Отделение дополнительного образования детей

Государственного образовательного учреждения

средней общеобразовательной

школы №520

Колпинского района города Санкт-Петербурга.

Рассмотрена «Утверждаю»

На педагогическом совете Директор школы

Протокол №\_\_ от \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Т.И. Лыско

**ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА**

**«Юные футболисты»**

 Возраст: от 9 до 14 лет

 Срок реализации: 2 года

Автор составитель: Макейкина Л.Г.

Педагог дополнительного образования.

Санкт-Петербург

2010 год

**Пояснительная записка.**

**Направленность** образовательной программы «Юные футболисты»- физкультурно-спортивная.

Футбол - игра универсальная. Она оказывает на организм все­стороннее влияние. В процессе тренировок и игр у занимающихся футболом, совершенствуется функциональная деятельность, обеспечивается правильное физическое развитие. Форми­руются такие положительные навыки и черты характера, как уме­ние подчинять личные интересы интересам коллектива, взаимо­помощь, активность и чувство ответственности. Следует также учитывать, что занятия футболом - благодатная почва для разви­тия двигательных качеств.

Актуальность образовательной программы состоит в том, что традиционная система физического воспитания в общеобразовательных учреждениях на современном этапе для обеспечения необходимого уровня физического развития и подготовленности учащихся требует увеличения их двигательной активности, усиле­ния образовательной направленности учебных занятий по физи­ческой культуре и расширения вне учебной физкультурно-оздоро­вительной и спортивной работы.

Цель *образовательной программы* «Юные футболисты»:

оздоровление, физическое и психическое развитие занимающихся на основе их творческой активности; формирование здорового образа жизни, при­влечение детей к систематическим занятиям физической куль­турой и спортом.

 Задачи образовательной программы в младшей группе:

Обучающие:

* формирование физических навыков и умений в выполнении физических упражнений различной педагогической направленно­сти и психофизического содержания.
* формированием пра­вильной осанки и культуры движений; начальных умений, необхо­димых для самостоятельных занятий физическими упражнениями в их оздоровительных и рекреативных формах.
* формирование представлений о виде спорта - футбол, его возникновении, развитии и правил соревнований.

 Развивающие:

* развитие всесторонней физической подготовки с преимущественным развитием быстроты, ловкости и координации движений.
* развитие волевых качеств - смелости, решительности, самообладании.
* развитие лидерских качеств, инициативы и социальной активности.

Воспитательные:

* воспитание у юных спортсменов чувство ответственности за свои действия перед коллективом.
* воспитание взаимопомощи и трудолюбия.
* воспитание коммуникативных качеств.

**Задачи образовательной программы в подростковой группе:**

Обучающие:

* формирование знаний о закаливающих процедурах и укреплении здоровья.
* формирование определённых игровых наклонностей юных футболистов (с учётом желания самого спортсмена выполнять функции вратаря, защитника, полузащитника или нападающего)
* формирование начальных сведений о самоконтроле.

Развивающие:

* развитие преимущественно скоростно-силовых качеств, ловкости и общей выносливости.
* развитие коллективизма, для успешной игры в футбол.
* развитие морально-волевых качеств.

Воспитательные:

* воспитание элементарных навыков судейства.
* воспитание умения заниматься самостоятельно.

**Отличительная особенность** образовательной программы заключается в том, что основой подготовки занимающихся в секции является не только технико-тактическая подготовка юных футболистов, но и общефизическая подготовка, направленная на более высокий показатель физического развития школьников. Расширяется кругозор и интерес занимающихся к данному виду спорта.

Физические нагрузки распределяются с учётом возрастных особенностей учащихся.

**Возраст детей:**

Занимающиеся в кружке делятся на две возрастные группы: младшую группу (9-12 лет), подростковую(13-14 лет).

**Условия набора детей:**

Для обучения принимаются дети: вне зависимости от их способности, уровня физического развития, не имеющих медицинского противопоказания.

**Сроки реализации дополнительной образовательной программы:**

Изучение программного материала для каждой возрастной группы рассчитано на 2 года.

**Форма и режим занятий:**

Занятия проводятся на стадионе и в спортивном зале. Продолжительность занятий в секции- 2 раза в неделю по 2 часа. Количество занимающихся в каждой возрастной группе-15 человек. 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. Программа предусматривает распределение учебно-тренировочного материала для работы по футболу на 144 часа и направлена на более качественный уровень освоения навыков и умений игры в футбол.

**Кадровое обеспечение:**

*Формы проведения занятий:*

* групповые учебно-тренировочные и теоретические занятия.
* работа по индивидуальным планам.
* медико-воспитательные мероприятия.
* тестирование и медицинский контроль.
* участие в соревнованиях, матчевых встречах, на учебно-тренировочных сборах.

*Методы обучения на занятиях:*

* словесный- объяснение терминов, новых понятий.
* наглядный- показ педагогом правильного выполнения упражнений, демонстрация фото и видео материалов.
* практический- выполнение учащимися практических заданий и упражнений.
* игровой- активизирующие  внимание, улучшающие эмоциональное состояние учащихся.

**Ожидаемые результаты:**

* к окончанию обучения по образовательной программе учащиеся:
* получают представление об анатомо-физиологических особенностях развития организма детей и влияние различных упражнений на развитие организма.
* осваивают технику и тактику игры, методы обучения.
* приобретают знания о правилах соревнований и методах организации и проведения соревнований различного уровня.
* осваивают методические приемы обучения групповым и командным действиям.
* совершенствуют умение провести учебно-тренировочные занятия по обучению и совершенствованию приемов тактики игры.
* совершенствуют навык судейской и инструкторской работы.

**Способы определения результативности:**

* в ходе учебно-тренировочной работы тренеры спортивной школы систематически ведут учет успеваемости учащихся путем:
* текущий контроль: тестирование, опрос.
* промежуточный контроль: в середине учебного года, по оценке уровня подготовленности и овладения специальными навыками учащиеся сдают нормативы, указанные в таблице для 1 и 2 годов обучения.
* итоговый контроль: выступление на соревнованиях разного уровня и масштаба.

**Формы проведения итоговой реализации образовательной программы:**

* участие в соревнованиях между учебных групп.
* участие в товарищеских играх.
* участие в матчевых встречах.
* открытые занятия.
* спартакиады.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Наименование разделов, тем** | **Теория****(час)** | **Практика****(час)** | **Всего****(час)** |
| **1** | **Вводное занятие. Физическая культура и спорт в России.** | **1** | - | **1** |
| **2** | **Гигиенические знания и навыки. Закаливание.** | **1** | - | **1** |
| **3** | **Правила игры в футбол** | 2 |  | 2 |
|  |  |  | **-** |  |
| **4** | **Место занятий, оборудование** | **1** | **-** | **1** |
| **5** | **Общая и специальная физическая подготовка** | **1** | **56** | **57** |
| **6** | **Техника игры в футбол** | **1** | **48** | **49** |
| **7** | **Тактика игры в футбол** | **1** | **24** | **25** |
| 8 | **Участие в соревнованиях по футболу** |  | 9 | **9** |
| 9 | **Итого** | 8 | 137 | **145** |

**Учебно-тематический план занятий по футболу. 1-ый год обучения.**

**Содержание программы первого года обучения.**

**1.Вводное занятие. Физическая культура и спорт в России.**

 *Теория:*

* инструктаж по технике безопасности на занятиях по футболу.
* понятие - физическая культура, как составная часть социалистической культуры и как средство воспитания.
* значение физической культуры для подготовки Российских людей к трудовой деятельности и защите Родины.
* врачебный контроль.

 *Практика:*

* беседа на тему «спорт, как система воспитания».
* просмотр чемпионата России по футболу.
* просмотр видеозаписей игры в футбол за рубежом.

 **2.Гигиенические знания и навыки. Закаливание.**

 *Теория:*

* личная гигиена: уход за кожей, волосами, ногтями, полостью рта.
* общий режим дня школьника.
* вред курения.
* значение правильного питания для юного спортсмена.
* использование естественных факторов природы в целях закаливания организма.
* правила купания.

 *Практика:*

* просмотр видеозаписей на тему: «последствия после курения».
* составления личного распорядка дня и режима питания.
* обтирание, обливание и ножные ванны, как гигиенические и закаливающие процедуры.
* посещение бассейна.

**3.Правила игры в футбол.**

 *Теория:*

* разбор и изучение правил игры в «малый футбол».
* роль капитана команды, его права и обязанности.

 *Практика:*

* тестирование правил соревнований по футболу.
* опрос на знание обязанностей капитана команды.
* просмотр матча и обсуждения соблюдений правил в игре.

**4.Места занятий, оборудование.**

 *Теория:*

* площадка для игры в футбол, её устройство, разметка.
* подготовка площадки для занятий и соревнований по футболу.
* специальное оборудование.

 *Практика:*

* осмотр площадки до начала занятия.
* просмотр на пригодность инвентаря.

**5.Общая и специальная подготовка.**

 *Теория:*

* понятие – выносливость.
* как развить гибкость.
* понятие – сила.
* как способствовать развитию ловкости.
* понятие – быстрота.
* понятие о специальной физической подготовке.
* цель специальной физической подготовки.
* основные способы развития специальной физической подготовки. *Практика:*
* поднимание и опускание рук в стороны, вперёд, круговые вращения, сгибание, разгибание рук в упоре. Наклоны туловища вперёд и в стороны.
* выпады вперёд, в сторону, назад.
* прыжки в полу приседе.
* упражнения с набивным мечом(1-2 кг.)
* акробатические упражнения (кувырки вперёд с шага, длинный кувырок вперёд, кувырок назад из приседа).
* упражнения в висах и упорах (подтягивание:2 подхода по 5 раз; из упора лёжа сгибание и разгибание рук:2 подхода по 4-5 раз).
* лёгкоатлетические упражнения.
* подвижные игры и эстафеты: «Бой петухов», «защита крепости», эстафеты с преодолением препятствий.
* плавание.
* спортивные игры. Ручной мяч.
* специальные упражнения для развития быстроты.
* специальные упражнения для развития ловкости.

**6.Техника игры в футбол.**

 *Теория:*

* классификация и терминология технических приёмов игры в футбол.
* прямой и резаный удар по мячу.
* понятие – точность удара и траектория полёта мяча после удара.

 *Практика:*

* анализ выполнения технических приёмов и их применение в игровых ситуациях.
* техника передвижения- бег: по прямой, изменяя скорость и направление; приставным шагом; повороты во время бега налево и направо.
* удары по мячу головой. Удары серединой лба без прыжка и в прыжке, с места и с разбега.
* удары по мячу ногой. Удары правой и левой ногой: внутренней стороной стопы, внутренней и внешней частью подъёма по неподвижному мячу.
* остановка мяча подошвой и внутренней стороной катящегося и опускающего мяча- на месте, в движении вперёд и назад, подготавливая мяч для поступающих действий.
* ведение мяча внешней частью, внутренней частью подъёма и внутренней стороной стопы: правой, левой ногой поочерёдно.
* обманные движения (финты). Обучение финтам: после замедления бега или остановки - неожиданный рывок с мячом: во время ведение внезапная отдача мяча назад откатывая его подошвой партнёру, находящемуся сзади.
* отбор мяча. Перехват мяча- быстрый выход на мяч с целью определить соперника, которому адресована передача мяча.
* вбрасывание мяча из-за боковой линии с места из положения ноги вместе и шага.
* техника игры вратаря. Основная стойка вратаря. Передвижение в воротах без мяча и в сторону приставным, скрестным шагом и скачками на двух ногах. Ловля летящего навстречу и несколько в сторону от вратаря мяча на высоте груди и живота без прыжка и в прыжке.

**7. Тактика игры в футбол.**

 *Теория:*

* понятие о тактике и тактической комбинации.
* характеристика игровых действий: вратаря, защитников, полузащитников, нападающих.
* понятие о тактике нападения.
* понятие о тактике защиты.

 *Практика:*

* упражнение для развития умения «видеть поле». Выполнение заданий по зрительному сигналу.
* тактика нападения. Индивидуальные действия без мяча. Правильное расположение на футбольном поле.
* тактика нападения. Индивидуальные действия с мячом. Применение необходимого способа остановок в зависимости от направления, траектории и скорости мяча.
* тактика нападения. Групповые действия. Взаимодействие двух и более игроков. Уметь точно и своевременно выполнять передачу в ноги партнёру, на свободное место, на удар.
* тактика защиты. Индивидуальные действия. Правильно выбирать позицию по отношению опекаемого игрока и противодействие получению им мяча.
* тактика защиты. Групповые действия. Противодействие комбинации «стенка».
* тактика защиты вратаря. Уметь выбирать правильную позицию в воротах при различных ударах в зависимости от «угла удара», разыграть удар от своих ворот, ввести мяч в игру( после ловли).
* учебные игры.

**8.Соревнования по футболу.**

 *Теория:*

* внешний вид во время выступлений: спортивный костюм.
* правила подготовки и психологической настройки к спортивному выступлению.
* правила поведения во время соревнований.

 *Практика:*

* выступления проводятся согласно календарному плану спортивных мероприятий по правилам игры в «малый футбол».

**Ожидаемые результаты.**

##### **1-й год обучения.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № п/п | Контрольные упражнения | результат |
| Общая физическая подготовка. |
| 1. | Прыжки в длину с места, см | 160 |
| 2. | Поднимание туловища за 30 сек, раз | 24 |
| 3. | Прыжок боком через гимнастическую скамейку за 30 сек, раз | 15 |
| 4. | Бег на 300 м, мин | 1,10 |
| Техническая подготовка. |
| 5. | Накат справа по диагонали, ударов | 15 |
| 6. | Подрезка справа и слева, ударов | 10 |
| 7. | Подачи и их прием, ударов | 6 |
| Общая физическая подготовка |
| 8. | Челночный бег 3х10 м, сек | 9,5 |
| 9. | Многоскоки (8 прыжков), м | 12,5 |
| 10. | Лазание по канату, м | 2,5 |
| Специальная физическая подготовка |
| 11. | Бег на 30 м с мячом, сек | 6,5 |
| 12. | Удары по мячу на дальность – сумма ударов с правой и левой ноги, м | 28 |
| Техническая подготовка |
| 13. | Жонглирование мячом, раз | 8 |
| 14. | Остановка мяча внутренней стороной стопы | + |
| 15. | Остановки мяча ногой (подошвой) | + |

Учебно-тематический план занятий 2-го года обучения.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | **Наименование разделов, тем** | **Теория****(час)** | **Практика****(час)** | **Всего****(час)** |
| **1** | Развитие футбола в России | 2 | - | 2 |
| **2** | Врачебный контроль | 1 | - | 1 |
| **3** | Правила игры, организация и проведение соревнований по футболу. | 4 | - | 4 |
|  |  |  |  |  |
| **4** | Общая и специальная подготовка | - | 47 | 47 |
| **5** | Техника игры в футбол | 1 | 50 | 51 |
| **6** | Тактика игры в футбол | 6 | 21 | 27 |
| 7 | Соревнования по футболу |  | 12 | 12 |
| 8 | Итого | 14 | 130 | 144 |

**Содержание программы второго года обучения.**

**1.Развитие футбола в России.**

*Теория:*

* понятие - федерация футбола.
* лучшие Российские команды, тренеры и футболисты.
* международные соревнования с участием Российских команд.

*Практика:*

* просмотр матча по футболу.
* беседа на тему: «Великие тренеры России».
* обзор соревнований по футболу: первенство и кубок России среди команд мастеров.

**2.Врачебный контроль.**

*Теория:*

* понятие - самоконтроль.
* объективные данные самоконтроля: масса, динамометрия, спирометрия, пульс.
* субъективные данные самоконтроля: самочувствие, сон, аппетит, работоспособность, утомляемость, настроение.

*Практика:*

* дневник самоконтроля.
* определить ЧСС в покое и после нагрузки.
* устный опрос на тему: « Предупреждение травм в футболе».

**3.Правила игры, организация и проведение соревнований по футболу.**

*Теория:*

* изучение правил игры и пояснения к ним.
* изучение положения о соревнованиях.
* выбор места судей при различных игровых ситуациях
* обязанности судей.

*Практика:*

* работа судей на поле, удаления, предупреждения игроков с поля.
* просмотр повторов матчей.

**4.Общая и специальная физическая подготовка.**

* маховые движения, круговые вращения рук в сочетании с движением ног и туловища. Разгибание рук в опоре лёжа.
* упражнения с набивным мячом ( 2-3 кг.). Броски набивного мяча одной и двумя руками через голову. Поднимание и опускание прямых ног с мячом, зажатым между ступнями, в положении лёжа на спине.
* акробатические упражнения. Кувырок вперёд в прыжке. Стойка на голове из упора присев толчком двух ног.
* бег 60 метров на скорость, повторный бег 5 по 60м. до 3 по100, умеренный бег 25 минут.
* подвижные игры.
* спортивные игры. Баскетбол и ручной мяч.
* плавание способом кроль на груди и брасс до 100 метров. Стартовый прыжок.
* специальные упражнения для развития быстроты (ускорение на 15, 30, 60 метров).
* специальные упражнения для развития ловкости: прыжки с разбега вверх, стараясь достать высоко подвешенный мяч ногой, головой.

**5.Техника игры в футбол.**

*Теория:*

* взаимосвязь технической, тактической и физической подготовки футболистов.
* показатель индивидуальной техники владения мячом.
* анализ кинограмм выполнение технических приёмов в исполнении лучших футболистов России.

*Практика:*

* удары по мячу ногой. Удары серединой и внешней частью подъёма по неподвижному и катящемуся мячу. Удары подъёмом по прыгающему и летящему мячу. Выполнение всех ударов по мячу, придавая ему различную по крутизне траекторию полёта и различное направление полёта. Удары в единоборстве. Удары на точность и дальность.
* удары по мячу головой. Удары боковой частью лба без прыжка и в прыжке, с места и с разбега. Удары серединой и боковой частью лба в прыжке с пассивным и активным сопротивлением. Удары на точность.
* остановка мяча.Остановка подошвой, внутренней и внешней стороной стопы катящегося и опускающегося мяча с поворотом налево и направо. Остановка грудью летящего мяча с поворотом в сторону.
* обманные движения (финты): при ведении показать остановку мяча подошвой или удар пяткой назад- неожиданным рывком вперёд уйти с мячом.
* ведение мяча серединой подъёма и носком, ведение мяча всеми изученными способами.
* отбор мяча. Обучение умению выбрать момент для отбора мяча, выполняя ложные движения и вызывая соперника, владеющего мячом, на определённые действия с мячом.
* вбрасывание мяча из-за боковой линии с места из положения параллельного расположения ступней ног. Вбрасывание на точность и дальность.
* техника игры вратаря*.* Ловля катящегося и летящего на различной высоте мяча на выходе из ворот без падения, с падением, в броске. Ловля опускающегося мяча. Отбивание (в сторону, за линию ворот) ладонями, пальцами рук в броске мячей, летящих и катящихся в сторону от вратаря. Перевод мяча через перекладину ворот ладонями (двумя, одной) в прыжке. Броски мяча одной рукой с боковым запахом и снизу.

**6.Тактика игры в футбол.**

*Теория:*

* понятие о тактической системе и стиле игры.
* знакомство с тактическими расстановками на поле 1-4-3-3.
* просмотр матчей и обсуждение тактических приёмов.
* тактика игры в нападение.
* тактика игры в защите: организация обороны, «персональная опека».

Практика:

* упражнение для развития умения «видеть поле»- игра в пятнашки парами на ограниченной площади
* тактика нападения: индивидуальные действия - уметь оценивать целесообразность той или иной позиции, своевременно занимать наиболее выгодные позиции для получения мяча.
* тактика нападения: групповые действия - уметь взаимодействовать с партнёрами при равном соотношении и численном превосходстве соперника, используя короткие и средние передачи.
* выполнять комбинации в парах: «стенка», «скрещивание».
* выполнить комбинации « пропуск мяча».
* тактика нападения: командные действия - уметь выполнять обязанности в атаке на своём игровом месте, играя по избранной тактической системе в составе команды.
* тактика защиты: индивидуальные действия – осуществлять «закрытие» и препятствовать сопернику в получении мяча.
* уметь противодействовать передаче, ведению и ударам по воротам.
* тактика защиты: групповые действия – уметь взаимодействовать в обороне при равном соотношении и численном превосходстве соперника, выбирая правильную позицию и страховку партнёров.
* тактика защиты: командные действия – организация обороны по принципу персональной и комбинированной защите.
* тактика вратаря - играть на выходах из ворот при ловле катящихся по земле и летящих на разной высоте мячей.

**7. Соревнования по футболу.**

*Теория:*

* внешний вид во время выступлений: спортивный костюм
* правила подготовки и психологической настройки к спортивному выступлению.
* правила поведения во время соревнований.

*Практика:*

* выступления на традиционных товарищеских соревнованиях.
* выступления на первенство района и города.

**Ожидаемые результаты подростковой группы.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № п/п | Контрольные упражнения | Результат |
| Общая физическая подготовка. |
| 1. | Прыжки в длину с места, см | 160 |
| 2. | Тройной прыжок с места, см | 450 |
| 3. | Бег на 30 метров, сек | 5,2 |
| 4. | Бег на 300 м, сек | 60 |
| Техническая подготовка. |
| 5. | Накат справа по диагонали, ударов | 15 |
| 6. | Подрезка справа и слева, ударов | 10 |
| 7. | Подачи и их прием, ударов | 6 |
| Специальная физическая подготовка. |
| 11. | Бег на 30 м с мячом, сек | 6,4 |
| 12 | Удары по мячу на дальность – сумма ударов с правой и левой ноги, м | 35 |
| 13. | Вбрасывание мяча на дальность, м | 12 |
| Техническая подготовка. |
| 13. | Жонглирование мячом, раз | 10 |
| 14. | Остановка мяча внутренней стороной стопы | + |
| 15. | Удар по мячу на точность, попаданий | 6 |

**Методическое обеспечение образовательной программы.**

|  |
| --- |
| **1-ый год обучения.** |
| №п/п | **Тема программы.** | **Форма организации и форма проведения занятий.** | **Методы и приёмы.** | **Учебно-методические пособия.** | **Средства обучения.** | **Вид и форма контроля.** |
| 1. | **Вводное занятие. Физическая культура и спорт в России.** | Беседа, опрос с элементами практической работы. | словесный, наглядный, практический.  | Программа для детских спортивных школ, 1977 год.  | просмотр видеозаписей матчей. | Текущая беседа. |
| 2. | **Гигиенические знания и навыки. Закаливание.** | Беседа, составление личного распорядка дня и режима питания.  | словесный, практический, наглядный.  | Теоретическая подготовка спортсменов, 1981год. | просмотр видеозаписи на тему: «Последствия после курения». | Текущая беседа. |
| 3. | **Правила игры в футбол.** | Практическая работа с элементами беседы. | словесный, практический, наглядный, игровой.  | Лукашин Ю.С.Футбол,1982 | Просмотр матча и тестирование по правилам игры в футбол. | Промежуточный контроль. |
| 4. |  **Общая и специальная физическая подготовка.** | Практическая работа с элементами беседы. | словесный, практический, наглядный, игровой.  | Филин В.П. скоростно-силовая подготовка юных спортсменов. | Выполнение указанных упражнений. | Промежуточный контроль. |
| 5. | **Техника игры в футбол.** | Практическая работа с элементами беседы. | словесный, наглядный, практический. | Чанади А. Футбол. Техника. | Просмотр матча. | Промежуточный контроль. |
| 6. | **Тактика игры в футбол.** | Практическая работа с элементами беседы. | словесный, наглядный, практический. | Чанади А. Футбол.Тактика. | Просмотр матча. | Промежуточный контроль |
| 7. | **Участие в соревнованиях.** |  | словесный практический. | Лаптев А.П.Юный футболист,1983 |  | Итоговый контроль. |
| **2-ой год обучения.** |
| №п/п | **Тема программы.** | **Форма организации и форма проведения занятий.** | **Методы и приёмы.** | **Учебно-методические пособия.** | **Средства обучения.** | **Вид и форма контроля.** |
| 1. | **Развитие футбола в России.** | Беседа. | словесный, наглядный, практический.  | «Программа для детских спортивных школ» (1977) | Просмотр матчей. | Текущая беседа |
| 2. | **Врачебный контроль.** | Беседа, создание личного дневника контроля. | словесный, практический, наглядный.  | Ткачук М.Г. «сердечно -сосудистая система». | Подсчитать ЧСС до и после нагрузки. Опрос на тему: «Предупреждение травм в футболе». | Текущий контроль |
| 3. |  **Правила игры, организация и проведение соревнований по футболу** | Практическая работа с элементами беседы. | словесный, практический, наглядный.  | Васильева Г.И. «Значение общей подготовки для спортсменов»  | Просмотр и обсуждения матча | Наблюдение педагога. |
| 4. | **Общая и специальная физическая подготовка.** | Практическая работа с элементами беседы. | словесный, практический, наглядный, игровой.  | Лаптев А.П.Юный футболист,1983 | Показ техники, Иллюстрация техники наглядными пособиями | Промежу- точный контроль. |
| 5. | **4 Техника игры в футбол** | Практическая работа с элементами беседы. | словесный, наглядный, практический. | Чанади А. Футбол. Техника | Показ техники. Спортивные игры. | Промежу- точный контроль. |
| 6. | **5 Тактика игры в футбол** | Практическая работа с элементами беседы. | словесный, наглядный, практический. | Чанади А. Футбол. Стратегия | Просмотр и анализ тактики матчей | Промежу- точный контроль |
| 7 |  **Соревнования по футболу** | ГрупповаяПрактическая работа. | словесный, практический |  |  | Итоговый контроль |

**Материально-техническое обеспечение:**

Спортивное оборудование и инвентарь:

* наличие футбольного поля и спортивного зала, размеры 12x24.
* стойки для обводки мячей - 10 штук
* стойки для подвески мячей- 2 штуки
* переносные мишени- 2 штуки
* переносные ворота
* маты гимнастические
* скакалки-15 штук
* мячи набивные
* форма спортивная (майки, трусы, гетры и обувь);
* мячи футбольные-10 штук
* мячи волейбольные и баскетбольные
* гири, гантели
* электричество подведено.
* Освещённость в нормах САНПИНа.

**Дидактическое обеспечение образовательного процесса:**

* учебно-демонстрационные плакаты
* видеофильмы
* компьютер
* проектор

**Список литературы для педагога:**

1. Андреев С. Н. Футбол в школе: Кн. Для учителя. - М.: Просвещение. 1986.-144с., ил.
2. Теоретическая подготовка юных спортсменов. Пособие для тренеров ДЮСШ. М.,1981
3. Гогунов Е. Н., Мартьянов Б. И, Психология физического воспи­тания и спорта. - М.: АСАDЕМIА, 2000..
4. Дополнительное образование детей: Учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / Под ред. О. Е. Лебедева. - М.: Гуманит.-изд. центр ВЛАДОС, 2000.
5. Комплексная программа физического воспитания учащих­ся 1-11-х классов общеобразовательной школы, 1996.
6. Коротков И. М. Подвижные игры. - М.: Физкультура и спорт, 1974.
7. Краевский В. В. Методология педагогического исследования: Учеб. пособие для курсов повышения квалификации науч. - пед. кад­ров. - Самара: СамГПИ, 1994.
8. Сучилина А.А.Юный футболист. Учебное пособие для тренеров. -М.:1983.
9. Сушков М.П.Ваш друг -«Кожаный мяч».М.,1983

10.Цирин Б.Я., Лукашин Ю.С.Футбол. М.,1982.

11.Чанади А. Футбол. Техника. М.,1978.

12.Чанади А. Футбол. Стратегия. М.,1981.

**Список литературы для детей:**

1. Андреев С. Н. Мини – футбол. М. «Физкультура и

спорт», 1978 г. - 111 с. с., ил.

1. Сучилин А. А. Футбол во дворе. М. «Физкультура и спорт»,

1978 г.

1. Цирин Б. Я., Лукашин Ю. С. Футбол. – М.: Физкультура и

спорт. 1982, 2-ое исправленное и дополненное издание, - 207 с с., ил. – (Азбука спорта).