

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ СРЕДНЯЯ ШКОЛА № 48 г. ЛИПЕЦКА

**Рабочая программа к  
дополнительной общеразвивающей  
программе  
физкультурно-спортивной направленности  
*«Футбол для малышей»***

Составитель: Барбашин Е.В.

## Содержание.

1. Планируемые результаты .....	3
2. Содержание.....	3
3. Календарно-тематическое планирование.....	9

## 1. Планируемые результаты по Программе.

В результате освоения содержания учебного курса «Футбол для малышей» учащиеся получают возможность *иметь представление*:

- о технике безопасности при занятии футболом;
- о развитии футбола в России;
- о связи занятий физическими упражнениями с укреплением здоровья и повышением физической подготовленности;
- о способах изменения направления и скорости движения;
- о личной гигиене;
- о правилах игры футбол;

*Получат возможность научиться*:

- самостоятельно проводить занятия по обучению игры в мини-футбол.
- тестировать показатели физического развития и основных физических качеств.
- выполнять комплексы упражнений, направленные на формирование правильной осанки;
- играть в подвижные игры и спортивную игру футбол;
- выполнять передвижения в ходьбе, беге, прыжках разными способами;
- выполнять технику различных передач и ударов мяча;
- выполнять индивидуальные и групповые действия футболистов;
- выполнять строевые упражнения;
- выполнять основные технические действия и приёмы игры в футбол;
  - бег
  - рывки
  - повороты
  - удары по катящемуся и летящему мячу
  - удары головой и грудью
  - остановку мяча различными способами
  - ведение мяча различными способами
  - упражнения нападения
  - упражнения защиты
  - упражнения атаки
  - игру на опережение и т.д.
- выполнять тестовые нормативы;
- осуществлять судейство на соревнованиях по мини-футболу.

## 2. Содержание Программы.

Тема 1. Техника безопасности на занятиях футболом.

Размеры площадки. Основные ошибки. Правила соревнований.

Тема 2. История развития футбола в России.

Развитие футбола в России и за рубежом.

Тема 3. Техническая подготовка.

Передвижения боком, спиной вперед, ускорение, старты из различных положений.

Тема 4. Техническая подготовка.

Комбинации из освоенных элементов техники (бег, рывки, повороты).

Тема 5. Техническая подготовка.

Ведение мяча змейкой- 10м, не теряя мяча.

Тема 6. Техническая подготовка.

Ведение мяча внутренней и внешней сторонами подъема.

Тема 7. Техническая подготовка.

Ведение мяча с разной скоростью и с мгновенной сменой направлений.

Тема 8. Техническая подготовка.

Ведение мяча с обводкой стоек.

Тема 9. Техническая подготовка.

Ведение мяча с применением обманных движений.

Тема 10. Техническая подготовка.

Ведение мяча с последующим ударом в цель.

Тема 11. Техническая подготовка.

Ведение мяча после остановок разными способами.

Тема 12. Техническая подготовка.

Жонглирование мячом одной ногой (стопой).

Тема 13. Техническая подготовка.

Жонглирование мяча двумя ногами (стопами). Игра в футбол.

Тема 14. Техническая подготовка.

Жонглирование мяча двумя ногами (бедрами).

Тема 15. Техническая подготовка.

Жонглирование мяча с чередование "стопа-бедро" одной ногой.

Тема 16. Техническая подготовка.

Жонглирование мяча с чередование "стопа-бедро" двумя ногами.

Тема 17. Техническая подготовка.

Жонглирование мяча головой. Игра в футбол.

Тема 18. Техническая подготовка.

Жонглирование мяча " стопа-бедро-голова".

Тема 19. Техническая подготовка.

Упражнение змейка. Эстафеты.

Тема 20. Техническая подготовка.

Прием мяча катящегося по игровому полю с разной скоростью и под разными углами по отношению к игроку - подошвой и разными частями стопы.

Тема 21. Техническая подготовка.

Прием мяча летящего по воздуху - стопой, бедром, грудью и головой.

Тема 22. Техническая подготовка.

Передачи мяча - короткие, средние, дальние.

Тема 23. Техническая подготовка.

Передачи мяча выполняемые разными частями стопы.

Тема 24. Техническая подготовка.

Передачи мяча головой.

Тема 25. Техническая подготовка.

Удары по неподвижному мячу.

Тема 26. Техническая подготовка.

Удары по мячу после прямолинейного бега.

Тема 27. Техническая подготовка.

Удары по мячу после зигзагообразного разбега.

Тема 28. Техническая подготовка.

Удары по мячу после зигзагообразного разбега (стойки, барьеры).

Тема 29. Техническая подготовка.

Удары по мячу после имитации сопротивления партнера.

Тема 30. Техническая подготовка.

Удары по движущемуся мячу: прямолинейное ведение и удар.

Тема 31. Техническая подготовка.

Удары по движущемуся мячу: обводка стоек и удар.

Тема 32. Тактическая подготовка.

Удары по движущемуся мячу: обводка партнера и удар.

Тема 33. Тактическая подготовка.

Удары после коротких, средних и длинных передач мяча.

Тема 34. Тактическая подготовка.

Удары после игры в стенку.

Тема 35. Тактическая подготовка.

Нападение в игровых заданиях.

Тема 36. Тактическая подготовка.

Выполнение технико-тактических действий в игре. Учебная игра.

Тема 37. Тактическая подготовка.

Изучение техники игры вратаря, точный бросок в цель.

Тема 38. Физическая подготовка.

Бег 30м. Прыжок в длину с места.

Тема 39. Физическая подготовка.

Игры, развивающие физические способности.

Тема 40. Физическая подготовка.

Развитие скоростно - силовых способностей.

Тема 41. Физическая подготовка.

Вбрасывание футбольного мяча. Преодоление спортивно-технической полосы.

Тема 42. Техническая подготовка.

Совершенствование передачи и остановки мяча внутренней стороной стопы в парах на месте и в движении.

Тема 43. Техническая подготовка.

Перекатывание мяча подошвой в движении, поочередно обеими ногами.

Тема 44. Техническая подготовка.

Перекатывание мяча то влево, то вправо с остановкой его поочередно внутренней и внешней сторонами стопы.

Тема 45. Техническая подготовка.  
Игровые упражнения с обводкой соперника.  
Тема 46. Техническая подготовка.  
Передачи мяча в два касания, прием передачи.  
Тема 47. Техническая подготовка.  
Техника передач мяча партнеру низом.  
Тема 48. Тактическая подготовка.  
Выполнение технико-тактических действий в игре. Учебная игра.  
Тема 49. Техническая подготовка.  
Бег через фишки, жонглирование, игра.  
Тема 50. Техническая подготовка.  
Бег через фишки, гибкость и координация, эстафеты.  
Тема 51. Техническая подготовка.  
Обводка стоек, развитие мышечной активности.  
Тема 52. Техническая подготовка.  
Обучение замаху правой ногой влево над неподвижным мячом с последующим переносом за мяч.  
Тема 53. Техническая подготовка.  
Обучение замаху правой ногой влево над неподвижным мячом, последующему переносу за мяч, толчку мяча вправо внешней частью подъема и продвижению за мячом.  
Тема 54. Техническая подготовка.  
Передачи в парах, игра в футбол.  
Тема 55. Техническая подготовка.  
Совершенствование ударов средней частью подъема по катящемуся навстречу мячу. Учебная игра.  
Тема 56. Техническая подготовка.  
Техника приема мяча в парах.  
Тема 57. Физическая подготовка.  
Челночный бег, футбол, изучение упражнения «квадрат».  
Тема 58. Физическая подготовка.  
Бег, прыжки по лестницам, футбол, изучение упражнения «контроль мяча».  
Тема 59. Сдача контрольных нормативов.  
Тема 60. Сдача контрольных нормативов.

### 3. Календарно-тематическое планирование.

№ п/п	Тема	Дата по плану	Дата по факту
1	Техника безопасности на занятиях футболом. Размеры площадки. Основные ошибки. Правила соревнований.	26.09.2023	
2	История развития футбола в России. Развитие футбола в России и за рубежом.	28.09.2023	

3	Передвижения боком, спиной вперед, ускорение, старты из различных положений.	03.10.2023	
4	Комбинации из освоенных элементов техники (бег, рывки, повороты).	05.10.2023	
5	Ведение мяча змейкой- 10м, не теряя мяча.	10.10.2023	
6	Ведение мяча внутренней и внешней сторонами подъема.	12.10.2023	
7	Ведение мяча с разной скоростью и с мгновенной сменой направлений.	17.10.2023	
8	Ведение мяча с обводкой стоек.	19.10.2023	
9	Ведение мяча с применением обманных движений.	24.10.2023	
10	Ведение мяча с последующим ударом в цель.	26.10.2023	
11	Ведение мяча после остановок разными способами.	31.10.2023	
12	Жонглирование мячом одной ногой (стойкой).	02.11.2023	
13	Жонглирование мяча двумя ногами (стопами). Игра в футбол.	07.11.2023	
14	Жонглирование мяча двумя ногами (бедрями).	09.11.2023	
15	Жонглирование мяча с чередование "стопа-бедро" одной ногой.	14.11.2023	
16	Жонглирование мяча с чередование "стопа-бедро" двумя ногами.	16.11.2023	
17	Жонглирование мяча головой. Игра в футбол.	21.11.2023	
18	Жонглирование мяча " стопа-бедро-голова".	23.11.2023	
19	Упражнение змейка. Эстафеты.		
20	Прием мяча катящегося по игровому полю с разной скоростью и под разными углами по отношению к игроку - подошвой и разными частями стопы.	28.11.2023.	
21	Прием мяча летящего по воздуху - стопой, бедром, грудью и головой.	30.11.2023	
22	Передачи мяча - короткие, средние, дальние.	05.12.2023	
23	Передачи мяча выполняемые разными частями стопы.	07.12.2023	
24	Передачи мяча головой.	12.12.2023	
25	Удары по неподвижному мячу.	14.12.2023	
26	Удары по мячу после прямолинейного бега.	19.12.2023	
27	Удары по мячу после зигзагообразного разбега.	21.12.2023	

28	Удары по мячу после зигзагообразного разбега (стойки, барьеры).	26.12.2023	
29	Удары по мячу после имитации сопротивления партнера.	28.12.2023	
30	Удары по движущемуся мячу: прямолинейное ведение и удар.	09.01.2024	
31	Удары по движущемуся мячу: обводка стоек и удар.	11.01.2024	
32	Удары по движущемуся мячу: обводка партнера и удар.	16.01.2024	
33	Удары после коротких, средних и длинных передач мяча.	18.01.2024	
34	Удары после игры в стенку.	23.01.2024	
35	Нападение в игровых заданиях.	25.01.2024	
36	Выполнение технико-тактических действий в игре. Учебная игра.	30.01.2024	
37	Изучение техники игры вратаря, точный бросок в цель.	06.02.2024	
38	Бег 30м. Прыжок в длину с места.	08.02.2024	
39	Игры, развивающие физические способности.	13.02.2024	
40	Развитие скоростно - силовых способностей.	15.02.2024	
41	Вбрасывание футбольного мяча. Преодоление спортивно-технической полосы.	20.02.2024	
42	Совершенствование передачи и остановки мяча внутренней стороной стопы в парах на месте и в движении.	22.02.2024	
43	Перекатывание мяча подошвой в движении, поочередно обеими ногами.	27.02.2024	
44	Перекатывание мяча то влево, то вправо с остановкой его поочередно внутренней и внешней сторонами стопы.	05.03.2024	
45	Игровые упражнения с обводкой соперника.	07.03.2024	
46	Передачи мяча в два касания, прием - передача.	14.03.2024	
47	Техника передач мяча партнеру низом.	19.03.2024	
48	Выполнение технико-тактических действий в игре. Учебная игра.	21.03.2024	
49	Бег через фишки, жонглирование, игра.	26.03.2024	
50	Бег через фишки, гибкость и координация, эстафеты.	02.04.2024	
51	Обводка стоек, развитие мышечной активности.	04.04.2024	



52	Обучение замаху правой ногой влево над неподвижным мячом с последующим переносом за мяч.	09.04.2024	
53	Обучение замаху правой ногой влево над неподвижным мячом, последующему переносу за мяч, толчку мяча вправо внешней частью подъема и продвижению за мячом.	16.04.2024	
54	Передачи в парах, игра в футбол.	18.04.2024	
55	Совершенствование ударов средней частью подъема по катящемуся навстречу мячу. Учебная игра.		
56	Техника приема мяча в парах.	23.04.2024	
57	Челночный бег, футбол, изучение упражнения «квадрат».	30.04.2024	
58	Бег, прыжки по лестницам, футбол, изучение упражнения «контроль мяча».	07.05.2024	
59	Сдача контрольных нормативов.	14.05.2024	
60	Сдача контрольных нормативов.	16.05.2024	