

УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ  
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ БЕЛОГЛИНСКИЙ РАЙОН

муниципальное автономное общеобразовательное учреждение «Средняя  
общеобразовательная школа № 9 имени В.Л. Скрипалева Белоглинского района»

УТВЕРЖДЕНО

решением педагогического совета  
От 18.09.2023 года протокол № 10  
Председатель С.В.Онищенко



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ

«ФУТБОЛ В ШКОЛЕ»

Уровень программы: базовый

Срок реализации программы: 1 год; 68 часов.

Возрастная категория: 5-9 классы

Вид программы: модифицированная

Программа реализуется на бюджетной основе

ID номер программы в Навигаторе: 56272

Автор – составитель:

Воронкин А.И.

педагог дополнительного образования

село Белая Глина

2023 год

## Содержание программы:

### **Раздел № 1. Комплекс основных характеристик программы.**

Введение.

- 1.1. Пояснительная записка;
- 1.2. Цель и задачи программы;
- 1.3. Содержание программы;
- 1.4. Планируемые результаты;
- 1.5. Тематическое планирование.

### **Раздел № 2. «Комплекс организационно-педагогических условий»**

2.1. Календарно-тематическое планирование

2.2. Условия реализации программы.

2.3. Оценочные материалы.

Список литературы.

## **Раздел № 1. Комплекс основных характеристик программы.**

### **Введение**

Футбол - вид спорта, который способствуют всестороннему физическому, интеллектуальному, нравственному развитию обучающихся, укреплению здоровья, привлечению школьников к систематическим занятиям физической культурой и спортом, их личностному и профессиональному самоопределению. Во время образовательной деятельности постоянно меняется комплекс упражнений, чередуются нагрузки, в разном порядке и с разными интервалами следуют упражнения, отличающиеся по характеру, напряжённости и длительности. Борьба за мяч связана с ходьбой, бегом и резкими остановками, быстрым стартом и ускорениями, прыжками, ударами по мячу и даже акробатическими приёмами. Ещё игроку необходимо уметь удерживать равновесие, ориентироваться в пространстве, чувствовать темп, быть гибким, координированным и ловким. Сформировать эти навыки возможно только в том случае, когда во время занятий применяются элементы из других видов спорта.

Футбол — командная игра, каждому члену команды надо уметь выстраивать отношения с другими игроками. Умение или неумение идти на контакт и договариваться имеет серьёзное влияние на результат деятельности, а психологический климат в команде нередко играет определяющую роль в итоге игры. Поэтому футбол — это еще и возможность выработать коммуникативные навыки. Ведь игра не состоится без сотрудничества и сплочённости, желания находить общий язык и решать конфликтные ситуации.

Постоянно изменяющиеся сочетания движений, действий и отдыха, резкая перемена обстановки связаны с тем, что необходимо следить за движущимся мячом, в доли секунды оценивать ситуацию и тут же реагировать на неё точным движением. Причём как лично, так и в совместных действиях. Значит, важна быстрота ответной реакции, способствующая стремительному выполнению движений.

Футбол - игра, где формируются важные черты характера, развиваются многие навыки: умение общаться, способность выдерживать физическую нагрузку, формирует определённый образ мышления, умение быстро реагировать и самостоятельно принимать решения. Даже если в дальнейшем обучающийся не выберет спортивную карьеру, приобретённые качества будут полезны для достижения высоких результатов не только в спорте, но и в жизни.

Занятия футболом для детей и подростков имеют оздоровительную направленность, повышают уровень функционирования сердечно-сосудистой, дыхательной, костно-мышечной и других систем организма человека, а также предполагают длительное время нахождения на свежем воздухе, что в сочетании с физическими упражнениями является формой закаливания и благотворно влияет на укрепление здоровья, снижение заболеваемости, повышение устойчивости организма к меняющимся погодным условиям и повышение уровня работоспособности детей.

#### **1.1. Пояснительная записка.**

Данная программа разработана на основе следующих нормативных документов:

1. Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (Далее - ФЗ № 273).
2. Концепция развития дополнительного образования детей, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014 г. № 1726-р (Далее - Концепция).

3. Приказ Министерства образования и науки РФ от 29 августа 2013 г. № 1008 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (Далее - Приказ № 1008)
  4. Приказ Министерства образования и науки РФ от 9 января 2014 г. № 2 «Об утверждении порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ» (Далее - Приказ № 2)
  5. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 4 июля 2014 г. № 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей».
  6. Нормативно-правовыми документами, регламентирующими деятельность МБОУ СОШ № 9.
- Направленность программы** – спортивно-оздоровительная.

#### **Адресат программы**

Адресатом программы являются учащиеся 5-9 классов, не имеющие противопоказаний по здоровью. Обучающиеся набираются по желанию. Наполняемость 12-15 человек в группах.

Обучение по данной программе происходит преимущественно в виде практических занятий, на которых обучающиеся изготавливают изучают правила, основы тактики и применение их практически во время игры.

**Уровень программы** - основной.

#### **Объем и срок освоения программы**

Данная программа рассчитана на 5 учебных лет

Базовый уровень - количество часов на год - 68 часов (групповые).

#### **Учебные группы:**

- 5-6 класс;
- 7-9 класс.

#### **Режим занятий, периодичность и продолжительность**

Периодичность занятий - 2 час в неделю на группу.

Занятие проводятся 40 минут.

#### **Формы обучения:**

- теоретические занятия;
- практические занятия;
- игровая
- соревновательная.

#### **Особенности организации образовательного процесса**

Формы организации деятельности обучающихся - групповая.

Методы обучения по способу организации занятия - наглядные и практические.

Методы обучения по уровню деятельности детей - объяснительно-практические, репродуктивные.

Типы занятий - комбинированные теоретические

**Цель программы:** способствовать закреплению отдельными элементами техники и тактики игры в футбол, развитию физических способностей для всестороннего развития организма учащихся. Формирование у обучающихся навыков общечеловеческой культуры и социального самоопределения, устойчивой мотивации к сохранению и укреплению собственного здоровья, ведению здорового образа жизни через занятия физической культурой и спортом с использованием средств вида спорта «футбол».

**Задачи программы:**

всестороннее гармоничное развитие детей и подростков, увеличение объёма их двигательной активности;

укрепление физического, психологического и социального здоровья обучающихся, развитие основных физических качеств и повышение функциональных возможностей их организма, обеспечение культуры безопасного поведения на занятиях по футболу;

освоение знаний о физической культуре и спорте в целом, истории развития футбола в частности;

формирование общих представлений о футболе, о его возможностях и значении в процессе укрепления здоровья, физическом развитии и физической подготовки обучающихся;

формирование образовательного фундамента, основанного как на знаниях и умениях в области физической культуры и спорта, так и на соответствующем культурном уровне развития личности обучающегося, создающем необходимые предпосылки для его самореализации;

формирование культуры движений, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей и корригирующей направленностью, техническими приемами вида спорта «футбол»;

воспитание положительных качеств личности, норм коллективного взаимодействия и сотрудничества;

развитие положительной мотивации и устойчивого учебно- познавательного интереса к предмету «Физическая культура», удовлетворение индивидуальных потребностей обучающихся в занятиях физической культурой и спортом;

популяризация футбола среди подрастающего поколения, привлечение обучающихся, проявляющих повышенный интерес и способности к занятиям футболом, в школьные спортивные клубы, секции, к участию в соревнованиях;

выявление, развитие и поддержка одарённых детей в области спорта.

Преимущество модуля состоит в том, что используемые в образовательной деятельности технологии футбола решают комплекс основных задач физического воспитания на всех уровнях общего образования;

создают оптимальные условия развития личности, обеспечивают гибкость и вариативность содержания образовательной деятельности в соответствии с индивидуальными особенностями и потребностям обучающихся;

являются действенным средством укрепления здоровья детей и подростков в общеобразовательной организации;

формируют навыки собственной безопасности и культуры поведения при занятиях физической культурой и спортом;

расширяют принцип возможности интеграции уроков физической культуры с формами дополнительного физкультурного образования на основе футбола;

являясь действенным средством укрепления здоровья детей и подростков в школе, подготовки обучающихся к сдаче норм ВФСК ГТО и подготовки юношей к службе в Вооружённых Силах страны, формируют навыки собственной безопасности в экстремальных ситуациях современного мегаполиса.

Представленный модуль удачно сочетается практически со всеми базовыми видами спорта, входящими в учебный предмет «Физическая культура» в школе (легкая атлетика,

гимнастика и т.д.), предполагая доступность освоения учебного материала всем возрастным категориям обучающихся независимо от уровня их физического развития и гендерных особенностей.

Процесс реализации модуля, опираясь на интегративный подход в обучении, позволяет планомерно реализовывать поставленную цель и последовательно решать задачи физического и социального воспитания детей и подростков на протяжении всех лет их пребывания в общеобразовательной организации. В настоящее время набирает популярность женский футбол, в связи с этим, Модуль могут осваивать не только мальчики/юноши, но и девочки/девушки.

### **1.3 Содержание программы.**

#### **Раздел 1. Знания о футболе**

История зарождения футбола. История развития современного футбола в мире, в России, в регионе. Развитие футбольного клубного движения на международном и всероссийском уровнях. Выдающиеся футбольные клубы, их история и традиции. Легендарные отечественные и зарубежные футболисты, тренеры. Достижения отечественной сборной команды на Чемпионатах Европы, Чемпионатах мира, Олимпийских играх. Главные организации, осуществляющие управление футболом в регионе, России, Европе, мире, роль и основные функции Общероссийской общественной организации «Российский футбольный союз» (РФС), ФИФА и УЕФА.

Спортивные дисциплины (разновидности) футбола. Первые правила игры в футбол. Размеры и обустройство футбольного поля, технические требования к инвентарю и оборудованию. Состав футбольной команды, игровые амплуа (функции игроков). Роль капитана команды. Судейская бригада, обязанности и функции. Жесты судьи. Современные правила соревнований по футболу. Основные футбольные термины и определения.

Понятия и характеристика технических приемов в футболе, их названия и методы выполнения. Характеристика тактики игры в футбол и ее компонентов.

Правила безопасного поведения (техники безопасности) во время занятий футболом. Требования к местам проведения занятий футболом, инвентарю и оборудованию. Правила безопасного правомерного поведения на стадионе в качестве зрителя, фаната-болельщика. Гигиенические основы образовательной, тренировочной и досуговой двигательной деятельности юного футболиста. Режим дня юного футболиста. Правила личной гигиены, требования к спортивной одежде и обуви для занятий футболом. Правила ухода за инвентарем и оборудованием. Характерные травмы футболистов и меры и мероприятия по их предупреждению.

Влияние занятий футболом на укрепление здоровья, повышение функциональных возможностей основных систем организма и развитие физических качеств. Правильное сбалансированное питание футболиста. Формирование навыков здорового образа жизни средствами футбола, Способы самоконтроля за физической нагрузкой во время занятий футболом.

Влияние занятий футболом на формирование положительных качеств личности человека (воли, смелости, трудолюбия, честности, сознательности, выдержки, решительности, настойчивости, этических норм поведения). Основы психологической

подготовки футболистов. Способы и методы профилактики пагубных привычек, асоциального и созависимого поведения. Антидопинговое поведение.

## **Раздел 2. Способы физкультурной деятельности**

Основы организации самостоятельных занятий футболом. Организация и проведение подвижных игр с элементами футбола во время досуговой деятельности со своими сверстниками, во время активного отдыха и каникулярного времени. Подвижные игры с элементами футбола и их правила. Подготовка мест для занятий футболом. Организация и проведение подвижных игр специальной направленности с элементами футбола.

Специальные физические упражнения футболиста, их роль и место в формировании технического мастерства. Комплексы футбольных упражнений общеразвивающего, подготовительного и специального воздействия. Упражнения и комплексы с различной оздоровительной направленностью. Составление комплексов утренней гигиенической гимнастики (далее – УГГ), корригирующей гимнастики с элементами футбола. Проведение общеразвивающих упражнений с элементами футбола и включение их в разминку.

Выполнения контрольно-тестовых упражнений по общей и специальной физической подготовке. Причины возникновения ошибок при выполнении технических приёмов футболиста и способы их устранения. Основы анализа собственной игры и игры команды соперников. Осуществление функций судьи, помощника судьи, судьи секретаря во время учебных и товарищеских игр.

Способы индивидуального регулирования физической нагрузки с учетом уровня физического развития и функционального состояния. Первые внешние признаки утомления во время занятий футболом. Средства восстановления после больших физических нагрузок, после соревновательной деятельности. Характерные травмы футболистов, методы и меры предупреждения травматизма во время занятий.

Составление индивидуальных планов (траекторий роста) физической подготовленности. Способы самостоятельного освоения двигательных действий, подбор подготовительных и специальных упражнений. Способы планирования и распределения занятий технической подготовки по футболу. Оценка техники осваиваемых упражнений и движений по эталонному образцу, внутренним ощущениям, способы выявления и исправления технических ошибок.

## **Раздел 3. Физическое совершенствование**

Комплексы упражнений для воспитания специальных физических качеств футболиста. Комплексы общеразвивающих упражнений с мячом и без мяча. Комплексы корригирующей гимнастики с использованием специальных футбольных упражнений. Футбольная разминка, ее роль, назначение, средства. Комплексы специальной разминки перед соревнованиями.

Подвижные игры, эстафеты и комплексы на развитие физических качеств (ловкости, гибкости, силы, выносливости, быстроты и скоростных способностей). Подвижные игры специальной направленности. Эстафеты с предметами и без предметов на развитие общих физических и специальных физических качеств футболиста.

Комплексы упражнений, формирующие двигательные умения и навыки, технические приемы футболиста.

Специальные упражнения по развитию тактического мышления:

«Рациональное расположение на площадке при организации атакующих действий»,  
«Расположение игроков на футбольном поле при коллективной организации оборонительных действий».

Способы передвижения: бег, прыжки, остановки, повороты с мячом и без мяча. Бег: приставными шагами, скрестными, спиной вперед, обычный, семенящий, с ускорением, челночный, на различные дистанции и с различной скоростью.

Прыжки: толчком двумя ногами, толчком одной ногой, многоскоки, с двух на две, в длину, в высоту, с подтягиванием бедра на месте и с продвижением вперед.

Остановки: прыжком, выпадом, стопорящим движением двух ног. Повороты: на одной ноге, прыжком, выпадом.

Индивидуальные технические приемы владения мячом: ведение, удары, остановки, финты, отбор мяча.

Ведение: внутренней частью подъема, средней частью подъема, внутренней стороной стопы, в ходьбе, в беге по прямой, по кругу, восьмеркой.

Удары ногой: внутренней стороной стопы, внутренней/внешней частью подъема, средней частью подъема; по прямой, на короткие и средние расстояния; по лежащему, катящемуся, летящему навстречу мячу; по различным траекториям низом, верхом; удары после остановки, рывков.

Удары серединой лба – на месте, в движении.

Остановки мяча ногой: подошвой, внутренней стороной стопы, средней частью подъема, бедром, грудью, внутренней частью подъема.

Остановки туловищем: грудью, животом; стоя на месте, летящего навстречу мяча в движении.

Финты: «уходом» выпадом, переносом ноги через мяч; «ударом ногой» с уходом или «убиранием мяча», с остановкой, с пропуском мяча; с остановкой мяча ногой, туловищем.

Отбор мяча: во время приема мяча соперником, во время владения мяча; ударом ногой, остановкой ногой; в выпаде.

Вбрасывание мяча из-за боковой линии.

Выполнение контрольно-тестовых упражнений по технической подготовке.

Техника владения мячом игры вратаря: ловля мяча, отбивание мяча, переводы мяча, броски мяча.

Тактические действия (индивидуальные и групповые) -элементарные тактические комбинации: в парах, в тройках, группах, линиях; забегания, смещения, линия защиты; тактические действия с учетом игровых амплуа в команде; быстрые переключения в действиях - от нападения к защите и от защиты к нападению.

Учебные игры в футбол.

Участие в соревновательной деятельности.

#### 1.4.Планируемые результаты

**Планируемые личностные результаты на уровне основного общего образования:**

воспитание патриотизма, уважения к Отечеству через знание истории и современного состояния развития футбола, включая региональный, всероссийский и международный уровни;

формирование готовности обучающихся к саморазвитию и самообразованию, мотивации и осознанному выбору индивидуальной траектории образования средствами футбола профессиональных предпочтений в области физической культуры и спорта;

формирование осознанного, уважительного и доброжелательного отношения в команде, со сверстниками и педагогами;

владение умением вести дискуссию, обсуждать содержание и результаты совместной деятельности, находить компромиссы при принятии общих решений;

формирование нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам; положительных качеств личности;

моральной компетентности в решении проблем в процессе занятий физической культурой, игровой и соревновательной деятельности по футболу;

формирование ценности здорового и безопасного образа жизни; усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в учебной, соревновательной, досуговой деятельности и чрезвычайных ситуациях;

#### **Планируемые метапредметные результаты на уровне основного общего образования:**

умение самостоятельно определять цели своего обучения средствами футбола, ставить и формулировать для себя новые задачи в обучении, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности в физкультурно-спортивном направлении;

умение самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения задач в учебной, игровой, соревновательной и досуговой деятельности, оценивать правильность выполнения задач, собственные возможности их решения;

умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результатов в учебной, игровой и соревновательной деятельности, определять способы действий в рамках предложенных условий, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;

владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;

умение создавать, применять и преобразовывать графические пиктограммы физических упражнений в двигательные действия и наоборот; схемы для тактических, игровых задач;

умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе; находить общее решение и разрешать конфликтные ситуации на основе

согласования позиций и учёта интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение;

формирование компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий; соблюдение норм информационной избирательности, этики и этикета.

## **Планируемые предметные результаты на уровне основного общего образования:**

знания о влиянии занятий футболом: на укрепление здоровья, повышение функциональных возможностей основных систем организма и развитие физических качеств; на индивидуальные особенности физического развития и физической подготовленности организма;

знание роли главных футбольных организаций мира, Европы, страны, региона; общих сведений о ведущих футбольных отечественных и зарубежных клубах, выдающихся отечественных и зарубежных футболистах и тренерах, внесших общий вклад в развитие и становление современного футбола;

понимание роли и значения футбольных проектов в развитии и популяризации футбола для школьников; участие в футбольных проектах («Футбол в школе», «Кожаный мяч», «День массового футбола»); участие в физкультурно-соревновательной деятельности;

характеристика разных стратегий, тактик и стилей игры команд мирового и отечественного футбола;

понимание основных направлений развития спортивного (футбольного) маркетинга, развитие интереса в области спортивного футбольного маркетинга, стремление к профессиональному самоопределению;

знание современных правил организации и проведения соревнований по футболу; правил судейства, роли и обязанностей судейской бригады; осуществление судейства учебных игр в качестве судьи, помощника судьи, секретаря;

применение и соблюдение правил игры в футбол в процессе учебной и соревновательной деятельности; применение правил соревнований и судейской терминологии в судейской практике и игре;

умение проектировать, организовывать и проводить различные части урока в качестве помощника учителя; подвижные игры и эстафеты с элементами футбола, во время самостоятельных занятий и досуговой деятельности со сверстниками;

умение характеризовать средства общей и специальной физической подготовки, основные методы обучения техническим приемам;

освоение и демонстрация техники ударов по мячу ногой, головой различными способами, остановок, ведения мяча в различных сочетаниях приемов техники передвижения с техникой владения мячом, различных обманных движений (финтов), отбора и вбрасывания мяча, технических приемов и тактических действий вратаря; применение изученных технических приемов в учебной, игровой и досуговой деятельности;

знание, моделирование и демонстрация индивидуальных, групповых и командных действий в тактике нападения и защиты с учетом игровых амплуа, наиболее выгодных позиций, игровых ситуаций; применение изученных тактических действий в учебной, игровой соревновательной и досуговой деятельности;

проявление заинтересованности и познавательного интереса к освоению технико-тактических основ футбола; умение отслеживать правильность двигательных действий и выявлять ошибки в технике и тактике игры в футбол;

знание и применение правил безопасности при занятиях футболом, правомерного поведения во время соревнований по футболу в качестве зрителя, болельщика;

знание и применение способов самоконтроля в учебной и соревновательной деятельности, средств восстановления после физической нагрузки, приемов массажа и самомассажа после физической нагрузки и/или во время занятий футболом;

составление и выполнение индивидуальных комплексов общеразвивающих, оздоровительных и корригирующих упражнений, упражнений для развития физических качеств футболиста, проведение закаливающих процедур;

соблюдение требований к местам проведения занятий футболом, правил ухода за спортивным оборудованием, инвентарем, футбольным полем;

знание основных методов и мер предупреждения травматизма во время занятий футболом; выявление факторов риска и предупреждение травмоопасные ситуации; умение оказания первой помощи при травмах и повреждениях во время занятий футболом;

способность планировать и проводить самостоятельные занятия по освоению новых двигательных действий (элементов футбола) и развитию основных специальных физических качеств футболиста, контролировать и анализировать эффективность этих занятий;

знание и соблюдение: основ сбалансированного питания и суточного пищевого рациона футболистов; составление рациона питания; основ организации здорового образа жизни средствами футбола, методов профилактики вредных привычек и асоциального вездомого (отклоняющегося) поведения;

выполнение контрольно-тестовых упражнений по общей, специальной и технической подготовке футболистов; знание методов тестирования физических качеств, умение оценивать показатели физической подготовленности, анализировать результаты тестирования, сопоставлять со среднестатистическими показателями; проведение тестирования уровня физической подготовленности в футболе со сверстниками.

## 1.5. Тематическое планирование

### Первый год обучения

**Тема 1. Теоретическая подготовка. (1ч)** Правила ТБ на занятиях по футболу, правила игры.

**Тема 2. Физическая подготовка. (12 ч)** Контрольные нормативы. ОФП: упражнения для мышц плечевого пояса и рук. Беговые упражнения(специальные). ОРУ в движении. СФП. Игра в одни ворота на площадке разделенной пополам. ОФП: упражнения в парах. ОФП: упражнения для развития ловкости и гибкости. Упражнения для мышц нижних конечностей и развития быстроты.

**Тема 3. Техническая подготовка. (13ч).** Различные стойки и перемещения.

Понятие техники полевого игрока. Ведение мяча внешней частью подъема. Остановка катящегося мяча подошвой. Защитная стойка. Ведение мяча серединой подъема. Понятие техники вратаря. Ведение мяча носком. Удар по неподвижному мячу внутренней стороной стопы. Удар по неподвижному мячу средней частью подъема. Удар по катящемуся мячу. Понятие об индивидуальных тактических действиях. Понятие о групповых тактических действиях. Двусторонняя игра (по упрощенным правилам). Игра «Лепта». Подвижные игры (подводящие к футболу). Двусторонняя игра. Прием мяча (летящих на высоте бедра, опускающихся, летящего на игрока) бедром, серединой подъема, грудью, внутренней стороной стопы. Удары по неподвижному мячу (средней частью подъема, внутренней стороной стопы). Игра вратаря: ловля мяча (высоко летящего, на уровне груди, катящегося в сторону). Передача мяча (внутренней стороной

стопы, средней частью подъема). Удары по катящемуся мячу (внутренней стороной стопы, серединой подъема).

Игра вратаря: отбивание мяча. Ведение мяча на ограниченном пространстве, в изменяющихся условиях. Передача мяча (внутренней стороной стопы, средней частью подъема) в парах, в тройках, в колоннах со сменой мест. Удары по мячу головой. Удар пяткой, носком. Игра вратаря: ввод мяча в игру (броском руками, сверху, снизу, сбоку, ударом ноги).

**Тема 4. Основы знаний (1ч).** Основные правила игры в футбол:

**Тема 5. Тестирование (3ч).** Бег 30 м. Сгибание и разгибание рук в упоре. Подтягивание в висе лежа. Прыжок в длину с места

**Тема 4. Соревнования (4ч)**

## Второй год обучения

**Тема 1. Теоретическая подготовка (1ч).** Правила ТБ на занятиях по футболу, правила игры. История возникновения физической культуры и футбола. Развитие отечественного и зарубежного футбола. Организация работы судейской бригады. Жесты судьи. Великие отечественные футболисты.

**Тема 2. Физическая подготовка (12ч).**

*Теоретические сведения.* Развитие двигательных действий: бег, остановка.

*Практические занятия.* Контрольные нормативы: бег на 15 и 30 м, челночный бег 3\*10м.

Контрольные нормативы: прыжки в длину с места, бег 1000 м. Беговые упражнения (специальные). ОФП: упражнения для мышц плечевого пояса и рук. ОФП: упражнения в парах, упражнения на развитие ловкости. Упражнения на развитие координационных способностей. Упражнения для мышц нижних конечностей и развития быстроты. Комплекс упражнений на развитие координации. ОРУ в движении, игра в одни ворота на площадке разделенной пополам (СФП). ОФП: прыжки на скакалке. Упражнения для мышц туловища. Специальные беговые упражнения со сменой скорости и направления. СФП: удержание мяча на площадке определенного размера со сменой заданий (по командам). Сочетание упражнений направленных на воспитание быстроты с упражнениями на координацию в изменяющихся условиях. ОФП: подвижные игры. ОФП: воспитание выносливости. Воспитание гибкости: стрейчинг. ОФП: спортивные игры ( по упрощенным правилам). ОФП: подвижные игры (эстафеты с элементами футбола). СФП: упражнение «квадрат» (со сменой заданий). ОФП: воспитание быстроты, координационная лестница. СФП: воспитание специальной выносливости. Контрольные тесты и испытания: челночный бег 3\*10м. Контрольные тесты и испытания: бег на 15 и 30 м. Контрольные тесты и испытания: бег 1000 м. Контрольные тесты и испытания: прыжки в длину с места.

**Тема 3. Техническая подготовка (14ч)**

*Теоретические сведения.* Действие игроков на поле.

*Практические занятия.* Различные стойки и перемещения. Понятие техники полевого игрока. Остановка катящегося мяча подошвой. Защитная стойка. Остановка мяча внутренней стороной стопы. Ведение мяча внешней, средней и внутренней частью подъема. Понятие техники вратаря.

Набивание мяча (различные способы). Финт «уходом». Отбор мяча накладыванием стопы. Финт «уходом с ложным замахом на удар». Отбор мяча выбиванием. Финт «остановка мяча подошвой». Отбор мяча перехватом. Финт «убирание мяча подошвой». Финт «проброс мяча мимо соперника». Обманные движения (финты). Закрепление техники ведения мяча (внешней частью и серединой подъема), с ускорением на 15, 30 м, с изменением направления движения. Закрепление техники приема и остановок мяча. Закрепление техники удара по мячу (на дальность, точность выполнения).

Подвижные игры (подводящие к футболу с применением ранее изученных технических приемов). Игра вратаря: закрепление техники отбивания мяча. Закрепление техники обманных движений: финт «уходом». Закрепление техники отбора мяча накладыванием стопы. Закрепление техники обманных движений: финт «уходом с ложным замахом на удар». Закрепление техники отбора мяча выбиванием. Закрепление техники удара по неподвижному мячу (средней частью подъема, внутренней стороной стопы). Игра вратаря: закрепление техники ловли мяча (высоко летящего, на уровне груди, катящегося в сторону). Закрепление техники удара по катящемуся мячу (внутренней стороной стопы, серединой подъема). Закрепление техники набивания мяча (подъемом, внутренней стороной стопы, коленом, головой). Закрепление техники обманных движений: финт «остановка мяча подошвой». Закрепление техники отбора мяча перехватом. Игра вратаря: закрепление техники ввода мяча в игру (броском руками, сверху, снизу, сбоку, ударом ноги на дальность и точность). Закрепление техники обманных движений: финт «убирание мяча подошвой». Закрепление техники передачи мяча на короткие, средние, дальние дистанции внутренней стороной стопы, средней и внешней частью подъема. Закрепление техники обманных движений: игра на малые ворота 1\*1, 2\*2 с применением изученных технических приемов. Контрольные тесты и испытания: бег 15 и 30 м с ведением мяча. Контрольные тесты и испытания: удары по воротам (на точность). Контрольные тесты и испытания: удар по мячу на дальность и точность. Контрольные тесты и испытания: комплексное оценивание технической подготовленности (ведение мяча, обводка стоек, удар по воротам).

**Тема 4. Основы знаний (1ч).** Основы тактических построений на футбольном поле.

**Тема 5. Тестирование (3ч).** Бег 30 м. Сгибание и разгибание рук в упоре. Подтягивание в висе лежа. Прыжок в длину с места

**Тема 6. Соревнования (3ч).**

*Теоретические сведения.* Жесты судьи.

*Практические занятия.* Игра по полным правилам.

### Третий год обучения

**Тема 1. Теоретическая подготовка (1ч).** Правила ТБ на занятиях по футболу, правила игры. Общие сведения о ведущих футбольных отечественных и зарубежных клубах, их традициях.

Названия и роль главных футбольных организаций мира, Европы, страны, региона.

**Тема 2. Общая физическая подготовка (12ч).**

*Теоретические сведения.* Координационные способности.

*Практические занятия.* Контрольные нормативы. ОФП: упражнения для мышц плечевого пояса и рук. Беговые упражнения (специальные). ОРУ в движении. СФП. Игра в одни ворота на площадке разделенной пополам. ОФП: упражнения в парах. ОФП: упражнения для развития ловкости и гибкости. Упражнения для мышц нижних конечностей и развития быстроты.

**Тема 3. Специальная подготовка (14ч).**

*Теоретические сведения.* Физическое совершенствование

*Практические занятия.* Удары по мячу ногой: удары по мячу внутренней стороной стопы, внутренней и средней частью подъема, резаные удары по неподвижному и катящемуся мячу; удар с полулета правой и левой ногой; удары правой и левой ногой различными способами по катящемуся и летящему мячу с различными направлениями, траекторией, скоростью. Удары по мячу ногой пяткой (назад) по неподвижному, катящемуся, прыгающему и летящему мячу правой, и левой ногой. Удары внешней частью подъема: стоя на месте и в движении; верхом, на короткое расстояние; передачи (пас) мяча низом. ОРУ с мячом. Удар по воротам внутренней частью подъема. Техника игры вратаря: ловля и отбивание летящего мяча руками. Игровые задания 2:1, 3:2.

**Тема 4. Основы знаний (1ч).** Предупреждение травматизма.

**Тема 5. Тактическая подготовка (3ч).** Понятие о индивидуальных тактических действиях.

Понятие о групповых тактических действиях. Двусторонняя игра (по упрощенным правилам). Игра «Лапта». Подвижные игры (подводящие к футболу). Двусторонняя игра.

**Тема 6. Соревнования (3ч).**

*Теоретические сведения.* Таблица соревнований.

*Практические занятия.* Игра футбол.

## Четвёртый год обучения

**Тема 1. Вводное занятие (1ч).** Т/Б на спортивных играх. Организационный момент.

**Тема 2. Общая физическая подготовка (12ч).**

*Практические занятия.* Общеразвивающие упражнения: с мячами, в движении. Беговые упражнения: правым (левым) боком с крестным шагом, бег змейкой, челночный бег 5x10м, бег спиной вперед, бег с ускорением 60м, бег с пониманием бедра, захлестыванием голени, прямыми ногами вперед, приставными шагами правым (левым) боком, бег в чередовании с ходьбой, бег в равномерном темпе 1 км. Прыжковые упражнения: прыжки вверх на двух ногах, с подтягиванием колен, с поворотом на 180°, 360°, после двух шагов, в длину с места, прыжки вверх на одной ноге, с продвижением вперед, назад, с ноги на ногу, после двух шагов, с поворотом на 180°, 360°, многоскоки. Силовые упражнения: броски набивного мяча весом 1,5 кг, отжимание в упоре лежа, приседания с набивным мячом весом 1,5 кг, пресс за 30 сек, подтягивание на турнике, приседания с подниманием бедра, поднимание спины назад из положения лежа на животе.

**Тема 3. Специальная подготовка (14ч).**

*Теоретические сведения.* Выполнение технических приемов с мячом.

*Практические занятия.* Техника передвижения игрока. Удар внутренней стороной стопы.

Остановка мяча. Остановка катящегося мяча подошвой. Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы. Ведение мяча. Удар по катящемуся мячу внешней частью подъема. Удар носком. Удар серединой лба на месте. Вбрасывание мяча из-за боковой линии. Ведение мяча в различных направлениях. Ведение мяча с различной скоростью. Ведение мяча в различных направлениях. Ведение мяча с пассивным сопротивлением защитника. Ведение мяча с различной скоростью. Комбинации из освоенных элементов техники перемещений. Удар по летящему мячу внутренней стороной стопы. Удар по летящему мячу внутренней стороной стопы Комбинации из освоенных элементов. Техника владения мячом. Техника ударов по мячу. Техника остановок мяча. Удар по летящему мячу средней частью подъема. Техника ударов по мячу и остановок мяча. Отбор мяча толчком плечо в плечо. Техника ведения мяча. Техника защитных действий. Отбор мяча толчком плечо в плечо. Обманные движения (финты). Остановка опускающегося мяча.

**Тема 4. Основы знаний (1ч).** Оказание первой помощи.

**Тема 5. Тестирование (3ч).** Общая физическая подготовка: бег 30 м, бег 1 км, челночный бег 3x10м, прыжок в длину с места, подтягивание на турнике. Специальная подготовка: жонглирование мячом правой, левой ногой; удар по мячу на точность передачи; удар по воротам на точность попадания; ведение мяча по прямой.

**Тема 6. Соревнования (3ч).**

*Теоретические сведения.* Судейство по футболу.

*Практические занятия.* Игра футбол.

## Пятый год обучения

**Тема 1. Вводное занятие (1ч).** Т/Б на спортивных играх. Организационный момент.

**Тема 2. Общая физическая подготовка (12ч).**

*Практические занятия.* Общеразвивающие упражнения:, с мячами, в движении. Беговые упражнения: правым (левым) боком с крестным шагом, бег змейкой, челночный бег 5x10м, бег спиной вперед, бег с ускорением 60м, бег с пониманием бедра, захлестыванием голени, прямыми ногами вперед, приставными шагами правым (левым) боком, бег в чередовании с ходьбой, бег в равномерном темпе 1 км. Прыжковые упражнения: прыжки вверх на двух ногах, с подтягиванием колен, с поворотом на 180°, 360°, после двух шагов, в длину с места, прыжки вверх на одной ноге, с продвижением вперед, назад, с ноги на ногу, после двух шагов, с поворотом на 180°, 360°, многоскоки. Силовые упражнения: броски набивного мяча весом 1,5 кг, отжимание в упоре лежа, приседания с набивным мячом весом 1,5 кг, пресс за 30 сек, подтягивание на турнике, приседания с подниманием бедра, поднимание спины назад из положения лежа на животе. Общеразвивающие упражнения:, с мячами, в движении. Беговые упражнения: правым (левым) боком с крестным шагом, бег змейкой. Челночный бег 5x10м, бег спиной вперед, бег с ускорением 60м, бег с пониманием бедра, захлестыванием голени, прямыми ногами вперед, приставными шагами правым (левым) боком, бег в чередовании с ходьбой. ОРУ без предметов в движении. Беговые упражнения: бег с пониманием бедра, захлестыванием голени, прямыми ногами вперед, приставными шагами правым (левым) боком, бег в чередовании с ходьбой, бег в равномерном темпе 1 км. Бег в равномерном темпе 1 км. Прыжковые упражнения: прыжки вверх на двух ногах, с подтягиванием колен, с поворотом на 180°, 360°, после двух шагов, в длину с места, прыжки вверх на одной ноге, с продвижением вперед, назад, с ноги на ногу, после двух шагов, с поворотом на 180°, 360°, многоскоки.

**Тема 3. Специальная подготовка (14ч).**

*Теоретические сведения.* Выполнение технических приемов с мячом.

*Практические занятия.* Техника передвижения игрока. Удар внутренней стороной стопы. Остановка мяча. Остановка катящегося мяча подошвой. Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы. Ведение мяча. Удар по катящемуся мячу внешней частью подъема. Удар носком. Удар серединой лба на месте. Вбрасывание мяча из-за боковой линии. Ведение мяча в различных направлениях. Ведение мяча с различной скоростью. Ведение мяча в различных направлениях. Ведение мяча с пассивным сопротивлением защитника. Ведение мяча с различной скоростью. Комбинации из освоенных элементов техники перемещений. Удар по летящему мячу внутренней стороной стопы. Удар по летящему мячу внутренней стороной стопы Комбинации из освоенных элементов. Техника владения мячом. Техника ударов по мячу. Техника остановок мяча. Удар по летящему мячу средней частью подъема. Техника ударов по мячу и остановок мяча. Отбор мяча толчком плечо в плечо. Техника ведения мяча. Техника защитных действий. Отбор мяча толчком плечо в плечо. Обманные движения (финты). Остановка опускающегося мяча.

**Тема 4. Основы знаний (1ч).** Судейские жесты

**Тема 5. Тестирование (3ч).** Общая физическая подготовка: бег 30 м, бег 1 км, челночный бег 3x10м, прыжок в длину с места, подтягивание на турнике. Специальная подготовка: жонглирование мячом правой, левой ногой; удар по мячу на точность передачи; удар по воротам на точность попадания; ведение мяча по прямой.

**Тема 6. Соревнования (3ч).**

*Теоретические сведения.* Судейство по футболу.

*Практические занятия.* Игра футбол.

**Раздел № 2. «Комплекс организационно-педагогических условий»**

**2.1 Календарно-тематическое планирование**

**I год обучения**

№ п/п	Разделы, темы	Всего часов	Дата	
			План	Факт
<b>I. Вводное занятие</b>				
1.	Общие правила техники безопасности на занятиях.	1		
<b>Общая физическая подготовка (2ч)</b>				
2.	ОРУ без предметов на месте. Беговые упражнения: обычный бег, бег с изменением направления движения, челночный бег 3х10м, бег спиной вперед, бег с ускорением 30м.	1		
3.	ОРУ без предметов на месте. Прыжковые упражнения: прыжки на двух ногах на месте, с поворотом на 90°, 180°, после двух шагов, многоскоки, с ноги на ногу.	1		
<b>Техническая подготовка (2ч)</b>				
4.	Различные стойки и перемещения	1		
5.	Понятие техники полевого игрока.) Игра «Лапта».	1		
<b>Общая физическая подготовка (2ч)</b>				
6.	ОРУ без предметов в движении. Беговые упражнения: бег с пониманием бедра, захлестыванием голени, прямыми ногами вперед, приставными шагами правым (левым) боком, бег в равномерном темпе 1 км.	1		
7.	ОРУ без предметов в движении. Силовая подготовка: броски набивного мяча весом 1,5 кг, отжимание в упоре лежа, приседания с набивным мячом весом 1,5 кг, пресс за 30 сек.	1		
<b>Техническая подготовка (2ч)</b>				
8.	Ведение мяча внешней частью подъема	1		
9.	Остановка катящегося мяча подошвой	1		
<b>Общая физическая подготовка (2ч)</b>				
10.	ОРУ без предметов на месте. Беговые упражнения: обычный бег, бег с изменением направления движения, челночный бег 3х10м, бег спиной вперед, бег с ускорением 30м.	1		
11.	ОРУ без предметов на месте. Прыжковые упражнения: прыжки вверх на одной ноге, с продвижением вперед, назад, с ноги на ногу, после двух шагов, многоскоки.	1		
<b>Техническая подготовка (2ч)</b>				
12.	Защитная стойка. Подвижные игры (подводящие к футболу).	1		
13.	Ведение мяча серединой подъема. Двусторонняя игра.	1		
<b>Общая физическая подготовка (2ч)</b>				
14.	ОРУ без предметов в движении. Беговые упражнения: бег с пониманием бедра, захлестыванием голени, прямыми ногами вперед, приставными шагами правым (левым) боком, бег в равномерном темпе 1 км.	1		

15.	ОРУ без предметов в движении. Силовая подготовка: подтягивание на турнике, приседания с подниманием бедра, поднимание спины назад из положения лежа на животе.	1		
<b>Техническая подготовка (2ч)</b>				
16.	Понятие техники вратаря.	1		
17.	Ведение мяча носком.	1		
<b>Общая физическая подготовка (2ч)</b>				
18.	ОРУ без предметов на месте. Прыжковые упражнения: прыжки на двух ногах на месте, с поворотом на 90°, 180°, после двух шагов, многоскоки, с ноги на ногу.	1		
19.	ОРУ без предметов на месте. Силовая подготовка: броски набивного мяча весом 1,5 кг, отжимание в упоре лежа, приседания с набивным мячом весом 1,5 кг, пресс за 30 сек.	1		
<b>Техническая подготовка (2ч)</b>				
20.	Удар по неподвижному мячу внутренней стороной стопы.	1		
21.	Удар по неподвижному мячу средней частью подъема.	1		
<b>Общая физическая подготовка (2ч)</b>				
22.	ОРУ без предметов в движении. Прыжковые упражнения: прыжки вверх на одной ноге, с продвижением вперед, назад, с ноги на ногу, после двух шагов, многоскоки.	1		
23.	ОРУ без предметов в движении. Силовая подготовка: броски набивного мяча весом 1,5 кг, отжимание в упоре лежа, приседания с набивным мячом весом 1,5 кг, пресс за 30 сек.	1		
<b>Техническая подготовка (3ч)</b>				
24.	<i>Удар по катящемуся мячу.</i>	1		
25.	<i>Понятие об индивидуальных тактических действиях.</i>	1		
26.	<i>Понятие о групповых тактических действиях</i>	1		
<b>Основы знаний (1ч)</b>				
27.	Основные правила игры	1		
<b>Тестирование (3ч)</b>				
28.	Бег 30 м., 1 км	1		
29.	Сгибание и разгибание рук в упоре., на брусьях	1		
30.	Подтягивание в висе лежа. Прыжок в длину с места	1		
<b>Соревнования (4ч)</b>				
31.	Игра по упрощенным правилам.	1		
32.	Игра по упрощенным правилам.	1		
33.	Игра по упрощенным правилам.	1		
34.	Игра по упрощенным правилам.	1		
Итого		34 часа		

## II год обучения

№ п/п	Разделы, темы	Всего часов	Дата	
			План	Факт
<b>Вводное занятие (1ч)</b>				
1.	Общие правила техники безопасности на занятиях. Особенности формы футболиста.	1		

<b>Общая физическая подготовка (2ч)</b>			
2.	ОРУ без предметов на месте. Беговые упражнения: обычный бег, бег с изменением направления движения, бег змейкой, челночный бег 3x10м, бег спиной вперед, бег с ускорением 30м.	1	
3.	Контрольные нормативы: прыжки в длину с места, бег 1000 м. Беговые упражнения (специальные). ОФП: упражнения для мышц плечевого пояса и рук.	1	
<b>Техническая подготовка (2ч)</b>			
4.	Различные стойки и перемещения. Понятие техники полевого игрока.	1	
5.	Остановка катящегося мяча подошвой. Защитная стойка.	1	
<b>Общая физическая подготовка (2ч)</b>			
6.	ОФП: упражнения в парах, упражнения на развитие ловкости. Упражнения на развитие координационных способностей. Упражнения для мышц нижних конечностей и развития быстроты.	1	
7.	Комплекс упражнений на развитие координации. ОРУ в движении, игра в одни ворота на площадке разделенной пополам (СФП). ОФП: прыжки на скакалке.	1	
<b>Техническая подготовка (2ч)</b>			
8.	Остановка мяча внутренней стороной стопы. Ведение мяча внешней, средней и внутренней частью подъема.	1	
9.	Понятие техники вратаря. Прием мяча (летащих на высоте бедра, опускающихся, летящего на игрока) бедром, серединой подъема, грудью, внутренней стороной стопы.	1	
<b>Общая физическая подготовка (2ч)</b>			
10.	ОРУ без предметов на месте. Беговые упражнения: обычный бег, бег с изменением направления движения, бег змейкой, челночный бег 3x10м, бег спиной вперед, бег с ускорением 30м.	1	
11.	ОРУ без предметов на месте. Прыжковые упражнения: прыжки вверх на одной ноге, с продвижением вперед, назад, с ноги на ногу, после двух шагов, многоскоки.	1	
<b>Техническая подготовка (2ч)</b>			
12.	ОРУ с мячом. Удар по воротам внутренней частью стопы. Техника игры вратаря: ловля катящегося мяча и отбивание летящего руками. Двухсторонняя игра.	1	
13.	ОРУ с мячом. Удар по воротам внутренней частью стопы. Техника игры вратаря: ловля катящегося мяча и отбивание летящего руками. Двухсторонняя игра.	1	
<b>Общая физическая подготовка (2ч)</b>			
14.	ОРУ без предметов в движении. Беговые упражнения: бег с пониманием бедра, захлестыванием голени, прямыми ногами вперед, приставными шагами правым (левым) боком, бег в чередовании с ходьбой, бег в равномерном темпе 1 км.	1	
15.	ОРУ без предметов в движении. Силовая подготовка: подтягивание на турнике, приседания с подниманием бедра, поднятие спины назад из положения лежа на животе.	1	
<b>Техническая подготовка (2ч)</b>			

16.	Закрепление техники набивания мяча (подъемом, внутренней стороной стопы, коленом, головой). Закрепление техники обманных движений: финт «остановка мяча подошвой». Закрепление техники отбора мяча перехватом.	1		
17.	Игра вратаря: закрепление техники ввода мяча в игру (броском руками, сверху, снизу, сбоку, ударом ноги на дальность и точность). Закрепление техники обманных движений: финт «убирание мяча подошвой».	1		
<b>Общая физическая подготовка (2ч)</b>				
18.	ОРУ без предметов на месте. Прыжковые упражнения: прыжки вверх на двух ногах, с поворотом на 90°, 180°, в длину с места, после двух шагов, в приседе.	1		
19.	ОРУ без предметов в движении. Силовая подготовка: броски набивного мяча весом 1,5 кг, отжимание в упоре лежа, приседания с набивным мячом весом 1,5 кг, пресс за 30 сек.	1		
<b>Техническая подготовка (2ч)</b>				
20.	Закрепление техники передачи мяча на короткие, средние, дальние дистанции внутренней стороной стопы, средней и внешней частью подъема. Закрепление техники обманных движений: игра на малые ворота 1*1, 2*2 с применением изученных технических приемов.	1		
21.	Контрольные тесты и испытания: бег 15 и 30 м с ведением мяча. Контрольные тесты и испытания: удары по воротам (на точность). Контрольные тесты и испытания: удар по мячу на дальность и точность. Контрольные тесты и испытания: комплексное оценивание технической подготовленности (ведение мяча, обводка стоек, удар по воротам).	1		
<b>Общая физическая подготовка (2ч)</b>				
22.	ОРУ без предметов в движении. Прыжковые упражнения: прыжки вверх на одной ноге, с продвижением вперед, назад, с ноги на ногу, после двух шагов, многоскоки.	1		
23.	ОРУ без предметов на месте. Силовая подготовка: подтягивание на турнике, приседания с подниманием бедра, поднимание спины назад из положения лежа на животе.	1		
<b>Техническая подготовка (4ч)</b>				
24.	ОРУ с мячом. Ведение мяча ведение мяча носком стопы по прямой. Отбор выбиванием мяча ногой. Игровые задания 1:1, 2:1.	1		
25.	ОРУ с мячом. Ведение мяча ведение мяча носком стопы по прямой. Отбор выбиванием мяча ногой. Игровые задания 1:1, 2:1.	1		
26.	ОРУ без предметов на месте. Комбинация из освоенных элементов техники передвижений и владения мячом. Двухсторонняя игра. Тактика свободного нападения.	1		
27.	ОРУ без предметов на месте. Комбинация из освоенных элементов техники передвижений и владения мячом. Двухсторонняя игра. Тактика свободного нападения.	1		
<b>Основы знаний (1ч)</b>				
28.	Основные правила игры в футбол: нарушение правил и наказание.	1		
<b>Тестирование (3ч)</b>				

29.	Общая физическая подготовка: бег 30 м, прыжок в длину с места, подтягивание на турнике. Специальная подготовка: жонглирование мячом правой, левой ногой.	1		
30.	Общая физическая подготовка: бег 1 км, челночный бег 3x10м. Специальная подготовка: удар по мячу на точность передачи.	1		
31.	Специальная подготовка: удар по воротам на точность попадания; ведение мяча по прямой.	1		
<b>Соревнования (3ч)</b>				
32.	Игра по упрощённым правилам.	1		
33.	Игра по упрощённым правилам.	1		
34.	Игра по упрощённым правилам.	1		
Итого:		34 часа		

### III год обучения

№ п/п	Разделы, темы	Всего часов	Дата	
			План	Факт
<b>Вводное занятие (1ч)</b>				
1.	Общие правила техники безопасности на занятиях. Критерии выбора позиции игрока.	1		
<b>Общая физическая подготовка (2ч)</b>				
2.	ОРУ без предметов на месте. Беговые упражнения: правым (левым) боком с крестным шагом, бег змейкой, челночный бег 5x10м, бег спиной вперед, бег с ускорением 60м.	1		
3.	ОРУ без предметов на месте. Прыжковые упражнения: прыжки вверх на двух ногах, с подтягиванием колен, с поворотом на 180°, 360°, после двух шагов, в длину с места.	1		
<b>Специальная подготовка (2ч)</b>				
4.	Удары по мячу ногой: удары по мячу внутренней стороной стопы, внутренней и средней частью подъема.	1		
5.	Резаные удары по неподвижному и катящемуся мячу; удар с полуката правой и левой ногой;	1		
<b>Общая физическая подготовка (2ч)</b>				
6.	ОРУ без предметов в движении. Беговые упражнения: бег с пониманием бедра, захлестыванием голени, прямыми ногами вперед, приставными шагами правым (левым) боком, бег в чередовании с ходьбой, бег в равномерном темпе 1 км.	1		
7.	ОРУ без предметов в движении. Силовая подготовка: броски набивного мяча весом 1,5 кг, отжимание в упоре лежа, приседания с набивным мячом весом 1,5 кг, пресс за 30 сек.	1		
<b>Специальная подготовка (2ч)</b>				
8.	Удары правой и левой ногой различными способами по катящемуся и летящему мячу с различными направлениями, траекторией, скоростью.	1		
9.	Удары по мячу ногой пяткой (назад) по неподвижному, катящемуся, прыгающему и летящему мячу правой, и левой ногой.	1		
<b>Общая физическая подготовка (2ч)</b>				
10.	ОРУ без предметов на месте. Беговые упражнения: правым	1		

	(левым) боком с крестным шагом, бег змейкой, челночный бег 5x10м, бег спиной вперед, бег с ускорением 60м.			
11.	ОРУ без предметов на месте. Прыжковые упражнения: прыжки вверх на одной ноге, с продвижением вперед, назад, с ноги на ногу, после двух шагов, с поворотом на 180°, 360°, многоскоки.	1		
<b>Специальная подготовка (2ч)</b>				
12.	Удары внешней частью подъема: стоя на месте и в движении; верхом, на короткое расстояние; передачи (пас) мяча низом.	1		
13.	ОРУ с мячом. Удар по воротам внутренней частью подъема. Техника игры вратаря: ловля и отбивание летящего мяча руками. Игровые задания 2:1, 3:2.	1		
<b>Общая физическая подготовка (2ч)</b>				
14.	ОРУ без предметов в движении. Беговые упражнения: бег с пониманием бедра, захлестыванием голени, прямыми ногами вперед, приставными шагами правым (левым) боком, бег в чередовании с ходьбой, бег в равномерном темпе 1 км.	1		
15.	ОРУ без предметов в движении. Силовая подготовка: подтягивание на турнике, приседания с подниманием бедра, поднятие спины назад из положения лежа на животе.	1		
<b>Специальная подготовка (2ч)</b>				
16.	ОРУ с мячом. Удар по воротам внутренней частью подъема. Техника игры вратаря: ловля и отбивание летящего мяча руками. Игровые задания 2:1, 3:2.	1		
17.	ОРУ с мячом. Удар по воротам внутренней частью подъема. Техника игры вратаря: ловля и отбивание летящего мяча руками. Игровые задания 2:1, 3:2.	1		
<b>Общая физическая подготовка (2ч)</b>				
18.	ОРУ без предметов на месте. Прыжковые упражнения: прыжки вверх на двух ногах, с подтягиванием колен, с поворотом на 180°, 360°, после двух шагов, в длину с места.	1		
19.	ОРУ без предметов в движении. Силовая подготовка: броски набивного мяча весом 1,5 кг, отжимание в упоре лежа, приседания с набивным мячом весом 1,5 кг, пресс за 30 сек.	1		
<b>Специальная подготовка (2ч)</b>				
20.	ОРУ с мячом. Ведение мяча внутренней и внешней частью стопы по прямой, змейкой. Отбор мяча перехватом. Игровые задания 2:1, 3:2.	1		
21.	ОРУ с мячом. Ведение мяча внутренней и внешней частью стопы по прямой, змейкой. Отбор мяча перехватом. Игровые задания 2:1, 3:2.	1		
<b>Общая физическая подготовка (2ч)</b>				
22.	ОРУ без предметов в движении. Прыжковые упражнения: прыжки вверх на одной ноге, с продвижением вперед, назад, с ноги на ногу, после двух шагов, с поворотом на 180°, 360°, многоскоки.	1		
23.	ОРУ без предметов на месте. Силовая подготовка: подтягивание на турнике, приседания с подниманием бедра, поднятие спины назад из положения лежа на животе.	1		
<b>Специальная подготовка (4ч)</b>				
24.	ОРУ с мячом. Ведение мяча внутренней и внешней частью	1		

	стопы по прямой, змейкой. Отбор мяча перехватом. Двухсторонняя игра.			
25.	ОРУ с мячом. Ведение мяча внутренней и внешней частью стопы по прямой, змейкой. Отбор мяча перехватом. Двухсторонняя игра.	1		
26.	ОРУ без предметов на месте. Комбинация из освоенных элементов техники передвижений и владения мячом. Двухсторонняя игра. Позиционное нападение без смены позиций игроков.	1		
27.	ОРУ без предметов на месте. Комбинация из освоенных элементов техники передвижений и владения мячом. Двухсторонняя игра. Позиционное нападение без смены позиций игроков.	1		
<b>Основы знаний (1ч)</b>				
28.	Предупреждение травматизма.	1		
<b>Тестирование (3ч)</b>				
29.	Общая физическая подготовка: бег 30 м, прыжок в длину с места, подтягивание на турнике. Специальная подготовка: жонглирование мячом правой, левой ногой.	1		
30.	Общая физическая подготовка: бег 1 км, челночный бег 3x10м. Специальная подготовка: удар по мячу на точность передачи.	1		
31.	Специальная подготовка: удар по воротам на точность попадания; ведение мяча по прямой.	1		
<b>Соревнования (3ч)</b>				
32.	Игра по правилам мини-футбола.	1		
33.	Игра по правилам мини-футбола.	1		
34.	Игра по правилам мини-футбола.	1		
Итого:		34 часа		

#### IV год обучения

№ п/п	Разделы, темы	Всего часов	Дата	
			План	Факт
<b>Вводное занятие (1ч)</b>				
1.	Общие правила техники безопасности на занятиях. Особенности позиции (амплуа).	1		
<b>Общая физическая подготовка (2ч)</b>				
2.	Общеразвивающие упражнения:, с мячами, в движении. Беговые упражнения: правым (левым) боком с крестным шагом, бег змейкой.	1		
3.	Челночный бег 5x10м, бег спиной вперед, бег с ускорением 60м, бег с пониманием бедра, захлестыванием голени, прямыми ногами вперед, приставными шагами правым (левым) боком, бег в чередовании с ходьбой.	1		
<b>Специальная подготовка (2ч)</b>				
4.	Техника передвижения игрока. Удар внутренней стороной стопы. Остановка мяча.	1		
5.	Остановка катящегося мяча подошвой. Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы. Ведение мяча. Удар по катящемуся мячу внешней частью подъема.	1		
<b>Общая физическая подготовка (2ч)</b>				

6.	ОРУ без предметов в движении. Беговые упражнения: бег с пониманием бедра, захлестыванием голени, прямыми ногами вперед, приставными шагами правым (левым) боком, бег в чередовании с ходьбой, бег в равномерном темпе 1 км.	1		
7.	Бег в равномерном темпе 1 км. Прыжковые упражнения: прыжки вверх на двух ногах, с подтягиванием колен, с поворотом на 180°, 360°, после двух шагов, в длину с места, прыжки вверх на одной ноге, с продвижением вперед, назад, с ноги на ногу, после двух шагов, с поворотом на 180°, 360°, многоскоки.	1		
<b>Специальная подготовка (2ч)</b>				
8.	Удар носком. Удар серединой лба на месте. Вбрасывание мяча из-за боковой линии.	1		
9.	Ведение мяча в различных направлениях. Ведение мяча с различной скоростью. Ведение мяча в различных направлениях.	1		
<b>Общая физическая подготовка (2ч)</b>				
10.	ОРУ без предметов на месте. Беговые упражнения: правым (левым) боком с крестным шагом, бег змейкой, челночный бег 5x10м, бег спиной вперед, бег с ускорением 60м.	1		
11.	ОРУ без предметов на месте. Прыжковые упражнения: прыжки вверх на одной ноге, с продвижением вперед, назад, с ноги на ногу, после двух шагов, с поворотом на 180°, 360°, многоскоки.	1		
<b>Специальная подготовка (2ч)</b>				
12.	Ведение мяча с пассивным сопротивлением защитника. Ведение мяча с различной скоростью.	1		
13.	Комбинации из освоенных элементов техники перемещений. Удар по летящему мячу внутренней стороной стопы. Удар по летящему мячу внутренней стороной стопы	1		
<b>Общая физическая подготовка (2ч)</b>				
14.	ОРУ без предметов в движении. Беговые упражнения: бег с пониманием бедра, захлестыванием голени, прямыми ногами вперед, приставными шагами правым (левым) боком, бег в чередовании с ходьбой, бег в равномерном темпе 1 км.	1		
15.	ОРУ без предметов в движении. Силовая подготовка: подтягивание на турнике, приседания с подниманием бедра, поднимание спины назад из положения лежа на животе.	1		
<b>Специальная подготовка (2ч)</b>				
16.	Комбинации из освоенных элементов. Техника владения мячом. Техника ударов по мячу.	1		
17.	Техника остановок мяча. Удар по летящему мячу средней частью подъема.	1		
<b>Общая физическая подготовка (2ч)</b>				
18.	ОРУ без предметов на месте. Прыжковые упражнения: прыжки вверх на двух ногах, с подтягиванием колен, с поворотом на 180°, 360°, после двух шагов, в длину с места.	1		
19.	ОРУ без предметов в движении. Силовая подготовка: броски набивного мяча весом 1,5 кг, отжимание в упоре лежа, приседания с набивным мячом весом 1,5 кг, пресс за 30 сек.	1		
<b>Специальная подготовка (2ч)</b>				

20.	Техника ударов по мячу и остановок мяча. Отбор мяча толчком плечо в плечо.	1		
21.	Техника ведения мяча. Техника защитных действий. Отбор мяча толчком плечо в плечо.	1		
<b>Общая физическая подготовка (2ч)</b>				
22.	Силовые упражнения: броски набивного мяча весом 1,5 кг, отжимание в упоре лежа, приседания с набивным мячом весом 1,5 кг, пресс за 30 сек, подтягивание на турнике, приседания с подниманием бедра, поднимание спины назад из положения лежа на животе.	1		
23.	ОРУ без предметов на месте. Силовая подготовка: подтягивание на турнике, приседания с подниманием бедра, поднимание спины назад из положения лежа на животе.	1		
<b>Специальная подготовка (4ч)</b>				
24.	Обманные движения (финты). Остановка опускающегося мяча.	1		
25.	ОРУ с мячом. Ведение мяча внутренней и внешней частью стопы с изменением направления движения, скорости движения. Отбор мяча толчком плеча в плечо. Двухсторонняя игра.	1		
26.	ОРУ без предметов на месте. Комбинация из освоенных элементов техники передвижений и владения мячом. Двухсторонняя игра. Позиционное нападение со сменой позиций игроков.	1		
27.	ОРУ без предметов на месте. Комбинация из освоенных элементов техники передвижений и владения мячом. Двухсторонняя игра. Позиционное нападение со сменой позиций игроков.	1		
<b>Основы знаний (1ч)</b>				
28.	Оказание первой помощи	1		
<b>Тестирование (3ч)</b>				
29.	Общая физическая подготовка: бег 30 м, прыжок в длину с места, подтягивание на турнике. Специальная подготовка: жонглирование мячом правой, левой ногой.	1		
30.	Общая физическая подготовка: бег 1 км, челночный бег 3x10м. Специальная подготовка: удар по мячу на точность передачи.	1		
31.	Специальная подготовка: удар по воротам на точность попадания; ведение мяча по прямой.	1		
<b>Соревнования (3ч)</b>				
32.	Игра по правилам мини-футбола.	1		
33.	Игра по правилам мини-футбола.	1		
34.	Игра по правилам мини-футбола.	1		
Итого:		34 часа		

### V год обучения

№ п/п	Разделы, темы	Всего часов	Дата	
			План	Факт
<b>Вводное занятие (1ч)</b>				
1.	Общие правила техники безопасности на занятиях.	1		

	Особенности позиции (амплуа).			
<b>Общая физическая подготовка (2ч)</b>				
2.	Общеразвивающие упражнения: с мячами, в движении. Беговые упражнения: правым (левым) боком с крестным шагом, бег змейкой.	1		
3.	Челночный бег 5x10м, бег спиной вперед, бег с ускорением 60м, бег с пониманием бедра, захлестыванием голени, прямыми ногами вперед, приставными шагами правым (левым) боком, бег в чередовании с ходьбой.	1		
<b>Специальная подготовка (2ч)</b>				
4.	Техника передвижения игрока. Удар внутренней стороной стопы. Остановка мяча.	1		
5.	Остановка катящегося мяча подошвой. Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы. Ведение мяча. Удар по катящемуся мячу внешней частью подъема.	1		
<b>Общая физическая подготовка (2ч)</b>				
6.	ОРУ без предметов в движении. Беговые упражнения: бег с пониманием бедра, захлестыванием голени, прямыми ногами вперед, приставными шагами правым (левым) боком, бег в чередовании с ходьбой, бег в равномерном темпе 1 км.	1		
7.	Бег в равномерном темпе 1 км. Прыжковые упражнения: прыжки вверх на двух ногах, с подтягиванием колен, с поворотом на 180°, 360°, после двух шагов, в длину с места, прыжки вверх на одной ноге, с продвижением вперед, назад, с ноги на ногу, после двух шагов, с поворотом на 180°, 360°, многоскоки.	1		
<b>Специальная подготовка (2ч)</b>				
8.	Удар носком. Удар серединой лба на месте. Вбрасывание мяча из-за боковой линии.	1		
9.	Ведение мяча в различных направлениях. Ведение мяча с различной скоростью. Ведение мяча в различных направлениях.	1		
<b>Общая физическая подготовка (2ч)</b>				
10.	ОРУ без предметов на месте. Беговые упражнения: правым (левым) боком с крестным шагом, бег змейкой, челночный бег 5x10м, бег спиной вперед, бег с ускорением 60м.	1		
11.	ОРУ без предметов на месте. Прыжковые упражнения: прыжки вверх на одной ноге, с продвижением вперед, назад, с ноги на ногу, после двух шагов, с поворотом на 180°, 360°, многоскоки.	1		
<b>Специальная подготовка (2ч)</b>				
12.	Ведение мяча с пассивным сопротивлением защитника. Ведение мяча с различной скоростью.	1		
13.	Комбинации из освоенных элементов техники перемещений. Удар по летящему мячу внутренней стороной стопы. Удар по летящему мячу внутренней стороной стопы	1		
<b>Общая физическая подготовка (2ч)</b>				
14.	ОРУ без предметов в движении. Беговые упражнения: бег с пониманием бедра, захлестыванием голени, прямыми ногами вперед, приставными шагами правым (левым) боком, бег в чередовании с ходьбой, бег в равномерном темпе 1 км.	1		

15.	ОРУ без предметов в движении. Силовая подготовка: подтягивание на турнике, приседания с подниманием бедра, поднимание спины назад из положения лежа на животе.	1		
<b>Специальная подготовка (2ч)</b>				
16.	Комбинации из освоенных элементов. Техника владения мячом. Техника ударов по мячу.	1		
17.	Техника остановок мяча. Удар по летящему мячу средней частью подъема.	1		
<b>Общая физическая подготовка (2ч)</b>				
18.	ОРУ без предметов на месте. Прыжковые упражнения: прыжки вверх на двух ногах, с подтягиванием колен, с поворотом на 180°, 360°, после двух шагов, в длину с места.	1		
19.	ОРУ без предметов в движении. Силовая подготовка: броски набивного мяча весом 1,5 кг, отжимание в упоре лежа, приседания с набивным мячом весом 1,5 кг, пресс за 30 сек.	1		
<b>Специальная подготовка (2ч)</b>				
20.	Техника ударов по мячу и остановок мяча. Отбор мяча толчком плечо в плечо.	1		
21.	Техника ведения мяча. Техника защитных действий. Отбор мяча толчком плечо в плечо.	1		
<b>Общая физическая подготовка (2ч)</b>				
22.	Силовые упражнения: броски набивного мяча весом 1,5 кг, отжимание в упоре лежа, приседания с набивным мячом весом 1,5 кг, пресс за 30 сек, подтягивание на турнике, приседания с подниманием бедра, поднимание спины назад из положения лежа на животе.	1		
23.	ОРУ без предметов на месте. Силовая подготовка: подтягивание на турнике, приседания с подниманием бедра, поднимание спины назад из положения лежа на животе.	1		
<b>Специальная подготовка (4ч)</b>				
24.	Обманные движения (финты). Остановка опускающегося мяча.	1		
25.	ОРУ с мячом. Ведение мяча внутренней и внешней частью стопы с изменением направления движения, скорости движения. Отбор мяча толчком плеча в плечо. Двухсторонняя игра.	1		
26.	ОРУ без предметов на месте. Комбинация из освоенных элементов техники передвижений и владения мячом. Двухсторонняя игра. Позиционное нападение со сменой позиций игроков.	1		
27.	ОРУ без предметов на месте. Комбинация из освоенных элементов техники передвижений и владения мячом. Двухсторонняя игра. Позиционное нападение со сменой позиций игроков.	1		
<b>Основы знаний (1ч)</b>				
28.	Оказание первой помощи	1		
<b>Тестирование (3ч)</b>				
29.	Общая физическая подготовка: бег 30 м, прыжок в длину с места, подтягивание на турнике. Специальная подготовка: жонглирование мячом правой, левой ногой.	1		
30.	Общая физическая подготовка: бег 1 км, челночный бег 3x10м.	1		

	Специальная подготовка: удар по мячу на точность передачи.			
31.	Специальная подготовка: удар по воротам на точность попадания; ведение мяча по прямой.	1		
<b>Соревнования (3ч)</b>				
32.	Игра по правилам мини-футбола.	1		
33.	Игра по правилам мини-футбола.	1		
34.	Игра по правилам мини-футбола.	1		
Итого:		34 часа		

## 2.2 Условия реализации программы.

Для реализации данной программы необходимы следующие условия:

1. Футбольное поле
2. Спортивный зал
3. Футбольные мячи
4. Набивные мячи
5. Сетки для футбольных ворот
6. Конусы, стойки
7. Манежки
8. Наглядный материал
9. Учебно-методическая литература

## 2.3. Оценочные материалы

Контроль направлен на выявление сведений о динамике функционального состояния занимающихся в кружке, об их технической и физической подготовленности (общей и специальной).

Основными источниками информации об эффективности учебно-тренировочного процесса являются:

- данные педагогических наблюдений за занимающимися на занятиях и соревнованиях;
- результаты, показанные занимающимися в контрольных упражнениях (двигательных тестах) по технической и физической подготовке.

### Контрольно-тестовые упражнения

возраст	уровень	ОФП					
		Бег 30 м.		юн.: сгибание и разгибание рук в упоре дев.: подтягивание в висе лежа		Прыжок в длину с места	
		юн	дев	юн	дев	Юн	дев
11	Высокий	5.9	6.3	15	13	170	156
	Средний	6.0	6.4	12	11	166	148
	Ниже среднего	6.1	6.7	10	10	162	143
	Низкий	6.3	6.9	8	8	158	138
12	Высокий	5.8	6.1	17	15	176	164
	Средний	5.9	6.3	15	13	172	158
	Ниже среднего	6.0	6.5	13	11	168	152
	Низкий	6.2	6.7	10	9	160	148
13	Высокий	5.7	5.9	20	17	185	175
	Средний	5.8	6.1	18	15	175	168
	Ниже среднего	5.9	6.3	16	13	170	160
	Низкий	6.1	6.5	14	11	165	155
14	Высокий	5.6	5.8	24	20	190	182
	Средний	5.7	5.9	22	17	180	176
	Ниже среднего	5.8	6.1	20	15	175	172
	Низкий	6.0	6.3	18	13	170	165
15	Высокий	5.5	5.7	25	22	205	190
	Средний	5.6	5.8	23	20	195	185
	Ниже среднего	5.7	5.9	22	18	186	176
	Низкий	5.9	6.1	20	16	178	170
возраст	уровень	СФП					
		Челночный бег 3x10м		Бросок мяча 1кг из-за головы двумя руками сидя		Прыжки через скакалку за 1 мин.	
		юн	дев	юн	дев	юн	дев

11	Высокий	8.6	8.8	230	220	115	117
	Средний	8.7	8.9	215	205	110	102
	Ниже среднего	8.8	9.0	200	185	100	100
	Низкий	8.9	9.1	175	170	90	95
12	Высокий	8.5	8.7	240	230	120	123
	Средний	8.6	8.8	220	215	115	118
	Ниже среднего	8.7	8.9	195	190	110	115
	Низкий	8.8	9.0	180	175	100	105
13	Высокий	8.4	8.6	250	240	125	127
	Средний	8.5	8.7	235	220	120	125
	Ниже среднего	8.6	8.8	210	200	115	120
	Низкий	8.7	8.9	190	180	100	115
14	Высокий	8.3	8.5	265	250	127	130
	Средний	8.4	8.6	250	235	125	128
	Ниже среднего	8.5	8.7	235	225	115	125
	Низкий	8.6	8.8	200	200	105	120
15	Высокий	8.2	8.4	290	265	130	132
	Средний	8.3	8.5	275	250	126	128
	Ниже среднего	8.4	8.6	255	230	115	125
	Низкий	8.5	8.7	220	210	110	121
возраст	уровень	ТТ					
		Жонглирование мячом правой левой ногой		Ведение мяча 5 м, обводка 3-х стоек змейкой и удар по воротам с 7м		Пять ударов каждой ногой по воротам на точность с 11м, (7м).	
		юн	дев	юн	дев	юн	дев
11	Высокий	12	7	9.7	9.9	6	6
	Средний	11	6	9.8	10.0	5	5
	Ниже среднего	9	5	9.9	10.1	4	4
	Низкий	7	4	10.1	10.2	3	3
12	Высокий	13	8	9.6	9.8	7	7
	Средний	12	7	9.7	9.9	6	6
	Ниже среднего	11	6	9.8	10.0	5	5
	Низкий	9	5	10.0	10.1	4	4
13	Высокий	14	9	9.5	9.7	8	8
	Средний	13	8	9.6	9.8	7	7
	Ниже среднего	12	7	9.7	9.9	6	6
	Низкий	11	6	9.9	10.0	5	5
14	Высокий	15	10	9.4	9.6	8	8
	Средний	14	9	9.5	9.7	7	7
	Ниже среднего	13	8	9.6	9.8	6	6
	Низкий	11	7	9.8	9.9	5	5
15	Высокий	16	11	9.3	9.5	9	9
	Средний	15	10	9.4	9.6	8	8
	Ниже среднего	14	9	9.5	9.7	7	7
	Низкий	13	6	9.7	9.9	6	6
16	Высокий	17	12	9.2	9.4	9	9
	Средний	16	11	9.3	9.5	8	8
	Ниже среднего	15	10	9.4	9.6	7	7
	Низкий	14	7	9.6	9.8	6	6
17	Высокий	18	13	9.1	9.3	10	10
	Средний	17	12	9.2	9.4	9	9
	Ниже среднего	16	11	9.3	9.5	8	8
	Низкий	15	9	9.5	9.7	7	7
18	Высокий	19	14	9.0	9.2	10	10
	Средний	18	13	9.1	9.3	9	9
	Ниже среднего	17	12	9.2	9.4	8	8
	Низкий	16	10	9.4	9.6	7	7

### Список литературы

1. Акимов А.М. Игра футбольного вратаря. – М.: ФиС, 1978.
2. Буйлин Ю.Ф., Курамшин Ю.Ф. Теоретическая подготовка юных спортсменов. – М.: ФиС, 1985.
3. Бриль М.С. Отбор в спортивных играх. – М.: ФиС, 1980.
4. Гриндлер К. и др. Физическая подготовка футболистов. – М.: ФиС, 1976.
5. Правила игры в футбол. М.: ФиС (последний выпуск).
6. Рогальский Н., Дегель Э. Футбол для юношей. – М.: ФиС, 1981.
7. Голомазов С. В., Чирва П. Г. «Теория и практика футбол» 2008 г.
8. Колодницкий Г. А., Кузнецов В. С., Маслов М. В. «Внеурочная деятельность учащихся. Футбол: пособие для учителей и методистов». – М. : Просвещение, 2011. – 95 с.
9. Погадаев Г. И. Физическая культура. Футбол для всех 5-9 кл. Учебное пособие. - М.://Дрофа, 2019.

СОГЛАСОВАНО

Протокол заседания

рабочей группы центра «Точка роста»

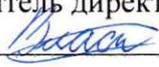
№ 1 от 21.05.2023 г.

Руководитель центра

 Юдакина Ю.В..

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по ВР

 Власова О.А.