

с. Новая Кармала

Пояснительная записка.

Программа составлена на основе примерной программы по мини – футболу (футзал) для школ среднего (полного) общего образования. Весь учебный материал программы рассчитан на последовательное и постепенное расширение теоретических знаний, практических умений и навыков игры в мини-футбол.

Направленность данной программы – физкультурно-спортивная.

Актуальность программы состоит в том, что в настоящее время значительная часть школьников занимается физическими упражнениями лишь на уроках физической культуры. Поэтому одной из важнейших задач является привлечение как можно большего числа школьников к систематическим занятиям в различных секциях для повышения уровня физической подготовленности.

Целью занятий в секции являются: разносторонняя подготовка и овладение рациональной техникой игры в мини-футбол; приобретение знаний, умений необходимых футболистам; воспитание трудолюбия, дисциплины, взаимопомощи, чувства коллективизма.

Задачи:

- укрепление здоровья и закаливание организма;
- привитие интереса к систематическим занятиям мини-футболом;
- обеспечение всесторонней физической подготовки с преимущественным развитием быстроты, ловкости и координации движений;
- овладение техническими приёмами, которые наиболее часто и эффективно применяются в игре, и основами индивидуальной, групповой и командной тактики игры в мини-футбол;
- освоение процесса игры в соответствии с правилами мини-футбола;
- участие в соревнованиях по мини-футболу;
- изучение элементарных теоретических сведений о личной гигиене, истории мини-футбола, технике и тактике, правил игры в мини-футбол.

Срок реализации программы.

Изучение программного материала рассчитано на 3 года.

Форма и режим занятий.

Программа предусматривает распределение учебно-тренировочного материала на 34 часа в год. Продолжительность занятий – 1 раз в неделю по 1 часу.

Все занятия, которые проводятся в кружке, должны носить воспитывающий характер. Руководитель кружка разъясняет занимающимся высокую идейную направленность Российской системы физического воспитания, большую государственную значимость её, подчёркивает повседневную заботу Российского правительства о развитии физической культуры и спорта в России. У занимающихся надо воспитывать уважение к товарищам, коллективные навыки, высокую сознательность, умение преодолевать трудности и другие морально-волевые качества.

Воспитанию кружковцев способствуют чёткая организация проведения занятий, требовательность к выполнению упражнений, строгое выполнение правил и норм поведения на занятиях, соревнованиях и в бытовых условиях. Особую роль как средство воспитания играет личный положительный пример руководителя кружка.

Одним из основных условий успешной организации учебно-тренировочных занятий кружка мини-футбола является наличие спортивного зала с простейшим подсобным оборудованием.

Изучение теоретического материала осуществляется в форме 15-20-минутных бесед, которые проводятся, как правило, в начале занятий (как часть комплексного занятия). Кроме того, теоретические сведения сообщаются кружковцам в процессе проведения практических занятий.

Руководитель кружка, подбирая материал для занятий, должен наряду с новым обязательно включать в занятия упражнения, приёмы техники и тактики игры из ранее усвоенного учебного материала для его закрепления и совершенствования.

В кружке по мини-футболу занимающиеся должны получать элементарные навыки судейства игр по мини-футболу и навыки инструктора-общественника.

Практические занятия по обучению судейству начинаются в средней группе после того, как усвоены правила игры. Учебным планом специальные часы на судейскую практику не предусматриваются. Обучение судейству осуществляется во время проведения двухсторонних учебных, тренировочных игр и соревнований. Каждый кружковец средней юношеской группы должен уметь заполнить протокол соревнований, написать заявку, составить игровую таблицу, уметь организовать соревнования по мини-футболу.

Инструкторская практика проводится не только в отведённое учебным планом время, но и в процессе учебно-тренировочных занятий. Задача инструкторской практики – научить подавать строевые команды, правильно показывать и объяснять упражнения, самостоятельно проводить занятия с группой.

Практические занятия по физической, технической и тактической подготовке проводятся в форме игровых занятий по общепринятой методике. Физическая подготовка направлена на развитие физических способностей организма, ей в занятиях отводится значительное место. Выделяют общую и специальную физическую подготовку. Общая физическая подготовка предусматривает всестороннее развитие физических способностей, специальная – развитие качеств и функциональных возможностей, специфичных для футболистов.

Цель специальной физической подготовки – достичь выполнения сложных приёмов владения мячом на высокой скорости, улучшить манёвренность и подвижность футболиста в играх, повысить уровень его морально-волевых качеств. В зависимости от возрастных особенностей в планировании занятий по физической подготовке делают акцент на воспитание определённых физических качеств. Для эмоциональности занятий рекомендуется широко применять игры, эстафеты и игровые упражнения, включать элементы соревнований, использовать футбольные мячи.

Следует учитывать, что в процессе занятий, имеющих основную направленность на совершенствование техники и тактики игры, развиваются одновременно и физические способности занимающихся. В учебных играх и соревнованиях по мини-футболу у занимающихся совершенствуется весь комплекс подготовки, необходимый футболисту: его техническая, тактическая, физическая и волевая подготовка.

Формирование навыков в технике владения мячом – одна из задач всесторонней подготовки футболиста. На всех этапах занятий идёт непрерывный процесс обучения технике мини-футбола и совершенствования её.

Обучая кружковцев технике владения мячом, очень важно создать у них правильное зрительное представление изучаемого технического приёма.

Обучение технике игры в мини-футбол является наиболее сложным и трудоёмким процессом, поэтому на него отводится программой большая часть времени. Важно довести до сознания каждого кружковца, что для овладения техникой игры требуется большая настойчивость, прилежание и трудолюбие.

Для эффективности обучения техническим приёмам игры необходимо широко использовать учебное оборудование: отражающие стенки, стойки для обводки, переносные мишени, подвесные мячи, переносные ворота.

Руководитель кружка должен следить за развитием у занимающихся физических качеств, а также за уровнем их технической подготовки. Для этого не менее 2 раза в год проводятся

испытания по следующим контрольным нормативам и выявляется уровень физической подготовленности занимающихся:

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

После первого года обучения занимающийся в кружке ожидает, что он наберёт достаточный уровень общей физической, приобретёт навыки и умения игры в мини-футбол, расширит кругозор и знания по судейству игры в мини-футбол.

На втором году обучения занимающиеся должны владеть игровыми ситуациями и достичь высокого уровня специальной подготовки при выполнении сложных приёмов овладения мячом на высокой скорости, улучшить маневренность и подвижность футболиста в играх, повысить уровень его морально-волевых качеств.

Знать:

- значение правильного режима дня юного спортсмена;
- разбор и изучение правил игры в мини-футбол;
- роль капитана команды, его права и обязанности;
- правила использования спортивного инвентаря.

Уметь:

- контролировать и регулировать функциональное состояние организма при выполнении физических упражнений, добиваться оздоровительного эффекта и совершенствования физических кондиций;
- управлять своими эмоциями;
- владеть игровыми ситуациями на поле;
- уметь владеть техникой передвижений, остановок, поворотов, а также техникой ударов по воротам.

Краткое описание содержания программного материала.

Физическая культура и спорт в России. Физическая культура – составная часть культуры, одно из средств воспитания, укрепления здоровья, всестороннего развития людей. Значение физической культуры для подготовки Российских людей к трудовой деятельности и защите Родины.

Развитие мини-футбола в России. Краткая характеристика мини-футбола как средства физического воспитания. История возникновения мини-футбола и развитие его в России. Чемпионат и кубок России по мини-футболу.

Гигиенические знания и навыки. Закаливание. Личная гигиена: уход за кожей, волосами, ногтями, полостью рта. Вред курения. Общий режим дня школьника. Значение правильного режима дня юного спортсмена.

Использование естественных факторов природы (солнце, воздух, вода) в целях закаливания организма. Обтирание, обливание и ножные как гигиенические и закаливающие процедуры. Правила купания.

Правила игры в мини-футбол. Разбор и изучение правил игры в мини-футбол. Роль капитана команды, его права и обязанности.

Места занятий оборудование. Площадка для игры в мини-футбол, её устройство, разметка. Подготовка площадки для занятий и соревнований по мини-футболу. Специальное оборудование: стойки для подвески мячей, щиты стационарные и переносные для ударов.

Общая и специальная физическая подготовка. Утренняя гигиеническая гимнастика школьника. Ознакомление с упрощёнными правилами игры в ручной мяч, баскетбол, хоккей с мячом. Меры предупреждения несчастных случаев при плавании. Подготовка к сдаче контрольных испытаний.

Практические занятия. Общеразвивающие упражнения без предметов. Поднимание и опускание рук в стороны и вперёд, сведение рук вперёд и разведение, круговые вращения, сгибание и разгибание рук в упоре на высоте пояса. Наклоны туловища вперёд и в стороны; то же, в сочетании с движениями рук. Круговые движения туловища с различным положением рук (на поясе, за головой, вверх). Поднимание и вращение ног в положении лёжа на спине. Полуприседание и приседание с различными положениями рук. Выпады вперёд, назад и в стороны с наклонами туловища и движениями рук. Прыжки в полуприседе. Переход из упора присев в упор лёжа и снова и снова в упор присев. Упражнения на формирование правильной осанки.

Упражнения с набивным мячом.(масса 1 – 2 кг.) Броски мяча друг другу двумя руками от груди, из-за головы снизу. Подбрасывание мяча вверх и ловля его; то же, с поворотом кругом.

Наклоны и повороты туловища в сочетании с различными положениями и движениями рук с мячом. Перекатывание набивного мяча друг другу ногами в положении сидя.

Акробатические упражнения. Кувырок вперёд с шага. Два кувырка вперёд. Кувырок назад из седа. Длинный кувырок вперёд. Стойка на лопатках перекатом назад из упора присев. Перекаты вперёд и назад в положение лёжа, прогнувшись. «Мост» из положения лёжа на спине. «Полушпагат». *Упражнение в висах и упорах.* Из виса хватом сверху подтягивание: 2 подхода по 2 – 4 раза, 2 – 3 подхода по 3 – 5 раз. Из упора лёжа на гимнастической скамейке сгибание и разгибание рук: два подхода по 2 – 4 раза, 2 – 3 подхода по 3 – 5 раз.

Лёгкоатлетические упражнения. Бег с ускорением до 60 м. Бег с высокого старта до 60 м. Бег по пересечённой местности (кросс) до 1500 м. Бег медленный до 20 мин. Бег повторный до 6 x 30 м. и 4 x 50 м. Бег 300 м.

Прыжки с разбега в длину (310-340 см.) и в высоту (95-105 см.). Прыжки с места в длину.

Метание малого (теннисного) мяча: в цель, на дальность (с места с подхода шагом).

Подвижные игры и эстафеты: «Бой петухов», «Удочка», «Сильный бросок», «Борьба за мяч», «Не давай мяч водящему», «Квадрат». Эстафеты с бегом, преодолением препятствий, переноской набивных мячей.

Спортивные игры. Ручной мяч, баскетбол по упрощённым правилам.

Специальные упражнения для развития быстроты. Упражнения для развития стартовой скорости. По сигналу (преимущественно зрительному) рывки на 5-10 м. из различных исходных положений: стоя лицом, боком и спиной к стартовой линии, из приседа, широкого выпада, седа.

Упражнения для развития дистанционной скорости. Ускорения на 15, 30 м. Бег «змейкой» между расставленными в различном положении стойками для обводки. Бег с быстрым изменением скорости: после быстрого бега быстро резко замедлить бег или остановиться, затем выполнить новый рывок в том же или другом направлении.

Специальные упражнения для развития ловкости. Прыжки с разбега толчком одной и двух ног, стараясь достать головой высоко подвешенный мяч; то же, выполняя в прыжке поворот направо и налево. Имитация ударов ногами по воображаемому мячу в прыжке. Держание мяча в воздухе (жонглирование), чередуя удары различными частями стопы, бедром, головой. Подвижные игры: «Живая цель», «Салки мячом».

Техника игры в мини-футбол. Классификация и терминология технических приёмов игры в мини-футбол. Прямой и резаный удар по мячу. Точность удара. Траектория полёта мяча после удара. Анализ выполнения технических приёмов и их применения в конкретных игровых условиях: ударов по мячу внутренней и внешней частью подъёма, внутренней стороной стопы, ударов серединой лба; остановок мяча подошвой, внутренней стороной стопы и грудью; ведение мяча внутренней и внешней частью подъёма, внутренней стороной стопы; обманных движений (ложная и действительная фазы движения); отбор мяча – перехватом, выбиванием мяча, толчком соперника; вбрасывание мяча из положения шага. Анализ выполнения технических приёмов игры вратаря: ловли, отбивания кулаком, броска мяча рукой; падения перекатом; выбивание мяча с рук.

Практические занятия. Техника передвижения. Бег: по прямой, изменяя скорость и направление; приставным и скрестным шагом (влево и вправо). Прыжки вверх толчком двух ног с места и толчком одной и двух ног с разбега. Повороты во время бега налево и направо. Остановки во время бега (выпадом и прыжками на ноги).

Удары по мячу ногой. Удары правой и левой ногой: внутренней стороной стопы, внутренней и внешней частью подъёма по неподвижному и катящемуся навстречу справа или слева мячу; направляя мяч в обратном направлении и стороны. Выполнение ударов после остановки, ведения и рывка, посылая мяч низом и верхом на короткое и среднее расстояние. Удар по летящему мячу внутренней стороной стопы. Удары на точность: ноги партнёру, ворота, цель, на ходу двигающемуся партнёру.

Удары по мячу головой. Удары серединой лба без прыжка и в прыжке, с места и с разбега, по летящему навстречу мячу: направляя мяч в обратном направлении и в стороны, посылая мяч верхом и вниз, на среднее и короткое расстояние. Удары на точность: в определённую цель на поле, в ворота, партнёру.

Остановка мяча. Остановка мяча подошвой и внутренней стороной катящегося и опускающегося мяча – на месте, в движении вперёд и назад, подготавливая мяч для последующих действий. Остановка внутренней стороной стопы и грудью летящего мяча – на месте, в движении вперёд и назад, опуская мяч в ноги для последующих действий.

Ведение мяча. Ведение внешней частью, внутренней частью подъёма и внутренней стороной стопы: правой, левой ногой и поочередно; по прямой, меняя направления, между стоек и движущихся партнёров; изменяя скорость (выполняя ускорения и рывки), не теряя контроль над мячом.

Обманные движения (финты). Обучение финтам: после замедления бега или остановки – неожиданный рывок с мячом (прямо или в сторону): во время ведения внезапная отдача мяча назад откатывая его подошвой партнёру, находящемуся сзади; показать ложный замах ногой для сильного удара по мячу – вместо удара захватить мяч ногой и уйти с ним рывком; имитируя передачу партнёру, находящемуся слева, перенести правую ногу через мяч и, наклонив туловище влево, захватить мяч внешней частью подъёма правой ноги и резко уйти вправо, этот же финт в другую сторону.

Отбор мяча. Перехват мяча – быстрый выход на мяч с целью опередить соперника, которому адресована передача мяча. Отбор мяча в единоборстве с соперником, владеющим мячом, - выбивая и останавливая мяч ногой в выпаде.

Введение мяча из-за боковой линии. Введение мяча на точность (с ограничением по времени): под правую и левую ногу партнёру, на ход партнёру.

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. Ловля катящегося и низко летящего навстречу и несколько в сторону мяча без падения. Ловля высоко летящего навстречу и в сторону мяча без прыжка (с места и с разбега). Ловля катящегося и летящего в сторону низкого, на уровне живота, груди мяча с падением перекатом. Быстрый подъём с мячом на ноги после падения.

Отбивание мяча одним кулаком без прыжка и в прыжке (с места и с разбега).

Бросок мяча одной рукой из-за плеча на точность.

Выбивание мяча ногой: с земли (по неподвижному мячу) и с рук (с воздуха по выпущенному из рук и подброшенному перед собой мячу) на точность.

Тактика игры в мини-футбол. Понятие о тактике и тактической комбинации. Характеристика игровых действий: вратаря, защитников и нападающих. Коллективная и индивидуальная игра, их сочетание. Индивидуальные и групповые тактические действия. Командная тактика игры в мини-футбол.

Практические занятия. Упражнения для развития умения «видеть поле». Выполнение заданий по зрительному сигналу (поднятая вверх или в сторону рука, шаг вправо или влево): во время передвижения шагом или бегом – подпрыгнуть, имитировать удар ногой; во время ведения мяча – повернуться кругом и продолжить ведение или сделать рывок вперёд на 5 м. Несколько игроков на ограниченной площади водят в произвольном направлении свои мячи и одновременно наблюдают за партнёрами, чтобы не столкнуться друг с другом.

Тактика нападения. Индивидуальные действия без мяча. Правильное расположение на мини-футбольном поле. Умение ориентироваться, реагировать соответствующим образом на действие партнёров и соперника. Выбор момента и способа передвижения для «открывания» на свободное место с целью получения мяча.

Индивидуальные действия с мячом. Целесообразное использование изученных способов ударов по мячу. Применение необходимого способа остановок в зависимости от направления, траектории и скорости мяча. Определение игровой ситуации, целесообразной для использования ведения мяча, выбор способа и направления ведения. Применение различных способов обводки (с изменением скорости и направления движения с мячом, изученные финты) в зависимости от игровой ситуации.

Групповые действия. Взаимодействие двух и более игроков. Уметь точно и своевременно выполнить передачу в ноги партнёру, на свободное место, на удар; короткую или среднюю передачи, низом или верхом. Комбинация «игра в стенку».

Выполнять простейшие комбинации при стандартных положениях: начале игры, угловом, штрафном и свободном ударах, введении мяча (не менее одной по каждой группе).

Тактика защиты. Индивидуальные действия. Правильно выбирать позицию по отношению опекаемого игрока и противодействовать получению им мяча, т. е. осуществлять «закрывание». Выбор момента и способа действия (удар или остановка) для перехвата мяча. Умение оценить игровую ситуацию и осуществить отбор мяча изученным способом.

Групповые действия. Противодействие комбинации «стенка». Взаимодействие игроков при розыгрыше противником стандартных комбинаций.

Тактика вратаря. Уметь выбрать правильную позицию в воротах при различных ударах в зависимости от «угла удара», ввести мяч в игру открывшемуся партнёру, занимать правильную позицию при угловом, штрафном и свободном ударах вблизи своих ворот.

Учебные и тренировочные

Материально-техническая база школы для обеспечения занятий по программе «Мини-футбол».

Занятия будут проводиться в школьном большом спортивном зале и на коробке спортивной площадки.

Для проведения тренировочных занятий имеется необходимый спортивный инвентарь: 15 скакалок, 10 мини-футбольных мячей, 10 баскетбольных мячей, 10 волейбольных мячей, гири, гантели, стойки для обводки, набивные мячи и т. д.

Санитарно-гигиенические условия удовлетворительные. Освещённость в нормах Санпина. Игры, применяя в них изученный программный материал.

Учебно-тематическое планирование для 2 -4 классов

№ урока	Тема – количество часов	Содержание	Планируемые результаты				Измерители, виды и формы контроля	Домашнее задание	Сроки проведения	
			Учебная программа		Междисциплинарные программы				план	факт
			Ученик научится	Ученик получит возможность научиться	Ученик научится	Ученик получит возможность научиться				
1	Мини-футбол 34 часа	Вводное занятие. Объяснение техники безопасности, правил игры, основ игры в мини-футбол.	Техника безопасности. Должны иметь представление о правилах поведения на спортивной площадке и в спортивном зале.	Анализировать собственные действия с точки зрения техники безопасности. Знания по истории и развитию спорта и олимпийского движения, о положительном их влиянии на укрепление мира и дружбы между	Регулятивные УУД: владение умением достаточно полно и точно формулировать цель и задачи совместных с другими детьми занятий физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельностью, излагать их	Регулятивные УУД: Работая по плану, сверять свои действия с целью и, при необходимости, исправлять ошибки самостоятельно. Познавательные УУД: Создавать схематические модели с выделением существенных характеристик	Опрос	Техника безопасности.	Сентябрь	
2		Стойки футболистов, передвижение на поле.	Обучение ведению мяча по прямой средней частью подъёма. Обучение остановке мяча подошвой в процессе ведения. Обучение ударам средней частью подъёма. Игра без вратарей.			Текущий.	Техника выполнения упражнения	Сентябрь		

3		Обучение: передачи мяча внутренней частью стопы, остановка мяча.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Совершенствование ведения мяча по прямой средней частью подъёма. 2. Совершенствование остановки мяча подошвой в процессе ведения <ol style="list-style-type: none"> 1. Совершенствование ударов средней частью подъёма. 2. Обучение ударам внутренней частью подошвы. <p>Игра без вратарей.</p>	<p>народами</p> <p>Владение навыками выполнения жизненно важных двигательных умений (ходьба, бег, прыжки, лазанья и др.) различными способами, в различных изменяющихся внешних условиях;</p> <p>Умение максимально проявлять физические способности (качества) при выполнении тестовых упражнений по физической культуре</p>	<p>содержание;</p> <p>Работать по плану.</p> <p><u>Познавательные УУД:</u></p> <p>Анализировать, сравнивать, классифицировать и обобщать факты и явления. Выявлять причины и следствия простых явлений.</p> <p><u>Коммуникативные УУД:</u></p> <p>Учебное взаимодействие в группе (определять общие цели, распределять роли, договариваться друг с другом и т.д.)</p>	<p>объекта.</p> <p><u>Коммуникативные УУД:</u></p> <p>Самостоятельно организовывать учебное взаимодействие в группе (определять общие цели, распределять роли, договариваться друг с другом и т.д.)</p>	Текущий.			
4		Повторение: передачи мяча внутренней частью стопы, остановка мяча. Подвижная игра с мячом (Точная передача).	<p>Совершенствование ведения мяча по прямой средней частью подъёма.</p> <p>Совершенствование остановки мяча подошвой в процессе ведения</p> <p>Совершенствование ударов средней частью подъёма.</p>				Контроль результата		Сентябрь	
5		Обучение передача мяча подъемом. Совершенствование: передачи мяча внутренней частью стопы, остановка мяча.	Бег в равномерном темпе от 10 до 12 мин. выполнять технику равномерного бега.				Текущий		октябрь	

6	Обучение передаче мяча навесом. Совершенствование ранее изученного материала.	Обучение обманному движению на удар с уходом влево или вправо на месте и в движении. Обучение отбору мяча с выбыванием. Обучение отбору мяча с выпадом. Игра без вратарей.				Контроль результата		октябрь	
7	Игра в квадрат двумя-тремя касаниями мяча.	Совершенствование отбора мяча с выпадом. Обучение отбору мяча подкатом. Обучение удару внутренней стороной стопы Обучение остановке внутренней стороной стопы Игра без вратарей				Текущий		октябрь	
8	Игра в квадрат одним касанием мяча. Игра в мини-футбол по упрощенным правилам.	Обучение основной стойке в воротах на месте и в движении (приставными шагами, скрестным шагом, прыжком) Обучение приёму мяча, катящегося навстречу. Обучение броску мяча на точность Игра с вратарями				Контроль результата		октябрь	

9	Мини-мини-футбол 34 часа	Учебно-тренировочная игра в мини-футбол.	Обучение приему мяча, летящего навстречу и в сторону на высоте груди и живота. Обучение отбиванию высоколетящего мяча кулаками. Совершенствование приёма мяча снизу двумя руками над собой и на сетку. Игра с вратарями	Анализировать собственные действия с точки зрения техники безопасности Знания по истории и развитию спорта и олимпийского движения, о положительном их влиянии на укрепление мира и дружбы между народами Владение навыками выполнения жизненно важных двигательных умений (ходьба, бег, прыжки, лазанья и др.) различными	Регулятивные УУД: владение умением достаточно полно и точно формулировать цель и задачи совместных с другими детьми занятий физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельностью, излагать их содержание; владение умением оценивать ситуацию и находить адекватные способы поведения и взаимодействия с партнерами во время учебной и	Регулятивные УУД: Работая по плану, сверять свои действия с целью и, при необходимости, исправлять ошибки самостоятельно. Познавательные УУД: Создавать схематические модели с выделением существенных характеристик объекта. Коммуникативные УУД: Самостоятельно организовывать учебное взаимодействие в группе (определять общие цели, распределять роли,	Текущий	Техника выполнения упражнения	ноябрь	
10		Удары по воротам с 12 метров по катящемуся мячу. Удары по неподвижному мячу.	Бег 30 м. Прыжок в длину. Метание 5 теннисных мячей на точность. Бег 200 м. Удар мини-футбольного мяча. выбрасывание мини-футбольного мяча Преодоление спортивно-технической полосы, включающей ведение мяча 10 м, обводку трёх стоек на отрезке 12 м и удар в цель (2,5 x 1,2 м) с 6 м. Игра с вратарями				Текущий		ноябрь	

11	Удары по летящему мячу. Учебно-тренировочная игра в мини-футбол.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Обучение ведению мяча серединой подъёма с остановкой его подошвой во время ведения. 2. Встречная эстафета с ведением мяча. 3. Подвижная игра с элементами мини-футбола 4. Игра с вратарями 	способами, в различных изменяющихся внешних условиях; Умение максимально проявлять физические способности (качества) при выполнении тестовых упражнений по физической культуре	игровой деятельности. Работать по плану, сверять свои действия с целью и, при необходимости, исправлять ошибки самостоятельно. В диалоге с учителем совершенствоват ь самостоятельно выработанные критерии оценки	договариваться друг с другом и т.д.)	Теку щий.		ноябрь	
12	Повторение раннее изученного материала. Двухсторонняя игра в мини-футбол по основным правилам.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Обучение ударам средней частью подъёма. 2. Совершенствован ие остановки мяча подошвой. 3. Подвижная игра с элементами мини-футбола. 		<u>Познавательны е УУД:</u> Анализировать, сравнивать, классифицирова ть и обобщать факты и явления. Выявлять причины и следствия простых явлений. Производить поиск		Теку щий.		ноябрь	
13	Обучение: навесная передача и прием летящего мяча (грудью, головой, бедром, стопой).	<ol style="list-style-type: none"> 1. Обучение ударам средней частью подъёма по неподвижному мячу. 2. Совершенствован ие остановки мяча подошвой. 3. Игра с вратарями 				Теку щий.	Техника выполне ния упражне ния	декабрь	

14		Повторение: навесная передача и прием летящего мяча (грудью, головой, бедром, стопой). Обучение: угловой удар (расстановка игроков).	1. Совершенствование ударов средней частью подъёма по неподвижному мячу. 2. Подвижная игра с элементами мини- футбола. 3. Учебная игра.		информации. <u>Коммуникатив ные УУД:</u> осуществлять учебное взаимодействие в группе		Теку щий.			декабрь	
15	Мини-мини-футбол 34 часа	Совершенствова ние раннее изученного материала. Обучение: удар головой по воротам.	1. Обучение ударам внутренней частью подъёма по неподвижному и катящемуся мячу. Преодоление спортивно- технической полосы, включающей ведение мяча 10 м, обводку трёх стоек на отрезке 12 м и удар в ворота с 6 м. 3. Игра с вратарями			<u>Регулятивные УУД:</u> владение умением оценивать ситуацию и оперативно принимать решения, находить адекватные способы поведения и взаимодействия с партнерами во время учебной и игровой деятельности. Работая по плану, сверять свои действия с целью и, при необходимости, исправлять	Теку щий.	Комплек с упражне ний №1		декабрь	
16		Изучение техничко- тактических действий. Учебно- тренировочная игра в мини- футбол.	1. Совершенствован ию ударов внутренней частью подъёма по неподвижному и катящемуся мячу. 2. Подвижная игра с элементами мини- футбола. 3. Игра с вратарями.				Теку щий.			декабрь	

17	Групповые действия в атаке (игра в одно касание, забегания игроков).	<ol style="list-style-type: none"> 1. Обучение выбиванию мяча носком у партнёра, ведущего мяч сбоку. 2. Обучение отбору мяча выпадом у партнёра, ведущего мяч навстречу. 3. Игра с вратарями 			ошибки самостоятельно. <u>Познавательные УУД:</u> Уметь определять возможные источники необходимых сведений, анализировать и оценивать достоверность информации. <u>Коммуникативные УУД:</u> Само-но организовывать учебное взаимодействие в группе (определять общие цели, распределять роли, договариваться друг с другом и т.д.)	Текущий.		январь	
18	Индивидуальные действия в атаке (финты, обманные движения, игра корпусом). Учебно-тренировочная игра.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Обучение ведению мяча внутренней стороной стопы с остановкой по зрительному сигналу. 2. Обучение ведению мяча зигзагами. 3. Подвижная игра с элементами мини-футбола. 4. Учебная игра. 				Текущий.		январь	
19	Повторение технико-тактических действий в атаке. Игра в квадрат.	<ol style="list-style-type: none"> 4. Обучение выбиванию мяча носком у партнёра, ведущего мяч сбоку. 5. Обучение отбору мяча выпадом у партнёра, ведущего мяч навстречу. 6. Игра с вратарями 	владение навыками выполнения разнообразных физических упражнений различной функционально й			Текущий.		январь	

20	Мини-мини-футбол 34 часа	Групповые действия в защите (игра в линию, подстраховка игроков и вратаря, опека игроков).	<ol style="list-style-type: none"> 1. Совершенствование ведения мяча внутренней стороной с остановкой по зрительному сигналу. 2. Ведение мяча 10 м, обводку трёх стоек на отрезке 12 м удар внутренней частью подъёма в цель. 3. Учебная игра. 	направленности, технических действий базовых видов спорта, а также применения их в игровой и соревновательной деятельности;			Контроль.	Комплекс упражнений №2	январь		
21		Быстрый переход из обороны в атаку (расстановке игроков, выход со своей половины поля). Игра в баскетбол.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Совершенствование ведения мяча внутренней стороной стопы попеременно правой и левой ногой. 2. Совершенствование ведения мяча внутренней стороны стопы с обводкой трёх стоек и завершающим ударом. 3. Учебная игра 	умение максимально проявлять физические способности (качества) при выполнении тестовых упражнений по физической культуре			Текущий.			январь	
22		Индивидуальные действия игроков в защите (персональная игра, обманные действия).	<ol style="list-style-type: none"> 1. Обучение ударам по воротам внутренней частью подъёма по катящемуся и прыгающему навстречу мячу спереди и сбоку 2. Учебная игра 				Текущий.		Комплекс упражнений №3	февраль	

23	Повторение технико-тактических действий в защите. Учебно-тренировочная игра в мини-футбол.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Обучение ударам внутренней стороной стопы. 2. Обучение остановкам и передачам внутренней стороной стопы. 3. Подвижная игра с элементами мини-футбола 4. Учебная игра. 	Описывать технику данных упражнений.	<p><u>Регулятивные УУД:</u> владение умением достаточно полно и точно формулировать цель и задачи совместных с другими детьми занятий физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельностью, излагать их содержание;</p> <p>Работать по плану.</p>	Контроль.			февраль	
24	Изучение игры вратаря (стойки, перемещения). Учебно-тренировочная игра в мини-футбол.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Обучение ударам головой по подвешенному мячу. 2. Обучение ударам головой по подбрасываемому под собой мячу. 3. Обучение вбрасыванию мяча. 4. Учебная игра. 		<p><u>Познавательные УУД:</u> Анализировать, сравнивать, классифицировать и обобщать факты и явления. Осуществлять</p>	Текущий.			февраль	
25	Игра вратаря (ловля, отбивание, парирование мяча, игра ногами). Игра в пас через вратаря. Выходы на мяч.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Совершенствование отбора мяча выпадам. 2. Совершенствование отбора мяча подкатом 3. Учебная игра. 			Текущий.			февраль	

26		Технико-тактические действия вратаря. Игра в мини-футбол по основным правилам.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Совершенствовани е передачи и остановки мяча внутренней стороной стопы в парах на месте и в движении 2. Подвижная игра с элементами мини-футбола. 3. Учебная игра. 		сравнение и классификацию, самостоятельно выбирая основания и критерии для указанных логических операций; строить классификацию		Теку щий.		март	
----	--	--------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--	-----------	--	------	--

52-53		Развитие скоростно-силовых качеств (челночный бег 5 x 10 метров).	<ol style="list-style-type: none"> 1. Совершенствовани е ведения мяча внутренней стороной стопы с обводкой трёх стоек и завершающим ударом внутренней стороной стопы в цель. 2. Совершенствовани е передачи и остановки мяча внутренней стороной стопы в движении. 3. Обучение ведению мяча внутренней стороной стопы и обводке стойки и передаче внутренней стороной стопы партнёру для завершающего удара по воротам внутренней частью подъёма. 4. Учебная игра 	<p>Определять степень утомления организма во время упражнений.</p> <p>Предметные: умение максимально проявлять физические способности (качества) при выполнении тестовых упражнений по физической культуре</p> <p>Используют упражнения для развития ОФП</p>	<p>на основе дихотомическог о деления (на основе отрицания). Строить логическое рассуждение, включающее установление причинно-следственных связей.</p> <p>Коммуникатив ные УУД: Самостоятельно организовывать учебное взаимодействие в группе (определять общие цели, распределять роли, договариваться друг с другом и т.д.)</p>	<p>Регулятивные УУД: владение умением оценивать ситуацию и оперативно принимать решения, находить адекватные способы поведения и взаимодействия с партнерами во время учебной и игровой деятельности.</p> <p>Работая по плану, сверять свои действия с целью и, при необходимости, исправлять ошибки самостоятельно.</p> <p>Познавательные УУД: Выявлять причины и</p>	Контр оль		март	
-------	--	-------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------	--	------	--

54-55		Повторение раннее изученного материала. Учебно-тренировочная игра в мини-футбол.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Обучение ведению мяча зигзагами, чередуя толчки внутренней стороной стопы левой и правой ног. 2. Совершенствование ведения мяча с обводкой трёх стоек и завершающим ударом внутренней частью подъёма в цель. 3. Учебная игра. 		<p>следствия простых явлений. Осуществлять сравнение и классификацию, самостоятельно выбирая основания и критерии для указанных логических операций; строить классификацию на основе дихотомического деления (на основе отрицания).</p> <p>Строить логическое рассуждение, включающее установление причинно-следственных связей.</p> <p><u>Коммуникативные УУД:</u> Самостоятельно организовывать учебное взаимодействие в группе (определять общие цели, распределять роли, договариваться друг с другом и т.д.)</p>	Контроль		март	
27	Мини-мини-футбол 34 часа	Развитие координационных способностей (жонглирование мячом, резкие развороты). Игра в квадрат.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Совершенствование ведения мяча средней частью подъёма и остановки подошвой по зрительному сигналу. 2. Обучение удару средней частью подъёма по неподвижному мячу. 3. Обучение удару средней частью подъёма в цель после ведения мяча. 4. Подвижная игра с элементами мини-футбола. 	Описывать технику изучаемых игровых приемов и действий	<p>Описывать технику изучаемых игровых приемов и действий</p>	Текущий.	Комплекс упражнений №1,2,3	март	

28		Изучение розыгрыша стандартных положений (штрафной, угловой, свободный удары).	<ol style="list-style-type: none"> 1. Совершенствование удара средней частью подъёма в цель. 2. Подвижная игра с элементами мини-футбола. 3. Учебная игра. 				Текущий.		апрель	
29		Повторение ранее изученного материала. Обучение игре в меньшинстве – большинстве. Игра в мини-футбол по определенному сюжету.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Совершенствование ударов головой по подвешенному и подброшенному над собой мячу. 2. Совершенствование ударов головой по мячу после вбрасывания партнёром. 3. Подвижная игра с элементами мини-футбола. 				Текущий.		апрель	

30		Совершенствование различных ударов приемов мяча, технических и тактических действий. Игра в мини-футбол.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Обучение замаху правой ногой влево над неподвижным мячом с последующим переносом за мяч. 2. Обучение замаху правой ногой влево над неподвижным мячом, последующему переносу за мяч, толчку мяча вправо внешней частью подъёма и продвижению за мячом. 3. 	Уметь моделировать технику освоенных игровых действий и приемов			Текущий.		апрель	
31		Товарищеская игра в мини-футбол.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Совершенствование передачи и остановки мяча внутренней стороной стопы в парах с продвижением. 2. Подвижная игра с элементами мини-футбола. 3. Совершенствование ударов средней частью подъёма по катящемуся навстречу мячу. 4. Учебная игра 				Текущий.		май	
32		Игра в мини-футбол.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Учебная игра 				Текущий.		май	

33		Игра в мини-футбол.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Совершенствование передачи и остановки мяча внутренней стороной стопы в парах на месте и в движении. 2. подвижная игра с элементами мини-футбола 3. Учебная игра 						май	
34		Игра в мини-футбол. Подведение итогов.	1. Учебная игра							