

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ «ЦЕНТР ОБРАЗОВАНИЯ № 7 ИМЕНИ ГЕРОЯ
СОВЕТСКОГО СОЮЗА СЕРГЕЯ НИКОЛАЕВИЧА СУДЕЙСКОГО»**

«Утверждаю»
Директор МБОУ ЦО № 7

/И.В.Симонова/
приказ № 292 -а
от 30.08.2023г.

**Дополнительная
общеразвивающая программа кружка
«Футбол»**

Рекомендована для возраста: 5-11 классы

Срок реализации: 1 год

Уровень реализации: основного, среднего общего образования

Направленность: спортивно-оздоровительная

Составитель программы:
руководитель кружка
Кротов Алексей Александрович

Тула
2023 год

Пояснительная записка.

Рабочая программа по футболу для 2 - 11 класса разработана в соответствии с требованиями следующих нормативных документов:

- Федеральный закон от 29 декабря 2012 № 273-ФЗ «Об образовании Российской Федерации»;
- Федеральный государственный образовательный стандарт среднего общего образования, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от от 17 мая 2012 г. N 413 с изменениями и дополнениями от 29.06.2017 N 613;
- Примерная основная образовательная программа среднего общего образования, одобренная решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию (протокол от 28 июня 2016 г. № 2/16-з);
- Образовательная программа основного общего образования МБОУ «Центр образования № 7 имени Героя Советского Союза Сергея Николаевича Судейского» Зареченского района города Тулы;
- Учебный план МБОУ «Центр образования № 7 имени Героя Советского Союза Сергея Николаевича Судейского» Зареченского района города Тулы;
- Положение о рабочей программе МБОУ «Центр образования № 7 имени Героя Советского Союза Сергея Николаевича Судейского» Зареченского района города Тулы.

Рабочая программа составлена на основе: Внеурочная деятельность учащихся. Футбол: пособие для учителей и методистов / Г.А. Колодницкий, В.С Кузнецов, М.В. Маслов. – М.: Просвещение, 2011. – 95 с.

Данная программа имеет физкультурно-спортивную направленность.

Цель программы: Развитие массового спорта, создание оптимальных условий для личностного развития и укрепления здоровья молодежи, привлечение школьников к систематическим занятиям спортом для повышения уровня физической подготовленности.

Актуальность программы состоит в том, что в настоящее время значительная часть школьников занимается физическими упражнениями лишь на уроках физической культуры.

Слабая физическая подготовка не позволяет школьникам сдавать учебные нормативы по физической культуре в школе. Поэтому одной из важнейших задач является разносторонняя подготовка и овладение рациональной техникой футбола, приобретение знаний, умений, навыков, необходимых футболистам.

Новизна: Данная программа отличается от других тем, что основой подготовки занимающихся в секции является не только технико–тактическая подготовка юных футболистов, но и общефизическая подготовка, направленная на более высокий показатель физического развития школьников. Расширяется кругозор и интерес обучающихся к данному виду спорта.

Общая физическая подготовка предусматривает всестороннее развитие физических способностей, специальная – развитие качеств и функциональных возможностей, специфичных для футболистов.

Цель специальной физической подготовки – достичь выполнения сложных приёмов владения мячом на высокой скорости, улучшить манёвренность и подвижность футболиста в играх, повысить уровень его морально-волевых качеств. В зависимости от возрастных особенностей в планировании занятий по физической подготовке делается акцент на воспитание определённых физических качеств. Для эмоциональности занятий широко применяются игры, эстафеты и игровые упражнения, включаются элементы соревнований, используются футбольные мячи.

В процессе занятий, имеющих основную направленность на совершенствование техники и тактики игры, развиваются одновременно и физические способности занимающихся. В учебных играх и соревнованиях по футболу у обучающихся совершенствуется весь комплекс подготовки, необходимый футболисту - его техническая, тактическая, физическая и волевая подготовка.

Основные задачи программы:

- изучение элементарных теоретических сведений об истории футбола, технике и тактике, правилах игры в футбол, личной гигиене;
- овладение техническими приёмами, которые наиболее часто и эффективно применяются в игре, и основами индивидуальной, групповой и командной тактики игры в футбол;
- освоение процесса игры в соответствии с правилами футбола;
- обеспечение всесторонней физической подготовки с преимущественным развитием быстроты, ловкости и координации движений;
- участие в соревнованиях по футболу;
- привитие интереса к систематическим занятиям футболом, спорту в целом;
- выявление и воспитание спортивных талантов;
- укрепление здоровья и закаливание организма;
- воспитание трудолюбия, дисциплины, взаимопомощи, чувства коллективизма.

Весь учебный материал программы распределён в соответствии с возрастным принципом комплектования групп секции по футболу и рассчитан на последовательное и постепенное расширение теоретических знаний, практических умений и навыков.

Программа предусматривает распределение учебно – тренировочного материала для работы по футболу на 306 часа и направлена на более качественный уровень освоения навыков и умений игры в футбол

Изучение теоретического материала осуществляется в форме 15 – 20-минутных бесед, которые проводятся, как правило, в начале занятий (как часть комплексного занятия). В младшей юношеской группе длительность беседы может быть увеличена до 30 минут или проведено самостоятельное теоретическое занятие длительностью до 45 минут. Кроме того, теоретические сведения сообщаются обучающимся в процессе проведения практических занятий. При изучении теоретического материала следует широко использовать наглядные пособия, кинокольцовки, видеозаписи, учебные кинофильмы. В конце занятия рекомендуется специальная литература для самостоятельного изучения.

В программе наряду с новым материалом обязательно включатся в занятия упражнения, приёмы техники и тактики игры из ранее усвоенного учебного материала для его закрепления и совершенствования.

Результативность: в секции по футболу обучающиеся должны получить элементарные навыки судейства игр по футболу и навыки инструктора-общественника.

Практические занятия по обучению судейству начинаются в младшей юношеской группе после того, как усвоены, правила игры. Учебным планом специальные часы на судейскую практику не предусматриваются. Обучение судейству осуществляется во время проведения двухсторонних учебных, тренировочных игр и соревнований. Каждый кружковец младшей юношеской

группы должен уметь заполнить протокол соревнований, написать заявку, составить игровую таблицу, уметь организовать соревнования по футболу.

Инструкторская практика проводится не только в отведённое учебным планом время, но и в процессе учебно-тренировочных занятий. Задача инструкторской практики – научить подавать строевые команды, правильно показывать и объяснять упражнения, самостоятельно проводить занятия с группой.

Возраст обучающихся: 9 - 17 лет.

Сроки реализации программы: 1 год.

Режим занятий: 306 часа (3 раза в неделю).

Ожидаемые результаты:

Формы оценки результативности:

- контрольные упражнения;
- самоанализ деятельности обучающимися;
- анализ деятельности обучающихся педагогом;
- тестирование;
- товарищеские встречи;
- участие в районных, городских, областных соревнованиях по футболу.

Требования к знаниям, умениям, навыкам (ЗУН):

обучающийся должен:

<i>знать:</i>	<i>уметь:</i>
<ul style="list-style-type: none">- значение правильного режима дня юного спортсмена;- разбор и изучение правил игры в футбол;- роль капитана команды, его права и обязанности;- правила использования спортивного инвентаря.	<ul style="list-style-type: none">- контролировать и регулировать функциональное состояние организма при выполнении физических упражнений, добиваться оздоровительного эффекта и совершенствования физических кондиций;- управлять своими эмоциями;- владеть игровыми ситуациями на поле;- уметь владеть техникой передвижений, остановок, поворотов, а также техникой ударов по воротам.
<i>навыки:</i> исполнение несложных технических элементов, терпение, усидчивость к занятиям.	

Учебно - тематический план

№	Наименование темы	Количество часов		
		Все го	Тео рия	Пра кти
1.	Физическая культура и спорт в России.	1	1	-
2.	Развитие футбола в России.	1	1	-
3.	Гигиенические знания и навыки. Закаливание.	1	1	-
4.	Правила игры в футбол.	2	2	-
5.	Место занятий, оборудование.	1	1	-
6.	Общая и специальная физическая подготовка.	129	-	129
7.	Техника игры в футбол.	160	2	158
8.	Участие в соревнованиях.	5	-	5
9.	Медицинское обследование.	2	-	2
10.	Контрольные испытания.	2	-	2
Итого:		306	8	298

Краткое содержание программы:

1. Физическая культура и спорт в России.

Физическая культура – составная часть культуры, одно из средств воспитания, укрепления здоровья, всестороннего развития людей. Значение физической культуры для подготовки Российских людей к трудовой деятельности и защите Родины.

2. Развитие футбола в России.

Краткая характеристика футбола как средства физического воспитания. История возникновения футбола и развитие его в России. Чемпионат и кубок Росси по футболу.

3. Гигиенические знания и навыки. Закаливание.

Личная гигиена: уход за кожей, волосами, ногтями, полостью рта. Вред курения. Общий режим дня школьника. Значение правильного режима дня юного спортсмена.

Использование естественных факторов природы (солнце, воздух, вода) в целях закаливания организма. Обтирание, обливание и ножные как гигиенические и закаливающие процедуры. Правила купания.

4. Правила игры в футбол. Разбор и изучение правил игры в «малый футбол». Роль капитана команды, его права и обязанности.

5. Места занятий оборудование.

Площадка для игры в футбол, её устройство, разметка. Подготовка площадки для занятий и соревнований по футболу. Специальное оборудование: стойки для подвески мячей, щиты стационарные и переносные для ударов.

6. Общая и специальная физическая подготовка.

Утренняя гигиеническая гимнастика школьника. Ознакомление с упрощёнными правилами игры в ручной мяч, баскетбол, хоккей с мячом. Меры предупреждения несчастных случаев при плавании. Подготовка к сдаче контрольных испытаний.

Практические занятия. Общеразвивающие упражнения без предметов.

Поднимание и опускание рук в стороны и вперёд, сведение рук вперёд и разведение, круговые вращения, сгибание и разгибание рук в упоре на высоте пояса. Наклоны туловища вперёд и в стороны; то же, в сочетании с движениями рук. Круговые движения туловища с различным положением рук (на поясе, за головой, вверх). Поднимание и вращение ног в положении лёжа на спине. Полуприседание и приседание с различными положениями рук. Выпады вперёд, назад и в стороны с наклонами туловища и движениями рук. Прыжки в полуприседе. Переход из упора присев в упор лёжа и снова, и снова в упор присев. Упражнения на формирование правильной осанки.

Упражнения с набивным мячом. (масса 1 – 2 кг.) Броски мяча друг другу двумя руками от груди, из-за головы снизу. Подбрасывание мяча вверх и ловля его; то же, с поворотом кругом. Наклоны и повороты туловища в сочетании с различными положениями и движениями рук с мячом. Перекатывание набивного мяча друг другу ногами в положении сидя.

Акробатические упражнения. Кувырок вперёд с шага. Два кувырка вперёд. Кувырок назад из седа. Длинный кувырок вперёд. Стойка на лопатках перекатом назад из упора присев. Перекаты вперёд и назад в положение лёжа, прогнувшись. «Мост» из положения лёжа на спине. «Полушпагат».

Упражнение в висах и упорах. Из вися хватом сверху подтягивание: 2 подхода по 2 – 4 раза, 2 – 3 подхода по 3 – 5 раз. Из упора лёжа на гимнастической скамейке сгибание и разгибание рук: два подхода по 2 – 4 раза, 2 – 3 подхода по 3 – 5 раз.

Легкоатлетические упражнения. Бег с ускорением до 60 м. Бег с высокого старта до 60 м. Бег по пересечённой местности (кросс) до 1500 м. Бег медленный до 20 мин. Бег повторный до 6 x 30 м. и 4 x 50 м. Бег 300 м.

Прыжки с разбега в длину (310 – 340 см.) и в высоту (95 – 105 см.). Прыжки с места в длину.

Метание малого (теннисного) мяча: в цель, на дальность (с места и с подхода шагом).

Лыжи. Прогулки, подъёмы, спуски, прохождение дистанции 1 – 2 км.

Подвижные игры и эстафеты: «Бой петухов», «Удочка», «Сильный бросок», «Борьба за мяч», «Не давай мяч водящему», «Защита крепости». Эстафеты с бегом, преодолением препятствий, переноской набивных мячей.

Плавание произвольным способом 2 x 25 м., 50 м.

Спортивные игры. Ручной мяч, баскетбол по упрощённым правилам.

Специальные упражнения для развития быстроты. Упражнения для развития стартовой скорости. По сигналу (преимущественно зрительному) рывки на 5 – 10 м. из различных исходных положений: стоя лицом, боком и спиной к стартовой линии, из приседа, широкого выпада, седа.

Упражнения для развития дистанционной скорости. Ускорения на 15, 30 м. Бег «змейкой» между расставленными в различном положении стойками для обводки. Бег с быстрым изменением скорости: после быстрого бега быстро резко замедлить бег или остановиться, затем выполнить новый рывок в том же или другом направлении.

Специальные упражнения для развития ловкости. Прыжки с разбега толчком одной и двух ног, стараясь достать головой высоко подвешенный мяч; то же, выполняя в прыжке поворот направо и налево. Имитация ударов ногами по воображаемому мячу в прыжке. Держание мяча в воздухе (жонглирование), чередуя удары различными частями стопы, бедром, головой. Подвижные игры: «Живая цель», «Салки мячом».

7. Техника игры в футбол.

Классификация и терминология технических приёмов игры в футбол. Прямой и резаный удар по мячу. Точность удара. Траектория полёта мяча после удара. Анализ выполнения технических приёмов и их применения в конкретных игровых условиях: ударов по мячу внутренней и внешней частью подъёма, внутренней стороной стопы, ударов серединой лба; остановок мяча подошвой, внутренней стороной стопы и грудью; ведение мяча внутренней и внешней частью подъёма, внутренней стороной стопы; обманных движений (ложная и действительная фазы движения); отбор мяча – перехватом, выбиванием мяча, толчком соперника; вбрасывание мяча из положения шага. Анализ выполнения технических приёмов игры вратаря: ловли, отбивания кулаком, броска мяча рукой; падения перекатом; выбивание мяча с рук.

Практические занятия.

Техника передвижения.

Бег: по прямой, изменяя скорость и направление; приставным и скрестным шагом (влево и вправо). Прыжки вверх толчком двух ног с места и толчком одной и двух ног с разбега. Повороты во время бега налево и направо. Остановки во время бега (выпадом и прыжками на ноги).

Удары по мячу ногами. Удары правой и левой ногой: внутренней стороной стопы, внутренней и внешней частью подъёма по неподвижному и катящемуся навстречу справа или слева мячу; направляя мяч в обратном направлении и стороны. Выполнение ударов после остановки, ведения и рывка, посылая мяч

низом и верхом на короткое и среднее расстояние. Удар по летящему мячу внутренней стороной стопы. Удары на точность: ноги партнёру, ворота, цель, на ходу двигающемуся партнёру.

Удары по мячу головой. Удары серединой лба без прыжка и в прыжке, с места и с разбега, по летящему навстречу мячу: направляя мяч в обратном направлении и в стороны, посылая мяч верхом и вниз, на среднее и короткое расстояние. Удары на точность: в определённую цель на поле, в ворота, партнёру.

Остановка мяча. Остановка мяча подошвой и внутренней стороной катящегося и опускающегося мяча – на месте, в движении вперёд и назад, подготавливая мяч для последующих действий. Остановка внутренней стороной стопы и грудью летящего мяча – на месте, в движении вперёд и назад, опуская мяч в ноги для последующих действий.

Ведение мяча. Ведение внешней частью, внутренней частью подъёма и внутренней стороной стопы: правой, левой ногой и поочередно; по прямой, меняя направления, между стоек и движущихся партнёров; изменяя скорость (выполняя ускорения и рывки), не теряя контроль над мячом.

Обманные движения (финты). Обучение финтам: после замедления бега или остановки – неожиданный рывок с мячом (прямо или в сторону): во время ведения внезапная отдача мяча назад откатывая его подошвой партнёру, находящемуся сзади; показать ложный замах ногой для сильного удара по мячу – вместо удара захватить мяч ногой и уйти с ним рывком; имитируя передачу партнёру, находящемуся слева, перенести правую ногу через мяч и, наклонив туловище влево, захватить мяч внешней частью подъёма правой ноги и резко уйти вправо, этот же финт в другую сторону.

Отбор мяча. Перехват мяча – быстрый выход на мяч с целью опередить соперника, которому адресована передача мяча. Отбор мяча в единоборстве с соперником, владеющим мячом, - выбивая и останавливая мяч ногой в выпаде.

Вбрасывание мяча из-за боковой линии. Вбрасывание с места из положения ноги вместе и шага. Вбрасывание мяча на точность: под правую и левую ногу партнёру, на ход партнёру.

Техника игры вратаря. Основная стойка вратаря. Передвижение в воротах без мяча и в сторону приставным, скрестным шагом и скачками на двух ногах.

Ловля летящего навстречу и несколько в сторону от вратаря мяча на высоте груди и живота без прыжка и в прыжке. Ловля катящегося и низко летящего навстречу и несколько в сторону мяча без падения. Ловля высоко летящего навстречу и в сторону мяча без прыжка (с места и с разбега). Ловля катящегося и летящего в сторону низкого, на уровне живота, груди мяча с падением перекатом. Быстрый подъём с мячом на ноги после падения.

Отбивание мяча одним кулаком без прыжка и в прыжке (с места и с разбега).

Бросок мяча одной рукой из-за плеча на точность.

Выбивание мяча ногой: с земли (по неподвижному мячу) и с рук (с воздуха по выпущенному из рук и подброшенному перед собой мячу) на точность.

Понятие о тактике и тактической комбинации.

Характеристика игровых действий: вратаря, защитников, полузащитников и нападающих. Коллективная и индивидуальная игра, их сочетание.

Индивидуальные и групповые тактические действия. Командная тактика игры в «малый футбол».

Практические занятия. Упражнения для развития умения «видеть поле».

Выполнение заданий по зрительному сигналу (поднятая вверх или в сторону рука, шаг вправо или влево): во время передвижения шагом или бегом – подпрыгнуть, имитировать удар ногой; во время ведения мяча – повернуться кругом и продолжить ведение или сделать рывок вперёд на 5 м. Несколько игроков на ограниченной площади (центральный круг, штрафная площадь) водят в произвольном направлении свои мячи и одновременно наблюдают за партнёрами, чтобы не столкнуться друг с другом.

Тактика нападения.

Индивидуальные действия без мяча. Правильное расположение на футбольном поле. Умение ориентироваться, реагировать соответствующим образом на действие партнёров и соперника. Выбор момента и способа передвижения для «открывания» на свободное место с целью получения мяча.

Индивидуальные действия с мячом. Целесообразное использование изученных способов ударов по мячу. Применение необходимого способа остановок в зависимости от направления, траектории и скорости мяча. Определение игровой ситуации, целесообразной для использования ведения мяча, выбор способа и направления ведения. Применение различных способов обводки (с изменением скорости и направления движения с мячом, изученные финты) в зависимости от игровой ситуации.

Групповые действия. Взаимодействие двух и более игроков. Уметь точно и своевременно выполнить передачу в ноги партнёру, на свободное место, на удар; короткую или среднюю передачи, низом или верхом. Комбинация «игра в стенку».

Выполнять простейшие комбинации при стандартных положениях: начале игры, угловом, штрафном и свободном ударах, вбрасывание мяча (не менее одной по каждой группе).

Тактика защиты.

Индивидуальные действия. Правильно выбирать позицию по отношению опекаемого игрока и противодействовать получению им мяча, т. е. осуществлять «закрывание». Выбор момента и способа действия (удар или остановка) для перехвата мяча. Умение оценить игровую ситуацию и осуществить отбор мяча изученным способом.

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

Тактика вратаря. Уметь выбрать правильную позицию в воротах при различных ударах в зависимости от «угла удара», разыгрывать удар от своих ворот, ввести

мяч в игру (после ловли) открывшемуся партнёру, занимать правильную позицию при угловом, штрафном и свободном ударах вблизи своих ворот.

Учебные и тренировочные игры, применяя в них изученный программный материал.

8. Участие в соревнованиях.

Участие в районных, городских, областных соревнованиях по футболу.

9. Медицинское обследование.

Прохождение медицинского обследования в поликлиники 2 раза в год

10. Контрольные испытания. Сдача нормативов 2 раза в год.

Методическое обеспечение дополнительной образовательной программы:

Практические занятия по физической, технической и тактической подготовке проводятся в форме игровых занятий по общепринятой методике.

Обучающимся даются задания на дом для самостоятельного совершенствования физических качеств и индивидуальной техники владения мячом.

Большинство практических занятия проводится на открытом воздухе. Зимой занятия на открытом воздухе проводятся в тихую погоду или при слабом ветре (1,5-2 м./с), при температуре не ниже -17°C (для средней климатической полосы).

Формирование навыков в технике владения мячом – одна из задач всесторонней подготовки футболиста. На всех этапах занятий идёт непрерывный процесс обучения технике футбола и совершенствования её.

Обучая кружковцев технике владения мячом, очень важно создать у них правильное зрительное представление изучаемого технического приёма. Показ и объяснение дополняется демонстрацией кинограммы, кинокольцовки, видеозаписей.

Большое значение для успешного обучения техническим приёмам игры в футбол имеют мячи, соответствующие возрасту обучающихся. В занятиях с кружковцами младшей и средней групп мячи должны быть уменьшенного размера и массы; можно использовать волейбольные, а также резиновые мячи.

Обучение технике игры в футбол является наиболее сложным и трудоёмким процессом, поэтому на него отводится программой большая часть времени. Важно довести до сознания каждого кружковца, что для овладения техникой игры требуется большая настойчивость, прилежание и трудолюбие.

Все занятия, которые проводятся в секции, должны носить воспитывающий характер. Необходимо разъяснять обучающимся высокую идейную

направленность Российской системы физического воспитания, большую государственную значимость её, подчёркивать повседневную заботу Российского правительства о развитии физической культуры и спорта в России. У обучающихся надо воспитывать уважение к товарищам, коллективные навыки, высокую сознательность, умение преодолевать трудности и другие морально-волевые качества.

Воспитанию кружковцев способствуют чёткая организация проведения занятий, требовательность к выполнению упражнений, строгое выполнение правил и норм поведения на занятиях, соревнованиях и в бытовых условиях. Особую роль как средство воспитания играет личный положительный пример руководителя секции.

Одним из основных условий успешной организации учебно-тренировочных занятий секции футбола является наличие футбольного поля и спортивного зала с простейшим подсобным оборудованием (стойки для обводки – 10 штук, стойки для подвески мячей – 2 штуки, переносные мишени – 2 штуки, подвижный щит с изменяющимся углом наклона отражающей поверхности – 2 штуки, переносные ворота). В зимних условиях необходимо соответствующим образом подготовленное заснеженное поле, спортивный зал, оборудованный для занятий футболом.

Для контроля развития у кружковцев физических качеств, а также уровня их технической и физической подготовки не менее 2 раза в год проводятся испытания по следующим контрольным нормативам:

№	Контрольные упражнения	Возраст (лет)		
		9-11	12-14	15-17
1.	Бег 30 м (с)	5,9	5,3	4,9
2.	Бег 300 м (с)	72	61	58
3.	6 – минутный бег (м.)	1150	1250	1300
4.	Прыжок в длину с места (см.)	145	160	170
5.	Бег 30 м. с ведением мяча (с.)	7,0	6,5	6,2
6.	Удар по мячу ногой на дальность (м.)	25	35	45
7.	Жонглирование мячом (количество ударов)	7 - 8	10	12
8.	Удар по мячу ногой на точность попадания (число попаданий.)	4 - 3	4	5
9.	Ведение мяча с обводкой стоек и удар по воротам (с.)	12,0	11,0	10,0
10.	Бросок мяча рукой на дальность (м.)	6 - 7	9	14

Условия выполнения упражнений:

- 1. Бег на 30, 300, 400 м., 6-минутный бег и прыжок в длину с места выполняется по правилам соревнований по лёгкой атлетике. Бег выполняется с высокого старта.**
- 2. Бег на 30 м. с ведением мяча выполняется с высокого старта (мяч на линии старта), мяч можно вести любым способом, делая на отрезке не менее трёх касаний, не считая остановки за финишной линией. Упражнение считается законченным, когда игрок оставит мяч за линией финиша. Время фиксируется с момента старта до пересечения игроком (вслед за мячом) линии финиша. Судья на старте фиксирует правильность старта и количество касаний мяча, а судья на финише – время.**
- 3. Удар по мячу ногой на дальность выполняется с разбега правой и левой ногой любым способом по неподвижному мячу. Измерение дальности полёта мяча производится от места удара до точки первого касания мяча о землю. Для удара каждой ногой даются по три попытки. Засчитывается лучший результат ударов каждой ногой. Конечный результат определяется по сумме лучших ударов обеими ногами.**
- 4. Жонглирование мячом: выполняются удары правой, левой ногой (серединой подъёма, внутренне и внешней стороной стопы, бедром) и головой в любой последовательности, не повторяя один способ удара два раза подряд.**
- 5. Удары по мячу ногой на точность попадания выполняются с разбега любым способом по неподвижному мячу правой и левой ногой с расстояния 17 м. Мячом надо попасть в заданную треть ворот, разделённых по вертикали. Выполняется по пять ударов каждой ногой. Учитывается сумма попаданий.**
- 6. Ведение мяча, обводка стоек и удар по воротам выполняются с линии старта (30 м. от линии штрафной площади). Вести мяч, далее обвести «змейкой» четыре стойки (первая стойка ставится на линию штрафной площади, далее в центре через каждые 2 м. ещё три стойки), и, не доходя до 11-метровой отметки, забить мяч в ворота. Время фиксируется с момента старта до пересечения линии ворот мячом. В случае если мяч не будет забит в ворота, упражнение не засчитывается. Из трёх попыток засчитывается лучший результат.**
- 7. Бросок мяча рукой на дальность (разбег не более четырёх шагов) выполняется по коридору шириной 3 м. Мяч, упавший за пределы коридора, не засчитывается. Учитывается лучший результат из трёх попыток.**

- 8. Выполнение контрольных упражнений проводится в форме соревнований, результаты их фиксируются в протоколах и доводятся до сведения всех занимающихся в кружке.**

Список литературы:

Список литературы для педагога:

1. Андреев С. Н. Футбол в школе: Кн. Для учителя. – М.: Просвещение. 1986. – 144 с., ил.
2. Теоретическая подготовка юных спортсменов. Пособие для тренеров ДЮСШ. М., 1981.
3. Цирин Б. Я., Лукашин Ю. С. Футбол. М., 1982.
4. Чанади А. Футбол. Техника. М., 1978.
5. Чанади А. Футбол. Стратегия. М., 1981.
6. Юный футболист. Учебное пособие для тренеров / Под общей редакцией А. П. Лаптеева, А. А. Сучилина. М. 1983.
7. Внеурочная деятельность учащихся. Футбол: пособие для учителей и методистов / Г.А. Колодницкий, В.С Кузнецов, М.В. Маслов. – М.: Просвещение, 2011. – 95 с.

Список литературы для детей:

1. Андреев С. Н. Мини – футбол. М. «Физкультура и спорт». 1978 г. 111 с. с ил.
2. Сучилин А. А. Футбол во дворе. М. «Физкультура и спорт», 1978 г.
3. Цирин Б. Я., Лукашин Ю. С. Футбол. – М.: Физкультура и спорт. 1982, 2-ое исправленное и дополненное издание, - 207 с., ил. – (Азбука спорта).

Календарно – тематическое планирование.

№ занятия	Дата занятия	Тема занятия	Количество часов
1		Инструктаж по ТБ на занятиях спортивных игр футбол. Строевые упражнения, разминочный бег (равномерный, переменный), ОРУ. Упражнения для развития гибкости, силы, ловкости. Классификация и терминология технических приёмов игры в футбол.	
2		Строевые упражнения, разминочный бег (равномерный, переменный), ОРУ. Остановка, ведение мяча, отбор мяча, обманные движения, вбрасывание мяча.	
3		Строевые упражнения, разминочный бег (равномерный, переменный), ОРУ. Удары по мячу ногой, головой. Индивидуальные действия с мячом и без мяча.	
4		Строевые упражнения, разминочный бег (равномерный, переменный), ОРУ. Удары по мячу ногой, головой. Индивидуальные действия с мячом и без мяча.	
5		Строевые упражнения, разминочный бег (равномерный, переменный), ОРУ. Удары по мячу ногой, головой. Индивидуальные действия с мячом и без мяча.	
6		Строевые упражнения, разминочный бег (равномерный, переменный), ОРУ. Подвижные и спортивные игры (ручной мяч, баскетбол и т.д.). Классификация и терминология технических приёмов игры в футбол. Остановка, ведение мяча, отбор мяча, обманные движения, вбрасывание мяча. Индивидуальные действия с мячом и без мяча.	
7		Строевые упражнения, разминочный бег (равномерный, переменный), ОРУ. Упражнения для развития гибкости, силы, ловкости. Подвижные и спортивные игры (ручной мяч, баскетбол и т.д.) Удары по мячу ногой, головой. Остановка, ведение мяча, отбор мяча, обманные движения, вбрасывание мяча.	
8		Строевые упражнения, разминочный бег (равномерный, переменный), ОРУ. Упражнения для развития гибкости, силы, ловкости. Подвижные и спортивные игры (ручной мяч, баскетбол и т.д.) Удары по мячу ногой, головой. Остановка, ведение мяча, отбор мяча, обманные движения, вбрасывание мяча.	
9		Строевые упражнения, разминочный бег	

		(равномерный, переменный), ОРУ. Упражнения для развития гибкости, силы, ловкости. Подвижные и спортивные игры (ручной мяч, баскетбол и т.д.) Удары по мячу ногой, головой. Индивидуальные действия с мячом и без мяча.	
10		Строевые упражнения, разминочный бег (равномерный, переменный), ОРУ. Упражнения для развития гибкости, силы, ловкости. Подвижные и спортивные игры (ручной мяч, баскетбол и т.д.) Остановка, ведение мяча, отбор мяча, обманные движения, вбрасывание мяча.	
11		Строевые упражнения, разминочный бег (равномерный, переменный), ОРУ. Упражнения для развития гибкости, силы, ловкости. Подвижные и спортивные игры (ручной мяч, баскетбол и т.д.) Остановка, ведение мяча, отбор мяча, обманные движения, вбрасывание мяча.	
12		Строевые упражнения, разминочный бег (равномерный, переменный), ОРУ. Подвижные и спортивные игры (ручной мяч, баскетбол и т.д.) Остановка, ведение мяча, отбор мяча, обманные движения, вбрасывание мяча. Индивидуальные действия с мячом и без мяча.	
13		Строевые упражнения, разминочный бег (равномерный, переменный), ОРУ. Упражнения для развития гибкости, силы, ловкости. вбрасывание мяча, техника игры вратаря. Индивидуальные действия с мячом и без мяча. Контрольные испытания.	
14		Строевые упражнения, разминочный бег (равномерный, переменный), ОРУ. Упражнения для развития гибкости, силы, ловкости. вбрасывание мяча, техника игры вратаря. Индивидуальные действия с мячом и без мяча.	
15		Строевые упражнения, разминочный бег (равномерный, переменный), ОРУ. Упражнения для развития гибкости, силы, ловкости. вбрасывание мяча, техника игры вратаря. Индивидуальные действия с мячом и без мяча.	
16		Строевые упражнения, разминочный бег (равномерный, переменный), ОРУ. Упражнения для развития скорости. Удары по мячу внутренней, внешней частью подъёма, внутренней стороной стопы, Остановка и ведение мяча, отбор мяча, обманные движения, Индивидуальные действия с мячом и без мяча.	
17		Строевые упражнения, разминочный бег (равномерный, переменный), ОРУ. Упражнения для развития гибкости, силы, ловкости. вбрасывание мяча, техника игры вратаря.	

		Индивидуальные действия с мячом и без мяча. Участие в соревнованиях по футболу.	
18		Строевые упражнения, разминочный бег (равномерный, переменный), ОРУ. Упражнения для развития скорости. Удары по мячу внутренней, внешней частью подъёма, внутренней стороной стопы, Остановка и ведение мяча, отбор мяча, обманные движения, Индивидуальные действия с мячом и без мяча.	
19		Строевые упражнения, разминочный бег (равномерный, переменный), ОРУ. Упражнения для развития скорости. Удары по мячу внутренней, внешней частью подъёма, внутренней стороной стопы, Остановка и ведение мяча, отбор мяча, обманные движения, Индивидуальные действия с мячом и без мяча.	
20		Строевые упражнения, разминочный бег (равномерный, переменный), ОРУ. Упражнения для развития скорости. Удары по мячу внутренней, внешней частью подъёма, внутренней стороной стопы, Остановка и ведение мяча, отбор мяча, обманные движения, вбрасывание мяча, техника игры вратаря. Индивидуальные действия с мячом и без мяча.	
21		Строевые упражнения, разминочный бег (равномерный, переменный), ОРУ. Упражнения для развития скорости. Удары по мячу внутренней, внешней частью подъёма, внутренней стороной стопы, Остановка и ведение мяча, отбор мяча, обманные движения, вбрасывание мяча, техника игры вратаря. Индивидуальные действия с мячом и без мяча.	
22		Строевые упражнения, разминочный бег (равномерный, переменный), ОРУ. Упражнения для развития скорости. Удары по мячу внутренней, внешней частью подъёма, внутренней стороной стопы, Остановка и ведение мяча, отбор мяча, обманные движения, вбрасывание мяча, техника игры вратаря. Индивидуальные действия с мячом и без мяча.	
23		Строевые упражнения, разминочный бег (равномерный, переменный), ОРУ. Подвижные и спортивные игры (ручной мяч, баскетбол и т.д.) Удары по мячу внутренней, внешней частью подъёма, внутренней стороной стопы, Остановка и ведение мяча, отбор мяча, обманные движения, вбрасывание мяча, Индивидуальные действия с мячом и без мяча.	
24		Строевые упражнения, разминочный бег (равномерный, переменный), ОРУ. Упражнения	

		для развития гибкости, силы, ловкости. Упражнения для развития скорости. Подвижные и спортивные игры (ручной мяч, баскетбол и т.д.) Остановка и ведение мяча, отбор мяча, обманные движения, вбрасывание мяча,	
25	в	Строевые упражнения, разминочный бег (равномерный, переменный), ОРУ. Упражнения для развития гибкости, силы, ловкости. Упражнения для развития скорости. Подвижные и спортивные игры (ручной мяч, баскетбол и т.д.) Остановка и ведение мяча, отбор мяча, обманные движения, вбрасывание мяча,	
26		Строевые упражнения, разминочный бег (равномерный, переменный), ОРУ. Упражнения для развития скорости. Удары по мячу внутренней, внешней частью подъёма, внутренней стороной стопы, Индивидуальные действия с мячом и без мяча.	
27		Строевые упражнения, разминочный бег (равномерный, переменный), ОРУ. Упражнения для развития скорости. Удары по мячу внутренней, внешней частью подъёма, внутренней стороной стопы, Индивидуальные действия с мячом и без мяча.	
28		Строевые упражнения, разминочный бег (равномерный, переменный), ОРУ. Упражнения для развития скорости. Удары по мячу внутренней, внешней частью подъёма, внутренней стороной стопы, Индивидуальные действия с мячом и без мяча.	
29		Строевые упражнения, разминочный бег (равномерный, переменный), ОРУ. Упражнения для развития гибкости, силы, ловкости. Подвижные и спортивные игры (ручной мяч, баскетбол и т.д.) Удары по мячу внутренней, внешней частью подъёма, внутренней стороной стопы, Остановка и ведение мяча, отбор мяча, обманные движения, вбрасывание мяча,	
30		Строевые упражнения, разминочный бег (равномерный, переменный), ОРУ. Упражнения для развития гибкости, силы, ловкости. Упражнения для развития скорости. Удары по мячу внутренней, внешней частью подъёма, внутренней стороной стопы, Индивидуальные действия с мячом и без мяча.	
31		Строевые упражнения, разминочный бег (равномерный, переменный), ОРУ. Упражнения для развития гибкости, силы, ловкости. Упражнения для развития скорости. Удары по мячу внутренней, внешней частью подъёма,	

		внутренней стороной стопы, Индивидуальные действия с мячом и без мяча.	
32		Строевые упражнения, разминочный бег (равномерный, переменный), ОРУ. Упражнения для развития гибкости, силы, ловкости. Упражнения для развития скорости. Подвижные и спортивные игры (ручной мяч, баскетбол и т.д.) Остановка и ведение мяча, отбор мяча, обманные движения, вбрасывание мяча, Индивидуальные действия с мячом и без мяча.	
33		Строевые упражнения, разминочный бег (равномерный, переменный), ОРУ. Упражнения для развития гибкости, силы, ловкости. Упражнения для развития скорости. Удары по мячу внутренней, внешней частью подъёма, внутренней стороной стопы, Остановка и ведение мяча, отбор мяча, обманные движения, вбрасывание мяча, Индивидуальные действия с мячом и без мяча.	
34		Строевые упражнения, разминочный бег (равномерный, переменный), ОРУ. Упражнения для развития гибкости, силы, ловкости. Подвижные и спортивные игры (ручной мяч, баскетбол и т.д.) Остановка и ведение мяча, отбор мяча, обманные движения, вбрасывание мяча, Индивидуальные действия с мячом и без мяча.	
35		Строевые упражнения, разминочный бег (равномерный, переменный), ОРУ. Упражнения для развития гибкости, силы, ловкости. Подвижные и спортивные игры (ручной мяч, баскетбол и т.д.) Остановка и ведение мяча, отбор мяча, обманные движения, вбрасывание мяча, Индивидуальные действия с мячом и без мяча.	
36		Строевые упражнения, разминочный бег (равномерный, переменный), ОРУ. Подвижные и спортивные игры (ручной мяч, баскетбол и т.д.) Удары по мячу внутренней, внешней частью подъёма, внутренней стороной стопы, Остановка и ведение мяча, отбор мяча, обманные движения, вбрасывание мяча, Индивидуальные действия с мячом и без мяча.	
37		Строевые упражнения, разминочный бег (равномерный, переменный), ОРУ. Остановка и ведение мяча, отбор мяча, обманные движения, вбрасывание мяча, Групповые действия. Взаимодействие двух и более игроков при передачи мяча	
38		Строевые упражнения, разминочный бег	

		(равномерный, переменный), ОРУ. Остановка и ведение мяча, отбор мяча, обманные движения, вбрасывание мяча, Групповые действия. Взаимодействие двух и более игроков при передачи мяча	
39		Строевые упражнения, разминочный бег (равномерный, переменный), ОРУ. Остановка и ведение мяча, отбор мяча, обманные движения, вбрасывание мяча, Групповые действия. Взаимодействие двух и более игроков при передачи мяча	
40		Строевые упражнения, разминочный бег (равномерный, переменный), ОРУ. Место занятий, оборудование. Упражнения для развития гибкости, силы, ловкости. Упражнения для развития скорости. Удары по мячу внутренней, внешней частью подъёма, внутренней стороной стопы, Остановка и ведение мяча, отбор мяча, обманные движения, вбрасывание мяча, Индивидуальные действия с мячом и без мяча.	
41		Строевые упражнения, разминочный бег (равномерный, переменный), ОРУ. Подвижные и спортивные игры (ручной мяч, баскетбол и т.д.) Удары по мячу внутренней, внешней частью подъёма, внутренней стороной стопы, Остановка и ведение мяча, отбор мяча, обманные движения, вбрасывание мяча,	
42		Строевые упражнения, разминочный бег (равномерный, переменный), ОРУ. Подвижные и спортивные игры (ручной мяч, баскетбол и т.д.) Удары по мячу внутренней, внешней частью подъёма, внутренней стороной стопы, Остановка и ведение мяча, отбор мяча, обманные движения, вбрасывание мяча,	
43		Строевые упражнения, разминочный бег (равномерный, переменный), ОРУ. Упражнения для развития гибкости, силы, ловкости. Подвижные и спортивные игры (ручной мяч, баскетбол и т.д.) Групповые действия. Взаимодействие двух и более игроков при передачи мяча	
44		Строевые упражнения, разминочный бег (равномерный, переменный), ОРУ. Упражнения для развития гибкости, силы, ловкости. Подвижные и спортивные игры (ручной мяч, баскетбол и т.д.) Групповые действия. Взаимодействие двух и более игроков при передачи мяча	
45		Строевые упражнения, разминочный бег (равномерный, переменный), ОРУ. Упражнения	

		для развития скорости. Удары по мячу внутренней, внешней частью подъёма, внутренней стороной стопы, Остановка и ведение мяча, отбор мяча, обманные движения, вбрасывание мяча, Индивидуальные действия с мячом и без мяча.	
46		Строевые упражнения, разминочный бег (равномерный, переменный), ОРУ. Упражнения для развития скорости. Удары по мячу внутренней, внешней частью подъёма, внутренней стороной стопы, Остановка и ведение мяча, отбор мяча, обманные движения, вбрасывание мяча, Индивидуальные действия с мячом и без мяча.	
47		Строевые упражнения, разминочный бег (равномерный, переменный), ОРУ. Упражнения для развития гибкости, силы, ловкости. Упражнения для развития скорости. Участие в соревнованиях по футболу.	
48		Строевые упражнения, разминочный бег (равномерный, переменный), ОРУ. Подвижные и спортивные игры (ручной мяч, баскетбол и т.д.) Удары по мячу внутренней, внешней частью подъёма, внутренней стороной стопы, Остановка и ведение мяча, отбор мяча, обманные движения, вбрасывание мяча, Индивидуальные действия с мячом и без мяча.	
49	V	Строевые упражнения, разминочный бег (равномерный, переменный), ОРУ. Подвижные и спортивные игры (ручной мяч, баскетбол и т.д.) Удары по мячу внутренней, внешней частью подъёма, внутренней стороной стопы, Остановка и ведение мяча, отбор мяча, обманные движения, вбрасывание мяча, Индивидуальные действия с мячом и без мяча.	
50		Строевые упражнения, разминочный бег (равномерный, переменный), ОРУ. Подвижные и спортивные игры (ручной мяч, баскетбол и т.д.) Удары по мячу внутренней, внешней частью подъёма, остановка, передача мяча Остановка и ведение мяча, отбивание мяча, обманные движения, вбрасывание Индивидуальные действия с мячом и без мяча.	
51		Строевые упражнения, разминочный бег (равномерный, переменный), ОРУ. Подвижные и спортивные игры (ручной мяч, баскетбол и т.д.) Удары по мячу внутренней, внешней частью подъёма, остановка, передача мяча Групповые действия. Взаимодействие двух и более игроков при передаче мяча	

52		Строевые упражнения, разминочный бег (равномерный, переменный), ОРУ. Подвижные и спортивные игры (ручной мяч, баскетбол и т.д.) Удары по мячу внутренней, внешней частью подъёма, остановка, передача мяча Групповые действия. Взаимодействие двух и более игроков при передачи мяча	
53		Строевые упражнения, разминочный бег (равномерный, переменный), ОРУ. Упражнения для развития гибкости, силы, ловкости Легкоатлетические упражнения. Метания, прыжки. Удары по мячу внутренней, внешней частью подъёма, остановка, передача мяча Индивидуальные действия с мячом и без мяча.	
54		Строевые упражнения, разминочный бег (равномерный, переменный), ОРУ. Упражнения для развития гибкости, силы, ловкости Легкоатлетические упражнения. Метания, прыжки. Удары по мячу внутренней, внешней частью подъёма, остановка, передача мяча Индивидуальные действия с мячом и без мяча.	
55		Строевые упражнения, разминочный бег (равномерный, переменный), ОРУ. Подвижные и спортивные игры (ручной мяч, баскетбол и т.д.) Удары по мячу внутренней, внешней частью подъёма, остановка, передача мяча Остановка и ведение мяча, отбивание мяча, обманные движения, вбрасывание Групповые действия. Взаимодействие двух и более игроков при передачи мяча	
56		Строевые упражнения, разминочный бег (равномерный, переменный), ОРУ. Подвижные и спортивные игры (ручной мяч, баскетбол и т.д.) Удары по мячу внутренней, внешней частью подъёма, остановка, передача мяча Остановка и ведение мяча, отбивание мяча, обманные движения, вбрасывание Групповые действия. Взаимодействие двух и более игроков при передачи мяча	
57		Строевые упражнения, разминочный бег (равномерный, переменный), ОРУ. Упражнения для развития гибкости, силы, ловкости Легкоатлетические упражнения. Метания, прыжки. Удары по мячу внутренней, внешней частью подъёма, остановка, передача мяча Индивидуальные действия с мячом и без мяча.	
58		Строевые упражнения, разминочный бег (равномерный, переменный), ОРУ. Подвижные и спортивные игры (ручной мяч, баскетбол и т.д.) Удары по мячу внутренней, внешней частью	

		подъёма, остановка, передача мяча Остановка и ведение мяча, отбивание мяча, обманные движения, вбрасывание Индивидуальные действия с мячом и без мяча.	
59		Строевые упражнения, разминочный бег (равномерный, переменный), ОРУ. Подвижные и спортивные игры (ручной мяч, баскетбол и т.д.) Остановка и ведение мяча, отбивание мяча, обманные движения, вбрасывание Групповые действия. Взаимодействие двух и более игроков при передаче мяча	
60		Строевые упражнения, разминочный бег (равномерный, переменный), ОРУ. Подвижные и спортивные игры (ручной мяч, баскетбол и т.д.) Остановка и ведение мяча, отбивание мяча, обманные движения, вбрасывание Групповые действия. Взаимодействие двух и более игроков при передаче мяча	
61		Строевые упражнения, разминочный бег (равномерный, переменный), ОРУ. Упражнения для развития гибкости, силы, ловкости Удары по мячу внутренней, внешней частью подъёма, остановка, передача мяча Остановка и ведение мяча, отбивание мяча, обманные движения, вбрасывание Индивидуальные действия с мячом и без мяча.	
62		Строевые упражнения, разминочный бег (равномерный, переменный), ОРУ. Упражнения для развития скорости. Удары по мячу внутренней, внешней частью подъёма, остановка, удары мяча серединой лба, остановка мяча подошвой. Остановка и ведение мяча, отбивание мяча, обманные движения, вбрасывание Индивидуальные действия с мячом и без мяча.	
63		Строевые упражнения, разминочный бег (равномерный, переменный), ОРУ. Упражнения для развития скорости. Удары по мячу внутренней, внешней частью подъёма, остановка, удары мяча серединой лба, остановка мяча подошвой. Остановка и ведение мяча, отбивание мяча, обманные движения, вбрасывание Индивидуальные действия с мячом и без мяча.	
64	паа	Строевые упражнения, разминочный бег (равномерный, переменный), ОРУ. Упражнения для развития гибкости, силы, ловкости Легкоатлетические упражнения. Метания, прыжки. Остановка и ведение мяча, отбивание мяча, обманные движения, вбрасывание Групповые действия. Взаимодействие двух и более игроков при передаче мяча	

65		Строевые упражнения, разминочный бег (равномерный, переменный), ОРУ. Упражнения для развития скорости. Подвижные и спортивные игры (ручной мяч, баскетбол, волейбол и т.д.) Удары по мячу внутренней, внешней частью подъёма, остановка, удары мяча Индивидуальные действия с мячом и без мяча.	
66		Строевые упражнения, разминочный бег (равномерный, переменный), ОРУ. Упражнения для развития гибкости, силы, ловкости Легкоатлетические упражнения. Метания, прыжки. Остановка и ведение мяча, отбивание мяча, обманные движения, вбрасывание Групповые действия. Взаимодействие двух и более игроков при передачи мяча	
67		Строевые упражнения, разминочный бег (равномерный, переменный), ОРУ. Упражнения для развития гибкости, силы, ловкости. Легкоатлетические упражнения. Метания, прыжки. Остановка и ведение мяча, отбивание мяча, обманные движения, вбрасывание Групповые действия. Взаимодействие двух и более игроков при передачи мяча	
68		Строевые упражнения, разминочный бег (равномерный, переменный), ОРУ. Упражнения для развития скорости. Удары по мячу внутренней, внешней частью подъёма, остановка, удары мяча серединой лба, остановка мяча подошвой. Остановка и ведение мяча, отбивание мяча, обманные движения, вбрасывание Индивидуальные действия с мячом и без мяча.	
69		Строевые упражнения, разминочный бег (равномерный, переменный), ОРУ. Упражнения для развития гибкости, силы, ловкости Легкоатлетические упражнения. Метания, прыжки. Участие в соревнованиях по футболу.	
70		Строевые упражнения, разминочный бег (равномерный, переменный), ОРУ. Подвижные и спортивные игры (ручной мяч, баскетбол, волейбол и т.д.) Удары по мячу внутренней, внешней частью подъёма, остановка, удары мяча серединой лба, остановка мяча подошвой. Остановка и ведение мяча, отбивание мяча, обманные движения, вбрасывание	
71		Строевые упражнения, разминочный бег (равномерный, переменный), ОРУ. Подвижные и спортивные игры (ручной мяч, баскетбол, волейбол и т.д.) Удары по мячу внутренней, внешней частью подъёма, остановка, удары мяча серединой лба, остановка мяча подошвой.	

		Остановка и ведение мяча, отбивание мяча, обманные движения, вбрасывание	
72		Строевые упражнения, разминочный бег (равномерный, переменный), ОРУ. Подвижные и спортивные игры (ручной мяч, баскетбол, волейбол и т.д.) Удары по мячу внутренней, внешней частью подъёма, остановка, удары мяча серединой лба, остановка мяча подошвой. Остановка и ведение мяча, отбивание мяча, обманные движения, вбрасывание	
73		Строевые упражнения, разминочный бег (равномерный, переменный), ОРУ. Упражнения для развития скорости. Удары по мячу внутренней, внешней частью подъёма, внутренней стороной стопы, удары мяча серединой лба, остановка мяча подошвой. Остановка и ведение мяча, отбивание мяча, обманные движения, вбрасывание мяча, техника игры вратаря. Индивидуальные действия с мячом и без мяча.	
74		Строевые упражнения, разминочный бег (равномерный, переменный), ОРУ. Упражнения для развития скорости. Удары по мячу внутренней, внешней частью подъёма, внутренней стороной стопы, удары мяча серединой лба, остановка мяча подошвой. Остановка и ведение мяча, отбивание мяча, обманные движения, вбрасывание мяча, техника игры вратаря. Индивидуальные действия с мячом и без мяча.	
75		Строевые упражнения, разминочный бег (равномерный, переменный), ОРУ. Подвижные и спортивные игры (ручной мяч, баскетбол, волейбол и т.д.) Удары по мячу внутренней, внешней частью подъёма, внутренней стороной стопы, удары мяча серединой лба, остановка мяча подошвой. Остановка и ведение мяча, отбивание мяча, обманные движения, вбрасывание мяча, техника игры вратаря. Групповые действия. Взаимодействие двух и более игроков.	
76		Строевые упражнения, разминочный бег (равномерный, переменный), ОРУ. Подвижные и спортивные игры (ручной мяч, баскетбол, волейбол и т.д.) Удары по мячу внутренней, внешней частью подъёма, внутренней стороной стопы, удары мяча серединой лба, остановка мяча подошвой. Остановка и ведение мяча, отбивание мяча, обманные движения, вбрасывание мяча, техника игры вратаря. Групповые действия. Взаимодействие двух и более игроков.	

77		Правила игры в футбол. Строевые упражнения, разминочный бег (равномерный, переменный), ОРУ. Удары по мячу внутренней, внешней частью подъёма, внутренней стороной стопы, удары мяча серединой лба, остановка мяча подошвой. Остановка и ведение мяча, отбивание мяча, обманные движения, вбрасывание мяча, техника игры вратаря.	
78		Строевые упражнения, разминочный бег (равномерный, переменный), ОРУ. Легкоатлетические упражнения. Метания, прыжки. Удары по мячу внутренней, внешней частью подъёма, внутренней стороной стопы, удары мяча серединой лба, остановка мяча подошвой. Остановка и ведение мяча, отбивание мяча, обманные движения, вбрасывание мяча, техника игры вратаря. Групповые действия. Взаимодействие двух и более игроков.	
79		Строевые упражнения, разминочный бег (равномерный, переменный), ОРУ. Упражнения для развития гибкости, силы, ловкости Упражнения для развития скорости. Удары по мячу внутренней, внешней частью подъёма, внутренней стороной стопы, удары мяча серединой лба, остановка мяча подошвой. Остановка и ведение мяча, отбивание мяча, обманные движения, вбрасывание мяча, техника игры вратаря. Индивидуальные действия с мячом и без мяча.	
80		Строевые упражнения, разминочный бег (равномерный, переменный), ОРУ. Упражнения для развития гибкости, силы, ловкости Удары по мячу внутренней, внешней частью подъёма, внутренней стороной стопы, удары мяча серединой лба, остановка мяча подошвой. Остановка и ведение мяча, отбивание мяча, обманные движения, вбрасывание мяча, техника игры вратаря. Индивидуальные действия с мячом и без мяча.	
81		Строевые упражнения, разминочный бег (равномерный, переменный), ОРУ. Подвижные и спортивные игры (ручной мяч, баскетбол, волейбол и т.д.) Удары по мячу внутренней, внешней частью подъёма, внутренней стороной стопы, удары мяча серединой лба, остановка мяча подошвой. Остановка и ведение мяча, отбивание мяча, обманные движения, вбрасывание мяча, техника игры вратаря. Групповые действия. Взаимодействие двух и более игроков.	
82		Строевые упражнения, разминочный бег	

		(равномерный, переменный), ОРУ. Подвижные и спортивные игры (ручной мяч, баскетбол, волейбол и т.д.) Удары по мячу внутренней, внешней частью подъёма, внутренней стороной стопы, удары мяча серединой лба, остановка мяча подошвой. Остановка и ведение мяча, отбивание мяча, обманные движения, вбрасывание мяча, техника игры вратаря. Групповые действия. Взаимодействие двух и более игроков.	
83		Строевые упражнения, разминочный бег (равномерный, переменный), ОРУ. Подвижные и спортивные игры (ручной мяч, баскетбол, волейбол и т.д.) Удары по мячу внутренней, внешней частью подъёма, внутренней стороной стопы, удары мяча серединой лба, остановка мяча подошвой. Остановка и ведение мяча, отбивание мяча, обманные движения, вбрасывание мяча, техника игры вратаря. Индивидуальные действия с мячом и без мяча.	
84		Строевые упражнения, разминочный бег (равномерный, переменный), ОРУ. Упражнения для развития гибкости, силы, ловкости Подвижные и спортивные игры (ручной мяч, баскетбол, волейбол и т.д.) Прямой и резаный удар по мячу. Точность удара. Удары по мячу ногой. Удары по мячу головой. Остановка мяча. Ведение мяча. Обманные движения. Отбор мяча. Вбрасывание мяча из-за боковой линии. Техника игры вратаря.	
85		Строевые упражнения, разминочный бег (равномерный, переменный), ОРУ. Упражнения для развития гибкости, силы, ловкости Подвижные и спортивные игры (ручной мяч, баскетбол, волейбол и т.д.) Прямой и резаный удар по мячу. Точность удара. Удары по мячу ногой. Удары по мячу головой. Остановка мяча. Ведение мяча. Обманные движения. Отбор мяча. Вбрасывание мяча из-за боковой линии. Техника игры вратаря.	
86		Строевые упражнения, разминочный бег (равномерный, переменный), ОРУ. Упражнения для развития скорости. Прямой и резаный удар по мячу. Точность удара. Удары по мячу ногой. Удары по мячу головой. Остановка мяча. Ведение мяча. Обманные движения. Отбор мяча. Вбрасывание мяча из-за боковой линии. Техника игры вратаря. Индивидуальные действия с мячом и без мяча.	
87		Строевые упражнения, разминочный бег (равномерный, переменный), ОРУ. Подвижные и	

		спортивные игры (ручной мяч, баскетбол, волейбол и т.д.) Прямой и резаный удар по мячу. Точность удара. Удары по мячу ногой. Удары по мячу головой. Остановка мяча. Ведение мяча. Обманные движения. Отбор мяча. Вбрасывание мяча из-за боковой линии. Техника игры вратаря.	
88		Строевые упражнения, разминочный бег (равномерный, переменный), ОРУ. Подвижные и спортивные игры (ручной мяч, баскетбол, волейбол и т.д.) Прямой и резаный удар по мячу. Точность удара. Удары по мячу ногой. Удары по мячу головой. Остановка мяча. Ведение мяча. Обманные движения. Отбор мяча. Вбрасывание мяча из-за боковой линии. Техника игры вратаря.	
89		Строевые упражнения, разминочный бег (равномерный, переменный), ОРУ. Упражнения для развития гибкости, силы, ловкости Прямой и резаный удар по мячу. Точность удара. Удары по мячу ногой. Удары по мячу головой. Остановка мяча. Ведение мяча. Обманные движения. Отбор мяча. Вбрасывание мяча из-за боковой линии. Техника игры вратаря. Индивидуальные действия с мячом и без мяча. Групповые действия. Взаимодействие двух и более игроков	
90		Строевые упражнения, разминочный бег (равномерный, переменный), ОРУ. Упражнения для развития гибкости, силы, ловкости Прямой и резаный удар по мячу. Точность удара. Удары по мячу ногой. Удары по мячу головой. Остановка мяча. Ведение мяча. Обманные движения. Отбор мяча. Вбрасывание мяча из-за боковой линии. Техника игры вратаря. Индивидуальные действия с мячом и без мяча. Групповые действия. Взаимодействие двух и более игроков	
91		Строевые упражнения, разминочный бег (равномерный, переменный), ОРУ. Подвижные и спортивные игры (ручной мяч, баскетбол, волейбол и т.д.) Удары по мячу ногой. Удары по мячу головой. Остановка мяча. Ведение мяча. Обманные движения. Отбор мяча. Вбрасывание мяча из-за боковой линии. Техника игры вратаря.	
92		Строевые упражнения, разминочный бег (равномерный, переменный), ОРУ. Подвижные и спортивные игры (ручной мяч, баскетбол, волейбол и т.д.) Удары по мячу ногой. Удары по мячу головой. Остановка мяча. Ведение мяча. Обманные движения. Отбор мяча. Вбрасывание мяча из-за боковой линии. Техника игры вратаря.	
93		Строевые упражнения, разминочный бег (равномерный, переменный), ОРУ. Упражнения	

		для развития гибкости, силы, ловкости Прямой и резаный удар по мячу. Точность удара. Удары по мячу ногой. Удары по мячу головой. Остановка мяча. Ведение мяча. Обманные движения. Отбор мяча. Вбрасывание мяча из-за боковой линии. Техника игры вратаря. Индивидуальные действия с мячом и без мяча.	
94	авппп	Строевые упражнения, разминочный бег (равномерный, переменный), ОРУ. Упражнения для развития гибкости, силы, ловкости Удары по мячу ногой. Удары по мячу головой. Остановка мяча. Ведение мяча. Обманные движения. Отбор мяча. Вбрасывание мяча из-за боковой линии. Техника игры вратаря. Участие в соревнованиях по футболу.	
95		Строевые упражнения, разминочный бег (равномерный, переменный), ОРУ. Упражнения для развития скорости. Прямой и резаный удар по мячу. Точность удара. Удары по мячу ногой. Удары по мячу головой. Остановка мяча. Ведение мяча. Обманные движения. Отбор мяча. Вбрасывание мяча из-за боковой линии. Техника игры вратаря. Индивидуальные действия с мячом и без мяча.	
96		Строевые упражнения, разминочный бег (равномерный, переменный), ОРУ. Упражнения для развития скорости. Прямой и резаный удар по мячу. Точность удара. Удары по мячу ногой. Удары по мячу головой. Остановка мяча. Ведение мяча. Обманные движения. Отбор мяча. Вбрасывание мяча из-за боковой линии. Техника игры вратаря. Индивидуальные действия с мячом и без мяча.	
97		Строевые упражнения, разминочный бег (равномерный, переменный), ОРУ. Подвижные и спортивные игры (ручной мяч, баскетбол, волейбол и т.д.) Прямой и резаный удар по мячу. Точность удара. Удары по мячу ногой. Удары по мячу головой. Остановка мяча. Ведение мяча. Обманные движения. Отбор мяча. Вбрасывание мяча из-за боковой линии. Техника игры вратаря.	
98		Строевые упражнения, разминочный бег (равномерный, переменный), ОРУ. Подвижные и спортивные игры (ручной мяч, баскетбол, волейбол и т.д.) Прямой и резаный удар по мячу. Точность удара. Удары по мячу ногой. Удары по мячу головой. Остановка мяча. Ведение мяча. Обманные движения. Отбор мяча. Вбрасывание мяча из-за боковой линии. Техника игры вратаря.	
99		Строевые упражнения, разминочный бег	

		(равномерный, переменный), ОРУ. Упражнения для развития скорости. Удары по мячу ногой. Удары по мячу головой. Остановка мяча. Ведение мяча. Обманные движения. Отбор мяча. Вбрасывание мяча из-за боковой линии. Техника игры вратаря. Индивидуальные действия с мячом и без мяча.	
100		Строевые упражнения, разминочный бег (равномерный, переменный), ОРУ. Упражнения для развития скорости. Удары по мячу ногой. Удары по мячу головой. Остановка мяча. Ведение мяча. Обманные движения. Отбор мяча. Вбрасывание мяча из-за боковой линии. Техника игры вратаря. Индивидуальные действия с мячом и без мяча.	
101		Строевые упражнения, разминочный бег (равномерный, переменный), ОРУ. Подвижные и спортивные игры (ручной мяч, баскетбол, волейбол и т.д.) Прямой и резаный удар по мячу. Точность удара. Удары по мячу ногой. Удары по мячу головой. Остановка мяча. Ведение мяча. Обманные движения. Отбор мяча. Вбрасывание мяча из-за боковой линии. Техника игры вратаря. Групповые действия. Взаимодействие двух и более игроков.	
102		Строевые упражнения, разминочный бег (равномерный, переменный), ОРУ. Упражнения для развития скорости. Прямой и резаный удар по мячу. Точность удара. Удары по мячу ногой. Удары по мячу головой. Остановка мяча. Ведение мяча. Обманные движения. Отбор мяча. Вбрасывание мяча из-за боковой линии. Техника игры вратаря. Индивидуальные действия с мячом и без мяча. Контрольные испытания.	

