

**Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области средняя общеобразовательная школа №1 города Нефтегорска муниципального района Нефтегорский Самарской области**

---

Принято на заседании тренерско-преподавательского совета  
ДЮСШ ГБОУ СОШ №1 г. Нефтегорска  
Протокол №2 от 14.06.2022 г.

**Утверждено**  
приказом директора  
№271-ОД от 15.06.2022 г.

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа  
физкультурно-спортивной направленности по футболу  
«Первые шаги в футболе»  
Возраст воспитанников: 5-7 лет  
Срок реализации: 1год**

Автор-составитель:  
Глухов Евгений Николаевич,  
тренер-преподаватель

г. Нефтегорск, 2022 год

## Пояснительная записка

Программа «Первые шаги в футболе» (далее - программа) является модульной, составлена в соответствии с нормативными основаниями для разработки модульных дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ, включенных систему ПФДО:

- Федеральный Закон РФ от 29.12.2012 г. № 273 «Об образовании в Российской Федерации» (в редакции Федерального закона от 31.07.2020 № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся»)
- Концепция развития дополнительного образования в РФ (утверждена распоряжением Правительства РФ от 04. 09.2014 № 1726-Р)
- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. № 996-р)
- Приказ Министерства Просвещения Российской Федерации от 30.09.2020 г. № 533 «О внесении изменений в порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утвержденный приказом Министерства Просвещения Российской Федерации от 9 ноября 2018 г. № 196»;
- Приказ Министерства просвещения России от 9.11.2018 № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 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 молодёжи»
- Приказ министерства образования и науки Самарской области от 20.08.2019 г. № 262-од «Об утверждении Правил персонифицированного финансирования дополнительного образования детей в Самарской области на основе сертификата персонифицированного финансирования дополнительного образования детей, обучающихся по дополнительным общеобразовательным программам»
- Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ, направленных письмом Минобрнауки России от 18.11.2015 № 09-3242.
- «Методические рекомендации по разработке дополнительных общеобразовательных программ» (Приложение к письму министерства образования и науки Самарской области 03.09.2015 № МО -16-09-01/826-ТУ).
- Уставом школы, Порядком разработки, утверждения и обновления образовательной программы СП ДЮСШ ГБОУ СОШ №1 г. Нефтегорска.

Футбол – спортивная командная игра, которая является наиболее комплексным и универсальным средством развития ребенка.

Специально подобранные игровые упражнения, выполняемые индивидуально, в группах, командах, задания с мячом создают неограниченные возможности для развития, прежде всего координационных (ориентирование в пространстве, быстрота реакций, перестроения двигательных действий, точность дифференцирования и оценивания пространственных, временных и силовых параметров движений, способность к согласованию отдельных движений в целостные комбинации) и кондиционных (силовых, выносливости, скоростных) способностей, а также всевозможных сочетаний этих групп способностей. Одновременно материал по спортивным играм оказывает многостороннее влияние на развитие психических процессов воспитанников (восприятие, внимание, память, мышление, воображение и др.), воспитание нравственных и волевых качеств, что обусловлено необходимостью соблюдения правил и условий игровых упражнений и самой игры, согласования индивидуальных, групповых и командных взаимодействий партнеров и соперников.

**Новизна** данной дополнительной образовательной программы заключается в том, что **по форме организации образовательного процесса является модульной.**

**Отличительные особенности программы.** В данной программе отличие в том, что наряду с технико-тактической подготовкой довольно большое место в программе отведено общефизической подготовке. Кроме того, в нее включен достаточно значительный блок теоретических знаний. Это сделано для расширения кругозора и интереса занимающихся к данному виду спорта.

**Актуальность программы.** Футбол, является отличным средством поддержания и укрепления здоровья, развития физических и психических качеств человека. Усложненные условия деятельности и эмоциональный подъем позволяют легче мобилизовать резервы двигательного аппарата. Чтобы играть в футбол, необходимо уметь быстро выполнять двигательные действия, высоко прыгать, мгновенно менять направление и скорость движения, обладать ловкостью и выносливостью. Занятия футболом улучшают работу сердечно-сосудистой, дыхательной систем, развивают подвижность суставов, увеличивают силу и эластичность мышц. Постоянное взаимодействие с мячом способствует улучшению глубинного и периферического зрения, точности и ориентировке в пространстве. Развивается двигательная реакция на зрительные и слуховые сигналы. Игра в футбол требует от занимающихся максимального проявления физических возможностей, волевых усилий и умения пользоваться приобретёнными навыками. Проявляются положительные эмоции: жизнерадостность, бодрость, желание победить. Развивается чувство ответственности, коллективизма, скорость принятия решений. Благодаря своей эмоциональности игра футбол представляет собой средство не только физического развития, но и активного отдыха.

**Педагогическая целесообразность** – программа позволяет решить проблему занятости свободного времени обучающихся,

формированию физических качеств, пробуждение интереса к новой деятельности в области физической культуры и спорта. Широко используется игровой метод, круговая тренировка, эстафеты и упражнения из различных видов спорта. Занятия физическими упражнениями развивают в детях такие качества, как выносливость, скорость и координацию. Занятия спортивными играми развивают смекалку и умение взаимодействовать в коллективе, помогают подросткам оценить свои возможности, развить чувство собственного достоинства, целеустремленность и волю к победе. Развитие этих качеств, в свою очередь, способствует успешному выполнению учебных программ.

**Цель программы:** ознакомление детей с определенными видами игры и основами ее техники.

**Задачи программы:**

**Обучающие:**

1. Обучить правилам гигиены, техники безопасности и поведения на занятиях физкультурой и спортом;
2. познакомить с основными правилами игры в футбол;
3. обучить простейшим техническим приёмам;
4. научить работать индивидуально, в парах, группах при использовании различных комбинаций и упражнений;

**Развивающие:**

1. способствовать укреплению опорно–двигательного аппарата и развитие физических способностей: силы, быстроты, гибкости, ловкости и координации;
2. целенаправленно развивать и совершенствовать качества и способности в ходе выполнения заданий, требующих посильных физических и психических усилий;
3. повышение общей физической подготовки.

**Воспитательные:**

1. Формировать интерес к занятиям футболом;
2. Воспитывать потребность к ведению здорового образа жизни, укреплению здоровья;
3. Воспитать умение работать в группе, команде;
4. Воспитать психологическую устойчивость;
5. Воспитание и развитие силы воли, стремления к победе.

**Возраст детей.** Для реализации данной программы привлекаются мальчики и девочки в возрасте 5 –7 лет. Для зачисления в объединение специальных знаний и подготовки не требуется. Зачисляются все желающие, не имеющие медицинских противопоказаний. Наполняемость группы 12 человек.

**Сроки реализации.**

Программа рассчитана на 44 недели, что составляет 154 часа и разбита на 3 модуля: Первый модуль «Ознакомительный» на 18 недель: с 1 сентября 2020 года по 31 декабря 2020 года (63 часа).

Второй модуль «Базовый» на 15 недель: с 11 января по 25 апреля 2021 года (52,5 часа).

Третий модуль «Игровой» 11 недель с 26 апреля по 10 июля 2021 года (38,5 часов)

**Формы обучения.** Очная. На бесплатной основе.

**Формы организации деятельности:**

Используются игровая, фронтальный, поточный, круговой, групповой и индивидуальный методы организации деятельности обучающихся.

**Режим занятий.**

Занятия проходят – 2 раза в неделю по 1,75 часа (академический час 40 минут). Количество часов в неделю – 3,5 часа.

**Ожидаемые результаты.**

Предметные результаты – формирование осознанного интереса и мотивации к занятиям не только футболом, но и физкультурой в целом. Формирование простейших навыков игры в футбол.

**По окончании 1 модуля «Ознакомительный» обучающиеся**

**должны знать:**

- историю возникновения футбола как игры;
- упрощенные правила игры в футбол;
- базовые элементы футбольной техники;
- принципы здорового образа жизни спортсмена;
- назначение общеразвивающих упражнений;

**должны уметь:**

- выполнять розыгрыши базовых стандартных положений;
- выполнять простейшие технические и тактические действия;
- выполнять отдельные общеразвивающие упражнения;

**По окончании 2 модуля «Базовый» обучающиеся**

**должны знать:**

- элементарные правила игры;
- базовые технические и тактические приемы игры;
- назначение комплекса специальных упражнений;
- правила поведения спортсмена во время соревнований
- требования к спортивной дисциплине.

**Должны уметь:**

- правильно выполнять комплекс общеразвивающих упражнений;
- правильно выполнять специальные упражнения;
- правильно составлять свой распорядок дня;
- применять технические и тактические приемы в игре;

**По окончании 3 модуля «Игровой» обучающиеся**

**должны знать:**

- элементарные правила игры;
- базовые технические и тактические приемы игры;
- назначение комплекса специальных упражнений;
- правила поведения спортсмена во время соревнований
- требования к спортивной дисциплине.

**Должны уметь:**

- правильно выполнять комплекс общеразвивающих упражнений;
- правильно выполнять специальные упражнения;
- правильно составлять свой распорядок дня;
- применять технические и тактические приемы в игре;

**Личностные результаты** – потребность к ведению здорового образа жизни, укреплению здоровья; умение работать в группе, команде.

**Метапредметные результаты** – формирование универсальных учебных действий (УУД).

Регулятивные УУД:

- принимать задачи, поставленные педагогом;
- знать технологическую последовательность выполнения заданий;
- правильно оценивать результаты своей деятельности.

**Познавательные УУД:**

- добывать новые знания: находить ответы на вопросы, используя разные источники информации; информацию, полученную на занятии; · перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всей команды

**Коммуникативные УУД:**

- учиться работать в коллективе;
- проявлять индивидуальность и самостоятельность.

**Критерии и способы определения результативности.**

В процессе обучения предусматривается текущий контроль.

Текущий контроль проводится на каждом занятии с целью выявления и устранения ошибок, и получения качественного результата освоения программного материала (анализ, беседа, наблюдение, контрольное задание).

Уровень развития физических качеств и технической подготовленности оценивается по результатам участия в групповых и индивидуальных школьных соревнованиях.

**Содержание программы**

**Учебный план ДОП «Первые шаги в футболе»**

№ п/п.	Название модуля	Количество часов		
		всего	теория	практика

1	«Ознакомительный»	63	8	55
2	«Базовый»	52,5	4	48,5
3	«Игровой»	38,5	4	34,5
	<b>ИТОГО</b>	154	16	138

### 1 модуль «Ознакомительный»

#### Задачи:

- познакомить с историей возникновения данного вида спорта и его развития, с правилами игры и соревнований;
- научить специальным упражнениям для овладения первоначальными навыками игры;
- укрепление здоровья и закаливание организма учащихся;
- содействие правильному физическому развитию детей;
- повышение общей физической подготовленности.

### Учебно-тематический план 1 модуль «Ознакомительный»

№ п/п	Название разделы, темы	Количество часов			Форма промежуточной аттестации и итогового контроля
		всего	теория	практика	
1	Теоретические сведения.	3	3	-	Беседа, опрос
2	Общеразвивающие упражнения (ОРУ)	11	1	10	
3	Общая физическая подготовка (ОФП) (Подготовительные упражнения.)	22	1	21	Контроль
4	Техническая подготовка.	15	1	14	Контроль, обсуждение
5	Специальная физическая подготовка (СФП) (Подвижные игры. Эстафеты).	5	1	4	Контроль, обсуждение
6	Тактическая подготовка (ТП) (Тактика приёмов мяча	7	1	6	Контроль, обсуждение

	Тактика передач.)				
	<b>Итого по 1 модулю:</b>	63	8	55	

## Содержание учебного плана

### 1 модуль «Ознакомительный»

**Теоретические сведения.** История возникновения и развития футбола. Правила безопасности при занятиях футболом. Правила игры. Понятие о гигиене, правила гигиены личной и общественной. Режим дня спортсмена.

#### **Общая физическая подготовка**

Теория: Значение ОФП в подготовке футболистов.

Практика: Общеразвивающие упражнения направленные на развитие всех физических качеств. Подвижные игры.

#### **Специальная физическая подготовка**

Теория: Значение СФП в подготовке футболистов.

Практика: Подготовительные упражнения, направленные на развитие силы и быстроты сокращения мышц, которые участвуют в выполнении технических приёмов, скорости, прыгучести, специальной ловкости, выносливости (скоростной, прыжковой, силовой, игровой) быстроты перехода от одних действий к другим. Подвижные и спортивные игры.

#### **Техническая подготовка**

Теория: Классификация и терминология простых технических приемов игры в футбол. Значение технической подготовки футболиста.

Практика: Прямой удар по мячу. Удары по мячу: носком, внутренней и внешней стороной стопы, серединой и внутренней частью подъема. Точность удара. Траектория полета мяча после удара. Остановка мяча: подошвой, внутренней стороной стопы, серединой подъема. Анализ выполнения технических приемов и их применения в конкретных игровых условиях.

#### **Тактическая подготовка**

Теория: Упрощенные правила игры в футбол.

Практика: Базовые розыгрыши стандартных положений. Индивидуальные тактические действия. Командная тактика игры в «Малый футбол».

#### **Игровая подготовка**

Теория: учебные игры, спортивные игры, эстафеты.

Практика: Закрепление технических и тактических навыков воспитанников в игровой обстановке происходит в учебных играх малыми составами (2×2), (3×3), (4×4). Они проводятся на маленьких площадках (от 5 на 10 м. и до 15 на 30 м).

#### **Промежуточная аттестация**



Участие в соревнованиях по футболу (сентябрь-декабрь).

## 2 модуль «Базовый»

Во 2 модуле происходит логическое продолжение изучения технического, тактического арсенала и физической подготовленности занимающихся. По-прежнему основное внимание уделяется физической и технической подготовке, но уменьшается количество часов на физическую подготовку и увеличивается — на технико-тактическую.

Задачи:

- укрепление здоровья и закаливание организма учащихся;
- содействие правильному физическому развитию, повышение общей физической подготовленности, развитие специальных физических способностей, необходимых для совершенствования игрового навыка;
- развитие двигательной активности, координации движений, выносливости.

### Учебно-тематический план модуля «Базовый»

№ п/п	Название, разделы, темы	Количество часов			Форма промежуточной аттестации и итогового контроля
		всего	теория	практика	
1	Теоретические сведения	2	2		Вводный, положение о соревнованиях по футболу
2	Общеразвивающие упражнения (ОРУ)	6	-	6	
3	Общая физическая подготовка (ОФП) Подготовительные упражнения.)	10	-	10	Эстафеты
4	Техническая подготовка и тактическая подготовка (ТТП).	20	1	19	Учебная игра, соревнование
5	Специальная физическая подготовка (СФП)	14,5	1	13,5	Учебная игра
	<b>Итого по модулю 2</b>	<b>52,5</b>	<b>4</b>	<b>48,5</b>	

### Содержание учебного плана

#### 2 модуль «Базовый»

##### Теоретические сведения.

Вводное занятие, правила техники безопасности на занятиях. История развития футбола в России. Личная гигиена, закаливание, режим питания, режим дня. Врачебный контроль. Ознакомление с упрощенными правилами игры в футбол.

##### Общеразвивающие упражнения.

##### Общая физическая подготовка

Теория: Методы и средства ОФП.

Практика: Общеразвивающие упражнения, направленные на развитие всех физических качеств. Упражнения на тренажёрах, футбол, ручной мяч, подвижные игры.

### **Специальная физическая подготовка**

Теория: Методы и средства СФП в тренировке по футболу.

Практика: Акробатические упражнения. Упражнения сходные с основным видом действия не только по характеру нервно-мышечных усилий, но и по структуре движения. Упражнения, направленные на развитие прыгучести, быстроты, двигательной реакции, ловкости.

Специальные упражнения для развития выносливости: эстафетный бег, челночный бег.

### **Техническая подготовка**

Теория: Классификация и терминология технических приемов игры в футбол. Значение технической подготовки футболиста.

Практика: Прямой удар по мячу. Удары по мячу: носком, внутренней стороной стопы, серединой и внутренней частью подъема. Точность удара. Остановка мяча: подошвой, внутренней стороной стопы, серединой подъема. Ведение мяча ногами: одной, двумя; по прямой, по кругу, «змейкой». Анализ выполнения технических приемов и их применения в конкретных игровых условиях.

**Тактическая подготовка.** Теория: Разновидности амплуа игроков.

Практика: Индивидуальные действия с мячом. Использование изученных способов ударов по мячу. Применения необходимого способа остановок в зависимости от направления, траектории и скорости мяча. Определение игровой ситуации, целесообразной для использования ведения мяча, выбор способа и направления ведения.

### **Соревнования**

Теория: Правила соревнований по футболу, права и обязанности участника соревнований, заявка участника, медицинский допуск к соревнованиям.

Практика: Участие в соревнованиях по футболу на уровне школы

#### **Контроль и оценка достижений обучающихся.**

Важнейшей функцией управления педагогическим процессом является контроль, определяющий эффективность учебной работы на всём её протяжении. Применяется следующий вид контроля:

- текущий контроль (оценка усвоения изучаемого материала, физической подготовленности и состояния здоровья) осуществляется тренером в форме наблюдения;

## **3 модуль «Игровой»**

В 3 модуле основное внимание уделяется физической и технической подготовке, но уменьшается количество часов на физическую подготовку и увеличивается — на технико-тактическую и игровую подготовку. Закрепляем полученные знания и навыки с помощью подвижных, спортивных игр и игр в футбол по упрощенным правилам. Продолжаем изучение

технического, тактического арсенала и развитие физической подготовленности занимающихся.

Задачи:

- укрепление здоровья и закаливание организма учащихся;
- дальнейшее изучение и совершенствование основ техники и тактики игры;
- развитие навыков игры в футбол, тактических знаний, приёмов владения мячом

### Учебно-тематический план модуля «Игровой»

№ п/п	Название, разделы, темы	Количество часов			Форма промежуточной аттестации и итогового контроля
		всего	теория	практика	
1	Теоретические сведения	1	1		Вводный, положение о соревнованиях по футболу
2	Общеразвивающие упражнения (ОРУ)	6	-	6	
3	Общая физическая подготовка (ОФП) Подготовительные упражнения.)	6	-	6	Эстафеты
4	Техническая подготовка и тактическая подготовка (ТТП).	19	2	17	Учебная игра, соревнование
5	Специальная физическая подготовка (СФП)	6,5	1	5,5	Учебная игра
	<b>Итого по 2 модулю</b>	<b>38,5</b>	<b>4</b>	<b>34,5</b>	

### Содержание учебного плана

#### 3 модуль «Игровой»

##### **Теоретические сведения.**

Правила техники безопасности на занятиях. История развития футбола в России. Личная гигиена, закаливание, режим питания, режим дня. Врачебный контроль.

Закрепление знаний упрощенных правил игры в футбол.

##### **Общеразвивающие упражнения.**

##### **Общая физическая подготовка**

Теория: Методы и средства ОФП.

Практика: общеразвивающие упражнения, направленные на развитие физических качеств, на формирование правильной осанки и подготовку занимающихся к овладению более сложными двигательными навыками. Упражнения на тренажёрах, футбол, ручной мяч, подвижные игры.

##### **Специальная физическая подготовка**

Теория: Методы и средства СФП в тренировке по футболу.

Практика: Акробатические упражнения. Упражнения, направленные на развитие прыгучести, быстроты реакции, ловкости, ориентации в пространстве, координации движений. Специальные упражнения для развития техники передвижения игроков по площадке (бег «змейкой»; бег с изменением темпа по команде; бег с препятствиями; обегая предметы и т.п.). Различные виды прыжков, подскоки. Двухсторонние игры соревновательного характера. Отработка качества передачи и остановок мяча. Жонглирование. Игры по характеру действий сходных с футболом.

### **Техническая подготовка**

Теория: Классификация и терминология технических приемов игры в футбол. Значение технической подготовки футболиста.

Практика: Прямой удар по мячу. Удары по мячу: носком, внутренней стороной стопы, серединой и внутренней частью подъема. Точность удара. Траектория полета мяча после удара. Остановка мяча: подошвой, внутренней стороной стопы, серединой подъема. Ведение мяча ногами: одной, двумя; по прямой, по кругу, «змейкой». Анализ выполнения технических приемов и их применения в конкретных игровых условиях.

**Тактическая подготовка.** Теория: Разновидности амплуа игроков.

Практика: Индивидуальные действия с мячом. Использование изученных способов ударов по мячу. Применения необходимого способа остановок в зависимости от направления, траектории и скорости мяча. Определение игровой ситуации, целесообразной для использования ведения мяча, выбор способа и направления ведения.

Групповые действия. Взаимодействия двух и более игроков. Выполнять простейшие комбинации при стандартных положениях: начало игры, угловом, штрафном и свободном ударах, вбрасывание мяча.

Контрольные игры и соревнования. Экскурсии, посещение соревнований.

### **Соревнования**

Теория: Правила соревнований по футболу, права и обязанности участника соревнований, заявка участника, медицинский допуск к соревнованиям.

Практика: Участие в соревнованиях по футболу на уровне школы

### **Контроль и оценка достижений обучающихся.**

Важнейшей функцией управления педагогическим процессом является контроль, определяющий эффективность учебной работы на всём её протяжении. Применяются следующие виды и формы контроля:

- предварительный контроль (оценка уровня развития физических качеств), осуществляется тренером в форме тестирования;
- текущий контроль (оценка усвоения изучаемого материала, физической подготовленности и состояния здоровья) осуществляется тренером в форме наблюдения;

<b>№ п/п</b>	<b>Тема</b>	<b>Форма текущего контроля</b>
<b>1</b>	<b>Теория</b>	Выполнение практических заданий в соответствии с темой
<b>2</b>	<b>Техническая подготовка</b>	Выполнение практических заданий в соответствии с темой
<b>3</b>	<b>Тактическая подготовка</b>	Выполнение практических заданий в соответствии с темой
<b>4</b>	<b>Общефизическая подготовка</b>	Выполнение практических заданий в соответствии с темой.
<b>5</b>	<b>Соревнования</b>	Выполнение практических заданий в соответствии с темой.

## **РЕСУРСНОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ РЕАЛИЗАЦИИ ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЫ**

Образовательное учреждение, реализующее дополнительную образовательную общеразвивающую программу, располагает материально-технической базой, обеспечивающей проведение всех видов теоретических и практических занятий, предусмотренных учебным планом.

Материально-техническая база соответствует действующим санитарным и противопожарным нормам.

### **Перечень спортивных сооружений**

<b>№</b>	<b>Наименование</b>
1	Спортивный зал 12×24
2	Универсальная спортивная площадка
2	Футбольный стадион

### **Материально – техническое оснащение программы**

Для проведения занятий в секции футбол необходимо имеются следующее оборудование и инвентарь:

Инвентарь:

- футбольные мячи
- мячи мини-футбольные
- конуса тренировочные
- скакалки
- мяч волейбольный
- координационная лестница
- фишки переносные

- накидки
- секундомер
- игровая форма
- свисток

Санитарно-гигиенические условия удовлетворительные. Аптечка для оказания первой медицинской помощи имеется. Освещенность в нормах СанПиН.

### Календарно-тематический планирование

#### 1 модуль «Ознакомительный»

№ п/п	Тема занятий. Содержание занятий.	Количество часов	Дата
1	Правила поведения. Техника безопасности.	1,75	
2	Удар по неподвижному мячу носком в стену с места. Подвижные игры.	1,75	
3	Удар по неподвижному мячу носком в стену с разбега. Подвижные игры.	1,75	
4	Закрепление удара по неподвижному мячу носком с места с разбега. Остановка мяча подошвой. Перемещения приставным шагом.	1,75	
5	Удар по мячу носком в ворота. Закрепление выполнения ударов по мячу носком в ворота, в цель. Подвижные игры.	1,75	
6	Передача мяча носком друг другу в паре. Совершенствование перемещения приставным шагом. Подвижные игры.	1,75	
7	Совершенствование техники удара носком ноги в ворота (шириной 2-2,5 метра). Подвижные игры.	1,75	
8	Удар пяткой по мячу. Игра в футбол по упрощенным правилам	1,75	
9	Закрепление техники выполнения удара по мячу пяткой. Совершенствование техники выполнения передачи мяча носком ноги друг другу. Подвижные игры.	1,75	
10	Закрепление техники выполнения передачи мяча в паре, ударяя пяткой. Игра в футбол по упрощенным правилам	1,75	
11	Имитационный удар по мячу серединой подъема. Игра в футбол по упрощенным правилам	1,75	
12	Закрепление техники выполнения имитационного удара по мячу серединой подъема. Выполнения удара серединой подъема с места, а затем с разбега по неподвижно лежащему мячу в цель. Подвижные игры.	1,75	
13	Закрепление техники выполнения удара серединой подъема с места, а затем с разбега по неподвижно лежащему мячу в цель. Подвижные игры.	1,75	
14	Техника перебрасывания мяча способом «двумя руками из-за головы» через сетку. Игра в футбол по упрощенным правилам	1,75	
15	Закрепление техники выполнения удара серединой подъема, отбивая мяч от пола и посылая его через натянутый шнур. Имитационный удар по мячу внешней стороной стопы. Подвижные игры.	1,75	
16	Совершенствование техники выполнения удара серединой подъема через натянутый шнур, по цели. Подвижные игры.	1,75	

17	Изучение техники выполнения удара внешней стороной стопы в стену с места. Игра в футбол по упрощенным правилам	1,75	
18	Закрепление и совершенствование в игровых упражнениях и подвижных играх технических навыков ударов по мячу носком, серединой подъема, пяткой. Подвижные игры.	1,75	
19	Закрепление техники выполнения ударов по мячу пяткой, носком, серединой подъема. Игра в футбол по упрощенным правилам	1,75	
20	Закрепление техники выполнения удара по мячу внешней стороной стопы в стену с места. Подвижные игры.	1,75	
21	Закрепление техники выполнения удара по мячу внешней стороной стопы в ворота с разбега. Игра в футбол по упрощенным правилам	1,75	
22	Передачи мяча ударом внешней стороной стопы. Подвижные игры.	1,75	
23	Совершенствование техники ударов внешней стороной стопы. Игра в футбол по упрощенным правилам	1,75	
24	Удар по неподвижному мячу внутренней стороной стопы. Остановка катящегося мяча подошвой. Подвижные игры.	1,75	
25	Закрепление удара по неподвижному мячу внутренней стороной стопы. Перемещение спиной вперед. Закрепление остановки катящегося мяча подошвой. Игра в футбол по упрощенным правилам	1,75	
26	Совершенствование удара по неподвижному мячу внутренней стороной стопы. Закрепление перемещения спиной вперед. Подвижные игры.	1,75	
27	Совершенствование остановки катящегося мяча подошвой. Игра в футбол по упрощенным правилам	1,75	
28	Ведение мяча внешней частью подъема. Подвижные игры.	1,75	
29	Закрепление ведения мяча внешней частью подъема. Игра в футбол по упрощенным правилам.	1,75	
30	Совершенствование ведения мяча внешней частью подъема. Подвижные игры.	1,75	
31	Ведение мяча внутренней частью подъема. Игра в футбол по упрощенным правилам.	1,75	
32	Закрепление ведения мяча внутренней частью подъема. Игра в футбол по упрощенным правилам.	1,75	
33	Совершенствование ведения мяча внутренней частью подъема. Подвижные игры.	1,75	
34	Ведение внутренней стороной стопы. Игра в футбол по упрощенным правилам.	1,75	
35	Закрепление ведения внутренней стороной стопы. Подвижные игры.	1,75	
36	Совершенствование ведения внутренней стороной стопы. Игра в футбол по упрощенным правилам.	1,75	
	ИТОГО	63 часа	

## Календарно-тематическое планирование

### 2 модуль «Базовый»

№ п/п	Тема занятий. Содержание занятий.	Количество часов	Дата
1	Ведение мяча внутренней частью подъёма. Игра в футбол по упрощенным правилам.	1,75	
2	Ведение мяча внутренней частью подъёма. Скрестный бег. Подвижные игры.	1,75	
3	Закрепление ведения мяча внутренней частью подъёма. Игра в футбол по упрощенным правилам.	1,75	
4	Закрепление ведения мяча внутренней частью подъёма. Закрепление техники скрестного бега. Подвижные игры.	1,75	
5	Совершенствование ведения мяча внутренней частью подъёма. Игра в футбол по упрощенным правилам	1,75	
6	Совершенствование ведения мяча внутренней частью подъёма. Совершенствование техники скрестного бега. Подвижные игры.	1,75	
7	Ведение мяча носком. Приём катящихся мячей внутренней стороной стопы с переводом за спину. Игра в футбол по упрощенным правилам.	1,75	
8	Ведение мяча носком. Приём катящихся мячей внутренней стороной стопы с переводом за спину. Подвижные игры.	1,75	
9	Закрепление ведения мяча носком. Закрепления приёма внутренней стороной стопы с переводом за спину. Игра в футбол по упрощенным правилам.	1,75	
10	Закрепление ведения мяча носком. Закрепления приёма внутренней стороной стопы с переводом за спину. Подвижные игры.	1,75	
11	Совершенствование ведения мяча носком. Совершенствование приёма внутренней стороной стопы с переводом за спину. Игра в футбол по упрощенным правилам.	1,75	
12	Совершенствование ведения мяча носком. Совершенствование приёма внутренней стороной стопы с переводом за спину. Подвижные игры.	1,75	
13	Ведение мяча подошвой. Прыжок толчком двумя ногами. Игра в футбол по упрощенным правилам.	1,75	
14	Ведение мяча подошвой. Прыжок толчком двумя ногами. Подвижные игры.		
15	Закрепление ведения мяча подошвой. Закрепление техники прыжка толчком двумя ногами. Игра в футбол по упрощенным правилам.	1,75	
16	Закрепление ведения мяча подошвой. Закрепление техники прыжка толчком двумя ногами. Подвижные игры.	1,75	
17	Совершенствование ведения мяча подошвой. Совершенствование техники прыжка толчком двумя ногами. Игра в футбол по упрощенным правилам.	1,75	
18	Совершенствование ведения мяча подошвой. Совершенствование техники прыжка толчком двумя ногами. Подвижные игры.	1,75	
19	Передачи мяча внутренней стороной стопы. Прыжок толчком одной ногой. Игра в футбол по упрощенным	1,75	



	правилам.		
20	Передачи мяча внутренней стороной стопы. Прыжок толчком одной ногой. Игра в футбол по упрощенным правилам.	1,75	
21	Закрепление техники выполнения передачи мяча внутренней стороной стопы. Закрепление техники прыжка толчком одной ногой. Подвижные игры.	1,75	
22	Закрепление техники выполнения передачи мяча внутренней стороной стопы. Закрепление техники прыжка толчком одной ногой. Игра в футбол по упрощенным правилам.	1,75	
23	Совершенствование техники выполнения передачи мяча внутренней стороной стопы. Совершенствование техники прыжка толчком одной ногой. Подвижные игры.	1,75	
24	Совершенствование техники выполнения передачи мяча внутренней стороной стопы. Совершенствование техники прыжка толчком одной ногой. Игра в футбол по упрощенным правилам.	1,75	
25	Ведение мяча попеременно то правой, то левой ногой по прямой. Подвижные игры.	1,75	
26	Ведение мяча попеременно то правой, то левой ногой по кругу. Игра в футбол по упрощенным правилам.	1,75	
27	Закрепление техники ведения мяча попеременно то правой, то левой ногой по прямой. Подвижные игры.	1,75	
28	Закрепление техники ведения мяча попеременно то правой, то левой ногой по кругу. Игра в футбол по упрощенным правилам.	1,75	
29	Совершенствование техники ведения мяча попеременно то правой, то левой ногой по прямой. Подвижные игры.	1,75	
30	Совершенствование техники ведения мяча попеременно то правой, то левой ногой по кругу. Игра в футбол по упрощенным правилам.	1,75	
	ИТОГО	52,5 часа	

**Календарно-тематическое планирование**  
3 модуль «Игровой»

<b>№ п/п</b>	<b>Тема занятий. Содержание занятий.</b>	<b>Количество часов</b>	<b>Дата</b>
1	Техника произвольного ведения мяча ногами. Остановки передвижения выпадам. Подвижные игры.	1,75	
2	Техника произвольного ведения мяча ногами. Остановка передвижения выпадам. Игра в футбол по упрощенным правилам.	1,75	
3	Закрепление техники произвольного ведения мяча ногами. Закрепление техники остановки передвижения выпадам. Подвижные игры.	1,75	
4	Закрепление техники произвольного ведения мяча ногами. Закрепление техники остановки передвижения выпадам. Игра в футбол по упрощенным правилам.	1,75	
5	Совершенствование техники произвольного ведения мяча ногами. Совершенствование техники остановки передвижения выпадам. Подвижные игры.	1,75	
6	Совершенствование техники произвольного ведения мяча ногами. Совершенствование техники остановки передвижения выпадам. Игра в футбол по упрощенным правилам.	1,75	

7	Отбор мяча. Остановка передвижения прыжком на две ноги. Подвижные игры.	1,75	
8	Отбор мяча. Остановка передвижения прыжком на две ноги.	1,75	
9	Закрепление техники отбора мяча. Закрепление техники остановки передвижения прыжком на две ноги. Игра в футбол по упрощенным правилам.	1,75	
10	Закрепление техники отбора мяча. Закрепление техники остановки передвижения прыжком на две ноги. Подвижные игры.	1,75	
11	Совершенствование техники отбора мяча. Совершенствование техники остановки передвижения прыжком на две ноги. Игра в футбол по упрощенным правилам.	1,75	
12	Совершенствование техники отбора мяча. Совершенствование техники остановки передвижения прыжком на две ноги. Подвижные игры.	1,75	
13	Игра в футбол по упрощенным правилам. Остановка передвижения прыжком на одну ногу.	1,75	
14	Игра в футбол по упрощенным правилам. Остановка передвижения прыжком на одну ногу. Подвижные игры.	1,75	
15	Игра в футбол по упрощенным правилам. Закрепление техники остановки передвижения прыжком на одну ногу.	1,75	
16	Игра в футбол по упрощенным правилам. Закрепление техники остановки передвижения прыжком на одну ногу.	1,75	
17	Игра в футбол по упрощенным правилам. Совершенствование техники остановки передвижения прыжком на одну ногу.	1,75	
18	Закрепление техники выполнения передач мяча от игрока к игроку в ходьбе. Игра в футбол по упрощенным правилам	1,75	
19	Закрепление техники выполнения точного удара (с места) мячом по предмету с расстояния 3-3,5 метров. Игра в футбол по упрощенным правилам	1,75	
20	Закрепление техники выполнения передачи мяча в беге от игрока к игроку. Игра в футбол по упрощенным правилам	1,75	
21	Закрепление техники ведения мяча ногой «змейкой» между предметами. Игра в футбол по упрощенным правилам	1,75	
22	Подвижные игры. Игра в футбол по упрощенным правилам. Подведение итогов.	1,75	
	ИТОГО	38,5 часов	

## Список литературы

1. Футбол. Примерная программа для системы дополнительного образования детей: детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских спортивных школ олимпийского резерва, / М.А Годик, Г.Л. Борознов, Н.В. Котенко — [текст] Российский футбольный союз, Издательство : Советский спорт , 2011г.
2. Годик М.А., Скородумова А.П. Комплексный контроль в спортивных играх. – М.: Советский спорт, 2010. – 336 с.
3. Кузнецов А.А. Футбол. Настольная книга детского тренера. – М.: Олимпия; Человек, 2007. [1 этап (8–10 лет) – 111 с.
4. Лапшин О.Б. Теория и методика подготовки юных футболистов. – М.: Человек, 2010. – 176 с
5. Тренировка юных футболистов: учебное пособие, В.В. Варюшин. – М.: Физическая культура, 2007. – 112с.
6. Футбол: правила игры, 2012 г.
7. Физическая культура 1-4 классы, Учебник для общеобразовательных учреждений под редакцией В.И.Ляха, 2019.
8. Желобкович Е.Ф. Футбол в детском саду. Конспекты занятий -М.: Издательство «Скрипторий 2003», 2009.- 88 с.

### Интернет ресурсы:

Министерство спорта РФ

[www.minsport.gov.ru](http://www.minsport.gov.ru)

Министерство образования и науки РФ <http://минобрнауки.рф/>

