 | - | 2 |
| 9 | Удары по мячу | | 5 | - | 5 |
| 10 | Отбор мяча | | 5 | - | 5 |
| 11 | Силовая подготовка | | 7 | - | 7 |
| 12 | Скоростная подготовка | | 7 | - | 7 |
| 13 | Развитие выносливости | | 7 | - | 7 |
| 14 | Развитие ловкости и координации | | 7 | - | 7 |
| 15 | Тактика игры | | 8 | 2 | 6 |
| 16 | Теоритическая подготовка | | 8 | - | 8 |
| **ИТОГО:** | | | **72** | **8** | **64** |
| **ИТОГО:** | | **Содержание: 36 недель х 2 = 72 часа**  **Организационные мероприятия: 2 х 2 = 4 часа**  **Всего: 76 часа** | | | |

**УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН**

**2 год обучения**

**(3 часа в неделю)**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№**  **пп** | **Название темы** | | **Общее количество часов** | **Теория** | **Практика** |
| 1 | Вводное занятие | | 1 | 1 | - |
| 2 | Врачебный контроль | | 2 | 2 | - |
| 3 | Самоконтроль | | 3 | 1 | 2 |
| 4 | Техника безопасности | | 2 | 2 | - |
| 5 | Судейство | | 3 | - | 3 |
| 6 | Ведение мяча | | 10 | - | 10 |
| 7 | Прием мяча | | 3 | - | 3 |
| 8 | Игра головой | | 3 | - | 3 |
| 9 | Удары по мячу | | 10 | - | 10 |
| 10 | Отбор мяча | | 8 | - | 8 |
| 11 | Силовая подготовка | | 10 | - | 10 |
| 12 | Скоростная подготовка | | 11 | - | 11 |
| 13 | Развитие выносливости | | 10 | - | 10 |
| 14 | Развитие ловкости и координации | | 10 | - | 10 |
| 15 | Тактика игры | | 12 | 2 | 10 |
| 16 | Теоритическая подготовка | | 10 | - | 10 |
| **ИТОГО:** | | | **108** | **8** | **100** |
| **ИТОГО:** | | **Содержание: 36 недель х 3 = 108 час**  **Организационные мероприятия: 2 х 3 = 6 час**  **Всего: 114 час** | | | |

**УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН**

**3 год обучения**

**(4 часа в неделю)**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№**  **пп** | **Название темы** | | **Общее количество часов** | **Теория** | **Практика** |
| 1 | Вводное занятие | | 1 | 1 | - |
| 2 | Врачебный контроль | | 2 | 2 | - |
| 3 | Самоконтроль | | 4 | 1 | 3 |
| 4 | Техника безопасности | | 2 | 2 | - |
| 5 | Судейство | | 4 | - | 4 |
| 6 | Ведение мяча | | 10 | - | 10 |
| 7 | Прием мяча | | 4 | - | 4 |
| 8 | Игра головой | | 4 | - | 4 |
| 9 | Удары по мячу | | 13 | - | 13 |
| 10 | Отбор мяча | | 10 | - | 10 |
| 11 | Силовая подготовка | | 14 | - | 14 |
| 12 | Скоростная подготовка | | 14 | - | 14 |
| 13 | Развитие выносливости | | 14 | - | 14 |
| 14 | Развитие ловкости и координации | | 14 | - | 14 |
| 15 | Тактика игры | | 18 | 4 | 14 |
| 16 | Теоритическая подготовка | | 16 | - | 16 |
| **ИТОГО:** | | | **144** | **10** | **134** |
| **ИТОГО:** | | **Содержание: 36 недель х 4 = 144 часа**  **Организационные мероприятия: 2 х 4 = 8 час**  **Всего: 152 часа** | | | |

**Тематическое планирование на 1 год обучения.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № | Содержание материала | Количество часов |
| 1,2 | ПТБ\*. Бег. ОРУ\*\* совершенствование техники передвижений, остановок, поворотов и стоек | 2 |
| 3,4 | Тестирование. ОРУ техника нападений. Игра. | 2 |
| 5,6 | ПТБ Бег. ОРУ специальные упражнения, техника нападений | 2 |
| 7,8 | ПТБ. ОРУ техника нападений, игра | 2 |
| 9,10 | ПТБ. Бег. ОРУ специальные упражнения, техника нападений, игра | 2 |
| 11,12 | ПТБ. Бег. ОРУ специальные упражнения, техника защиты, игра. | 2 |
| 13,14 | ПТБ. Бег. ОРУ специальные упражнения, передача мяча, техника защиты, игра. | 2 |
| 15,16 | ПТБ. Бег. ОРУ техника защиты, игра. | 2 |
| 17,18 | ПТБ. Бег. ОРУ специальные упражнения, техника передвижений, остановок, поворотов, игра на внимание. | 2 |
| 19,20 | ПТБ. Бег. ОРУ специальные упражнения, техника передвижений, техника передвижений, поворотов, остановок, игра. | 2 |
| 21,22 | ПТБ. Бег. ОРУ специальные упражнения, эстафеты, игра. | 2 |
| 23,24 | ПТБ. Бег. ОРУ специальные упражнения, техника ведения мяча, игра. | 2 |
| 25,26 | ПТБ. Бег. ОРУ техника ударов по мячу. Игра | 2 |
| 27,28 | ПТБ. Бег. ОРУ удары по мячу в ворота, игра. | 2 |
| 29,30 | ПТБ. Бег. ОРУ специальные упражнения, техника защитных действий ( действия против игрока без мяча с мячом выбивание, отбор, перехват), игра. | 2 |
| 31,32 | ПТБ. Бег. ОРУ специальные упражнения, техника защитных действий ( действия против игрока без мяча с мячом выбивание, отбор, перехват), игра. | 2 |
| 33,34 | ПТБ. Бег. ОРУ специальные упражнения, техника ударов по мячу и остановок мяча, игра. | 2 |
| 35,36 | ПТБ. Бег. ОРУ специальные упражнения, техника ведения мяча, (варианты ведения мяча без сопротивления и с сопротивлением защитника), игра. | 2 |
| 37,38 | ПТБ. Бег. ОРУ специальные упражнения, тактические действия: (индивидуальные, групповые и командные тактические действия в нападение и защиты), игра. | 2 |
| 39,40 | ПТБ. ОРУ контрольная игра. | 2 |
| 41,42,43 | ПТБ. Бег. ОРУ специальные упражнения, тактические действия; индивидуальные в защите. Командные действия в нападении. | 3 |
| 44 | ПТБ. ОРУ контрольная игра. | 1 |
| 45,46 | ПТБ. Бег. ОРУ специальные упражнения, развитие координационных способностей. Игра. | 2 |
| 47,48 | ПТБ. Бег. ОРУ специальные упражнения, комплексное развитие психомоторных способностей, игра. | 2 |
| 49,50 | ПТБ. Бег. ОРУ специальные упражнения, комплексное развитие психомоторных способностей, игра. | 2 |
| 51,52 | ПТБ. Бег. ОРУ специальные упражнения, овладение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей, игры. | 2 |
| 53,54 | ПТБ. на занятиях, контрольная игра. | 2 |
| 55,56,57 | ПТБ. Бег. ОРУ закрепление техники перемещений, владение мячом и развитие координационных способностей. | 3 |
| 58,59 | ПТБ. Бег. ОРУ освоение тактики игры, игра  «снайперы» | 2 |
| 60,61 | ПТБ. Бег. ОРУ контрольная игра. | 2 |
| 62,63 | ПТБ. Бег. ОРУ специальные упражнения, освоение тактики игры, игра на внимание. | 2 |
| 64,65,66 | ПТБ. Бег. ОРУ игра по упрощенным правилам. | 3 |
| 67,68,69 | ПТБ. Бег. ОРУ игра по правилам. | 3 |
| 70,71,72 | ПТБ. Бег. ОРУ игра по правилам. | 3 |
|  | Итого | **72** |

Примечание:

\*ПТБ - правило техники безопасности

\*\*ОРУ - общеразвивающие упражнения

**Тематическое планирование на 2 год обучения.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № | Содержание материала | Количество часов |
| 1,2 | ПТБ\*. Бег. ОРУ\*\* совершенствование техники передвижений, остановок, поворотов и стоек. | 3 |
| 3,4 | ПТБ\*. Бег. ОРУ\*\* совершенствование техники удар по катящемуся мячу внутренней частью подъёма. | 3 |
| 5,6 | Тестирование. ОРУ техника нападений. Игра. | 3 |
| 7,8 | ПТБ Бег. ОРУ специальные упражнения, техника нападений. | 3 |
| 9,10 | ПТБ Бег. ОРУ специальные упражнения, удар по летящему мячу серединой лба. | 3 |
| 11,12 | ПТБ. ОРУ техника нападений, игра. | 3 |
| 13,14 | ПТБ. Бег. ОРУ специальные упражнения, техника нападений, игра | 3 |
| 15,16 | ПТБ. Бег. ОРУ специальные упражнения, техника защиты, игра. | 3 |
| 17,18 | ПТБ. Бег. ОРУ специальные упражнения, угловой удар. Подача мяча в штрафную площадь. | 3 |
| 19,20 | ПТБ. Бег. ОРУ специальные упражнения, передача мяча, техника защиты, игра. | 3 |
| 21,22 | ПТБ. Бег. ОРУ техника защиты, игра. | 3 |
| 23,24 | ПТБ. Бег. ОРУ специальные упражнения, техника передвижений, остановок, поворотов, игра на внимание. | 3 |
| 25,26 | ПТБ. Бег. ОРУ специальные упражнения, техника передвижений, техника передвижений, поворотов, остановок, игра. | 3 |
| 27,28 | ПТБ. Бег. ОРУ специальные упражнения, эстафеты, игра. | 3 |
| 29,30 | Бег. ОРУ специальные упражнения. Остановка катящегося мяча внешней стороной стопы. Игра. | 3 |
| 31,32 | ПТБ. Бег. ОРУ специальные упражнения, техника ведения мяча, игра. | 3 |
| 33,34 | ПТБ. Бег. ОРУ техника ударов по мячу. Игра | 3 |
| 35,36 | Бег. ОРУ в движении. Ведение мяча с пассивным сопротивлением защитника. | 3 |
| 37,38 | ПТБ. Бег. ОРУ удары по мячу в ворота, игра. | 3 |
| 39,40 | ПТБ. Бег. ОРУ специальные упражнения, техника защитных действий ( действия против игрока без мяча с мячом выбивание, отбор, перехват), игра. | 3 |
| 41,42,43 | ПТБ. Бег. ОРУ специальные упражнения, техника защитных действий ( действия против игрока без мяча с мячом выбивание, отбор, перехват), игра. | 4 |
| 44 | ПТБ. Бег. ОРУ специальные упражнения, техника ударов по мячу и остановок мяча, игра. | 2 |
| 45,46 | ПТБ. Бег. ОРУ специальные упражнения, техника ведения мяча, (варианты ведения мяча без сопротивления и с сопротивлением защитника), игра. | 3 |
| 47,48 | ПТБ. Бег. ОРУ специальные упражнения, тактические действия: (индивидуальные, групповые и командные тактические действия в нападение и защиты), игра. | 3 |
| 49,50 | ПТБ. ОРУ контрольная игра. | 3 |
| 51,52 | Бег, ОРУ в движении и на месте. Индивидуальные действия в атаке и обороне. | 3 |
| 53,54 | ПТБ. Бег. ОРУ специальные упражнения, тактические действия; индивидуальные в защите. Командные действия в нападении. | 3 |
| 55, | ПТБ. ОРУ контрольная игра. | 1 |
| 56,57 | Бег, беговые упражнения, специальные упражнения.  Отбор мяча. | 3 |
| 58,59 | ПТБ. Бег. ОРУ специальные упражнения, развитие координационных способностей. Игра. | 3 |
| 60,61 | ПТБ. Бег. ОРУ специальные упражнения, комплексное развитие психомоторных способностей, игра. | 3 |
| 62,63 | ПТБ. Бег. ОРУ специальные упражнения, комплексное развитие психомоторных способностей, игра. | 3 |
| 64,65,66 | ПТБ. Бег. ОРУ специальные упражнения, овладение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей, игры. | 4 |
| 67, | ПТБ. на занятиях, контрольная игра. | 2 |
| 68,69 | Бег. ОРУ, освоение тактики игры. Позиционные нападения | 3 |
| 70,71, | ПТБ. Бег. ОРУ закрепление техники перемещений, владение мячом и развитие координационных способностей. | 3 |
| 72 | Контрольная игра. | 2 |
|  | Итого | **108** |

Примечание:

\*ПТБ - правило техники безопасности

\*\*ОРУ - общеразвивающие упражнения

**Тематическое планирование на 3 год обучения.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № | Содержание материала | Количество часов |
| 1,2 | ПТБ\*. Бег. ОРУ\*\* совершенствование техники передвижений, остановок, поворотов и стоек. | 4 |
| 3,4 | ПТБ\*. Бег. ОРУ\*\* совершенствование техники удар по катящемуся мячу внутренней частью подъёма. | 4 |
| 5,6 | Тестирование. ОРУ техника нападений. Игра. | 4 |
| 7,8 | ПТБ Бег. ОРУ специальные упражнения, техника нападений. | 4 |
| 9,10 | ПТБ Бег. ОРУ специальные упражнения, удар по летящему мячу серединой лба. | 4 |
| 11,12 | ПТБ. ОРУ техника нападений, игра. | 4 |
| 13,14 | ПТБ. Бег. ОРУ специальные упражнения, техника нападений, игра | 4 |
| 15,16 | ПТБ. Бег. ОРУ специальные упражнения, техника защиты, игра. | 4 |
| 17,18 | Бег. ОРУ специальные упражнения, угловой удар. Подача мяча в штрафную площадь. | 4 |
| 19,20 | ПТБ. Бег. ОРУ специальные упражнения, передача мяча, техника защиты, игра. | 4 |
| 21,22 | ПТБ. Бег. ОРУ техника защиты, игра. | 4 |
| 23,24 | ПТБ. Бег. ОРУ специальные упражнения, техника передвижений, остановок, поворотов, игра на внимание. | 4 |
| 25,26 | ПТБ. Бег. ОРУ специальные упражнения, техника передвижений, техника передвижений, поворотов, остановок, игра. | 4 |
| 27,28 | ПТБ. Бег. ОРУ специальные упражнения, эстафеты, игра. | 4 |
| 29,30 | Бег. ОРУ специальные упражнения. Остановка катящегося мяча внешней стороной стопы. Игра. | 4 |
| 31,32 | ПТБ. Бег. ОРУ специальные упражнения, техника ведения мяча, игра. | 4 |
| 33,34 | ПТБ. Бег. ОРУ техника ударов по мячу. Игра | 4 |
| 35,36 | Бег. ОРУ в движении. Ведение мяча с пассивным сопротивлением защитника. | 4 |
| 37,38 | ПТБ. Бег. ОРУ удары по мячу в ворота, игра. | 4 |
| 39,40 | ПТБ. Бег. ОРУ специальные упражнения, техника защитных действий ( действия против игрока без мяча с мячом выбивание, отбор, перехват), игра. | 4 |
| 41,42,43 | ПТБ. Бег. ОРУ специальные упражнения, техника защитных действий ( действия против игрока без мяча с мячом выбивание, отбор, перехват), игра. | 6 |
| 44 | ПТБ. Бег. ОРУ специальные упражнения, техника ударов по мячу и остановок мяча, игра. | 2 |
| 45,46 | ПТБ. Бег. ОРУ специальные упражнения, техника ведения мяча, (варианты ведения мяча без сопротивления и с сопротивлением защитника), игра. | 4 |
| 47,48 | ПТБ. Бег. ОРУ специальные упражнения, тактические действия: (индивидуальные, групповые и командные тактические действия в нападение и защиты), игра. | 4 |
| 49,50 | ПТБ. ОРУ контрольная игра. | 4 |
| 51,52 | Бег, ОРУ в движении и на месте. Индивидуальные действия в атаке и обороне. | 4 |
| 53,54 | ПТБ. Бег. ОРУ специальные упражнения, тактические действия; индивидуальные в защите. Командные действия в нападении. | 4 |
| 55, | ПТБ. ОРУ контрольная игра. | 2 |
| 56,57 | Бег, беговые упражнения, специальные упражнения.  Отбор мяча. | 4 |
| 58,59 | ПТБ. Бег. ОРУ специальные упражнения, развитие координационных способностей. Игра. | 4 |
| 60,61 | ПТБ. Бег. ОРУ специальные упражнения, комплексное развитие психомоторных способностей, игра. | 4 |
| 62,63 | ПТБ. Бег. ОРУ специальные упражнения, комплексное развитие психомоторных способностей, игра. | 4 |
| 64,65,66 | ПТБ. Бег. ОРУ специальные упражнения, овладение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей, игры. | 6 |
| 67, | ПТБ. на занятиях, контрольная игра. | 2 |
| 68,69 | Бег. ОРУ, освоение тактики игры. Позиционные нападения | 4 |
| 70,71, | ПТБ. Бег. ОРУ закрепление техники перемещений, владение мячом и развитие координационных способностей. | 4 |
| 72 | Контрольная игра. | 2 |
|  | Итого | **144** |

Примечание:

\*ПТБ - правило техники безопасности

\*\*ОРУ - общеразвивающие упражнения

**МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ**

При проведении программы используются следующие методы обучения:

- репродуктивный (повторный),

- словесный,

- отработка техники,

- соревновательный.

Основное внимание базовой части программы уделяется развитию разнообразных координационных, скоростных способностей и выносливости, а также овладения школой движений, формирование знаний об основах физической культурой, спорта, здоровом образе жизни.

Большое внимание уделяется воспитанию у детей дисциплинированности, доброжелательности, честности, отзывчивости, смелости, а так же содействовать развитию психических процессов (представлению, памяти, внимания и др.)

Особое внимание уделяется всестороннему развитию таких координационных способностей как точность воспроизведения и дифференцирование пространственных, временных и силовых параметров движений; равновесия, согласование движении, ритм, ориентирование в пространстве, а также скоростных способностей (реакция и частота движений), скоростно-силовых и выносливости к умеренным нагрузкам.

Теоритические знания по разделам программы даются в ходе практических знаний и носят консультативный характер.

Занятия проводятся в форме круговых, силовых тренировок, конкурсов, эстафет, соревнований.

Дидактический материал подбирается педагогом к каждому занятию индивидуально, в соответствии с программой. Возможен просмотр записей футбольных матчей, для анализа просмотренных игр.

По каждой теме или разделу подводятся итоги в форме эстафет и соревнований.

**УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ**

Техническое оснащение предполагает наличие футбольной площадки на свежем воздухе, футбольных ворот в спортивном зале, мячей, стоек, секундомера.

Занятия рекомендуется проводить по возможности на свежем воздухе.

**Литература:**

1. В.И. Лях «Физическое воспитание учащихся».
2. Л.Е. Любомирский «Управление движениями у детей и подростков»
3. В.П. Филин «Тренировка юных спортсменов»
4. М Марин «Как вырастают чемпионы»
5. В.И. Волков, В.П. Филин «Спортивный отбор»
6. А.Н. Тяпин «Физическое здоровье обучающихся и пути его совершенствования»