МКОУ «НОВО - УСУРСКАЯ СОШ»

Утверждаю: директор МКОУ «Ново-Усурская СОШ» Ф.Н. Балабеков « 6 » семму (п 62021г



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА СЕКЦИИ МИНИ - ФУТБОЛА ШСК " ОРЛЯТА"

на 2021-2022 уч.г.

Составил: Букаров Х.Г. учитель физической культуры категория- первая

Пояснительная записка

Программа физического воспитания по мини – футболу направлена на содействие улучшению здоровья учащихся и на этой основе обеспечения нормального физического развития растущего организма и разностороннюю физическую подготовленность. Приобретение учащимися необходимых знаний, умений, навыков для самостоятельного использования физических упражнений, закаливающих средств и гигиенических требований с целью поддержания высокой работоспособности во всех периодах жизни, а также воспитания навыков для самостоятельных занятий и умения вести здоровый образ жизни. Развивать физические качества, необходимые для овладения игрой мини – футбол, придерживаться принципов гармоничности, оздоровительной направленности учебного процесса. Данная программа направлена на привитие учащимся умения правильно выполнять основные технические приемы и тактические действия, обеспечение разносторонней физической подготовки. Программа призвана подготовить детей к сдаче учебных нормативов по физической и технической подготовке в соответствии с их возрастом, сообщить элементарные теоретические сведения. Программа является модифицированной. Рассчитана на 2 года обучения. Календарнотематическое планирование рассчитано на 34 учебных недель.

Цели и задачи

Всестороннее развитие личности посредством формирования физической культуры школьника.

Достижение цели физического воспитания и, в частности, мини-футбола, обеспечивается решением основных задач, направленных на:

- 1. закаливание детей;
- 2. содействие гармоничному развитию личности;
- 3. содействие воспитанию нравственных и волевых качеств у учащихся;
- 4. привитие навыков здорового образа жизни;
- 5. воспитание потребности и умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями;
- 6. обучение двигательным навыкам и умениям;
- 7. приобретение теоретических знаний в области физической культуры и спорта, в т.ч. минифутбола;
- 8. развитие двигательных умений и навыков;
- 9. умения выполнять технические приемы мини-футбола в соответствии с возрастом;
- 10. играть в мини-футбол, применяя изученные тактические приемы;
- 11. повысить результативность участия в городской спартакиаде школьников.

Ожидаемые результаты

- 1. Дети овладеют техническими приемами и тактическими взаимодействиями, научатся играть в мини-футбол.
- 1. Узнают об особенностях зарождения, истории мини-футбола;
- 2. Узнают о физических качествах и правилах их тестирования;
- 3. Узнают основы личной гигиены, причины травматизма при занятии мини-футболом и правила его предупреждения;
- 4. Сумеют организовать самостоятельные занятия мини-футболом, а также, с группой товарищей;
- 5. Сумеют организовывать и проводить соревнования по мини-футболу в классе, во дворе, в оздоровительном лагере и др.

Формы подведения итогов реализации дополнительной образовательной программы:

- сдача нормативов;
- результативность товарищеских игр и соревнований.

Учебно-тематический план 1 года обучения

№	Наименование тем	Количество	В том числе	
		часов	Теория	Практика
1.	Знакомство обучающихся друг с другом.	1	1	-
	Выявление уровня первичной подготовки			
	детей в данном виде деятельности.			
2.	Вводное занятие. Инструктаж по технике	1	1	-
	безопасности.			
3.	Техническая подготовка	30	2	40
4.	Тактическая подготовка	38	4	30
5.	Общая физическая подготовка	14	2	10
6.	Специальная физическая подготовка	20	2	16
7.	Игровая подготовка	14	2	10
8	Инструкторская и судейская практика	6	2	2
9.	Соревнования	8	-	8
10.	Итоговое занятие. Сдача контрольных	4	-	4
	нормативов			
	итого:	136	16	120

Учебно-тематический план 2 года обучения

N₂	Наименование тем	Количество	В том числе	
		часов	Теория	Практика
1.	Знакомство обучающихся друг с другом.	1	1	-
	Выявление уровня первичной подготовки			
	детей в данном виде деятельности.			
2.	Вводное занятие. Инструктаж по технике	1	1	-
	безопасности.			
3.	Техническая подготовка	30	2	30
4.	Тактическая подготовка	52	2	40
5.	Общая физическая подготовка	20	4	20
6.	Специальная физическая подготовка	10	2	6
7.	Игровая подготовка	8	2	10
8	Инструкторская и судейская практика	6	4	2
9.	Соревнования	4	-	8
10.	Итоговое занятие. Сдача контрольных	4	-	4
	нормативов			
	итого:	136	18	118

Содержание дополнительной образовательной программы

Знакомство обучающихся друг с другом. Выявление уровня первичной подготовки детей в данном виде деятельности.

Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.

Техническая подготовка.

Различные способы перемещения. Удары по мячу ногой. Удары по мячу головой. Прием (остановка) мячей. Ведение мяча. Обманные движения (финты). Отбор мяча. Комплексное выполнение технических приемов.

Тактическая подготовка.

Тактика игры в атаке. Тактика игры в обороне. Тактика игры вратаря.

Общая физическая подготовка.

Общеразвивающие упражнения без предметов. Упражнения с набивным мячом Акробатические упражнения. Легкоатлетические упражнения.

Специальная физическая подготовка.

Специальные упражнения для развития быстроты. Специальные упражнения для развития ловкости.

Игровая подготовка.

Подвижные игры. Спортивные игры.

Инструкторская и судейская практика.

Соревнования.

. Итоговое занятие. Сдача контрольных нормативов.

Календарно-тематическое планирование (1 год обучения)

No॒	Дата	Тема занятия	Количество часов
1.		Знакомство обучающихся друг с другом. Выявление уровня первичной подготовки детей в данном виде деятельности.	2
2.		Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.	2
3.		Втягивающая тренировка. Специальные упражнения, свободная практика.	2
4.		Физподготовка. Челночный бег, футбол, изучение упражнения «квадрат».	2
5.		Физподготовка. Бег, прыжки по лестицам, футбол, изучение упражнения «контроль мяча».	2
6.		Физподготовка. Прыжки через барьер 2 серии через круг легкого бега, футбол.	2
7.		Физподготовка. Бег с изменением направления, «квадрат», футбол.	2
8.		Физподготовка. Челночный бег, прыжки через барьер, футбол.	2
9.		Физподготовка. Рывки по диагоналям 3 раза, футбол, «контроль яча».	2
10.		Физподготовка. Челночный бег + удары по воротам, футбол	2
11.		Отработка техники передвижения и владения мячом: остановка прием мяча.	2
12.		Передвижение спиной вперед, повороты, удары по мячу внутренней частью стопы, ведение мяча по кругу.	2

13.	Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой. Бег в сочетании с ходьбой.	2
14.	Подвижные игры.	2
15.	Обучение ударом по неподвижному мячу, чеканка мяча.	2
16.	Подтягивание, приседание, пресс, длительный бег, игра в вышибалы.	2
17.	Отработка ударов по мячу из различных положений, комбинации ударов.	2
18.	Упражнение «квадрат». Двусторонняя учебная игра.	2
19.	Общеразвивающие упражнения с набивным мячом, игра в гандбол.	2
20.	Товарищеская игра 7-8против 9-11 классов.	2
21.	Общеразвивающие упражнения в парах, подтягивания.	2
22.	Эстафета на закрепление и совершенствование технических приемов.	2
23.	Развитие скоростных и скоростно-силовых способностей, прыжки.	2
24.	Ведение мяча до центра с последующим ударом по воротам, изучение новых технических приемов.	2
25.	Обводка с помощью обманных движений, отработка изученных ударов.	2
26.	Отработка паса щечкой в парах. Футбол.	2
27.	Игры на закрепление тактических действий, силовые упражнения.	2
28.	Ведение мяча с активным сопротивлением защитников, удар по неподвижному мячу внутренней стороной стопы.	2
29.	Изучение индивидуальных тактических действий в защите. Двусторонняя учебная игра.	2
30.	Развитие координационных способностей. Ведение + удар по воротам, квадрат.	2
31.	Игры, развивающие физические способности. Бег с остановками и изменением направления.	2
32.	Изучение позиционного нападения: без изменений позиций игроков + удар с сопротивлением.	2
33.	Общеразвивающие упражнения по методу круговой тренировки.	2
34.	Полоса препятствий, удары-по неподвижному мячу, мяч стоит на месте, змейка + удар.	2
35.	Отработка передач в движении, передача мяча на ход.	2
36.	Отбор мяча толком плеча в плечо. Двусторонняя учебная игра.	2
37.	Развитие гибкости, старты из различных положений, подтягивания.	2
38.	Тренировка выносливости, изменение направления движений по сигналу.	2
39.	Отработка тактики свободного нападения, ударов из различных положений.	2
40.	Комбинации из освоенных элементов техники передвижений, применение их в игре.	2
41.	Игры на развитие ориентации и мышления. Чеканка мяча через стойку.	2
42.	Ввод мяча вратаря ударом ногой. Двусторонняя учебная игра.	2

		T _
43.	Эстафеты на закрепление и совершенствование	2
	технических приемов	
44.	Специальные упражнения. Чеканка мяча.	2
45.	Вратарь: ловля катящегося мяча. Удары по воротам	2
	из стандартных положений, по катящемуся мячу.	
46.	Отбор мяча перехватом, тактика игры 2 против 1.	2
47.	Изучение технических приемов, прием мяча грудью.	2
	Двусторонняя учебная игра.	_
48.	Остановка мяча различными частями тела: бедром,	2
	грудью, животом. Двусторонняя учебная игра.	
49.	Комбинации из освоенных элементов техники	2
~~	передвижений + эстафета.	
50.	Товарищеская игра	2
51.	Обучение финтам, салки вокруг столба, бег в	2
	квадрате.	
52.	Эстафета на закрепление изученных финтов,	2
	двусторонняя учебная игра.	
53.	Скоростные упражнения + удары по мячу из	2
~ .	различных положений.	
54.	Изучение техники игры вратаря, точный бросок в	2
5.5	цель, теннисбол.	2
55.	Отбор мяча перехватом в движение, бег с	2
5.6	препятствиями.	2
56. 57.	Ввод мяча вратарем рукой, чеканка мяча, квадрат.	2
	Ведение мяча + удар по воротам. Футбол.	2
58.	Тактическая подготовка, перебежки, треугольник, три колонны.	2
59.	Эстафета дриблеров, двусторонняя учебная игра.	2
60.		2
00.	Игра на опережение, старты из различных положений.	2
61.	Общеразвивающие упражнения без предметов,	2
01.	силовая подготовка.	2
62.	Футбол без ворот, теннисбол, гандбол. Тренировка	2
02.	меткости.	
63.	Игры, развивающие физические способности. Бег с	2
05.	остановками и изменением направления.	
64.	Развитие координационных способностей. Ведение +	2
01.	удар по воротам, квадрат. Двусторонняя игра.	_
65.	Прием мяча различными частями тела. Итоговые	2
	нормативы.	_
66.	Изучение финтов, применение при сопротивлении	2
	защитника. Итоговые нормативы.	-
67.	Удары – с разбега, с места, с подачи партнера, с	2
	одного шага. Итоговые нормативы.	-
68.	Товарищеская игра	2
	k	<u> </u>

Календарно-тематическое планирование (2 год обучения)

№	Дата	Тема занятия	Количество часов
1.		Знакомство обучающихся друг с другом. Выявление	2
		уровня первичной подготовки детей в данном виде	
		деятельности.	
2.		Вводное занятие. Инструктаж по технике	2
		безопасности.	
3.		Втягивающая тренировка. Специальные упражнения,	2
٥.		свободная практика.	
4.		Физподготовка. Челночный бег, футбол, изучение	2
1.		упражнения «квадрат».	2
5.		Физподготовка. Бег, прыжки по лестицам, футбол,	2
J.		изучение упражнения «контроль мяча».	2
6.			2
0.		Физподготовка. Прыжки через барьер 2 серии через	<u> </u>
7.		круг легкого бега, футбол.	2
7.		Физподготовка. Бег с изменением направления,	2
0		«квадрат», футбол.	2
8.		Физподготовка. Челночный бег, прыжки через барьер,	2
		футбол.	
9.		Физподготовка. Рывки по диагоналям 3 раза, футбол,	2
		«контроль мяча».	
10.		Физподготовка. Челночный бег + удары по воротам,	2
		футбол	
11.		Отработка техники передвижения и владения мячом:	2
		остановка прием мяча.	
12.		Передвижение спиной вперед, повороты, удары по	2
		мячу внутренней частью стопы, ведение мяча по	
		кругу.	
13.		Остановка катящегося мяча внутренней стороной	2
		стопы и подошвой. Бег в сочетании с ходьбой.	
14.		Товарищеская игра	2
15.		Обучение ударом по неподвижному мячу, чеканка	2
		мяча.	
16.		Подтягивание, приседание, пресс, длительный бег,	2
		игра в вышибалы.	
17.		Отработка ударов по мячу из различных положений,	2
1,.		комбинации ударов.	
18.		Упражнение «квадрат». Двусторонняя учебная игра.	2
19.		Общеразвивающие упражнения с набивным мячом,	2
17.		игра в гандбол.	2
20.		Товарищеская игра 5-6 против 8-9 классов.	2
21.			2
21.		Общеразвивающие упражнения в парах,	<u> </u>
22		подтягивания.	2
22.		Эстафета на закрепление и совершенствование	2
22		Технических приемов.	2
23.		Развитие скоростных и скоростно-силовых	2
2.4		способностей, прыжки.	
24.		Ведение мяча до центра с последующим ударом по	2
		воротам, изучение новых технических приемов.	
25.		Обводка с помощью обманных движений, отработка	2
		изученных ударов.	
26.		Товарищеская игра	2
27.		Игры на закрепление тактических действий, силовые	2
		упражнения.	

28. Ведение мяча с активным сопротивлением зашитинков, удар по неподвижному мячу внутренней стороной стопы. Изучение инуцивируальных тактических действий в зашите. Двусторонняя учебная игра. 30. Развитие координационных способностей. Ведение + удар по воротам, квадрат. 31. Игры, развивающие физические способности. Бет с остановками и изменением направления. 32. Изучение позиционного нападения; без изменений позиций игроков + удар с сопротивлением. 33. Общеразвивающие упражнения по методу круговой гренировки. 34. Полоса препятствий, удары-по неподвижному мячу, мяч стоит па месте, заскіка + удар. 35. Отработка передач в движении, передача мяча па ход. 36. Отбор мяча толком плеча в плечо. Двусторонняя учсбная игра. 37. Развитие гибкости, старты из различных положений, подтятивания. 38. Тренировка выпосливости, изменение направления движений по сигналу. 39. Отработка тактики свободного нападения, ударов из различных положений. 40. Комбинации из освоенных элементов техники передвижений по сигналу. 41. Игры на различных положений и мышления. 42. Ввод мяча пратаря ударом ногой. Двусторонняя учебная игра. 43. Остафеты на закрепление и совершенствование технических приемов толья игра. 44. Игры на различных положений, по катящемусм мячу чебная игра. 45. Вратарь: ловля катящегося мяча. Удары по воротам из стандартных положений, по катящемусм мячу чебная игра. 46. Отбор мяча перехватом, тактика игры 2 ротив 1. 47. Изучение технических приемов прием мяча грудью. 48. Остановка мяча различными частями тела: бедром, грудью, животом. Двусторонняя учебная игра. 48. Остановка мяча различными частями тела: бедром, грудью, животом. Двусторонняя учебная игра. 48. Остановка мяча различными частями тела: бедром, грудью, животом. 49. Комбинации из освоенных элементов техники передвижский + остафета. 50. Товаришеская игра 51. Обучение финтам, салки вокруг столба, бег в квадрате. 52. Остафета на закрепление изученных финтов, двустор			
сторопой стопы.	28.	Ведение мяча с активным сопротивлением	2
29. Изучение индивидуальных тактических действий в запите. Двусторонняя учебная игра. 30. Развитие координационных способностей. Ведение + удар по воротам, квадрат. 31. Игры, развивающие физические способности. Бег с остановками и изменением направления. 32. Изучение позиционного нападения: без изменений позиций игроков + удар с сопротивлением. 33. Обперазвивающие упражнения по методу круговой трешировки. 34. Полоса прелятствий, ударыно неподвижному мячу, имя стоит на месте, змейка + удар. 2 отработка передач в движении, передача мяча на ход. 2 отработка передач в движении, передача мяча на ход. 2 отработка передач в движении, передача мяча на ход. 2 отработка передач в движении передача мяча на ход. 2 отработка передач в движении передача мяча на ход. 2 отработка тактики свободного нападения, ударов из различных положений, подтагивания. 38. Тренировка выпосливости, изменение направления движений по сигналу. 39. Отработка тактики свободного нападения, ударов из различных положений, положений, применение направления 2 передвижений, применение их в игре. 40. Комбинации из освоенных элементов техники 2 передвижений, применение их в игре. 41. Игры на развитие ориентации и мыпиления, Чеканка 2 мяча через стойку. 42. Ввод мяча вратаря ударом погой. Двустороппяя 2 учебная игра. 43. Отрафеты на закрепление и совершенствование 2 технических приемов 2 технических приемов 2 отварать: ловяя катящегося мяча. Удары по воротам из стандартных положений, по катящемуся мячу. 46. Отбор мяча перехватом, тактика игры 2 против 1. 2 отварать из стандартных положений, по катящемуся мячу. 47. Изучение технических приемов, прием мяча грудью. 2 прудью, животом. Двусторонняя учебная игра. 48. Остановка мяча различными частями тела: бедром, 2 грудью, животом. Двусторонняя учебная игра. 49. Комбинации из освоенных элементов техники 2 передвижений на освоенных элементов 2 отварательные по движений бросок в 2 кварате. 30. Отборостные упраженения + удары по мячу из 2 разл		защитников, удар по неподвижному мячу внутренней	
30. Развитие координационных способностей. Ведение + удар по воротам, вкадрат. 31.		стороной стопы.	
30. Развитие координационных способностей. Ведение + удар по воротам, квадрат. 31. Игры, развивающие физические способности. Бет с остановками и изменением направления. 32. Изучение позиционного нападения: без изменений позиций игроков + удар с сопротивлением. 33. Общеразвивающие упражнения по методу круговой тренировки. 34. Полоса препятствий, удары-по неподвижному мячу, мяч стоит па месте, змейка + удар. 35. Отработка передач в движении, передача мяча на ход. 2 36. Отбор мяча толком плеча в плечо. Двусторонняя 2 учебная игра. 37. Развитие тибкости, старты из различных положений, подтятивания. 38. Тренировка выносливости, изменение направления 2 движений подтятивация. 39. Отработка тактики свободного пападения, ударов из различных положений, применение их в игре. 41. Игры на развитие орисптации и мышления. Чекапка 2 42. Ввод мяча вратаря ударом ногой. Двусторонняя 2 учебная игра. 43. Эстафеты на закрепление и совершенствование 2 технических приемов 44. Товарищеская игра 45. Вратарь: ловля катящегося мяча. Удары по воротам 2 из стандартных положений, по катящемуся мячу. 46. Отбор мяча перехватом, тактика игры 2 против 1. 2 47. Изучение технических приемов 2 48. Остановка мяча перехватом, тактика игры 2 против 1. 2 47. Изучение технических присмов, прием мяча грудью. 2 Двусторонняя учебная игра. 48. Остановка мяча различными частями тела: бедром, 2 грудью, животом. Двусторонняя учебная игра. 49. Комбинации из освоенных элементов техники 2 передвижений + эстафета. 50. Товарищеская игра 2 2 2 3 5 5 5 5 5 5 5 5 5	29.	Изучение индивидуальных тактических действий в	2
31. Игры, развивающие физические способности. Бег с остановками и изменением направления. 2		защите. Двусторонняя учебная игра.	
31. Игры, развивающие физические способности. Бег с остановками и изменением направления. 2	30.		2
31. Игры, развивающие физические способности. Бег с остаповками и изменением направления. 2		-	
остаповками и изменением паправления 32. Изучение позиционного нападения: без изменений 2 позиций игроков + удар с сопротивлением. 33. Общеразвивающие упражнения по методу круговой 34. Полоса препятствий, удары-по неподвижному мячу, мяч стоит па месте, змейка + удар. 35. Отработка передач в движении, передача мяча на ход. 2 отработка передач в движении, передача мяча на ход. 36. Отбор мяча голком плеча в плечо. Двусторонняя 2 учебная игра. 37. Развитие тибкости, старты из различных положений, 1 подтягивания. 38. Тренировка выносливости, изменение направления 2 движений по сигналу. 39. Отработка тактики свободного нападения, ударов из 2 различных положений. 40. Комбинации из освоенных элементов техники 41. Игры на развитие орнентации и мышления. Чеканка мяча через стойку. 42. Ввод мяча вратаря ударом ногой. Двусторонняя 2 учебная игра. 43. Эстафсты на закрепление и совершенствование 44. Товарищеская игра 45. Вратарь: ловля катящегося мяча. Удары по воротам 46. Отбор мяча перехватом, тактика игры 2 против 1. 47. Изучение технических приемов, прием мяча грудью. 48. Остановка мяча различными частями тела: бедром, 1 грудью, животом. Двусторонняя учебная игра. 48. Остановка мяча различными тела: бедром, 2 грудью, животом. Двусторонняя учебная игра. 49. Комбинации из освоенных элементов техники 2 передвижений + эстафета. 50. Товарищеская игра 51. Обучение финтам, салки вокруг столба, бег в 2 кварате. 52. Эстафета на закрепление изученных финтов, 2 различных положений. 53. Скоростные упражления + удары по мячу из 2 различных положений. 54. Изучение техники игры вратаря, точный бросок в 2 цель, теннисбол. 55. Отбор мяча перехватом в движение, бег с 2 преиятствиями. 56. Ввод мяча вратарем рукой, чеканка мяча, квадрат. 2	31.		2
32. Изучение позиционного нападения: без изменений позиций игроков + удар с сопротивлением. 2			_
позиций игроков + удар с сопротивлением. 2	32	1	2.
33. Общеразвивающие упражиения по методу круговой тренировки. 34. Полоса препятствий, удары-по неподвижному мячу, мяч стоит на месте, змейка + удар. 35. Отработка передач в движении, передача мяча на ход. 2 36. Отбор мяча толком плеча в плечо. Двусторонняя учебная игра. 37. Развитие гибкости, старты из различных положений, подтягивания. 2 10 10 10 10 10 10 10	32.		2
тренировки. 34. Полоса препятствий, удары-по неподвижному мячу, мяч стоит на месте, змейка + удар. 35. Отработка передач в движении, передача мяча на ход. 2 36. Отбор мяча толком плеча в плечо. Двусторонняя учебная игра. 37. Развитие гибкости, старты из различных положений, подтягивания. 38. Тренировка выпосливости, изменение направления движений по сигналу. 39. Отработка тактики свободного нападения, ударов из различных положений. 40. Комбинации из освоенных элементов техники передвижений, применение их в игре. 41. Игры на развитие ориентации и мышления. Чеканка мяча через стойку. 42. Ввод мяча вратаря ударом ногой. Двусторонняя учебная игра. 43. Эстафеты на закрепление и совершенствование технических присмов 44. Товарищеская игра 45. Вратарь: ловля катящегося мяча. Удары по воротам из стаидартных положений, по катящемуся мячу. 46. Отбор мяча перехватом, тактика игры 2 против 1. 2 47. Изучение технических приемов, прием мяча грудью. Двусторонняя учебная игра. 48. Остановка мяча различными частями тела: бедром, грудыю, животом. Двусторонняя учебная игра. 49. Комбинации из освоенных элементов техники 2 передвижений + эстафета. 50. Товарищеская игра 51. Обучение финтам, салки вокруг столба, бег в квадрате. 52. Эстафета на закрепление изученных финтов, двусторонняя учебная игра. 53. Скоростные упражнения + удары по мячу из 2 различных положений. 54. Изучение техническия вокруг столба, бег в квадрате. 55. Остбор мяча перехватом в движение, бег с препятствиями. 56. Ввод мяча вратарем рукой, чеканка мяча, квадрат. 56. Ввод мяча вратарем рукой, чеканка мяча, квадрат.	33		2
34. Полоса препятствий, удары-по неподвижному мячу, мяч стоит на месте, эмейка + удар. 2	33.		2
35. Отработка передач в движении, передача мяча на ход. 2	24	1 1	2
35. Отработка передач в движении, передача мяча на ход. 2 36. Отбор мяча толком плеча в плечо. Двусторонняя учебная игра. 2 37. Развитие гибкости, старты из различных положений, подтягивания. 2 38. Тренировка выносливости, изменение направления движений по сигналу. 2 39. Отработка тактики свободного нападения, ударов из различных положений. 2 40. Комбинации из освоенных элементов техники передвижений, применение их в игре. 2 41. Игры на развитие ориентации и мышления. Чеканка мяча через стойку. 2 42. Ввод мяча вратаря ударом погой. Двусторопняя учебная игра. 2 43. Эстафеты на закрепление и совершенствование технических присмов 2 44. Товарищеская игра 2 45. Вратарь: ловля катящегося мяча. Удары по воротам из стандартных положений, по катящемуся мячу. 2 46. Отбор мяча перехватом, тактика игры 2 против 1. 2 47. Изучение технических приемов, прием мяча грудью. 2 двусторонняя учебная игра. 2 48. Остановка мяча различными частями тела: бедром, грудью, животом. Двусторонняя учебная игра. 2 50. Товарищеская игра	34.		2
36. Отбор мяча толком плеча в плечо. Двусторонняя учебная игра. 2 37. Развитие гибкости, старты из различных положений, подтягивания. 38. Тренировка выносливости, изменение направления движений по сигналу. 39. Отработка тактики свободного нападения, ударов из различных положений. 40. Комбинации из освоенных элементов техники передвижений, применение их в игре. 41. Игры на развитие ориентации и мышления. Чеканка мяча через стойку. 42. Ввод мяча вратаря ударом ногой. Двусторонняя учебная игра. 43. Эстафеты на закрепление и совершенствование технических приемов 44. Товарищеская игра 2 2 45. Вратары: ловля катящегося мяча. Удары по воротам из стандартных положений, по катящемуся мячу. 46. Отбор мяча перехватом, тактика игры 2 против 1. 2 47. Изучение технических приемов, прием мяча грудью. 2 2 48. Остановка мяча различными частями тела: бедром, грудью, животом. Двусторонняя учебная игра. 49. Комбинации из освоенных элементов техники 2 10 10 10 10 10 10 10	25		2
37. Развитие гибкости, старты из различных положений, подтягивания. 2 38. Тренировка выносливости, изменение направления движений по сигналу. 39. Отработка тактики свободного нападения, ударов из различных положений. 40. Комбинации из освоенных элементов техники 2 14. Игры на развитие ориентации и мышления. Чеканка мяча через стойку. 42. Ввод мяча вратаря ударом ногой. Двусторонняя учебная игра. 43. Эстафеты на закрепление и совершенствование технических приемов 44. Товарищеская игра 2 2 2 45. Вратарь: ловля катящегося мяча. Удары по воротам из стандартных положений, по катящемуся мячу. 46. Отбор мяча перехватом, тактика игры 2 против 1. 2 47. Изучение технических приемов, прием мяча грудью. Двусторонняя учебная игра. 48. Остановка мяча различными частями тела: бедром, грудью, животом. Двусторонняя учебная игра. 49. Комбинации из освоенных элементов техники 2 16.			
37. Развитие гибкости, старты из различных положений, подтягивания. 2	36.	±	2
10ДТЯГИВАНИЯ. 38. Тренировка выносливости, изменение направления движений по ситналу. 39. Отработка тактики свободного нападения, ударов из различных положений. 40. Комбинации из освоенных элементов техники передвижений, применение их в игре. 41. Игры на развитие ориентации и мышления. Чеканка мяча через стойку. 42. Ввод мяча вратаря ударом ногой. Двусторонняя 2 учебная игра. 3. Эстафеты на закрепление и совершенствование технических приемов 44. Товарищеская игра 2 2 45. Вратарь: ловля катящегося мяча. Удары по воротам из стандартных положений, по катящемуся мячу. 46. Отбор мяча перехватом, тактика игры 2 10 10 10 10 10 10 10		, 1	
38. Тренировка выносливости, изменение направления движений по сигналу. 2	37.		2
39. Отработка тактики свободного нападения, ударов из различных положений. 2 10.		подтягивания.	
39. Отработка тактики свободного нападения, ударов из различных положений. 2 1 1 1 1 1 1 1 1 1	38.	Тренировка выносливости, изменение направления	2
40. Комбинации из освоенных элементов техники передвижений, применение их в игре.		движений по сигналу.	
40. Комбинации из освоенных элементов техники передвижений, применение их в игре.	39.	Отработка тактики свободного нападения, ударов из	2
Передвижений, применение их в игре. 41. Игры на развитие ориентации и мышления. Чеканка мяча через стойку. 42. Ввод мяча вратаря ударом ногой. Двусторонняя учебная игра. 43. Эстафеты на закрепление и совершенствование технических приемов 44. Товарищеская игра 2 2 45. Вратарь: ловля катящегося мяча. Удары по воротам из стандартных положений, по катящемуся мячу. 46. Отбор мяча перехватом, тактика игры 2 против 1. 2 2 47. Изучение технических приемов, прием мяча грудью. Двусторонняя учебная игра. 48. Остановка мяча различными частями тела: бедром, грудью, животом. Двусторонняя учебная игра. 49. Комбинации из освоенных элементов техники передвижений + эстафета. 50. Товарищеская игра 2 51. Обучение финтам, салки вокруг столба, бег в квадрате. 52. Эстафета на закрепление изученных финтов, двусторонняя учебная игра. 53. Скоростные упражнения + удары по мячу из различных положений. 54. Изучение техники игры вратаря, точный бросок в цель, теннисбол. 55. Отбор мяча перехватом в движение, бег с препятствиями. 56. Ввод мяча вратарем рукой, чеканка мяча, квадрат. 2			
41. Игры на развитие ориентации и мышления. Чеканка мяча через стойку. 42. Ввод мяча вратаря ударом ногой. Двусторонняя учебная игра. 43. Эстафеты на закрепление и совершенствование технических приемов 44. Товарищеская игра 2 45. Вратарь: ловля катящегося мяча. Удары по воротам из стандартных положений, по катящемуся мячу. 2 46. Отбор мяча перехватом, тактика игры 2 против 1. 2 47. Изучение технических приемов, прием мяча грудью. Двусторонняя учебная игра. 2 48. Остановка мяча различными частями тела: бедром, грудью, животом. Двусторонняя учебная игра. 2 49. Комбинации из освоенных элементов техники передвижений + эстафета. 2 50. Товарищеская игра 2 51. Обучение финтам, салки вокруг столба, бег в квадрате. 2 52. Эстафета на закрепление изученных финтов, двусторонняя учебная игра. 2 53. Скоростные упражнения + удары по мячу из различных положений. 2 54. Изучение техники игры вратаря, точный бросок в цель, теннисбол. 2 55. Отбор мяча перехватом в движение, бег с препятствиями. 2 56. Ввод мяча вратарем рукой, чеканка мяча, квадрат. 2 <td>40.</td> <td>Комбинации из освоенных элементов техники</td> <td>2</td>	40.	Комбинации из освоенных элементов техники	2
41. Игры на развитие ориентации и мышления. Чеканка мяча через стойку. 42. Ввод мяча вратаря ударом ногой. Двусторонняя учебная игра. 43. Эстафеты на закрепление и совершенствование технических приемов 44. Товарищеская игра 2 45. Вратарь: ловля катящегося мяча. Удары по воротам из стандартных положений, по катящемуся мячу. 2 46. Отбор мяча перехватом, тактика игры 2 против 1. 2 47. Изучение технических приемов, прием мяча грудью. Двусторонняя учебная игра. 2 48. Остановка мяча различными частями тела: бедром, грудью, животом. Двусторонняя учебная игра. 2 49. Комбинации из освоенных элементов техники передвижений + эстафета. 2 50. Товарищеская игра 2 51. Обучение финтам, салки вокруг столба, бег в квадрате. 2 52. Эстафета на закрепление изученных финтов, двусторонняя учебная игра. 2 53. Скоростные упражнения + удары по мячу из различных положений. 2 54. Изучение техники игры вратаря, точный бросок в цель, теннисбол. 2 55. Отбор мяча перехватом в движение, бег с препятствиями. 2 56. Ввод мяча вратарем рукой, чеканка мяча, квадрат. 2 <td></td> <td>передвижений, применение их в игре.</td> <td></td>		передвижений, применение их в игре.	
Мяча через стойку. 42. Ввод мяча вратаря ударом ногой. Двусторонняя учебная игра. 3 3 3 3 3 3 44. Товарищеская игра 2 45. Вратарь: ловля катящегося мяча. Удары по воротам из стандартных положений, по катящемуся мячу. 46. Отбор мяча перехватом, тактика игры 2 против 1. 2 47. Изучение технических приемов, прием мяча грудью. Двусторонняя учебная игра. 48. Остановка мяча различными частями тела: бедром, грудью, животом. Двусторонняя учебная игра. 49. Комбинации из освоенных элементов техники передвижений + эстафета. 50. Товарищеская игра 2 51. Обучение финтам, салки вокруг столба, бег в квадрате. 52. Эстафета на закрепление изученных финтов, двусторонняя учебная игра. 53. Скоростные упражнения + удары по мячу из различных положений. 49. Изучение техники игры вратаря, точный бросок в цель, теннисбол. 55. Отбор мяча перехватом в движение, бег с препятствиями. 56. Ввод мяча вратарем рукой, чеканка мяча, квадрат. 2	41.	1 1	2
42. Ввод мяча вратаря ударом ногой. Двусторонняя учебная игра. 2 43. Эстафеты на закрепление и совершенствование технических приемов 2 44. Товарищеская игра 2 45. Вратарь: ловля катящегося мяча. Удары по воротам из стандартных положений, по катящемуся мячу. 2 46. Отбор мяча перехватом, тактика игры 2 против 1. 2 47. Изучение технических приемов, прием мяча грудью. Двусторонняя учебная игра. 2 48. Остановка мяча различными частями тела: бедром, грудью, животом. Двусторонняя учебная игра. 2 49. Комбинации из освоенных элементов техники передвижений + эстафета. 2 50. Товарищеская игра 2 51. Обучение финтам, салки вокруг столба, бег в квадрате. 2 52. Эстафета на закрепление изученных финтов, двусторонняя учебная игра. 2 53. Скоростные упражнения + удары по мячу из различных положений. 2 54. Изучение техники игры вратаря, точный бросок в цель, теннисбол. 2 55. Отбор мяча перехватом в движение, бег с препятствиями. 2 56. Ввод мяча вратарем рукой, чеканка мяча, квадрат. 2			
3.	42.	1 ,	2
43. Эстафеты на закрепление и совершенствование технических приемов 2 44. Товарищеская игра 2 45. Вратарь: ловля катящегося мяча. Удары по воротам из стандартных положений, по катящемуся мячу. 2 46. Отбор мяча перехватом, тактика игры 2 против 1. 2 47. Изучение технических приемов, прием мяча грудью. Двусторонняя учебная игра. 2 48. Остановка мяча различными частями тела: бедром, грудью, животом. Двусторонняя учебная игра. 2 49. Комбинации из освоенных элементов техники передвижений + эстафета. 2 50. Товарищеская игра 2 51. Обучение финтам, салки вокруг столба, бег в квадрате. 2 52. Эстафета на закрепление изученных финтов, двусторонняя учебная игра. 2 53. Скоростные упражнения + удары по мячу из различных положений. 2 54. Изучение техники игры вратаря, точный бросок в цель,теннисбол. 2 55. Отбор мяча перехватом в движение, бег с дпрепятствиями. 2 56. Ввод мяча вратарем рукой, чеканка мяча, квадрат. 2			_
технических приемов 44. Товарищеская игра 45. Вратарь: ловля катящегося мяча. Удары по воротам из стандартных положений, по катящемуся мячу. 46. Отбор мяча перехватом, тактика игры 2 против 1. 47. Изучение технических приемов, прием мяча грудью. Двусторонняя учебная игра. 48. Остановка мяча различными частями тела: бедром, грудью, животом. Двусторонняя учебная игра. 49. Комбинации из освоенных элементов техники передвижений + эстафета. 50. Товарищеская игра 51. Обучение финтам, салки вокруг столба, бег в квадрате. 52. Эстафета на закрепление изученных финтов, двусторонняя учебная игра. 53. Скоростные упражнения + удары по мячу из различных положений. 54. Изучение техники игры вратаря, точный бросок в цель,теннисбол. 55. Отбор мяча перехватом в движение, бег с горепятствиями. 56. Ввод мяча вратарем рукой, чеканка мяча, квадрат.	43		2.
44. Товарищеская игра 2 45. Вратарь: ловля катящегося мяча. Удары по воротам из стандартных положений, по катящемуся мячу. 2 46. Отбор мяча перехватом, тактика игры 2 против 1. 2 47. Изучение технических приемов, прием мяча грудью. Двусторонняя учебная игра. 2 48. Остановка мяча различными частями тела: бедром, грудью, животом. Двусторонняя учебная игра. 2 49. Комбинации из освоенных элементов техники передвижений + эстафета. 2 50. Товарищеская игра 2 51. Обучение финтам, салки вокруг столба, бег в квадрате. 2 52. Эстафета на закрепление изученных финтов, двусторонняя учебная игра. 2 53. Скоростные упражнения + удары по мячу из различных положений. 2 54. Изучение техники игры вратаря, точный бросок в цель, теннисбол. 2 55. Отбор мяча перехватом в движение, бег с препятствиями. 2 56. Ввод мяча вратарем рукой, чеканка мяча, квадрат. 2	13.		2
45. Вратарь: ловля катящегося мяча. Удары по воротам из стандартных положений, по катящемуся мячу. 46. Отбор мяча перехватом, тактика игры 2 против 1. 2 47. Изучение технических приемов, прием мяча грудью. Двусторонняя учебная игра. 48. Остановка мяча различными частями тела: бедром, грудью, животом. Двусторонняя учебная игра. 49. Комбинации из освоенных элементов техники передвижений + эстафета. 50. Товарищеская игра 2 51. Обучение финтам, салки вокруг столба, бег в квадрате. 52. Эстафета на закрепление изученных финтов, двусторонняя учебная игра. 53. Скоростные упражнения + удары по мячу из различных положений. 54. Изучение техники игры вратаря, точный бросок в цель,теннисбол. 55. Отбор мяча перехватом в движение, бег с препятствиями. 56. Ввод мяча вратарем рукой, чеканка мяча, квадрат. 2	44	1	2
из стандартных положений, по катящемуся мячу. 46. Отбор мяча перехватом, тактика игры 2 против 1. 2 47. Изучение технических приемов, прием мяча грудью. 2 Двусторонняя учебная игра. 48. Остановка мяча различными частями тела: бедром, грудью, животом. Двусторонняя учебная игра. 49. Комбинации из освоенных элементов техники передвижений + эстафета. 50. Товарищеская игра 2 51. Обучение финтам, салки вокруг столба, бег в квадрате. 52. Эстафета на закрепление изученных финтов, дувусторонняя учебная игра. 53. Скоростные упражнения + удары по мячу из различных положений. 54. Изучение техники игры вратаря, точный бросок в цель, теннисбол. 55. Отбор мяча перехватом в движение, бег с препятствиями. 56. Ввод мяча вратарем рукой, чеканка мяча, квадрат. 2		1 1	
46. Отбор мяча перехватом, тактика игры 2 против 1. 2 47. Изучение технических приемов, прием мяча грудью. Двусторонняя учебная игра. 2 48. Остановка мяча различными частями тела: бедром, грудью, животом. Двусторонняя учебная игра. 2 49. Комбинации из освоенных элементов техники передвижений + эстафета. 2 50. Товарищеская игра 2 51. Обучение финтам, салки вокруг столба, бег в квадрате. 2 52. Эстафета на закрепление изученных финтов, двусторонняя учебная игра. 2 53. Скоростные упражнения + удары по мячу из различных положений. 2 54. Изучение техники игры вратаря, точный бросок в цель, теннисбол. 2 55. Отбор мяча перехватом в движение, бег с препятствиями. 2 56. Ввод мяча вратарем рукой, чеканка мяча, квадрат. 2	4 3.		2
47. Изучение технических приемов, прием мяча грудью. 2 48. Остановка мяча различными частями тела: бедром, грудью, животом. Двусторонняя учебная игра. 2 49. Комбинации из освоенных элементов техники передвижений + эстафета. 2 50. Товарищеская игра 2 51. Обучение финтам, салки вокруг столба, бег в квадрате. 2 52. Эстафета на закрепление изученных финтов, двусторонняя учебная игра. 2 53. Скоростные упражнения + удары по мячу из различных положений. 2 54. Изучение техники игры вратаря, точный бросок в цель, теннисбол. 2 55. Отбор мяча перехватом в движение, бег с дпрепятствиями. 2 56. Ввод мяча вратарем рукой, чеканка мяча, квадрат. 2	16		2
Двусторонняя учебная игра. 48. Остановка мяча различными частями тела: бедром, грудью, животом. Двусторонняя учебная игра. 49. Комбинации из освоенных элементов техники передвижений + эстафета. 50. Товарищеская игра 2 51. Обучение финтам, салки вокруг столба, бег в 2 квадрате. 52. Эстафета на закрепление изученных финтов, 2 двусторонняя учебная игра. 53. Скоростные упражнения + удары по мячу из различных положений. 54. Изучение техники игры вратаря, точный бросок в 1 цель, теннисбол. 55. Отбор мяча перехватом в движение, бег с 2 препятствиями. 56. Ввод мяча вратарем рукой, чеканка мяча, квадрат.			
48. Остановка мяча различными частями тела: бедром, грудью, животом. Двусторонняя учебная игра. 49. Комбинации из освоенных элементов техники передвижений + эстафета. 50. Товарищеская игра 51. Обучение финтам, салки вокруг столба, бег в с квадрате. 52. Эстафета на закрепление изученных финтов, двусторонняя учебная игра. 53. Скоростные упражнения + удары по мячу из различных положений. 54. Изучение техники игры вратаря, точный бросок в дель, теннисбол. 55. Отбор мяча перехватом в движение, бег с д препятствиями. 56. Ввод мяча вратарем рукой, чеканка мяча, квадрат.	47.		2
грудью, животом. Двусторонняя учебная игра. 49. Комбинации из освоенных элементов техники 2 передвижений + эстафета. 50. Товарищеская игра 2 51. Обучение финтам, салки вокруг столба, бег в 2 квадрате. 52. Эстафета на закрепление изученных финтов, 2 двусторонняя учебная игра. 53. Скоростные упражнения + удары по мячу из 2 различных положений. 54. Изучение техники игры вратаря, точный бросок в 2 цель,теннисбол. 55. Отбор мяча перехватом в движение, бег с 2 препятствиями. 56. Ввод мяча вратарем рукой, чеканка мяча, квадрат.	40	v i v	2
49. Комбинации из освоенных элементов техники 2 50. Товарищеская игра 2 51. Обучение финтам, салки вокруг столба, бег в квадрате. 2 52. Эстафета на закрепление изученных финтов, двусторонняя учебная игра. 2 53. Скоростные упражнения + удары по мячу из 2 различных положений. 2 54. Изучение техники игры вратаря, точный бросок в цель, теннисбол. 2 55. Отбор мяча перехватом в движение, бег с д препятствиями. 2 56. Ввод мяча вратарем рукой, чеканка мяча, квадрат. 2	48.		2
50. Товарищеская игра 2 51. Обучение финтам, салки вокруг столба, бег в квадрате. 2 52. Эстафета на закрепление изученных финтов, двусторонняя учебная игра. 2 53. Скоростные упражнения + удары по мячу из различных положений. 2 54. Изучение техники игры вратаря, точный бросок в цель, теннисбол. 2 55. Отбор мяча перехватом в движение, бег с дпрепятствиями. 2 56. Ввод мяча вратарем рукой, чеканка мяча, квадрат. 2	1.0		
50. Товарищеская игра 2 51. Обучение финтам, салки вокруг столба, бег в 2 квадрате. 52. Эстафета на закрепление изученных финтов, двусторонняя учебная игра. 2 53. Скоростные упражнения + удары по мячу из различных положений. 2 54. Изучение техники игры вратаря, точный бросок в цель,теннисбол. 2 55. Отбор мяча перехватом в движение, бег с 2 препятствиями. 2 56. Ввод мяча вратарем рукой, чеканка мяча, квадрат. 2	49.		2
51. Обучение финтам, салки вокруг столба, бег в квадрате. 52. Эстафета на закрепление изученных финтов, двусторонняя учебная игра. 53. Скоростные упражнения + удары по мячу из различных положений. 54. Изучение техники игры вратаря, точный бросок в цель, теннисбол. 55. Отбор мяча перехватом в движение, бег с д препятствиями. 56. Ввод мяча вратарем рукой, чеканка мяча, квадрат.		1	
квадрате. 52. Эстафета на закрепление изученных финтов, 2 двусторонняя учебная игра. 53. Скоростные упражнения + удары по мячу из 2 различных положений. 54. Изучение техники игры вратаря, точный бросок в 2 цель, теннисбол. 55. Отбор мяча перехватом в движение, бег с 2 препятствиями. 56. Ввод мяча вратарем рукой, чеканка мяча, квадрат.		1 1	
52. Эстафета на закрепление изученных финтов, двусторонняя учебная игра. 2 53. Скоростные упражнения + удары по мячу из различных положений. 2 54. Изучение техники игры вратаря, точный бросок в цель, теннисбол. 2 55. Отбор мяча перехватом в движение, бег с дпрепятствиями. 2 56. Ввод мяча вратарем рукой, чеканка мяча, квадрат. 2	51.	Обучение финтам, салки вокруг столба, бег в	2
двусторонняя учебная игра. 53. Скоростные упражнения + удары по мячу из 2 различных положений. 54. Изучение техники игры вратаря, точный бросок в 2 цель,теннисбол. 55. Отбор мяча перехватом в движение, бег с 2 препятствиями. 56. Ввод мяча вратарем рукой, чеканка мяча, квадрат. 2		квадрате.	
 53. Скоростные упражнения + удары по мячу из 2 различных положений. 54. Изучение техники игры вратаря, точный бросок в цель, теннисбол. 55. Отбор мяча перехватом в движение, бег с 2 препятствиями. 56. Ввод мяча вратарем рукой, чеканка мяча, квадрат. 	52.	Эстафета на закрепление изученных финтов,	2
 53. Скоростные упражнения + удары по мячу из 2 различных положений. 54. Изучение техники игры вратаря, точный бросок в цель, теннисбол. 55. Отбор мяча перехватом в движение, бег с 2 препятствиями. 56. Ввод мяча вратарем рукой, чеканка мяча, квадрат. 		двусторонняя учебная игра.	
различных положений. 54. Изучение техники игры вратаря, точный бросок в 2 цель, теннисбол. 55. Отбор мяча перехватом в движение, бег с 2 препятствиями. 56. Ввод мяча вратарем рукой, чеканка мяча, квадрат. 2	53.		2
 54. Изучение техники игры вратаря, точный бросок в 2 цель, теннисбол. 55. Отбор мяча перехватом в движение, бег с 2 препятствиями. 56. Ввод мяча вратарем рукой, чеканка мяча, квадрат. 			
1 цель, теннисбол. 55. Отбор мяча перехватом в движение, бег с 2 препятствиями. 56. Ввод мяча вратарем рукой, чеканка мяча, квадрат. 2	54.		2
 55. Отбор мяча перехватом в движение, бег с 2 препятствиями. 56. Ввод мяча вратарем рукой, чеканка мяча, квадрат. 	- *		
препятствиями. Ввод мяча вратарем рукой, чеканка мяча, квадрат. 2	55	· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·	2
56. Ввод мяча вратарем рукой, чеканка мяча, квадрат. 2	55.		_
	56		2
37. Товарищеская игра			
	51.	товарищеская игра	<u> </u>

58.	Тактическая подготовка, перебежки, треугольник, три колонны.	2
59.	Эстафета дриблеров, двусторонняя учебная игра.	2
60.	Игра на опережение, старты из различных положений.	2
61.	Общеразвивающие упражнения без предметов, силовая подготовка.	2
62.	Футбол без ворот, теннисбол, гандбол. Тренировка меткости.	2
63.	Игры, развивающие физические способности. Бег с остановками и изменением направления.	2
64.	Развитие координационных способностей. Ведение + удар по воротам, квадрат. Двусторонняя игра.	2
65.	Товарищеская игра. Итоговые нормативы.	2
66.	Изучение финтов, применение при сопротивлении защитника. Итоговые нормативы	2
67.	Удары – с разбега, с места, с подачи партнера, с одного шага. Итоговые нормативы.	2
68.	Товарищеская игра	2