

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА
села ХРУЩЕВКА имени Героя Российской Федерации О.А. Пешкова
ЛИПЕЦКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА ЛИПЕЦКОЙ ОБЛАСТИ

Утверждена на заседании педагогического совета МБОУ СОШ с. Хрущёвка Протокол №1 от 28 августа 2023 г	Утверждаю Директор МБОУ СОШ с. Хрущевка Попова Л.И. Приказ № 129-У от 28 августа 2023 г.
---	---



**Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа
физкультурно-спортивной направленности
«Мини-футбол»**

Срок реализации программы – 1 год

Программа рассчитана на детей и подростков

8-10 лет

Автор: Гаврилов В.Г.,

педагог дополнительного образования

с. Хрущёвка
2023 г.

Оглавление

I. Комплекс основных характеристик программы.....	3
Пояснительная записка	3
Цели и задачи программы.....	4
Планируемые результаты освоения Программы.....	5
Содержание Программы	6
II. Комплекс организационно-педагогических условий.....	7
Учебный план	7
Календарный учебный график	7
Формы аттестации	8
Оценочные материалы	8
Материально-техническое обеспечение.....	10
Список литературы.....	10

I. Комплекс основных характеристик программы

Пояснительная записка

Дополнительная общеразвивающая программа спортивной направленности «мини-футбол» (далее – Программа) разработана на основе следующих **нормативных документов**:

1. Приказ Министерства просвещения РФ от 3 сентября 2019 года № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»
2. Приказ Министерства просвещения РФ от 2 декабря 2019 г. № 649 «Об утверждении Целевой модели цифровой образовательной среды»
3. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 г. N 28 «Об утверждении СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».)
4. Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 18 ноября 2015 № 09-3242 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ»
5. Письмо Минобрнауки РФ от 11.12.2006 № 06-1844 «О Примерных требованиях к программам дополнительного образования детей»
6. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 г. N 28 «Об утверждении СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».
7. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 года №996-р «Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года»

Данная программа направлена на содействие улучшению здоровья учащихся и на этой основе обеспечения нормального физического развития растущего организма и разносторонней физической подготовленности, на привитие учащимся умения правильно выполнять основные технические приемы и тактические действия. Программа призвана подготовить детей к сдаче учебных нормативов по физической и технической подготовке в соответствии с их возрастом.

Актуальность реализуемой программы заключается в популярности игры футбол, в доступности и зрелищности, что делает его прекрасным средством для привлечения к постоянным занятиям физической культурой широких масс учащихся. По разносторонности воздействия на организм футбол представляет идеальное средство для развития жизненно необходимых навыков и совершенствования физических качеств.

Отличительные особенности Программы:

- Практической подготовке отводится большее количество времени, в отличие от теоретической.
- Программа по своему содержанию является физкультурно-спортивной, по функциональному предназначению – специальной, по форме организации – секционной.
- Программа регламентирует цели, ожидаемые результаты, содержание, условия и технологии образовательного процесса, оценку качества подготовки учащегося по данному направлению.
- Оздоровительное направление ориентируется на целенаправленное укрепление здоровья обучающихся, углубленное развитие физических качеств и способностей, оптимизацию

работоспособности и предупреждение заболеваемости, воспитание привычки к самостоятельным занятиям по развитию основных физических способностей, коррекции осанки и телосложения;

-Общеразвивающие направление ориентируется на расширенное и углубленное освоение обучающимися отдельных тем и разделов программы, на овладение основами технических и тактических действий, физическими упражнениями и приемами из видов спорта, предусмотренных образовательной программой по физической культуре (в том числе и футбола) и умениями использовать их в разнообразных формах игровой и соревновательной

деятельности;

Новизна Программы состоит в удовлетворении возрастной потребности в идентификации личности, определении жизненных стратегий и обретении навыков их реализации; сохранении и культивировании уникальности личности несовершеннолетних граждан, создании условий, благоприятных для развития спортивной индивидуальности личности ребенка посредством дополнительной деятельности по интересам.

Данная программа позволяет решать задачи физического воспитания обучающихся, формируя у них целостное представление о физической культуре, ее возможностях в повышении работоспособности и улучшении состояния здоровья, а главное — воспитывая личность, способную к самостоятельной, творческой деятельности.

Педагогическая целесообразность

Программа обусловлена тем, что в процессе проведения занятия применяются следующие формы организации учащихся: групповая, индивидуальная, работа в парах.

- Групповая форма чаще всего используется в занятиях с начинающими, при решении задач физической подготовки, изучении техники и основ тактики футбола. Педагог проводит занятие одновременно со всей группой, давая общие упражнения для всех обучающихся.

- Индивидуальная форма и работа в парах используется в тех случаях, когда отдельные обучающиеся отстают в физической, тактической и технической подготовке. Педагог определяет слабые места в подготовке обучающихся и дает им индивидуальные задания, которые выполняются во время занятия.

- Соревнования - важная часть учебно-тренировочного процесса. В соревнованиях определяется подготовка воспитанника, совершенствуются его физические качества и двигательные навыки, закаляется воля.

Цели и задачи программы

Цель Программы: приобщить детей к систематическим занятиям физической культурой и спортом, к здоровому образу жизни.

Задачи:

Обучающие:

- привить интерес к систематическим занятиям футболом и мини-футболом;
- обучить играть в мини-футбол в соответствии с правилами мини-футбола;
- обучить основам индивидуальных, групповых и командных тактик игры в мини-футбол.

Развивающие:

- развить и совершенствовать у обучающихся основных физических качеств — выносливости, координации движений, скоростно-силовых качеств,
- сформировать различные двигательные навыки;
- улучшить маневренность и подвижность в играх.

Воспитательные:

- сформировать личностные качества ребенка: коммуникабельность, волю, чувство товарищества, чувство ответственности за свои действия перед собой и товарищами.
- повысить культуру и сознательность,

- привить навыки соблюдения спортивной этики и дисциплины;
- воспитать потребность в здоровом образе жизни.

Адресат программы

Кружок «Мини-футбол» представляет собой коллектив учащихся разного возраста, увлечённых единым делом и положительно влияющих друг на друга и на окружающих. Успешным занятиям способствует общее дело – любовь к спорту, дружба, товарищество и взаимопомощь. Занятия проводятся в группах, сочетая принцип группового обучения с индивидуальным подходом.

Возраст детей - 8 – 15 лет. Наполняемость в группе предполагает: 15 – 20 человек.

Программа построена по принципу изучения и повторения объема знаний, умений и навыков. Занятия проводятся в форме физкультурных занятий, теоретической подготовки, проведения культурно - массовых мероприятий, соревнований, бесед, конкурсов, игр, помогающих развивать и осуществлять в полной мере технологии и идеи личностно-ориентированного образования. В ходе проведения занятий используется, в том числе и индивидуальный подход.

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

Режим занятий

Занятия в объединениях дополнительного образования проводятся по расписанию, утвержденному приказом директора школы.

Расписание занятий составлено с учетом того, что они являются дополнительной нагрузкой к обязательной учебной работе детей и подростков в образовательном учреждении.

Продолжительность занятия – от 30 до 45 минут.

Планируемые результаты освоения Программы

Личностными результатами освоения обучающимися содержания программы по мини-футболу являются следующие умения:

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

Метапредметными результатами освоения обучающимися содержания программы по мини-футболу являются следующие умения:

- характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;
- организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;

- анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;
- технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.

Предметными результатами освоения обучающимися содержания программы по мини-футболу являются следующие умения:

- планировать занятия специальными физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры;
- представлять физическую культуру как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- измерять (познавать) индивидуальные показатели физического развития (длину и массу тела), развития основных физических качеств;
- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;
- организовывать и проводить со сверстниками игры по мини-футболу и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;
- взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения игр и соревнований по мини-футболу;
- в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;
- находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия, выделять отличительные признаки и элементы;
- выполнять технические действия мини-футбола, применять их в игровой и соревновательной деятельности;
- применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

Содержание Программы

Курс «Мини-футбол» (68 ч)

Общая физическая подготовка (по ходу занятий).

Общая физическая подготовка для всех возрастных групп (развитие быстроты, силы, ловкости, выносливости, гибкости). Строевые упражнения. Общеразвивающие упражнения с предметами и без предметов. Акробатические упражнения. Подвижные игры и эстафеты. Легкоатлетические упражнения. Спортивные игры.

Теоретическая подготовка (по ходу занятий)

Физическая культура и спорт в России. Развитие футбола в России и за рубежом. Сведения о строении и функциях организма человека. Гигиенические занятия и навыки.

Техническая подготовка (27)

Техника передвижения. Удары по мячу ногами. Удары по мячу головой. Остановка и ведение мяча.

Тактическая подготовка (13)

Тактика нападения и защиты. Индивидуальные действия. Групповые действия. Командные действия. Тактика вратаря.

Специальная физическая подготовка (11)

Значение специальной физической подготовки – повышения функциональных возможностей органов и систем воспитания двигательных качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости, ловкости) спортсмена.

Игровая подготовка(учебные и тренировочные игры) (10)

Переключение в тактических действиях с одной системы игры в нападении и защите на другую с применением характерных для этой системы групповых действий.

Инструкторская и судейская практика (по ходу занятий)

В качестве помощника тренера умение показать и объяснить выполнение отдельных общеразвивающих упражнений, технических приемов, простейших тактических комбинаций. Составление комплекса упражнений утренней зарядки, подбор упражнений для разминки и их проведение самостоятельно. Практика судейства на соревнованиях внутри школы.

Соревнования (4)

Промежуточная аттестация (3)

Нормативы по физической подготовке. Правила и техника игры в футбол.

II. Комплекс организационно-педагогических условий

Организационно-педагогические условия реализации образовательной программы обеспечивают ее реализацию в полном объеме, качество подготовки обучающихся, соответствие применяемых форм, средств, методов обучения и воспитания возрастным, психофизическим особенностям, склонностям, способностям, интересам и потребностям обучающихся.

Учебный план

Программа реализуется в течение учебного года, в соответствии с календарным учебным графиком, учебным планом. Учебный план рассчитан на 39 недели в учебном году.

№	Наименование курса	Всего часов	В том числе		Формы аттестации/контроля
			теория	практика	
1.	Мини-футбол	78	5	73	Сдача нормативов

Календарный учебный график

График разработан в соответствии с Федеральным [законом](#) от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей», Положением об организации образовательной деятельности в творческих объединениях Государственного бюджетного учреждения дополнительного образования «Центр дополнительного образования Липецкой области», Уставом Центра.

График учитывает возрастные психофизические особенности учащихся и отвечает требованиям охраны их жизни и здоровья.

МБОУ СОШ с. Хрущевка в установленном законодательством Российской Федерации порядке несет ответственность за реализацию в полном объеме дополнительных общеразвивающих программ в соответствии с календарным учебным графиком.

Продолжительность учебного года в МБОУ СОШ с. Хрущевка

Начало учебного года – 01.09.2023 года

Окончание учебного года – 31.05.2024 года.

Продолжительность учебного года – 39 недель.

Регламент образовательного процесса:

1 год обучения – 2 час в неделю (78 часа в год)

Продолжительность занятий. Занятия проводятся по расписанию, утвержденному директором МБОУ СОШ с. Хрущевка в свободное от занятий время.

Формы аттестации

Текущий контроль. Для лучшего контроля своей работы и выявления у занимающихся роста физических качеств, педагог обязан два раза в год (сентябрь, май) проводить контрольные испытания по общей и специальной физической подготовке.

Мониторинг личностного развития обучающихся в процессе освоения ими образовательной программы осуществляется на основе диагностики личностного развития. В ходе реализации программы отслеживается уровень сформированности организационно-волевых качеств (терпение, воля, самоконтроль); ориентационных качеств (самооценка, интерес к занятиям); поведенческих качеств (конфликтность, тип сотрудничества).

Промежуточная аттестация проводится после изучения каждого курса с целью выявления уровня развития способностей и личностных качеств детей и их соответствия прогнозируемым результатам освоения дополнительной общеразвивающей программы. Оценка результативности – зачетная система

Формой подведения итогов реализации дополнительной образовательной программы являются соревнования и показательные выступления.

Оценочные материалы

Примерные нормативные требования по общей физической подготовке

Контрольные упражнения	пол	Возраст, лет									
		8	9	10	11	12	13	14	15	16	17
Бег 30 м с высокого старта, с	м	6,4	6,2	6,0	5,8	5,6	5,4	5,2	4,9	4,8	4,7
	д	6,5	6,4	6,2	6,0	5,9	5,8	5,7	5,6	5,5	5,3
Бег 300 м, с	м	66,0	64,0	62,0	60,0	58,0					
	д	68,4	66,2	64,2	62,0	61,0					
Челночный бег, 3*10 м, с	м	9,5	9,3	9,0	8,8	8,6	8,5	8,3	8,0	7,6	7,4
	д	10,1	9,7	9,5	9,3	9,1	9,0	9,0	8,8	8,6	8,6
6-минутный бег, м	м	-	-	-	-	1150	1200	1200	1300	1350	1400
	д	-	-	-	-	950	1000	1050	1100	1100	1200
Прыжок в высоту с места, см	м	28	32	36	40	48	53	57	60	64	68
	д	25	29	32	34	36	38	40	42	44	48
Прыжок в длину с места, см	м	150	160	170	178	185	190	194	197	200	220
	д	130	135	140	145	150	155	160	165	170	190
Метание набивного мяча (1 кг), м	м	5,0	5,3	5,8	6,2	6,8	7,2	7,6	8,0	8,4	8,8
	д	3,4	3,8	4,2	4,6	4,8	5,2	5,6	6,0	6,4	6,8
Подтягивание из виса на перекладине,	м	-	-	-	-	-	5	6	7	8	10
	д	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-

раз											
Отжимания из упора на полу, раз	м	4	6	8	10	15	-	-	-	-	-
	д	3	4	5	7	9	12	14	16	18	20

Примерные нормативные требования по специальной подготовке

Контрольные упражнения	пол	Возраст, лет										
		8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	
Жонглирование мяча ногами (поочередно правой и левой ногой), раз	м	-	6	8	12	16	20	26	30	36	40	
	д	-	4	6	10	12	15	18	22	26	30	
Жонглирование мяча головой, раз	м	-	5	8	12	16	18	22	24	26	30	
	д	-	4	6	8	10	12	14	16	18	22	
Бег, 30 м с ведением мяча, с	м	-	609	6,5	6,3	6,2	6,0	5,8	5,5	5,1	4,8	
	д	-	7,2	6,8	6,6	6,5	6,3	6,0	5,7	5,4	5,1	
Ведение мяча по «восьмерке», с	м	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	
	д	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	
Комплексный тест, с	м	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	
	д	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	
Удар ногой по неподвижному мячу в цель, число попаданий	м	-	2	3	3	3	3	3	4	4	5	
	д	-	2	3	3	3	3	3	4	4	4	
Для вратарей												
Вбрасывание мяча в цель, количество попаданий	1 упражнение	М	-	-	-	3	4	3	4	4	4	5
		Д	-	-	-	3	3	3	3	3	3	4
	2 упражнение	М	-	-	-	3	4	3	4	4	4	5
		Д	-	-	-	3	3	3	3	3	3	4
Удар ногой с полукруга в цель, число попаданий		М	-	-	-	2	3	4	4	4	3	4
		Д	-	-	-	2	3	3	3	3	3	3

Результаты освоения разделов Программы заносятся в протокол.

ПРОТОКОЛ результатов промежуточной аттестации

20___/20___ учебный год

Творческое объединение
Образовательная программа
Наименование курса
Количество учащихся в объединении
ФИО педагога
Дата проведения аттестации

Форма проведения аттестации				
Члены аттестационной комиссии (ФИО, должность)				
Результаты аттестации				
№ п/п	ФИО учащегося	Высокий уровень	Средний уровень	Низкий уровень

Дата внесения результатов в протокол _____

Подписи членов аттестационной комиссии: _____

Материально-техническое обеспечение

1. Футбольные мячи – 15 шт.
2. Лафетки – 40 шт.
3. Конусы -10 шт.,
4. Футбольные ворота-2 шт.
5. Гимнастические скамейки

Программно-методическое обеспечение

1. Рабочая программа курса «Техника игры в футбол».
2. Рабочая программа курса «Тактика игры в футбол».

Список литературы

1. Физиология футбола. В. Павлов
2. 800 вопросов и ответов о правилах футбола В. Гайдовский
3. Футбол для начинающих Д. Смит
4. Футбол настольная книга детского тренера 1 этап А. Кузнецов
5. Развитие двигательных качеств у футболистов П. Сиренко

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА
села ХРУЩЕВКА имени Героя Российской Федерации О.А. Пешкова
ЛИПЕЦКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА ЛИПЕЦКОЙ ОБЛАСТИ

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ СОШ с. Хрущёвка
Е.И. Попова



Рабочая программа
к дополнительной общеразвивающей программе
физкультурно-спортивной направленности
«Мини-футбол»

Программу реализует: Гаврилов В.Г.
педагог дополнительного образования

с. Хрущёвка
2023 г.

Планируемые результаты освоения

В результате освоения курса «Мини-футбол» учащиеся получают целый комплекс знаний и приобретают определенные умения.

Учащийся **должен знать**:

- значение правильного режима дня юного спортсмена;
- правила игры в футбол;
- роль капитана команды, его права и обязанности;
- правила использования спортивного инвентаря;
- особенности зарождения, истории мини-футбола;
- физические качества и правила их тестирования;
- основы личной гигиены, причины травматизма при занятии мини-футболом и правила его предупреждения.

Учащийся **должен уметь**:

- 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.

После 1 года обучения учащийся будет иметь достаточный уровень общей физической подготовки, приобретёт навыки и умения игры в мини-футбол, расширит кругозор и знания по судейству игры в мини-футбол.

Учебно-тематическое планирование

№	Наименование тем	Количество часов	В том числе	
			Теория	Практика
1	Общая физическая подготовка	По ходу занятий		
2	Теоретическая подготовка	По ходу занятий		
3	Техническая подготовка	24	1	25
4	Тактическая подготовка	14	1	15
5	Специальная физическая подготовка	13	1	18
6	Игровая подготовка (учебные и тренировочные игры)	10	1	9
7	Инструкторская и судейская практика	По ходу занятий.		
8	Соревнования	4	-	4
9	Промежуточная аттестация.	3	1	2
ИТОГО:		78	5	73

Содержание

Общая физическая подготовка (по ходу занятий).

Общая физическая подготовка для всех возрастных групп (развитие быстроты, силы, ловкости, выносливости, гибкости). Строевые упражнения. Общеразвивающие упражнения с предметами и без предметов. Акробатические упражнения. Подвижные игры и эстафеты. Легкоатлетические упражнения. Спортивные игры.

Теоретическая подготовка (по ходу занятий)

Физическая культура и спорт в России. Развитие футбола в России и за рубежом. Сведения о строении и функциях организма человека. Гигиенические занятия и навыки.

Техническая подготовка

Техника передвижения. Удары по мячу ногой. Удары по мячу головой. Остановка и ведение мяча.

Тактическая подготовка

Тактика нападения и защиты. Индивидуальные действия. Групповые действия. Командные действия. Тактика вратаря.

Специальная физическая подготовка

Значение специальной физической подготовки – повышения функциональных возможностей органов и систем воспитания двигательных качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости, ловкости) спортсмена.

Игровая подготовка(учебные и тренировочные игры)

Переключение в тактических действиях с одной системы игры в нападении и защите на другую с применением характерных для этой системы групповых действий.

Инструкторская и судейская практика (по ходу занятий)

В качестве помощника тренера умение показать и объяснить выполнение отдельных общеразвивающих упражнений, технических приемов, простейших тактических комбинаций. Составление комплекса упражнений утренней зарядки, подбор упражнений для разминки и их проведение самостоятельно. Практика судейства на соревнованиях внутри школы.

Соревнования

Промежуточная аттестация

Нормативы по физической подготовке. Правила и техника игры в футбол.

Календарно-тематическое планирование

№	Тема занятия	Количество часов	Дата занятия	
			план	факт
1.	Знакомство обучающихся друг с другом. Выявление уровня первичной подготовки детей в данном виде деятельности.	1	04.09.2023	
2.	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.	1	07.09.2023	

3.	Втягивающая тренировка. Специальные упражнения, свободная практика.	1	11.09.2023	
4.	Физподготовка. Челночный бег, футбол, изучение упражнения «квадрат».	1	14.09.2023	
5.	Физподготовка. Прыжки через барьер 2 серии через круг легкого бега, футбол.	1	18.09.2023	
6.	Физподготовка. Бег с изменением направления, «квадрат», футбол.	1	21.09.2023	
7.	Физподготовка. Рывки по диагоналям 3 раза, футбол, «контроль мяча».	1	25.09.2023	
8.	Физподготовка. Челночный бег + удары по воротам, футбол	1	28.09.2023	
9.	Отработка техники передвижения и владения мячом: остановка прием мяча.	1	02.10.2023	
10.	Передвижение спиной вперед, повороты, удары по мячу внутренней частью стопы, ведение мяча по кругу.	1	05.10.2023	
11.	Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой. Бег в сочетании с ходьбой.	1	09.10.2023	
12.	Подвижные игры.	1	12.10.2023	
13.	Обучение ударом по неподвижному мячу, чеканка мяча.	1	16.10.2023	
14.	Отработка ударов по мячу из различных положений, комбинации ударов.	1	19.10.2023	
15.	Упражнение «квадрат». Двусторонняя учебная игра.	1	23.10.2023	
16.	Общеразвивающие упражнения с набивным мячом, игра в гандбол.	1	26.10.2023	
17.	Товарищеская игра.	1	30.10.2023	
18.	Общеразвивающие упражнения в парах, подтягивания.	1	02.11.2023	

19.	Эстафета на закрепление и совершенствование технических приемов.	1	06.11.2023	
20.	Развитие скоростных и скоростно-силовых способностей, прыжки.	1	09.11.2023	
21.	Ведение мяча до центра с последующим ударом по воротам, изучение новых технических приемов.	1	13.11.2023	
22.	Ведение мяча до центра с последующим ударом по воротам, изучение новых технических приемов.	1	16.11.2023	
23.	Обводка с помощью обманных движений, отработка изученных ударов.	1	20.11.2023	
24.	Отработка паса щечкой в парах. Футбол.	1	23.11.2023	
25.	Игры на закрепление тактических действий, силовые упражнения.	1	27.11.2023	
26.	Ведение мяча с активным сопротивлением защитников, удар по неподвижному мячу внутренней стороной стопы.	1	30.11.2023	
27.	Изучение индивидуальных тактических действий в защите. Двусторонняя учебная игра.	1	04.12.2023	
28.	Развитие координационных способностей. Ведение + удар по воротам, квадрат.	1	07.12.2023	
29.	Изучение позиционного нападения: без изменений позиций игроков + удар с сопротивлением.	1	11.12.2023	
30.	Общеразвивающие упражнения по методу круговой тренировки.	1	14.12.2023	
31.	Полоса препятствий, удары по неподвижному мячу, мяч стоит на месте, змейка + удар.	1	18.12.2023	
32.	Отработка передач в движении, передача мяча на ход.	1	21.12.2023	
33.	Отработка передач в движении, передача мяча на ход.	1	25.12.2023	

34.	Отбор мяча толчком плеча в плечо. Двусторонняя учебная игра.	1	28.12.2023	
35.	Отбор мяча толчком плеча в плечо. Двусторонняя учебная игра.	1	01.01.2024	
36.	Отбор мяча толчком плеча в плечо. Двусторонняя учебная игра.	1	04.01.2024	
37.	Развитие гибкости, старты из различных положений, подтягивания.	1	08.01.2024	
38.	Тренировка выносливости, изменение направления движений по сигналу.	1	11.01.2024	
39.	Комбинации из освоенных элементов техники передвижений, применение их в игре.	1	15.01.2024	
40.	Комбинации из освоенных элементов техники передвижений, применение их в игре.	1	18.01.2024	
41.	Комбинации из освоенных элементов техники передвижений, применение их в игре.	1	22.01.2024	
42.	Ввод мяча вратаря ударом ногой. Двусторонняя учебная игра.	1	25.01.2024	
43.	Эстафеты на закрепление и совершенствование технических приемов	1	29.01.2024	
44.	Специальные упражнения. Чеканка мяча.	1	01.02.2024	
45.	Вратарь: ловля катящегося мяча. Удары по воротам из стандартных положений, по катящемуся мячу.	1	05.02.2024	
46.	Отбор мяча перехватом, тактика игры 2 против 1.	1	08.02.2024	
47.	Изучение технических приемов, прием мяча грудью. Двусторонняя учебная игра.	1	12.02.2024	
48.	Остановка мяча различными частями тела: бедром, грудью, животом. Двусторонняя учебная игра.	1	15.02.2024	

49.	Остановка мяча различными частями тела: бедром, грудью, животом. Двусторонняя учебная игра.	1	19.02.2024	
50.	Комбинации из освоенных элементов техники передвижений + эстафета.	1	22.02.2024	
51.	Комбинации из освоенных элементов техники передвижений + эстафета.	1	26.02.2024	
52.	Товарищеская игра.	1	29.02.2024	
53.	Обучение финтам, салки вокруг столба, бег в квадрате.	1	04.03.2024	
54.	Эстафета на закрепление изученных финтов, двусторонняя учебная игра.	1	07.03.2024	
55.	Скоростные упражнения + удары по мячу из различных положений.	1	11.03.2024	
56.	Изучение техники игры вратаря, точный бросок в цель, теннис.мяча.	1	14.03.2024	
57.	Отбор мяча перехватом в движение, бег с препятствиями.	1	18.03.2024	
58.	Ввод мяча вратарем рукой, чеканка мяча, квадрат.	1	21.03.2024	
59.	Ввод мяча вратарем рукой, чеканка мяча, квадрат.	1	25.03.2024	
60.	Ведение мяча + удар по воротам. Футбол.	1	28.03.2024	
61.	Тактическая подготовка, перебежки, треугольник, три колонны.	1	01.04.2024	
62.	Эстафета дриблеров, двусторонняя учебная игра.	1	04.04.2024	
63.	Игра на опережение, старты из различных положений.	1	08.04.2024	
64.	Общеразвивающие упражнения без предметов, силовая подготовка.	1	11.04.2024	
65.	Футбол без ворот, гандбол. Тренировка меткости.	1	15.04.2024	
66.	Игры, развивающие физические способности. Бег с остановками и изменением направления.	1	18.04.2024	

67.	Развитие координационных способностей. Ведение + удар по воротам, квадрат. Двусторонняя игра.	1	22.04.2024	
68.	Прием мяча различными частями тела.	1	25.04.2024	
69.	Изучение финтов, применение при сопротивлении защитника.	1	29.04.2024	
70.	Удары – с разбега, с места, с подачи партнера, с одного шага.	1	02.05.2024	
71.	Двусторонняя учебная игра.	1	06.05.2024	
72.	Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой. Бег в сочетании с ходьбой.	1	09.05.2024	
73.	Общеразвивающие упражнения в парах, бег с мячом.	1	13.05.2024	
74.	Старты из различных положений, двусторонняя игра.	1	16.05.2024	
75.	Упражнение змейка + удар по воротам. Футбол.	1	20.05.2024	
76.	Упражнение змейка + удар по воротам. Футбол.	1	23.05.2024	
77.	Двусторонняя учебная игра.	1	27.05.2024	
78.	Итоговое занятие. Сдача контрольных нормативов.	1	30.05.2024	