

Министерство просвещения Российской Федерации  
Министерство образования и молодежной политики Свердловской области  
Государственное автономное нетиповое образовательное учреждение  
Свердловской области «Губернаторский лицей»

УТВЕРЖДЕНО  
Директор ГАНОУ СО «Губернаторский лицей»

И.А. Климовских

Приказ № 111/2-од от 26.08.2024

---

Рабочая программа  
Учебного курса «Футбол»  
для обучающихся 1-10 классов

Автор-составитель:  
Белов Станислав Александрович  
1КК

г. Екатеринбург  
2024 год

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

### ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ БАСКЕТБОЛ

Дополнительная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности «Футбол» разработана для внеурочной деятельности лица и нацелена на совершенствование физического развития обучающихся, укрепление здоровья, приобщение к культурным ценностям, которые могут быть отнесены не только к данному виду деятельности человека.

Программа разработана в соответствии с нормативными документами:

- Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. N 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации".

- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 09.11.2018г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

- Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 30.09.2020 N 533 «О внесении изменений в Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утвержденный приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 N 196;

- Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. № 28 "Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи" (далее - СанПиН);

- Письмом Минобрнауки России от 18.11.2015 г. №09-3242 «О направлении информации (вместе с Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)».

- Концепцией развития дополнительного образования детей до 2030 г., утверждённой распоряжением Правительства РФ от 31.03.2022 № 678-р;

- Приказом Минобрнауки России от 23.08.2017 г. №186 «Об утверждении порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ проектированию дополнительных общеразвивающих программ);

- Письма Министерства просвещения Российской Федерации от 28.06.2019 № МР-81/02вц «О направлении методических рекомендаций» вместе с «Методическими рекомендациями для субъектов Российской Федерации по вопросам реализации основных и дополнительных

общеобразовательных программ в сетевой форме»;

- Рабочая программа по воспитанию ГАНОУ СО "Губернаторский лицей";

- ООП СОО ГАНОУ СО "Губернаторский лицей" (приказ № 70-ОД от 27.03.2024);

- Учебный план ГАНОУ СО "Губернаторский лицей" на 2024-2025 учебный год ФГОС СОО (приказ № 75 ОД от 27.03.2024).

Физическое воспитание является одной из важнейших составляющих единого воспитательно-образовательного процесса формирования растущей личности. Существенное место в комплексе средств физического воспитания занимают спортивные игры, в том числе футбол.

Футбол – поистине один из самых массовых и любимых видов спорта. Его популярность среди взрослых и детей чрезвычайно велика. Футбол привлекает своей зрелищностью, обилием разнообразных технических и тактических приемов борьбы, эмоциональностью, слаженностью действий команды спортсменов. Кроме того, это эффективное средство укрепления здоровья, совершенствования всех функций организма.

Актуальность программы состоит в том, что она отражает, с одной стороны ожидания и устремления детей к «настоящим» (не виртуальным) формам жизни, где они могут почувствовать не только пределы своих интеллектуальных, социально-возрастных и физических возможностей, но самое главное могут правильно воспринимать границы личной ответственности за свои действия и возникающие (реальные) риски для жизни и здоровья, с другой стороны, она (программа) является ответом на развитие актуальных и востребованных в молодежной среде экстремальных видов спорта.

Футбол, как спортивная командная игра, в большей степени способствует разностороннему физическому развитию юного спортсмена. Постоянно меняющаяся игровая ситуация, непрерывная борьба за мяч связаны с самыми разнообразными движениями и технико-тактическими действиями. Современный футбол отличается сложностью и разнообразием технических приемов.

Систематическое занятие футболом, участие в соревнованиях по этому виду спорта оказывают всестороннее влияние на будущих футболистов: совершенствуется функциональная деятельность их организма, обеспечивается нормальное физическое развитие. Занятие спортом способствует также воспитанию целого ряда положительных качеств и черт характера: умение подчинять личные интересы интересам коллектива, взаимопомощи, уважение к партнерам или соперникам в играх, сознательной дисциплины, активности, чувства ответственности, пунктуальности, спортивной этики. Этим объясняется педагогическая целесообразность занятий данным видом спорта.

Кроме этого, занятия футболом содействуют как физическому, так и нравственному развитию детей и подростков. Занятие футболом дают возможность постоянно развивать и совершенствовать работу мышечного аппарата, сердечно-сосудистой системы, нервной системы, повышать общую тренированность юного спортсмена.

Командный характер игры и высокий технико-тактический уровень современного футбола предъявляют повышенные требования ко всем сторонам психики воспитанников секции. Футбол воспитывает не только

силу, быстроту, ловкость, но и мужество, волю к победе, чувство коллективизма.

Программа предусматривает последовательное повышение уровня освоения необходимых навыков в области физкультурно-спортивной деятельности.

## **ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ИЗУЧЕНИЯ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ФУТБОЛ**

### **Цель программы:**

приобщение обучающихся к систематическим занятиям физической культурой, привитие навыков здорового образа жизни посредством обучения игре в футбол, повышение двигательной активности и уровня физической подготовленности и укрепления здоровья сохранение и укрепление здоровья детей.

### **Задачи программы:**

- ознакомить обучающихся с основами техники и тактики игры в футбол;
- создать функциональный «фундамент» для дальнейшего развития и совершенствования физических качеств обучающихся (быстрота, ловкость, гибкость, выносливость, сила);
- привить обучающимся стойкий интерес к занятиям футболом;
- развивать познавательные, творческие способности обучающихся;
- воспитывать целеустремленность, настойчивость, выдержку, чувство самообладания и коллективизма, стремление к победе.

## **МЕСТО КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ФУТБОЛ**

Программа разработана для системы внеурочного образования и ориентирована на детей 7 – 17 лет. На изучение курса «Футбол» отводится - 34 часа (1 час в неделю, 34 недели).

## **ФОРМЫ ПРОВЕДЕНИЯ ЗАНЯТИЙ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ФУТБОЛ**

Основная форма организации образовательного процесса – групповая. Возможны индивидуальные беседы и консультации. Учебные группы комплектуются по заявлениям родителей. Рекомендуемое количество обучающихся в группе 10-15 человек. Наиболее одаренные обучающиеся получают рекомендации по совершенствованию своего мастерства в ДЮСШ г. Екатеринбурга.

## **СОДЕРЖАНИЕ ОБУЧЕНИЯ**

### **1-4 КЛАСС**

#### **1. Теоретическая подготовка**

Физическая культура и спорт как средство укрепления здоровья. Основы гигиены и самоконтроля. Требования к спортивной одежде, уход за ней,

правила личной гигиены. Техника безопасности на занятиях по футболу. Правила игры в футбол. Основные термины общеразвивающих и специальных упражнений. Понятие о спортивной технике футболиста. Понятие об основных элементах игры в футбол: удары по мячу ногами и головой, остановка мяча, ведение, обводки и ложные движения (финты), отбор мяча, вбрасывание мяча, основные технические приемы игры вратаря.

## **2. Физическая подготовка**

### Развитие координационных способностей

Сочетание различных видов ходьбы с коллективным подсчетом, с высоким подниманием бедра, в приседе, с преодолением препятствий, по разметкам.

Бег с преодолением препятствий, с изменением длины и частоты шагов, с высоким подниманием бедра, приставными шагами, захлестыванием голени назад, челночный бег, эстафеты. Ходьба по гимнастической скамейке. Варианты челночного бега, с изменением направления, скорости, способа перемещения, с преодолением препятствий и на местности, прыжки через препятствия, на точность приземления.

### Развитие скоростных способностей

Бег в «коридорчике» 30-40см из различных исходных положений. Бег с максимальной скоростью на 20 м. Бег с изменением скорости и прыжками через условные рвы по звуковым сигналам. Эстафеты 20-25 м. Бег с ускорением, изменением направления, темпа, ритма.

### Развитие скоростно-силовых качеств

Прыжки и многоскоки. Броски набивного мяча. Сочетание прыжков и ускорений.

## **3. Техническая подготовка**

### Ведение мяча (дриблинг).

Ведение правой, левой ногой и поочередно, по прямой, по кругу и меняя направления движения, изменяя скорость. Ведение мяча всеми изученными способами с увеличением скорости, выполнением рывков, с обводкой движущихся и противодействующих соперников.

### Обманные движения (финты)

Обманные движения «уход» выпадом. Финт «остановкой» мяча ногой. Обманное движение «ударом» по мячу ногой. Финты ударом ногой с убираанием мяча под себя и с пропуском мяча партнеру, «ударом головой»

### Прием мяча

Прием мяча внутренней, внешней сторонами стопы, подошвой, бедром, грудью. Прием катящегося, скачущего, летящего мяча. Прием мяча на месте и в движении.

### Передачи мяча

Передачи мяча внутренней, внешней стороной стопы, подошвой, носком, пяткой. Передачи мяча на месте и в движении. Передачи мяча в 1 касание и после приема мяча

### Удары по мячу

Удары по мячу внутренней, внешней стороной подъема, серединой подъема, носком, пяткой, головой. Удары по неподвижному, по катящемуся, скачущему, летящему мячу. Удары в 1 касание и после приема мяча.

## **4. Тактическая подготовка**

### Учебно-тренировочные игры

Игры в различных составах: 1X1, 2X2, 3X3, 4X4, 5X5. Игры с ограничениями касаний мяча: не больше 1, не больше 2, не больше 3. Игры с ограничением пространства: на  $\frac{1}{4}$  поля (зала), на  $\frac{1}{2}$ , на все поле. Игры с ограничениями по времени: по 4 мин, по 5 мин, по 6 мин, по 7 мин, по 8 мин, по 9 мин, по 10 мин.

## **5-9 КЛАСС**

### **1. Теоретическая подготовка**

Физическая культура и спорт как средство укрепления здоровья. Основы гигиены и самоконтроля. Требования к спортивной одежде, уход за ней, правила личной гигиены. Техника безопасности на занятиях по футболу.

Правила игры в футбол. Основные термины общеразвивающих и специальных упражнений. Понятие о спортивной технике футболиста. Понятие об основных элементах игры в футбол: удары по мячу ногами и головой, остановка мяча, ведение, обводки и ложные движения (финты), отбор мяча, вбрасывание мяча, основные технические приемы игры вратаря.

## **2. Физическая подготовка**

### Развитие координационных способностей

Сочетание различных видов ходьбы с коллективным подсчетом, с высоким подниманием бедра, в приседе, с преодолением препятствий, по разметкам.

Бег с преодолением препятствий, с изменением длины и частоты шагов, с высоким подниманием бедра, приставными шагами, захлестыванием голени назад, челночный бег, эстафеты. Ходьба по гимнастической скамейке. Варианты челночного бега, с изменением направления, скорости, способа перемещения, с преодолением препятствий и на местности, прыжки через препятствия, на точность приземления.

### Развитие скоростных способностей

Бег в «коридорчике» 30-40см из различных исходных положений. Бег с максимальной скоростью на 20 м. Бег с изменением скорости и прыжками через условные рвы по звуковым сигналам. Эстафеты 20-25 м. Бег с ускорением, изменением направления, темпа, ритма.

### Развитие скоростно-силовых качеств

Прыжки и многоскоки. Броски набивного мяча. Сочетание прыжков и ускорений.

### Развитие силовых качеств

Упражнения для мышц верхнего плечевого пояса. Упражнения для мышц спины и брюшного пресса. Упражнения для мышц ног

### Развитие общей выносливости

Равномерный бег от 3 до 5 минут. Комплексное развитие физических качеств. Полоса препятствий.

## **3. Техническая подготовка**

### Ведение мяча (дриблинг)

Ведение правой, левой ногой и поочередно, по прямой, по кругу и меняя направления движения, изменяя скорость. Ведение мяча всеми изученными способами с увеличением скорости, выполнением рывков, с обводкой движущихся и противодействующих соперников.

### Обманные движения (финты)

Обманные движения «уход» выпадом. Финт «остановкой» мяча ногой. Обманное движение «ударом» по мячу ногой. Финты ударом ногой с убираем мяча под себя и с пропуском мяча партнеру, «ударом головой».

### Прием мяча

Прием мяча внутренней, внешней сторонами стопы, подошвой, бедром, грудью. Прием катящегося, скачущего, летящего мяча. Прием мяча на месте и в движении.

### Передачи мяча

Передачи мяча внутренней, внешней стороной стопы, подошвой, носком, пяткой. Передачи мяча на месте и в движении. Передачи мяча в 1 касание и после приема мяча

#### Удары по мячу

Удары по мячу внутренней, внешней стороной подъема, серединой подъема, носком, пяткой, головой. Удары по неподвижному, по катящемуся, скачущему, летящему мячу. Удары в 1 касание и после приема мяча.

#### Отбор мяча

Отбор мяча у соперника движущегося во встречном направлении. Отбор мяча у соперника, движущегося в параллельном направлении.

### **4. Тактическая подготовка**

#### Индивидуальные тактические действия

Открывание, Закрывание соперника. Освобождение зоны

#### Групповые тактические действия

Простейшие комбинации: «стенка», «забегание», «скрещивание».

#### Командные тактические действия

Расположение при Атаке. Расположение при обороне. Переход из обороны в атаку. Переход из атаки в оборону.

#### Учебно - тренировочные игры

Игры в различных составах: 1X1, 2X2, 3X3, 4X4, 5X5. Игры с ограничениями касаний мяча: не больше 1, не больше 2, не больше 3. Игры с ограничением пространства: на  $\frac{1}{4}$  поля (зала), на  $\frac{1}{2}$ , на все поле. Игры с ограничениями по времени: по 4мин, по 5мин, по 6 мин, по 7 мин, по 8 мин, по 9 мин, по 10 мин.

#### Подвижные игры.

В квадрате 8 \* 8 м располагаются 4 игрока. Каждый обозначает вокруг себя круг диаметром 2 метра. По сигналу игроки начинают передавать мяч друг другу по земле и по воздуху. Остановку и удар выполнять одним касанием. Если касаний больше или мяч при передаче уходит мимо круга, это ошибка. Кто меньше сделает ошибок, тот и выиграл.

#### **Вбрасывание мяча**

Упражнение проводят на поле длиной до 20 м. Вратарь с мячом встает на линию штрафной площадки. На противоположной половине поля у боковых линий и перед штрафной площадкой обозначаются 3 круга диаметром 2 метра. Вратарь выполняет 6 бросков по указанным целям (по два броска в каждую). За попадание начисляют 1 очко. Мяч должен лететь по воздуху.

#### **Добивание мяча головой**

Упражняются два партнера. Один из них, встав на линии ворот, поднимает мяч над головой и резко бросает его перед собой вниз так, чтобы мяч отскочил в район 6-метровой отметки. В это время другой игрок, сделав

рывок из-за штрафной площади, головой резко направляет отскочивший мяч в ворота. Партнеры периодически меняются ролями.

### **Игра в стенку**

На расстоянии 1 метра от штрафной площади (напротив одной из стоек ворот) устанавливают стойку. В 5 метрах от штрафной площади (против другой стойки) обозначают круг диаметром 1 метр. Игрок «А» ведет мяч из глубины поля. Войдя в круг, отдает пас чуть в сторону от стойки, примерно на 1 метр. В это время партнер «Б» резко стартует из штрафной площади к стойке, обегает её со стороны боковой линии поля и в одно касание отдает пас на ход партнеру «А». Тот сильно направляет мяч в ворота. Партнеры периодически меняются ролями.

### **Обводка стоек**

На поле в 5 метрах от штрафной площади устанавливают стойку. Далее по прямой через каждые один, два метра – ещё 3 стойки. Игроки поочередно с центра поля ведут мяч к стойкам, обводят их змейкой и с линии штрафной бьют по воротам. Вратари периодически меняют друг друга. Стойки можно установить по диагонали, вдоль штрафной, змейкой и т.д.

### **Мяч в кругу**

На поле обозначают круг диаметром 15-20м. Один игрок с мячом стоит в центре круга, остальные (без мяча) - равномерно с внешней стороны круга. Центральной игрок низом передает мяч одному из партнеров. Тот возвращает ему мяч тем же приемом и т.д. Таким образом, в передачах участвуют все занимающиеся. Задача игроков, стоящих вне круга, при приближении мяча сделать к нему рывок и после этого выполнить передачу. Суть данного упражнения в том, чтобы научиться как можно дольше удерживать мяч и уметь играть на опережение. Можно увеличить нагрузку на игрока, организовав два круга.

## **ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОГО КУРСА ФУТБОЛ НА УРОВНЕ НОО, ООО, СОО**

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

- проявление уважительного отношения к сверстникам, культуры общения и взаимодействия, терпимости и толерантности в достижении общих целей при совместной деятельности на принципах доброжелательности и взаимопомощи;
- проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях; умение не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;
- проявление дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленных целей на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;
- способность принимать и осваивать социальную роль обучающегося,

развитие мотивов учебной деятельности, стремление к познанию и творчеству, эстетическим потребностям;

- оказание бескорыстной помощи своим сверстникам, нахождение с ними общего языка и общих интересов;
- понимание установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям.

**Планируемые метапредметные результаты на уровне начального общего образования:**

- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств и способов её осуществления;
- умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия, собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения, определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- умение характеризовать действия и поступки, давать им анализ и объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- понимание причин успеха/неуспеха учебной деятельности и способность конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха;
- определение общей цели и путей ее достижения;
- умение договариваться о распределении функций в учебной, игровой и соревновательной деятельности;
- адекватная оценка собственного поведения и поведения окружающих;
- обеспечение защиты и сохранности природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;

**Планируемые предметные результаты на уровне начального общего образования:**

- формирование представлений о роли и значении занятий футболом как средством укрепления здоровья, закаливания и развития физических качеств человека;
- формирование представлений о спортивных дисциплинах футбола и основных правилах игры в футбол; составе футбольной команды, роли капитана и функциях игроков в команде;
- формирование навыков безопасного поведения во время занятий футболом, посещения соревнований по футболу; правил личной гигиены, требований к спортивной одежде и обуви, спортивному инвентарю для занятий футболом;
- способность выполнять различные виды передвижений: бег, прыжки, остановки, повороты с изменением скорости, темпа и дистанции в учебной, игровой и соревновательной деятельности;
- способность выполнять индивидуальные технические приемы владения мячом: ведение, удары, остановки, финты, отбор мяча; технические приемы владения мячом игры вратаря: ловли мяча, отбивание мяча,

- переводы мяча, броски мяча;
- способность выполнять элементарные тактические комбинации: в парах, в тройках; забегания, смещения; тактические действия с учетом игровых амплуа в команде;
  - умение излагать правила и условия подвижных игр, игровых заданий, эстафет, моделировать игровые ситуации в атаке и защите;
  - участие в учебных играх в уменьшенных составах, на уменьшенной площадке, по упрощенным правилам;
  - выполнение контрольно-тестовых упражнений по общей и специальной физической подготовке и оценка показателей физической подготовленности футболиста;
  - демонстрация во время учебной и игровой деятельности волевых, социальных качества личности, организованности, ответственности;
  - проявление уважительного отношения к одноклассникам, проявление культуры общения и взаимодействия, терпимости и толерантности в достижении общих целей в учебной и игровой деятельности на занятиях футболом.

**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;

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

## Виды и формы контроля планируемых результатов

Виды контроля	Время проведения	Цель проведения	Формы контроля
Входной	В начале учебного года	Определить уровень физической подготовленности обучающихся	тестирование
Текущий	В течение всего учебного года	Проведение мониторинга обучающихся	тренировочные соревнования
Промежуточный	По окончании изучения темы или раздела. Декабрь, апрель	Выявить самых способных обучающихся	тестирование
Итоговый	В конце учебного года или курса обучения	Определить уровень физической подготовленности обучающихся	лицейский турнир по футболу

### Способы отслеживания результатов усвоения.

В начале и конце учебного года проводятся контрольные занятия, цель которых учет двигательных навыков, умений детей в усвоении программного материала по развитию двигательных действий.

### ТРЕБОВАНИЯ К УРОВНЮ ПОДГОТОВКИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

В результате освоения внеурочной общеразвивающей программы «Футбол» обучающиеся получают возможность:

- узнать об особенностях истории возникновения футбола,
- понимать условия организации соревнований по футболу,
- освоить правила ведения игры;
- повторить общие и индивидуальные правила личной гигиены.

Обучающиеся:

- получают навыки осуществления спортивной деятельности в процессе игры в футбол;

- расширят представления о влиянии физических упражнений на организм человека;
  - выполнять упражнения на формирование правильной осанки,
  - организовывать и проводить самостоятельные занятия, использовать самоконтроль за состоянием здоровья;
  - будет стремиться – к освоению правильных двигательных действий с футбольным мячом;
  - овладеет понятиями - о терминологии разучиваемых упражнений;
  - понимать значение физических упражнений для здоровья человека.
- Обучающиеся должны знать:**
- правила безопасности проведения тренировок;
  - основы техники футбола;
  - правила игры в футбол;
  - терминологию в футболе;
  - требования к инвентарю, одежде для занятий футболом;
  - правила самостоятельного выполнения физических упражнений.

**Обучающиеся должны уметь:**

- выполнять специальную разминку;
- осуществлять ведение мяча (как минимум одним способом);
- выполнять обманные движения с мячом и без мяча;
- выполнять прием и передачи мяча (как минимум одним способом);
- выполнять удары по мячу (как минимум одним способом).
- осуществлять самоконтроль за состоянием здоровья.

В процессе игры в футбол обучающиеся должны развивать чувство коллективизма, командный дух, волю и стремление к победе. Педагог получает информацию о приспособляемости организма юных футболистов по частоте пульса до начала тренировки, в ходе её и по окончании. Основным способом определения результативности учебно-тренировочного процесса является участие воспитанников в соревнованиях по футболу.

Эффективным средством диагностики результативности учебно-тренировочного процесса является овладение детьми навыками игры в футбол и участие обучающихся в соревнованиях.

Формой подведения итогов реализации данной программы является организация соревнований, награждение победителей, положительная оценка активных участников программы.

## ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

### 1-4 КЛАСС

№	НАИМЕНОВАНИЕ ТЕМЫ	Общее количество часов	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
<b>1. Теоретическая подготовка</b>		<b>4</b>	ЦОС Моя Школа <a href="http://myschool.edu.ru">myschool.edu.ru</a>
1.1	Правила техники безопасности. Одежда. Оборудование. Инвентарь	2	ЦОС Моя Школа <a href="http://myschool.edu.ru">myschool.edu.ru</a>
1.2	Правила игры в футбол. Основы знаний о технике игры.	2	ЦОС Моя Школа <a href="http://myschool.edu.ru">myschool.edu.ru</a>
<b>2. Физическая подготовка</b>		<b>10</b>	ЦОС Моя Школа <a href="http://myschool.edu.ru">myschool.edu.ru</a>
2.1	Развитие координационных способностей	3	ЦОС Моя Школа <a href="http://myschool.edu.ru">myschool.edu.ru</a>
2.2	Развитие быстроты	3	ЦОС Моя Школа <a href="http://myschool.edu.ru">myschool.edu.ru</a>
2.3	Развитие скоростно — силовых качеств	4	ЦОС Моя Школа <a href="http://myschool.edu.ru">myschool.edu.ru</a>
<b>3. Техническая подготовка</b>		<b>10</b>	ЦОС Моя Школа <a href="http://myschool.edu.ru">myschool.edu.ru</a>
3.1	Техника ведения мяча (дриблинг)	2	ЦОС Моя Школа <a href="http://myschool.edu.ru">myschool.edu.ru</a>
3.2	Техника обманных движений (финты)	2	ЦОС Моя Школа <a href="http://myschool.edu.ru">myschool.edu.ru</a>
3.3	Техника приема мяча	2	ЦОС Моя Школа <a href="http://myschool.edu.ru">myschool.edu.ru</a>
3.4	Техника передач мяча	2	ЦОС Моя Школа <a href="http://myschool.edu.ru">myschool.edu.ru</a>

3.5	Техника ударов по мячу	2	ЦОС Моя Школа <a href="http://myschool.edu.ru">myschool.edu.ru</a>
<b>4. Тактическая подготовка</b>		<b>10</b>	ЦОС Моя Школа <a href="http://myschool.edu.ru">myschool.edu.ru</a>
4.1	Учебно — тренировочные игры	10	ЦОС Моя Школа <a href="http://myschool.edu.ru">myschool.edu.ru</a>
<b>ИТОГО:</b>		<b>34</b>	

**5-10 класс**

№	Наименование разделов и тем программы	Количество часов	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
<b>1. Теоретическая подготовка</b>		<b>4</b>	ЦОС Моя Школа <a href="http://myschool.edu.ru">myschool.edu.ru</a>
1.1	Правила техники безопасности. Одежда. Оборудование. Инвентарь	2	ЦОС Моя Школа <a href="http://myschool.edu.ru">myschool.edu.ru</a>
1.2	Правила игры в футбол. Основы знаний о технике игры.	2	ЦОС Моя Школа <a href="http://myschool.edu.ru">myschool.edu.ru</a>
<b>2. Физическая подготовка</b>		<b>10</b>	ЦОС Моя Школа <a href="http://myschool.edu.ru">myschool.edu.ru</a>
2.1	Развитие координационных способностей	2	ЦОС Моя Школа <a href="http://myschool.edu.ru">myschool.edu.ru</a>
2.2	Развитие быстроты	2	ЦОС Моя Школа <a href="http://myschool.edu.ru">myschool.edu.ru</a>
2.3	Развитие скоростно - силовых качеств	2	ЦОС Моя Школа <a href="http://myschool.edu.ru">myschool.edu.ru</a>
2.4	Развитие силовых качеств	2	ЦОС Моя Школа <a href="http://myschool.edu.ru">myschool.edu.ru</a>
2.5	Развитие выносливости	1	ЦОС Моя Школа <a href="http://myschool.edu.ru">myschool.edu.ru</a>
2.6	Комплексное развитие физических качеств	1	ЦОС Моя Школа <a href="http://myschool.edu.ru">myschool.edu.ru</a>
<b>3. Техническая подготовка</b>		<b>10</b>	ЦОС Моя Школа <a href="http://myschool.edu.ru">myschool.edu.ru</a>
3.1	Техника ведения мяча (дриблинг)	2	ЦОС Моя Школа <a href="http://myschool.edu.ru">myschool.edu.ru</a>
3.2	Техника обманных движений (финты)	2	ЦОС Моя Школа <a href="http://myschool.edu.ru">myschool.edu.ru</a>
3.3	Техника приема мяча	2	ЦОС Моя Школа <a href="http://myschool.edu.ru">myschool.edu.ru</a>
3.4	Техника передач мяча	2	ЦОС Моя Школа <a href="http://myschool.edu.ru">myschool.edu.ru</a>
3.5	Техника ударов по мячу	1	ЦОС Моя Школа <a href="http://myschool.edu.ru">myschool.edu.ru</a>
3.6	Техника отбора мяча	1	ЦОС Моя Школа <a href="http://myschool.edu.ru">myschool.edu.ru</a>
<b>4. Тактическая подготовка</b>		<b>10</b>	ЦОС Моя Школа <a href="http://myschool.edu.ru">myschool.edu.ru</a>
4.1	Индивидуальные тактические действия	1	ЦОС Моя Школа <a href="http://myschool.edu.ru">myschool.edu.ru</a>

4.2	Групповые тактические действия	1	ЦОС Моя Школа <a href="http://myschool.edu.ru">myschool.edu.ru</a>
4.3	Командные тактические действия	2	ЦОС Моя Школа <a href="http://myschool.edu.ru">myschool.edu.ru</a>
4.4	Учебно - тренировочные игры	6	ЦОС Моя Школа <a href="http://myschool.edu.ru">myschool.edu.ru</a>
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		<b>34</b>	

Форма аттестации не предусматривается. После освоения программы документ об образовании не выдается.

## **УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА**

### **ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕНИКА**

1. Андреев С.Н . Футбол – твоя игра. – М.: //Просвещение, 1989. – 144 стр.
2. Андреев С.Н. Играйте в мини-футбол. - М.; Советский спорт, 1989 – 47с.
3. Башкиров, В.Ф. Профилактика травм у спортсменов/ Башкиров В.Ф. - М.: //ФиС, 1987.
4. Каменченко П. Олтаржевский Г., Легенды. История российского футбола в фотографиях. – М.; //Красивая книга, 2018
5. Лоран Николе, Это футбол. Игра изменившая мир.- М;// Самокат, 2018
6. Нестеровский, Д.И. Теория и методика спортивных игр: учебник для студентов учреждений высшего образования / Нестеровский Д.И., Железняк Ю.Д., Иванов В.А., Голенко А.В., Левин В.С. /9-е изд., стереотипное. М.; Издательский центр «Академия», 2014. 464 с.
7. Сергиенко, Л.П. Спортивный отбор: теория и практика / Сергиенко Л.П. – М.; «Советский спорт», 2013.
8. Старостин Н. Вайнштейн А. Футбол сквозь годы. М:// Центрполиграф, 2018.
9. Симонян Н.П. Футбол-только ли игра? -М.;// Человек, 2018 10.Шакур М.Т. Как научиться играть в футбол. Финты звезд. //Харвест, 2020

### **МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ**

- 1.Андреев С. Н. Мини – футбол. – М.://Физкультура и спорт». 2008.
- 2.Алиев Э., Андреев С.,Губа В. Мини-футбол, Учебник. -М.:// Советский спорт. 2012.
- 3.Врублевский Е.П., Модели тактики игры в футбол. -М.; // Спорт, 2020
4. Грамм А., Книга-тренер. Правила. Физическая подготовка. Техника.Стратегия.Мастерство. М.; Эксмо, 2020
- 5.Губа В., Лексаков А. Теория и методика футбола.Учебник. -М.:// Спорт, 2020.
- 6.Губа В., Футбол. Программа для футбольных академий.-М:// Человек, 2015.

- 7.Сто одно упражнение для юных футболистов. Малькольм Кук, А.С.Т. Астрель. Москва 2003 г.
- 8.Качанин, Горский - Тренировка футболистов 1994 г. 1-е издание
- 9.Кузнецов А.А. Футбол. Настольная книга детского тренера, Москва 2010
- 10.Сучилин А. А. Футбол во дворе -//Физкультура и спорт, 1994.
- 11.Скуридина А.А. Методические мелочи. Уметь. Хотеть. Мочь // журнал «Спорт в школе», 2011, № 7.
- 12.Цирин Б. Я., Лукашин Ю. С. Футбол. – //Физкультура и Спорт, 2002, 2- ое исправленное и дополненное издание – (Азбука спорта).
- 13.Швыков И.А., Футбол в школе. – М.: //Терра-Спорт, Олимпия Пресс, 2002.
- 14.Методические рекомендации преподавания физической культуры в образовательных учреждениях города Москвы, 2009.
- 15.Жан-Люк Чесно, Жерар Дюро. Футбол. Обучение базовой технике. М.:// ТВТ Дивизион, 2006, - 198с. 16. 500 игр и эстафет. Научная ред.ак. Кузина В.В. и пр. Полиевского С.А. М.://Физкультура и спорт, 2000.

## **ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ ИНТЕРНЕТ**

1. ФГИС «Моя школа» [myschool.edu.ru](http://myschool.edu.ru)

### **Приложения:**

#### **Календарно-тематическое планирование**

##### 1-4 КЛАСС

№ П/П	Тема урока	Количество часов	Форма проведения занятий	Электронные цифровые образовательные ресурсы
1	Правила техники безопасности. Одежда. Оборудование. Инвентарь	1	Комбинированный урок	<a href="http://myschool.edu.ru">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
2	Правила игры в футбол. Основы знаний о технике игры.	1	Комбинированный урок	<a href="http://myschool.edu.ru">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
3	Правила игры в футбол. Основы знаний о технике игры.	1	Комбинированный урок	<a href="http://myschool.edu.ru">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
4	Развитие координационных способностей Варианты челночного бега, с изменением направления, скорости.	1	Комбинированный урок	<a href="http://myschool.edu.ru">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
5	Варианты челночного бега, с изменением способа перемещения, с преодолением препятствий и на местности.	1	Комбинированный урок	<a href="http://myschool.edu.ru">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
6	Варианты челночного бега, с изменением направления, скорости.	1	Комбинированный урок	<a href="http://myschool.edu.ru">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>

7	Развитие быстроты Бег в «коридорчике» 30-40см из различных исходных положений.	1	Комбинированный урок	<a href="http://myschool.edu.ru">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
8	Бег с максимальной скоростью на 20 м. Бег с изменением скорости и прыжками через условные рвы по звуковым сигналам.	1	Комбинированный урок	<a href="http://myschool.edu.ru">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
9	Эстафеты 20-25 м. Бег с ускорением, изменением направления, темпа, ритма.	1	Комбинированный урок	<a href="http://myschool.edu.ru">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
10	Развитие скоростно — силовых качеств Броски набивного мяча.	1	Комбинированный урок	<a href="http://myschool.edu.ru">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
11	Прыжки и многоскоки.	1	Комбинированный урок	<a href="http://myschool.edu.ru">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
12	Сочетание прыжков и ускорений.	1	Комбинированный урок	<a href="http://myschool.edu.ru">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
13	Сочетание прыжков и ускорений.	1	Комбинированный урок	<a href="http://myschool.edu.ru">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
14	Правила техники безопасности. Одежда. Оборудование. Инвентарь	1	Комбинированный урок	<a href="http://myschool.edu.ru">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
15	Техника ведения мяча (дриблинг) Ведение правой, левой ногой и поочередно, по прямой, по кругу и меняя направления движения, изменяя скорость.	1	Комбинированный урок	<a href="http://myschool.edu.ru">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
16	Ведение правой, левой ногой и поочередно, по прямой, по кругу и меняя направления движения, изменяя скорость.	1	Комбинированный урок	<a href="http://myschool.edu.ru">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
17	Техника обманных движений (финты) Обманные движения «уход» выпадом.	1	Комбинированный урок	<a href="http://myschool.edu.ru">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
18	Финт «остановкой» мяча ногой.	1	Комбинированный урок	<a href="http://myschool.edu.ru">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
19	Техника приема мяча Прием мяча внутренней, внешней сторонами стопы, подошвой, бедром, грудью.	1	Комбинированный урок	<a href="http://myschool.edu.ru">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
20	Прием катящегося, скачущего, летящего мяча. Прием мяча на месте и в движении.	1	Комбинированный урок	<a href="http://myschool.edu.ru">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
21	Техника передач мяча Передачи мяча внутренней, внешней стороной стопы, подошвой, носком, пяткой.	1	Комбинированный урок	<a href="http://myschool.edu.ru">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
22	Передачи мяча на месте и в движении.	1	Комбинированный урок	<a href="http://myschool.edu.ru">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
23	Техника ударов по мячу Удары по мячу внутренней, внешней стороной подъема, серединой подъема, носком, пяткой, головой.	1	Комбинированный урок	<a href="http://myschool.edu.ru">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
24	Удары по неподвижному, по катящемуся, скачущему, летящему мячу. Удары в 1 касание и после приема мяча.	1	Комбинированный урок	<a href="http://myschool.edu.ru">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>

25	Учебно — тренировочные игры Игры в различных составах: 1Х1, 2Х2, 3Х3, 4Х4, 5Х5.	1	Комбинированный урок	<a href="http://myschool.edu.ru">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
26	Игры в различных составах: 1Х1, 2Х2, 3Х3, 4Х4, 5Х5.	1	Комбинированный урок	<a href="http://myschool.edu.ru">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
27	Игры в различных составах: 1Х1, 2Х2, 3Х3, 4Х4, 5Х5.	1	Комбинированный урок	<a href="http://myschool.edu.ru">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
28	Игры в различных составах: 1Х1, 2Х2, 3Х3, 4Х4, 5Х5.	1	Комбинированный урок	<a href="http://myschool.edu.ru">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
29	Игры с ограничениями касаний мяча: не больше 1, не больше 2, не больше 3. Игры с ограничением пространства: на $\frac{1}{4}$ поля (зала), на $\frac{1}{2}$ , на все поле.	1	Комбинированный урок	<a href="http://myschool.edu.ru">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
30	Игры с ограничениями касаний мяча: не больше 1, не больше 2, не больше 3. Игры с ограничением пространства: на $\frac{1}{4}$ поля (зала), на $\frac{1}{2}$ , на все поле.	1	Комбинированный урок	<a href="http://myschool.edu.ru">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
31	Игры с ограничениями касаний мяча: не больше 1, не больше 2, не больше 3. Игры с ограничением пространства: на $\frac{1}{4}$ поля (зала), на $\frac{1}{2}$ , на все поле.	1	Комбинированный урок	<a href="http://myschool.edu.ru">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
32	Учебно — тренировочные игры	1	Комбинированный урок	<a href="http://myschool.edu.ru">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
33	Учебно — тренировочные игры	1	Комбинированный урок	<a href="http://myschool.edu.ru">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
34	Учебно — тренировочные игры	1	Комбинированный урок	<a href="http://myschool.edu.ru">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
<b>ИТОГО:</b>		<b>34</b>		

5-9 КЛАСС

№ П/П	Тема урока	Количество часов	Форма проведения занятий	Электронные цифровые образовательные ресурсы
1	Правила техники безопасности. Одежда. Оборудование. Инвентарь	1	Комбинированный урок	<a href="http://myschool.edu.ru">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
3	Правила игры в футбол. Основы знаний о технике игры.	1	Комбинированный урок	<a href="http://myschool.edu.ru">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
3	Правила игры в футбол. Основы знаний о технике игры.	1	Комбинированный урок	<a href="http://myschool.edu.ru">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
4	Развитие координационных способностей Варианты челночного бега, с изменением направления, скорости, способа перемещения, с преодолением препятствий и на местности, прыжки через препятствия, на точность приземления.	1	Комбинированный урок	<a href="http://myschool.edu.ru">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
5	Варианты челночного бега, с изменением направления, скорости, способа перемещения.	1	Комбинированный урок	<a href="http://myschool.edu.ru">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
6	Развитие быстроты Бег с изменением скорости и прыжками через условные рвы по звуковым сигналам. Эстафеты 20-25 м. Бег с ускорением, изменением направления, темпа, ритма.	1	Комбинированный урок	<a href="http://myschool.edu.ru">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
7	Бег с изменением скорости и прыжками через условные рвы по звуковым сигналам. Эстафеты 20-25 м. Бег с ускорением, изменением направления, темпа, ритма.	1	Комбинированный урок	<a href="http://myschool.edu.ru">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
8	Развитие скоростно - силовых качеств Прыжки и многоскоки. Броски набивного мяча. Сочетание прыжков и ускорений.	1	Комбинированный урок	<a href="http://myschool.edu.ru">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
9	Сочетание прыжков и ускорений.	1	Комбинированный урок	<a href="http://myschool.edu.ru">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
10	Развитие силовых качеств Упражнения для мышц верхнего плечевого пояса. Упражнения для мышц спины и брюшного пресса. Упражнения для мышц ног.	1	Комбинированный урок	<a href="http://myschool.edu.ru">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
11	Упражнения для мышц верхнего плечевого пояса. Упражнения для мышц спины и брюшного пресса. Упражнения для мышц ног.	1	Комбинированный урок	<a href="http://myschool.edu.ru">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
12	Развитие выносливости Равномерный бег от 3 до 5 минут. Комплексное развитие физических качеств. Полоса препятствий.	1	Комбинированный урок	<a href="http://myschool.edu.ru">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
13	Комплексное развитие физических качеств	1	Комбинированный урок	<a href="http://myschool.edu.ru">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
14	Правила техники безопасности. Одежда. Оборудование. Инвентарь	1	Комбинированный урок	<a href="http://myschool.edu.ru">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
15	Техника ведения мяча (дриблинг) Ведение мяча всеми изученными способами с увеличением скорости, выполнением рывков, с обводкой движущихся и противодействующих соперников.	1	Комбинированный урок	<a href="http://myschool.edu.ru">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
16	Ведение мяча всеми изученными способами с	1	Комбинированный	<a href="http://myschool.edu.ru">ЦОС Моя Школа</a>

	увеличением скорости, выполнением рывков, с обводкой движущихся и противодействующих соперников.		урок	<a href="http://myschool.edu.ru">myschool.edu.ru</a>
17	Техника обманных движений (финты) Обманное движение «ударом» по мячу ногой. Финты ударом ногой с убираением мяча под себя и с пропусканием мяча партнеру, «ударом головой».	1	Комбинированный урок	<a href="http://myschool.edu.ru">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
18	Финты ударом ногой с убираением мяча под себя и с пропусканием мяча партнеру.	1	Комбинированный урок	<a href="http://myschool.edu.ru">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
19	Техника приема мяча Прием мяча внутренней, внешней сторонами стопы, подошвой, бедром, грудью.	1	Комбинированный урок	<a href="http://myschool.edu.ru">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
20	Прием катящегося, скачущего, летящего мяча. Прием мяча на месте и в движении.	1	Комбинированный урок	<a href="http://myschool.edu.ru">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
21	Техника передачи мяча Передачи мяча внутренней, внешней стороной стопы, подошвой, носком, пяткой.	1	Комбинированный урок	<a href="http://myschool.edu.ru">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
22	Передачи мяча на месте и в движении.	1	Комбинированный урок	<a href="http://myschool.edu.ru">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
23	Техника ударов по мячу Удары по мячу внутренней, внешней стороной подъема, серединой подъема, носком, пяткой, головой. Удары по неподвижному, по катящемуся, скачущему, летящему мячу.	1	Комбинированный урок	<a href="http://myschool.edu.ru">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
24	Техника отбора мяча Отбор мяча у соперника движущегося во встречном направлении. Отбор мяча у соперника, движущегося в параллельном направлении.	1	Комбинированный урок	<a href="http://myschool.edu.ru">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
25	Индивидуальные тактические действия Открывание, Закрывание соперника. Освобождение зоны	1	Комбинированный урок	<a href="http://myschool.edu.ru">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
26	Групповые тактические действия Простейшие комбинации: «стенка», «забегание», «скрещивание».	1	Комбинированный урок	<a href="http://myschool.edu.ru">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
27	Командные тактические действия Расположение при Атаке. Переход из обороны в атаку.	1	Комбинированный урок	<a href="http://myschool.edu.ru">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
28	Расположение при обороне. Переход из атаки в оборону.	1	Комбинированный урок	<a href="http://myschool.edu.ru">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
29	Учебно - тренировочные игры Игры в различных составах: 1X1, 2X2, 3X3, 4X4, 5X5.	1	Комбинированный урок	<a href="http://myschool.edu.ru">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
30	Игры в различных составах: 1X1, 2X2, 3X3, 4X4, 5X5.	1	Комбинированный урок	<a href="http://myschool.edu.ru">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
31	Игры в различных составах: 1X1, 2X2, 3X3, 4X4,	1	Комбинированный	<a href="http://myschool.edu.ru">ЦОС Моя Школа</a>

	5Х5.		урок	<a href="http://myschool.edu.ru">myschool.edu.ru</a>
32	Игры в различных составах: 1Х1, 2Х2, 3Х3, 4Х4, 5Х5.	1	Комбинированный урок	<a href="http://myschool.edu.ru">ЦОС Моя Школа myschool.edu.ru</a>
33	Игры с ограничениями касаний мяча: не больше 1, не больше 2, не больше	1	Комбинированный урок	<a href="http://myschool.edu.ru">ЦОС Моя Школа myschool.edu.ru</a>
34	Игры с ограничениями касаний мяча: не больше 1, не больше 2, не больше	1	Комбинированный урок	<a href="http://myschool.edu.ru">ЦОС Моя Школа myschool.edu.ru</a>
<b>ИТОГО:</b>		<b>34</b>		