

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Министерство образования Новгородской области
Комитет образования Администрации
Маловишерского муниципального района Новгородской области
МАОУ «Гимназия им. Мельникова» г. Малая Вишера

СОГЛАСОВАНО

Педагогическим советом

МАОУ «Гимназия им. Мельникова»
Протокол № 1 от 25.08.2023 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор



Румянцева А.С.
Приказ № 22-о.д. от 28.08.2023 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА КУРСА
ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
«ФУТБОЛ»
(6-9 КЛАССЫ)

г. Малая Вишера

2023 год

Пояснительная записка

Рабочая программа составлена в соответствии со следующими нормативно-правовыми и инструктивно-методическими документами:

– Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования (утвержден приказом Министерства просвещения РФ от 31 мая 2021 г. № 287)

– Информационно-методического письмо МИНИСТЕРСТВА ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ от 5 июля 2022 года N ТВ-1290/03 «О направлении методических рекомендаций об организации внеурочной деятельности в рамках реализации обновленных федеральных государственных образовательных основного общего образования»

– Рабочая программа по курсу внеурочной деятельности «Футбол» для обучающихся 6-9 классов (далее - Рабочая программа) разработана на основе авторской программы «Внеурочная деятельность учащихся ФУТБОЛ» Г.А. Колодницкий, В.С. Кузнецов, М.В. Маслов. Москва «Просвещение»;

– Основная образовательная программа ООО МАОУ «Гимназия им. Мельникова»

Данная программа предназначена для внеурочной формы дополнительных занятий по физическому воспитанию общеобразовательного учреждения. Весь учебный материал программы распределён в соответствии с возрастным принципом комплектования учебной группы по футболу и рассчитан на последовательное и постепенное расширение теоретических знаний, практических умений и навыков.

Данная рабочая программа направлена на содействие 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 футбол, придерживаться принципов гармоничности, оздоровительной направленности учебного процесса, на привитие учащимися 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.

Цель программы: решение оздоровительных, образовательных и развивающих задач физического воспитания при освоении учащимися игры в футбол.

Достижение цели возможно через решение следующих задач:

- закаливание детей;
- содействие гармоничному развитию личности;
- содействие воспитанию нравственных и волевых качеств у учащихся;
- привитие навыков здорового образа жизни;
- воспитание потребности и умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями;
- обучение двигательным навыкам и умениям;
- приобретение теоретических знаний в области физической культуры и спорта, в т.ч. футбола;
- развитие двигательных умений и навыков;
- умения выполнять технические приемы мини-футбола в соответствии с возрастом;
- играть футбол, применяя изученные тактические приемы.

Формы обучения:

- беседа;
- рассказ;
- демонстрация;
- игра;
- соревнования.

Методы обучения: словесные, наглядные.

Общая характеристика курса

Футбол - вид спорта, который способствуют всестороннему физическому, интеллектуальному, нравственному развитию обучающихся, укреплению здоровья, привлечению школьников к систематическим занятиям физической культурой и спортом, их личностному и профессиональному самоопределению. Во время образовательной деятельности постоянно меняется комплекс упражнений, чередуются нагрузки, в разном порядке и с разными интервалами следуют упражнения, отличающиеся по характеру, напряжённости и длительности. Борьба за мяч связана с ходьбой, бегом и резкими остановками, быстрым стартом и ускорениями, прыжками, ударами по мячу и даже акробатическими приёмами. Ещё игроку необходимо уметь удерживать равновесие, ориентироваться в пространстве, чувствовать темп, быть гибким, координированным и ловким. Сформировать эти навыки возможно только в том случае, когда во время занятий применяются элементы из других видов спорта. Футбол — командная игра, каждому члену команды надо уметь выстраивать отношения с другими игроками. Умение или неумение идти на контакт и договариваться имеет серьёзное влияние на результат деятельности, а психологический климат в команде нередко играет определяющую роль в итоге игры. Поэтому футбол — это еще и возможность выработать коммуникативные навыки. Ведь игра не состоится без сотрудничества и сплочённости, желания находить общий язык и решать конфликтные ситуации. Постоянно изменяющиеся сочетания движений, действий и отдыха, резкая перемена обстановки связаны с тем, что

необходимо следить за движущимся мячом, в доли секунды оценивать ситуацию и тут же реагировать на неё точным движением. Причём как лично, так и в совместных действиях. Значит, важна быстрота ответной реакции, способствующая стремительному выполнению движений. Психологи рекомендуют занятия командными видами спорта для развития лидерских качеств. Футбол располагает к этому, потому что здесь ребёнок может проявлять инициативу и принимать решения, которые могут повлиять на исход игры. Взаимодействие с другими детьми научит его ответственности не только за себя, но и за работу коллектива, а также позволит проявить себя и стать капитаном команды. Футбол - игра, где формируются важные черты характера, развиваются многие навыки: умение общаться, способность выдерживать физическую нагрузку, формирует определённый образ мышления, умение быстро реагировать и самостоятельно принимать решения. Даже если в дальнейшем обучающийся не выберет спортивную карьеру, приобретённые качества будут полезны для достижения высоких результатов не только в спорте, но и в жизни. Занятия футболом для детей и подростков имеют оздоровительную направленность, повышают уровень функционирования сердечно сосудистой, дыхательной, костно-мышечной и других систем организма человека, а также предполагают длительное время нахождения на свежем воздухе, что в сочетании с физическими упражнениями является формой закаливания и благотворно влияет на укрепление здоровья, снижение заболеваемости, повышение устойчивости организма к меняющимся погодным условиям и повышение уровня работоспособности детей.

Место в учебном плане

Программа курса составлена из расчёта 136 учебных часов — по 1 часу в неделю. В 6-9 классах — по 34 часа.

Срок реализации программы — 4 года. Продолжительность занятий 40 минут.

Планируемые результаты освоения программы:

Личностные результаты: отражаются в индивидуальных качественных свойствах обучающихся:

- формирование культуры здоровья – отношения к здоровью как высшей ценности человека;
- развитие личностных качеств, обеспечивающих осознанный выбор поведения, снижающего или исключаящего воздействие факторов, способных нанести вред физическому и психическому здоровью;
- формирование потребности ответственного отношения к окружающим и осознания ценности человеческой жизни.
- осознанное, уважительное и доброжелательное отношение к другому человеку, его мнению, мировоззрению, культуре, языку, вере, гражданской позиции.
- Российская гражданская идентичность (патриотизм, уважение к Отечеству, к прошлому и настоящему многонационального народа России, чувство ответственности и долга перед Родиной, идентификация себя в качестве гражданина России, Метапредметные результаты:
- способность выделять ценность здоровья, здорового и безопасного образа жизни как целевой приоритет при организации собственной жизнедеятельности, взаимодействии с людьми;
- умение адекватно использовать знания о позитивных и негативных факторах, влияющих на здоровье;
- способность рационально организовать физическую и интеллектуальную деятельность;
- формирование умений позитивного коммуникативного общения с окружающими.
- планировать профилактические мероприятия по сохранению и укреплению своего здоровья;

Предметные результаты: приобретаемый опыт проявляется в знаниях и способах двигательной деятельности, умениях творчески их применять при решении практических задач, связанных с организацией и проведением самостоятельных занятий физической культурой.

В ходе реализации программы внеурочной деятельности по спортивно оздоровительному направлению «Футбола» обучающиеся должны знать:

- особенности воздействия двигательной активности на организм человека;
- правила оказания первой медицинской помощи;
- способы сохранения и укрепление здоровья;
- свои права и права других людей;
- влияние здоровья на успешную учебную деятельность;
- значение физических упражнений для сохранения и укрепления здоровья.

Содержание программы «Футбол»

«Футбол» 6 класс.

Тема 1. Вводное занятие (1ч) Техника безопасности на занятиях футболом. Возникновение игры «футбол».

Тема 2. Общая физическая подготовка (7ч).

Теоретические сведения. Физические способности.

Практические занятия. Техника передвижений игрока, бег, прыжки, остановка. Техника передвижений игрока, развитие ловкости. Упражнения для ног. Прыжки через скакалку, приседания. Челночный бег. Бег на короткие дистанции. Ускорения. Бег на средние и длинные дистанции. Развитие выносливости.

Тема 3. Специальная физическая подготовка (6ч) Упражнения для развития силовой выносливости.

Приседания, упражнения для ног. Кувырки, преодоление полосы препятствий. Броски набивного мяча в парах, упражнения для рук. Сгибание

разгибание рук в упоре лежа. Развитие силы. Специально- подготовительные беговые и прыжковые упражнения. Эстафета.

Тема 4. Техника игры (11ч) Жонглирование. Остановка катящегося мяча подошвой. Жонглирование. Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы. Жонглирование, остановки мяча. Владение мячом, упражнения с мячом. Владение мячом, упражнения с мячом. Ведение мяча с изменением направления. Ведение мяча змейкой с обводкой. Удар по мячу внешней стороной стопы. Передачи мяча внешней стороной стопы в парах. Передачи мяча в тройках, треугольник. Удары по воротам внешней стороной стопы. Обманные движения, финты.

Тема 5. Тактика игры (4ч) Тактика игры вратаря. Тактика игры в нападении. Тактика игры в защите. Тактика игры в футбол. Учебная игра.

Тема 6. Тестирование (3ч) Общая физическая подготовка: Бег 30м, Прыжок в длину. Специальная подготовка: Бег 30м с ведением мяча, бег 5х30м с ведением мяча, жонглирование мячом, удар по мячу ногой на точность.

Тема 7. Контрольные игры (2ч) Учебная игры.

Содержание программы «Футбол»

«Футбол» 7 класс.

Тема 1. Вводное занятие (1ч) Техника безопасности на занятиях футболом.

Тема 2. Общая физическая подготовка (7ч)

Теоретические сведения. Развитие выносливости, двигательных действий, передвижение игрока, ускорения при беге.

Практические занятия. Техника передвижений. Техника передвижений игрока, развитие ловкости и баланса. Ускорения из разных положений. Челночный бег. Развитие выносливости. Кросс Развитие выносливости. Упражнения для ног. Прыжки через скакалку, приседания. Челночный бег. Бег на короткие дистанции. Ускорения.

Тема 3. Специальная физическая подготовка (6ч)

Теоретические сведения. Развитие прыжка, скорости, силы.

Практические занятия. Выпрыгивания из седа. Приседания, прыжки. Полоса препятствий. Броски набивного мяча, упражнения с мячами. Развитие силы, круговая тренировка. Беговые и прыжковые упражнения. Эстафета с мячами.

Тема 4. Техника игры (11ч) Жонглирование. Остановка летящего навстречу мяча. Жонглирование. Остановка летящего навстречу мяча внутренней стороной стопы. Остановки мяча бедром, грудью, подъемом. Ведение мяча по ориентирам. Ведение мяча с изменением направления в пространстве. Ведение мяча змейкой с обводкой конусов. Удар по мячу серединой подъема. Передачи мяча серединой подъема в парах. Упражнение квадрат. Удары по воротам серединой подъема. Удары по воротам серединой подъема. Обманные движения, обводка соперника.

Тема 5. Тактика игры (4ч) Тактика игры вратаря. Тактика игры в нападении. Тактика игры в защите. Тактика игры в футбол. Учебная игра.

Тема 6. Тестирование (3ч) Общая физическая подготовка: Бег 30м, Прыжок в длину. Специальная подготовка: Бег 30м с ведением мяча, бег 5х30м с ведением мяча, жонглирование мячом, удар по мячу ногой на точность

Тема 7. Контрольные игры (2ч) Учебная игры.

Содержание программы «Футбол»

«Футбол» 8 класс.

Тема 1. Вводное занятие (1ч) Техника безопасности на занятиях футболом. Основные правила игры в футбол. Врачебный контроль и самоконтроль.

Тема 2. Общая физическая подготовка (7ч).

Теоретические сведения. Развитие выносливости, ловкости, двигательных действий, передвижение игрока, ускорения при беге.

Практические занятия. Техника передвижений. Учебная игра. Техника передвижений игрока. Общеразвивающие упражнения с предметами (скакалка, набивной мяч, отягощения). Ускорения из разных положений, челночный бег. Легкоатлетические упражнения. Учебная игра. Развитие выносливости. Техника передвижений игрока, развитие ловкости. Упражнения для ног. Прыжки через скакалку, приседания.

Тема 3. Специальная физическая подготовка (6ч)

Теоретические сведения. Развитие физической силы, разных групп мышц.

Практические занятия. Круговая тренировка на все группы мышц.

Круговая тренировка для мышц ног. Эстафета с футбольными мячами. Упражнения с набивными мячами. Развитие силы, круговая тренировка. Беговые и прыжковые упражнения. Ускорения. Круговая эстафета.

Тема 4. Техника игры (11ч) Остановка катящегося мяча подошвой. Упражнения для развития быстроты и ловкости, выносливости. Учебная игра. Остановка катящегося мяча подошвой, внутренней стороной стопы. Ведение и удар мяча носком. Учебная игра. Ведение мяча с изменением направления и с различной скоростью. Учебная игра. Комбинации из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом. Учебная игра. Удар внешней стороной стопы. Учебная игра. Удар средней частью подъема. Учебная игра. Совершенствование техники ударов по мячу и остановок мяча. Учебная игра. Передачи мяча в тройках с забеганием. Передача мяча в одно касание. Учебная игра. Удары головой. Учебная игра. Обманные движения, финты обводка соперника.

Тема 5. Тактика игры (4ч) Тактика игры вратаря. Тактика игры в нападении. Тактика игры в защите. Тактика игры в футбол. Учебная игра.

Тема 6. Тестирование (3ч) Общая физическая подготовка: Бег 30м, Прыжок в длину. Специальная подготовка: Бег 30м с ведением мяча, бег 5х30м с ведением мяча, жонглирование мячом, удар по мячу ногой на точность. 6-минутный бег, бег 400м, доставание подвешенного мяча кулаком

в прыжке, удары по мячу ногой с рук на дальность и точность, Ведение мяча, обводка стоек и удар по воротам.

Тема 7. Контрольные игры (2ч) Учебная игры.

Содержание программы «Футбол»

«Футбол» 9 класс.

Тема 1. Вводное занятие (1ч) Техника безопасности на занятиях футболом. Основные правила игры в футбол. Врачебный контроль и самоконтроль.

Тема 2. Общая физическая подготовка (7ч)

Теоретические сведения. Развитие выносливости, ловкости, двигательных действий, передвижение игрока, ускорения при беге.

Практические занятия. Техника передвижений. Открывания во время игры. Учебная игра. Техника передвижений игрока. Специальные упражнения с предметами. Челночный бег с мячами. Эстафеты. Легкоатлетические упражнения. Учебная игра. Беговая подготовка. Техника передвижений игрока, развитие ловкости. Техника передвижений игрока. Специальные упражнения с предметами. Упражнения для ног. Прыжки через скакалку, приседания

Тема 3. Специальная физическая подготовка (6ч)

Теоретические сведения. Развитие физической силы, разных групп мышц.

Практические занятия. Круговая тренировка. Развитие силы. Круговая тренировка для мышц ног. Скоростно- силовая подготовка. Развитие взрывной силы. Упражнения с набивными мячами, учебная игра. Развитие скоростной выносливости. Беговые и прыжковые упражнения.

Тема 4. Техника игры (11ч) Остановка катящегося мяча подошвой и внутренней стороной стопы. Упражнения для развития быстроты и ловкости, выносливости. Учебная игра. Остановка летящего мяча внутренней стороной стопы, бедром, грудью. Учебная игра. Ведение мяча с изменением направления и с различной скоростью. Комбинации из освоенных элементов

техники перемещений и владения мячом. Комбинации из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом. Удар внешней стороной стопы в движении. Учебная игра. Удар средней частью подъема в движении. Учебная игра. Совершенствование техники ударов по мячу в движении и остановок мяча. Учебная игра. Передачи мяча различными способами, игра в стенку. Передача мяча в одно касание. Учебная игра. Удары головой. Учебная игра. Обманные движения, финты

Тема 5. Тактика игры (4ч) Тактика игры вратаря. Тактика игры в нападении. Тактика игры в защите. Тактика игры в футбол. Учебная игра.

Тема 6. Тестирование (3ч) Общая физическая подготовка: Бег 30м, Прыжок в длину. Специальная подготовка: Бег 30м с ведением мяча, бег 5х30м с ведением мяча, жонглирование мячом, удар по мячу ногой на точность. 6-минутный бег, бег 400м, доставание подвешенного мяча кулаком в прыжке, удары по мячу ногой с рук на дальность и точность, Ведение мяча, обводка стоек и удар по воротам.

Тема 7. Контрольные игры (2ч) Учебная игры.

Тематическое планирование.

№ п/п	Раздел	6 класс		7 класс		8 класс		9 класс	
		теория	практ	теория	практ	теория	практ	теория	практ
1.	Вводное занятие	1		1		1		1	
2.	Общая физическая подготовка		7		7		7		7
3.	Специальная подготовка		6		6		6		6
4.	Техника игры		11		11		11		11
5.	Тактика игры		4		4		4		4
6.	Тестирование		3		3		3		3
7.	Контрольные игры		2		2		2		2
Всего		1	32	1	32	1	32	1	32
Итого		34		34		34		34	

**Тематическое планирование
6 класс.**

№ п/п	Разделы, темы	Всего часов	Дата	
			План	Факт
Вводное занятие (1ч)				
1.	Техника безопасности на занятиях футболом. Возникновение игры «футбол».	1		
Общая физическая подготовка (7ч)				
2.	Техника передвижений игрока, бег, прыжки, остановка	1		
3.	Техника передвижений игрока, бег, прыжки, остановка	1		
4.	Техника передвижений игрока, развитие ловкости	1		
5.	Упражнения для ног. Прыжки через скакалку, приседания	1		
6.	Челночный бег. Бег на короткие дистанции. Ускорения	1		
7.	Бег на средние и длинные дистанции. Развитие выносливости	1		
8.	Бег на средние и длинные дистанции. Развитие выносливости	1		
Специальная физическая подготовка (6ч)				
9.	Упражнения для развития силовой выносливости	1		
10.	Приседания, упражнения для ног	1		
11.	Кувырки, преодоление полосы препятствий	1		
12.	Броски набивного мяча в парах, упражнения для рук	1		
13.	Сгибание разгибание рук в упоре лежа. Развитие силы	1		
14.	Специально- подготовительные беговые и прыжковые упражнения. Эстафета	1		
Техника игры (11ч)				
15.	Жонглирование. Остановка катящегося мяча подошвой.	1		
16.	Жонглирование. Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы.	1		
17.	Жонглирование, остановки мяча	1		
18.	Владение мячом, упражнения с мячом	1		
19.	Ведение мяча с изменением направления	1		
20.	Ведение мяча змейкой с обводкой	1		
21.	Удар по мячу внешней стороной стопы	1		
22.	Передачи мяча внешней стороной стопы в парах	1		
23.	Передачи мяча в тройках, треугольник	1		
24.	Удары по воротам внешней стороной стопы	1		
25.	Обманные движения, финты	1		
Тактика игры (4ч)				
26.	Тактика игры вратаря	1		
27.	Тактика игры в нападении	1		

№ п/п	Разделы, темы	Всего часов	Дата	
			План	Факт
28.	Тактика игры в защите	1		
29.	Тактика игры в футбол. Учебная игра	1		
Тестирование (3ч)				
30.	Общая физическая подготовка: Бег 30м, Прыжок в длину.	1		
31.	Специальная подготовка: Бег 30м с ведением мяча, Бег 5х30м с ведением мяча, Жонглирование мячом, Удар по мячу ногой на точность	1		
32.	Специальная подготовка: Бег 30м с ведением мяча, Бег 5х30м с ведением мяча, Жонглирование мячом, Удар по мячу ногой на точность	1		
Контрольные игры (2ч)				
33.	Учебная игра	1		
34.	Учебная игра	1		

Тематическое планирование 7 класс.

№ п/п	Разделы, темы	Всего часов	Дата	
			План	Факт
Вводное занятие (1ч)				
1.	Техника безопасности на занятиях футболом.	1		
Общая физическая подготовка (7ч)				
2.	Техника передвижений	1		
3.	Техника передвижений игрока, развитие ловкости и баланса	1		
4.	Ускорения из разных положений	1		
5.	Челночный бег. Развитие выносливости	1		
6.	Кросс Развитие выносливости	1		
7.	Упражнения для ног. Прыжки через скакалку, приседания	1		
8.	Челночный бег. Бег на короткие дистанции. Ускорения	1		
Специальная физическая подготовка (6ч)				
9.	Выпрыгивания из седа	1		
10.	Приседания, прыжки	1		
11.	Полоса препятствий	1		
12.	Броски набивного мяча, упражнения с мячами	1		
13.	Развитие силы, круговая тренировка	1		
14.	Беговые и прыжковые упражнения. Эстафета с мячами	1		
Техника игры (11ч)				
15.	Жонглирование. Остановка летящего навстречу мяча	1		
16.	Жонглирование. Остановка летящего навстречу мяча	1		

№ п/п	Разделы, темы	Всего часов	Дата	
			План	Факт
	внутренней стороной стопы			
17.	Остановки мяча бедром, грудью, подъемом	1		
18.	Ведение мяча по ориентирам	1		
19.	Ведение мяча с изменением направления в пространстве	1		
20.	Ведение мяча змейкой с обводкой конусов	1		
21.	Удар по мячу серединой подъема	1		
22.	Передачи мяча серединой подъема в парах	1		
23.	Упражнение квадрат	1		
24.	Удары по воротам серединой подъема	1		
25.	Обманные движения, обводка соперника	1		
Тактика игры (4ч)				
26.	Тактика игры вратаря	1		
27.	Тактика игры в нападении	1		
28.	Тактика игры в защите	1		
29.	Тактика игры в футбол. Учебная игра	1		
Тестирование (3ч)				
30.	Специальная подготовка: Бег 30м с ведением мяча, Бег 5х30м с ведением мяча, Жонглирование мячом, Удар по мячу ногой на точность	1		
31.	Специальная подготовка: Бег 30м с ведением мяча, Бег 5х30м с ведением мяча, Жонглирование мячом, Удар по мячу ногой на точность	1		
32.	Специальная подготовка: Бег 30м с ведением мяча, Бег 5х30м с ведением мяча, Жонглирование мячом, Удар по мячу ногой на точность			
Контрольные игры (2ч)				
33.	Учебная игра	1		
34.	Учебная игра	1		

Тематическое планирование 8 класс.

№ п/п	Разделы, темы	Всего часов	Дата	
			План	Факт
Вводное занятие (2ч)				
1.	Техника безопасности на занятиях футболом. Основные правила игры в футбол. Врачебный контроль и самоконтроль.	1		
Общая физическая подготовка (7ч)				
2.	Техника передвижений. Учебная игра	1		
3.	Техника передвижений игрока. Общеразвивающие	1		

№ п/п	Разделы, темы	Всего часов	Дата	
			План	Факт
	упражнения с предметами (скакалка, набивной мяч, отягощения).			
4.	Ускорения из разных положений, челночный бег	1		
5.	Легкоатлетические упражнения. Учебная игра	1		
6.	Развитие выносливости	1		
7.	Техника передвижений игрока, развитие ловкости	1		
8.	Упражнения для ног. Прыжки через скакалку, приседания	1		
Специальная физическая подготовка (6ч)				
9.	Круговая тренировка на все группы мышц	1		
10.	Круговая тренировка для мышц ног	1		
11.	Эстафета с футбольными мячами	1		
12.	Упражнения с набивными мячами	1		
13.	Развитие силы, круговая тренировка	1		
14.	Беговые и прыжковые упражнения. Ускорения. Круговая эстафета	1		
Техника игры (11ч)				
15.	Остановка катящегося мяча подошвой. Упражнения для развития быстроты и ловкости, выносливости. Учебная игра	1		
16.	Остановка катящегося мяча подошвой, внутренней стороной стопы. Ведение и удар мяча носком. Учебная игра	1		
17.	Ведение мяча с изменением направления и с различной скоростью. Учебная игра	1		
18.	Комбинации из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом. Учебная игра	1		
19.	Удар внешней стороной стопы. Учебная игра	1		
20.	Удар средней частью подъема. Учебная игра	1		
21.	Совершенствование техники ударов по мячу и остановок мяча. Учебная игра	1		
22.	Передачи мяча в тройках с забеганием	1		
23.	Передача мяча в одно касание. Учебная игра	1		
24.	Удары головой. Учебная игра	1		
25.	Обманные движения, финты обводка соперника	1		
Тактика игры (4ч)				
26.	Тактика игры вратаря	1		
27.	Тактика игры в нападении	1		
28.	Тактика игры в защите	1		
29.	Тактика игры в футбол. Учебная игра	1		

№ п/п	Разделы, темы	Всего часов	Дата	
			План	Факт
Тестирование (3ч)				
30.	Бег 30м, Прыжок в длину, Бег 30м с ведением мяча	1		
31.	Жонглирование мячом, удар по мячу ногой на точность. 6-минутный бег, бег 400м, доставание подвешенного мяча кулаком в прыжке	1		
32.	Удары по мячу ногой с рук на дальность и точность, Ведение мяча, обводка стоек и удар по воротам	1		
Контрольные игры (2ч)				
33.	Учебная игра	1		
34.	Учебная игра	1		

Тематическое планирование 9 класс.

№ п/п	Разделы, темы	Всего часов	Дата	
			План	Факт
Вводное занятие (2ч)				
1.	Тб на занятиях по футболу. Врачебный контроль и самоконтроль	1		
Общая физическая подготовка (7ч)				
2.	Техника передвижений. Открывания во время игры. Учебная игра	1		
3.	Техника передвижений игрока. Специальные упражнения с предметами	1		
4.	Челночный бег с мячами. Эстафеты.	1		
5.	Легкоатлетические упражнения. Учебная игра	1		
6.	Беговая подготовка	1		
7.	Техника передвижений игрока, развитие ловкости	1		
8.	Упражнения для ног. Прыжки через скакалку, приседания	1		
Специальная физическая подготовка (6ч)				
9.	Круговая тренировка. Развитие силы	1		
10.	Круговая тренировка для мышц ног. Скоростно-силовая подготовка	1		
11.	Развитие взрывной силы	1		
12.	Упражнения с набивными мячами, учебная игра	1		
13.	Развитие скоростной выносливости	1		
14.	Беговые и прыжковые упражнения	1		
Техника игры (11ч)				
15.	Остановка катящегося мяча подошвой и внутренней стороной стопы. Упражнения для развития быстроты и ловкости, выносливости. Учебная игра	1		

№ п/п	Разделы, темы	Всего часов	Дата	
			План	Факт
16.	Остановка летящего мяча внутренней стороной стопы, бедром, грудью. Учебная игра	1		
17.	Ведение мяча с изменением направления и с различной скоростью	1		
18.	Комбинации из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом	1		
19.	Удар внешней стороной стопы в движении. Учебная игра	1		
20.	Удар средней частью подъема в движении. Учебная игра	1		
21.	Совершенствование техники ударов по мячу в движении и остановок мяча. Учебная игра	1		
22.	Передачи мяча различными способами, игра в стенку	1		
23.	Передача мяча в одно касание. Учебная игра	1		
24.	Удары головой. Учебная игра	1		
25.	Обманные движения, финты	1		
Тактика игры (4ч)				
26.	Тактика игры вратаря	1		
27.	Тактика игры в нападении	1		
28.	Тактика игры в защите	1		
29.	Тактика игры в футбол. Учебная игра	1		
Тестирование (3ч)				
30.	Бег 30м, Прыжок в длину, Бег 30м с ведением мяча	1		
31.	Жонглирование мячом, удар по мячу ногой на точность. 6-минутный бег, бег 400м, доставание подвешенного мяча кулаком в прыжке	1		
32.	Удары по мячу ногой с рук на дальность и точность, Ведение мяча, обводка стоек и удар по воротам	1		
Контрольные игры (2ч)				
33.	Учебная игра	1		
34.	Учебная игра	1		

Условия реализации программы

Для реализации данной программы необходимы следующие условия:

1. Футбольное поле
2. Спортивный зал
3. Футбольные мячи
4. Набивные мячи

5. Сетки для футбольных ворот
6. Конусы, стойки
7. Манежки
8. Наглядный материал
9. Учебно-методическая литература

Оценочные материалы.

Контроль направлен на выявление сведений о динамике функционального состояния занимающихся, об их технической и физической подготовленности (общей и специальной).

Основными источниками информации об эффективности учебно-тренировочного процесса являются:

- данные педагогических наблюдений за занимающимися на занятиях и соревнованиях;
- результаты, показанные занимающимися в контрольных упражнениях (двигательных тестах) по технической и физической подготовке.

Контрольные упражнения по физической и технической подготовке для 6-9 классов.

№	Упражнение	11 лет	12 лет	13 лет	14 лет	15 лет	16 лет
1	Бег 30м (сек)	5,0	5,3	5,1	4,9	4,7	4,6
2	Бег 400м (сек)					67,0	65,0
3	6-минутный бег (м)				1400	1500	1600
4	Прыжок в длину с/м (см)	150	160	170	180	200	220
5	Бег 30м с ведением мяча (сек)	6,6	6,4	6,2	6,0	5,8	5,4
6	Бег 5х30м с ведением мяча					30,0	28,0
7	Удар по мячу на дальность – сумма ударов правой и левой ногой				45	55	65
8	Удар по мячу ногой на точность (число попаданий)	5	6	7	8	6	7
9	Ведение мяча, обводка стоек и удар по воротам					10,0	9,5
10	Жонглирование мячом (кол-во)	6	8	10	12	20	25
11	Удары по мячу ногой с рук на дальность и точность					30	34

12	Доставание подвешенного мяча кулаком в прыжке					45	50
----	---	--	--	--	--	----	----

Учебно-методическое обеспечение образовательного процесса

Методические материалы для ученика:

Блохин О., Аркадьев Д. Право на гол.- М.: Физкультура и спорт, 1994.

Выборнов Ю. Марадона, Марадона.-М.: Физкультура и спорт, 1989.-192с.

Гиффорд К. Все о футболе.- М.: АСТ, Астрель, 2006.

Кассиль Л. Вратарь республики.- М.: Детгиз, 1999.

Нетто И. Это-футбол. 2 –е изд. Доп. –М.: Физкультура и спорт, 2004-200с.

Якушин М.О. Вечная тайна футбола. – М.: Физкультура и спорт, 1998.

Методические материалы для учителя:

Андреев С. Н. Футбол - твоя игра. - М.: Просвещение, 2009..

Гогунев Е. Н., Мартыанов Б. И, Психология физического воспитания и спорта. - М.: АСАДЕМІА, 2000.

Дополнительное образование детей: Учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / Под ред. О. Е. Лебедева. - М.: Гуманит.-изд. центр ВЛАДОС, 2000.

Евладова Е. Б., Логинова Л. Г., Михайлова Н. Н. Дополнительное образование детей: Учеб. пособие для студ. учреждений сред. проф. образования. - М.: Гуманит.-изд. центр ВЛАДОС, 2002.

Кузнецов А.А.Футбол. Настольная книга детского тренера. – М.:Клуб 36,6., 2007.

Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11-х классов общеобразовательной школы, 2006.

Коротков И. М. Подвижные игры. - М.: Физкультура и спорт, 2004.

Учебное оборудование:

1. Футбольное поле
2. Спортивный зал

3. Футбольные мячи
4. Набивные мячи
5. Сетки для футбольных ворот
6. Конусы, стойки
7. Манежки
8. Наглядный материал
9. Учебно-методическая литература