подписано ЭП
Васильев Олег Петрович
E=vol.crfks@mari-el.gov.ru, C=RU, S=РМЭ, L=Волжск, O=МУ ДО ЦРФКС, CN=Васильев Олег Петрович
я подтверждаю этот документ своей удостоверяющей подписью
место подписания
2026.08.26 18:39:
33+03'00'

МУНИЦИПАЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ «ОТДЕЛ ОБРАЗОВАНИЯ»
АДМИНИСТРАЦИИ ГОРОДСКОГО ОКРУГА «ГОРОД ВОЛЖСК»

МУНИЦИПАЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ЦЕНТР РАЗВИТИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА»
Г.ВОЛЖСКА РЕСПУБЛИКИ МАРИЙ ЭЛ

ПРИНЯТО
Педагогическим советом
МУ ДО «ЦРФКС»
Протокол от «26» августа 2026 г. № 1

УТВЕРЖДАЮ
Директор МУ ДО «ЦРФКС»
_____ О.П. Васильев
Приказ № 260801 о/д
от «26» августа 2026 г.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ

ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

«ФУТБОЛ. ТЕХНИКО-ТАКТИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА 4-5 ГОД ОБУЧЕНИЯ»

ID программы: 10975
Направленность программы: физкультурно-спортивная
Уровень программы: базовый
Программа рассчитана на обучающихся с 10 лет
Срок реализации программы: 2 года
Объем за весь период обучения: 762 часа
Разработчики программы:
Васильченко Александр Борисович, тренер - преподаватель отделения по футболу МУ ДО «ЦРФКС»;
Васильев Артем Иванович, тренер - преподаватель отделения по футболу МУ ДО «ЦРФКС»;
Бакуркина Ирина Владимировна, методист МУ ДО «ЦРФКС»

г. Волжск
2026 год

РАЗДЕЛ 1. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ

1.1. Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Футбол. Технико-тактическая подготовка 4-5 год обучения» (далее по тексту – Программа) соответствует требованиям нормативно-правовых документов Российской Федерации, регламентирующих образовательную деятельность учреждений дополнительного образования. Программа разрабатывалась в соответствии с методическими рекомендациями по проектированию общеобразовательных общеразвивающих программ Министерства образования и науки РФ и методическими рекомендациями по проектированию общеобразовательных общеразвивающих программ Министерства образования и науки Республики Марий Эл.

Направленность программы – физкультурно-спортивная.

Актуальность программы

В современных условиях в нашей стране уделяется большое внимание приоритету здорового образа жизни подрастающего поколения, оздоровлению, физическому и психическому развитию школьников на основе их творческой активности. Разработка программы обусловлена тем, 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 внеучебной физкультурно-оздоровительной и спортивной работы.

Спортивные игры – одно из средств физического воспитания. Большое разнообразие двигательных действий, составляющих их содержание, способствует воспитанию силы, быстроты, выносливости, ловкости, моральных и волевых качеств. Футбол – игра сильных, быстрых и выносливых. Являясь командной игрой, футбол имеет ярко выраженную коллективность тактических действий. Высокая игровая дисциплина – непременный спутник побед в матчах и турнирах. Футбол - игра универсальная. Она оказывает на организм всестороннее влияние.

Так же и в формировании логического и системного мышления занятия футболом способны сыграть существенную роль. Формирование умения правильно и корректно вести себя в стрессовой ситуации, возникающей в течение футбольного матча, позволяет отнести футбол не только к учебному, но и воспитательному фактору. Поэтому настоящая программа помимо узко - специальных задач учитывает именно эти возможности обучения игре футбол.

Успешность обучению футболу детей и подростков, прежде всего обусловлена адекватностью программы обучения, средств и методов, которые используют тренеры-преподаватели, возрастным и индивидуальным особенностям обучающихся. Возрастные, половые и индивидуальные различия обучающихся являются важнейшими причинами, которые определяют эффективность применения и освоения отдельных элементов и приёмов обучения технике футбола.

Отличительная особенность программы

Основным преимуществом внеурочной деятельности является предоставление учащимся широкого спектра форм и видов деятельности, занятий по интересам, направленных на их развитие. Таким образом, важнейшей составляющей педагогического процесса становится личностно-ориентированный и компетентностный подход. Именно на это и направлена программа «Футбол. Технико-тактическая подготовка 4-5 год обучения».

Отличительной особенностью данной программы является то, что Программа составлена из расчёта многолетней подготовки и с учетом преемственности средств и методов подготовки футболистов в условиях учреждения дополнительного образования на протяжении этапов с подготовительного (стартового) этапа до этапа начальной специализации (углубленного этапа).

Программа предполагает совершенствование знаний и умений обучающихся в технике и тактике игры в футбол, индивидуальных, групповых и командных действий в различных по сложности условиях игры, полученных на начальном (стартовом) этапе подготовки.

Данная рабочая программа позволяет комплексно решать задачи физического воспитания обучающихся, формируя у них целостное представление о физической культуре, ее возможностях в повышении работоспособности и улучшении состояния здоровья, а главное - воспитывая личность, способную к самостоятельной, творческой деятельности.

Адресат программы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа по футболу предназначена для обучающихся с 10 лет (4, 5 год обучения).

При приеме на обучение по данной программе предъявляются требования выполнения контрольно-переводных нормативов, предъявляемых для лиц, прошедших обучение по программам 2, 3 годов обучения.

На обучение по программе зачисляются учащиеся общеобразовательных школ, желающие заниматься спортом и не имеющие противопоказаний к занятиям футболом.

Срок освоения программы*:* 2 года.

Общее количество учебных часов, запланированных на весь период обучения – 672 часа, 336 часов в год (42 учебные недели в год, 8 часов в неделю).

Уровень программы базовый.

Форма обучения очная.

Режим занятий, специфика организации тренировочного процесса

Занятия могут проводиться в любой день недели, включая воскресные дни. Занятия начинаются не ранее 8.00 часов утра и заканчиваются не позднее 20.00 часов.

Недельная нагрузка для учебных групп 4 и 5-го года обучения составляет 8 часов в неделю. При составлении тематического плана учтен режим тренировочной работы в неделю с расчётом на 42 недели непосредственно в условиях учреждения дополнительного образования. Как правило, согласно учебному плану в неделю проводится 4 занятия по 2 часа.

При составлении расписания тренировок продолжительность одного тренировочного занятия рассчитывается в академических часах.

Продолжительность одного академического часа – 45 минут, 10 минут – перерыв между учебными занятиями.

При подготовке к соревнованиям возможна организация индивидуальных занятий по специальному графику.

Особенности организации образовательного процесса

Основными формами занятий являются:

- групповые и индивидуальные тренировочные и теоретические занятия;
- тестирование и медицинский контроль;
- реабилитационные и восстановительные мероприятия;
- учебные и тренировочные игры.
- товарищеские игры.

Внеурочная деятельность:

- соревнования;
- городской спортивно-оздоровительный лагерь;
- выездной спортивно-оздоровительный лагерь;
- домашнее задание;
- просмотр соревнований;
- судейская практика.

Для обеспечения круглогодичности спортивной подготовки, подготовки к спортивным соревнованиям и активного отдыха (восстановления) лиц, проходящих спортивную подготовку, организуются учебно-тренировочные сборы, являющиеся составной частью (продолжением) тренировочного процесса.

При неблагоприятной санитарно-эпидемиологической обстановке для поддержания физической формы Программа реализуется с использованием ***электронного обучения и дистанционных образовательных технологий.***

Основными элементами обучения с использованием электронного обучения и дистанционных образовательных технологий являются:

- образовательные онлайн-платформы;
- цифровые образовательные ресурсы, размещенные на образовательных сайтах;
- видеоконференции;
- skype – общение;
- e-mail;
- облачные сервисы;
- электронные носители мультимедийных приложений к учебникам;
- электронные пособия, разработанные с учетом требований законодательства РФ об образовательной деятельности.

В обучении с использованием электронного обучения и дистанционных образовательных технологий используются следующие организационные формы учебной деятельности:

- лекция;
- консультация;
- семинар;
- практическое занятие;
- мастер-классы;
- самостоятельная внеаудиторная работа.

1.2. Цель и задачи программы

Цель программы:

формирование и развитие физических способностей и навыков учащихся, формирование моральных и волевых качеств через обучение технике и тактике игры в футбол в доступной форме, без спортивного совершенствования.

Задачи программы:

Образовательные:

- обучить новым видам двигательных действий в футболе, совершенствовать их выполнение в различных по сложности условиях игры, в быстроменяющейся обстановке;
- дать представление о требованиях и нормах технической подготовленности, спортивной классификации;
- дать знания об истории и развитии физической культуры и спорта;
- обучить формированию индивидуального двигательного режима.

***Развивающие*:**

- формировать умение использовать физические упражнения с целью индивидуального физического развития;
- развивать координационные способности (ориентирование в пространстве, перестроение двигательных действий, быстроту и точность реагирования на сигналы, согласованность движений, ритм, равновесие, точность воспроизведения основных параметров движений) и скоростно-силовые способности, выносливость;
- развивать коммуникационные навыки группового взаимодействия, развития его форм посредством игр и соревнований;
- формировать умения оценивать уровень своего здоровья, физического развития, двигательную подготовленность и в соответствии с этим решать задачи личного физического совершенствования.

Воспитательные:

- способствовать воспитанию физических качеств в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями учащихся;
- способствовать воспитанию моральных и волевых качеств, навыков правильного поведения, интереса и потребности к систематическим занятиям физическими упражнениями.

1.3. Объем программы.

Общий объем программы рассчитан на 2 учебных года и составляет 672 часа. Учебный год рассчитан на 42 учебные недели. Режим тренировочной работы в группах 4-го и 5-го годов обучения составляет 8 часов в неделю (336 часов в год).

1.4. Содержание программы

4 год обучения

Теоретическая подготовка

Теоретические занятия (4 часов)

Роль и место физической культуры в формировании личностных качеств

Физическая культура и спорт как социальные феномены. Спорт – явление культурной жизни. Роль физической культуры в формировании личностных качеств человека. Воспитание волевых качеств, уверенности в собственных силах.

Режим дня и питание обучающихся

Расписание учебно-тренировочного и учебного процесса. Роль питания в подготовке обучающихся к спортивным соревнованиям. Рациональное, сбалансированное питание.

Теоретические основы технико-тактической подготовки. Основы техники вида спорта

Понятийность. Спортивная техника и тактика. Двигательные представления. Методика обучения. Метод использования слова. Значение рациональной техники в достижении высокого спортивного результата.

Оборудование, спортивный инвентарь и экипировка по виду спорта. Правила вида спорта

Классификация спортивного инвентаря и экипировки для вида спорта, подготовка к эксплуатации, уход и хранение. Подготовка инвентаря и экипировки к спортивным соревнованиям. Деление участников по возрасту и полу. Права и обязанности участников спортивных соревнований. Правила поведения при участии в спортивных соревнованиях.

Формы контроля: беседы.

Технико-тактическая подготовка (290 часов)

Теоретические занятия (18 часов):

Техника игры (7 часов):

Совокупность способов выполнения футболистами разнообразных движений, применяемых в игре, составляет понятие техники. Техника игры в футбол включает передвижения, остановки, повороты и прыжки, удары по мячу, остановки мяча, ведение, финты, вбрасывание, отбор мяча, а также специфические технические приемы, применяемые в игре вратарем. Техническое мастерство игрока в футболе характеризуется как количеством приемов, которые он использует на поле, так и вариативностью их выполнения, умением выполнять технические приемы при активном сопротивлении соперников. Для современного футбола характерен универсализм в техническом оснащении игроков. Это в первую очередь проявляется в умении хорошо владеть всеми техническими приемами и на высоком уровне выполнять те, которые характерны для конкретного амплуа.

Тактика игры (11 часов):

Тактическая подготовка

Под тактикой следует понимать организацию индивидуальных и коллективных действий игроков, направленных на достижение победы над соперником, т.е. взаимодействие футболистов команды по определённому плану, позволяющему успешно вести борьбу с соперником. Выделяются два крупных раздела тактики: тактика нападения и тактика защиты. Они в свою очередь делятся на подразделы: индивидуальная, групповая и командная тактика. Внутри этих подразделов выделяют группы тактических действий, выполняемых различными способами.

Тактика нападения

Под тактикой нападения понимается организация действий команды, владеющей мячом, для взятия ворот соперника. Действия в нападении подразделяются на индивидуальные, групповые и командные.

Индивидуальная тактика

Индивидуальная тактика нападения - это целенаправленные действия футболиста, его умение из нескольких возможных решений данной игровой ситуации выбрать наиболее правильное, умение футболиста, если его команда владеет мячом, уйти из-под контроля соперника, найти и создать игровое пространство для себя и партнеров, а если нужно, выиграть борьбу с защитниками. Действие без мяча. К ним относятся: открывание, отвлечение соперника, создание численного преимущества на отдельном участке поля. Действия с мячом. Основными вариантами действий игрока, владеющего мячом, являются: ведение, обводка, обводка с изменением скорости движения, обводка с изменением направления движения, обводка с помощью обманных движений (финтов), удары по воротам, передачи.

Групповая тактика

Групповая тактика решает вопросы взаимодействия двух или нескольких игроков на футбольном поле, называемого комбинациями. Вся игра состоит из цепи комбинаций и противодействия им. Принято различать два основных вида комбинаций: при «стандартных» положениях и в ходе игрового эпизода.

Комбинации при «стандартных» положениях. К ним относятся взаимодействия при вбрасывании мяча из аута, угловом ударе, штрафном и свободном ударах, ударе от ворот. Комбинации в игровых эпизодах. Проводятся после того, как команда овладела мячом. Групповые действия в игровых эпизодах подразделяются на взаимодействиях в парах, в тройках и т.д. К ним относятся комбинации: «стенка», «скрещивание», «передача в одно касание», «взаимозаменяемость», «пропускание мяча».

Командная тактика

Командная тактика - это организация коллективных действий всей команды при решении задач, возникших в конкретной игровой ситуации. При любых тактических построениях командная тактика осуществляется посредством двух видов действий: быстрое нападение - наиболее эффективный способ организации атакующих действий.Наиболее распространенным видом организации атакующих действий команды является постепенное нападение.

Тактика защиты

Тактика защиты предполагает организацию действий команды, не владеющей мячом, направленных на нейтрализацию атакующих действий соперников. Как и в нападении, игра в защите состоит из индивидуальных, групповых и командных действий.

Практические занятия(272 часа):

Техника игры (108 часов):

10 лет:

Техника передвижений: бег, прыжки, остановки, повороты.

Ведение мяча: внешней стороной подъема стопы, внутренней стороной стопы, внешней стороной стопы.

Финты (обводка).

Прием и обработка мяча (остановка мяча):

- подошвой, внутренней стороной стопы, внешней стороной стопы;
- мяча, падающего сверху.

Передачи мяча в заданном периметре.

Удары ногой: носком, внутренней стороной стопы, серединой подъема, внутренней частью подъема.

Вбрасывание мяча из-за боковой линии. Преимущественная работа двумя ногами.

11 лет:

Прием и обработка мяча (остановка мяча):

- грудью, бедром;
- в прыжке.

Перевод мяча (передача): внутренней и внешней частью подъема, грудью, бедром, головой.

Отбор в выпаде.

Удары головой:

- по мячу, летящему навстречу;
- по мячу, летящему сбоку.

Техника коротких, средних, длинных передач в заданных периметрах.

12 лет:

Прием и обработка мяча (остановка мяча):

- грудью, бедром;
- в прыжке.

Удары по мячу с лета, полулета, через себя.

Удары головой.

Финты.

Отбор мяча.

Техника передач в заданных периметрах (квадраты).

Техника ведущей и неведущей ноги.

Формы контроля: текущий контроль, зачет.

Техника владения мячом вратаря

Техника игры вратаря имеет ряд существенных отличий от техники полевого игрока. Наличие таких отличий обусловлено тем обстоятельством, что голкипер имеет право играть руками в штрафной площади.

Арсенал технических приемов вратаря включает: ловлю, отбивание, переводы и броски мяча. Кроме того, в ходе игры голкипер использует все многообразие приемов техники полевого игрока.

Эффективность действий «стража» ворот во многом обусловлена его правильным исходным положением. Оно характеризуется стойкой ноги врозь (на ширине плеч и несколько согнуты). Полусогнутые руки вынесены вперед на уровне груди. Ладони обращены внутрь-вперед. Пальцы несколько расставлены. Правильное исходное положение позволяет вратарю быстро выносить ОЦТ за пределы площади опоры и выполнять необходимые передвижения обычным, приставным и скрестным шагами, а также прыжки и падения.

Ловля мяча

Это основное средство техники игры вратаря. Осуществляется преимущественно двумя руками. В зависимости от направления, траектории и скорости мяча ловля выполняется снизу, сверху или сбоку. Мячи, летящие на значительном расстоянии от вратаря, ловят в падении.

При ловле мяча снизу вратарь овладевает катящимися, опускающимися и низко летящими навстречу ему мячами.

Ловлю мяча сверху применяют, чтобы овладеть мячами, летящими на уровне груди и головы, а также высоколетящими и опускающими мячами.

Ловля мяча сбоку применяется для овладения мячами, летящими со средней траекторией в стороне от вратаря.

Ловля мяча в падении - эффективное средство овладения мячами, летящими в сторону от вратаря. Используется также при перехвате «прострелов» вдоль ворот и при отборе мяча в ногах у противника. Имеются два варианта ловли мяча в падении: без фазы полёта и с фазой полёта.

Отбивание мяча

Если невозможно использовать ловлю мяча (противодействие соперника, сильный удар, «трудный» мяч и т.д.), применяется его отбивание. Отбивание мяча выполняется как двумя, так и одной рукой. Первый приём более надёжен, так как преграждающая площадь больше. Однако второй приём позволяет отбивать мячи, летящие на значительном расстоянии от вратаря.

Для того, чтобы отбить мяч на значительные расстояния, прерывая «прострельные» и навесные передачи и вступая в единоборство с игроками соперника, голкипер использует удар по мячу одним или двумя кулаками.

При отбивании мяча кулаком различают два варианта удара: от плеча и из-за головы.

Отражают мяч кулаком (кулаками) с места или в движении - в шаге, после перемещения и в прыжке. Особенно эффективным в борьбе за «верховые» мячи является удар кулаком (кулаками) в прыжке.

Перевод мяча

Направление вратарём летящего в ворота мяча через верхнюю перекладину называется переводом. Главным образом переводятся мячи, летящие сильно и с высокой траекторией над вратарём или в стороне от него. Действия вратаря при переводе мяча во многом схожи с его действиями при отбивании мяча. Переводы выполняются кончиками пальцев, ладонью или кулаком; одной или двумя руками. Трудно досягаемые мячи переводят в падении.

Броски мяча

Броски мяча в современном футболе используются довольно часто, так как позволяют вратарю более точно направить мяч партнёру, по сравнению с ударом ногой, на значительное расстояние (35-40 м). Данные технические действия производятся обычно одной и реже двумя руками. Бросок мяча одной рукой выполняется сверху, сбоку и снизу.

Бросок мяча сверху - наиболее распространённый способ, позволяющий направить мяч партнёру по различной траектории, на значительное расстояние и с достаточной точностью.

Бросок мяча сбоку отличается значительной дальностью, но менее точен.

Бросок мяча снизу используется при вводе мяча с низкой траекторией (главным образом по земле).

Бросок мяча двумя руками используется реже. Движения при этом во многом схожи с движениями при выбрасывании мяча из-за боковой линии.

Формы контроля: текущий контроль, зачет.

Тактика игры (164 часа):

10 лет:

Тактика атакующих действий.

Индивидуальная тактика:

- 1×1 - обводка, финты и удар, открывание, создание и использование пространства;
- 1×1 - укрывание мяча корпусом.

Групповые взаимодействия:

- в двойках, тройках - создание и использование игрового пространства;
- передачи в парах, в тройках по прямой с изменением направления;
- передача в парах, тройках с завершающим ударом по воротам.

Удержание мяча в заданном пространстве: квадраты.

Малые игры.

Тактика оборонительных действий.

Индивидуальная тактика:

- 1×1 - отбор и первый пас; - персональная опека (закрывание) игрока;
- страховка игрока диагональная, уступом;
- отбор мяча.

Оборона при игре в равных составах, большинстве, меньшинстве.

11 лет:

Тактика атакующих действий.

Индивидуальная тактика игры без мяча: открывание, отвлечение соперника, создание численного преимущества на участках поля.

Индивидуальная тактика игры с мячом:

- обводка 1×1 с ударом;
- финты;
- удары по воротам ногой, удары головой.

Групповые взаимодействия:

- взаимодействие двух игроков;
- взаимодействия трех игроков;
- применение групповых взаимодействий в игре.

Тактика оборонительных действий.

Индивидуальная тактика против игрока без мяча:

- закрывание игрока;
- игра на опережение (перехват)+первый пас.

Индивидуальная тактика против игрока с мячом:

- правильное определение способа атаки игрока с мячом;
- умение использовать контакт при отборе.

Групповая тактика:

- подсказ;
- страховка диагональная, уступом.

Противодействие комбинациям: стенка, скрещение, пропуск мяча. Организация «стенки» при штрафном и свободном ударе

12 лет:

Тактика атакующих действий.

Индивидуальная тактика без мяча:

- открывание, отвлечение соперника;
- создание численного преимущества на отдельных участках поля.

1×1 обводка и удар.

Групповая тактика:

взаимодействия в малых группах (двойки, тройки).

Применение взаимодействий в малых группах в условиях реальной игры.

Стандартные положения: начало атаки от вратаря, ауты.

Тактика оборонительных действий.

Индивидуальная тактика против игрока без мяча:

- закрывание;
- перехват и игра на опережение.

Действия против игрока с мячом:

- правильное определение способа атаки игрока с мячом;
- умение использовать контакт при отборе.

Групповая тактика:

- подсказ;
- страховка диагональная, уступом.

Противодействие комбинациям: стенка, скрещение, пропуск мяча.

Организация «стенки» при штрафном и свободном ударе.

Формы контроля: текущий контроль, зачет.

Тактика игры вратаря

Современный футбол требует от вратаря не только умелой защиты ворот, но и активных действий в пределах штрафной пощади, а также руководство всеми обороняющимися. В тактике вратаря различают действия в обороне, в атаке и руководство действиями партнёров.

Действия вратаря в обороне

Основная задача вратаря - непосредственная защита своих ворот. При этом можно выделить игру вратаря в воротах и на выходах.

Действия вратаря в атаке

Важной задачей вратаря является организация начальной фазы атакующих действий своей команды, после того как он овладел мячом в ходе игрового эпизода или получил право на выполнение удара от ворот. Организация атаки при ударе от ворот заключается в выполнении точной и своевременной передачи одному из партнёров. Организация ответной атаки используется тогда, когда вратарь в ходе игрового эпизода овладевает мячом и начинает ответное атакующее действие передачей мяча рукой или ударом ноги.

Руководство действиями партнёров

Оценивая игровую ситуацию, вратарь обязан кратко и внятно давать указания партнёрам о направлении развития атаки противника, о перестроениях на опеку и страховку. Всё это надо делать, не теряя контроля за мячом, даже в моменты, когда сам вратарь находится в борьбе. От взаимопонимания вратаря и защитников во многом зависят действия в обороне, её стабильность и надёжность. Следует добавить, что вратарь единолично руководит построением «стенки» при штрафных

и свободных ударах в непосредственной близости от ворот, а также действиями партнёров при угловых ударах.

Формы контроля: текущий контроль, зачет.

Учебные и тренировочные игры (20 часов)

Теоретические занятия (2 часа):

Правила соревнований по футболу. Разбор правил игры.

Практические занятия(18 часов):

Учебно-тренировочные игры в группе, товарищеские игры, матчевые встречи.

Формы контроля: результат игр.

Соревновательная деятельность (8 часов)

Теоретические занятия (1 час):

Правила соревнований по футболу. Права и обязанности игроков, роль капитана.

Практические занятия(7 часов):

Участие во внутришкольных, муниципальных, республиканских и региональных соревнованиях.

Формы контроля: результат соревнований

Восстановительные мероприятия (4 часа)

Теоретические занятия (0,5 часа):

Восстановление спортивной работоспособности - неотъемлемая часть тренировочного процесса, не менее важная, чем сама спортивная тренировка Средства и методы восстановительных мероприятий.

Практические занятия(3,5 часов):

1. Педагогические средства восстановления:

Варьирование интервалов отдыха между выполнением отдельных заданий, соревнований;

Варьирование планирования нагрузок в рамках отдельного занятия, недельного, месячного, годового циклов;

Использование различных сочетаний упражнений активного отдыха и тренировок;

Переключение с одних упражнений на другие;

Рациональная организация режима дня в целом.

2. Психологические средства восстановления:

Аутогенная тренировка;

Психорегулирующая тренировка;

Применение мышечной релаксации;

Разнообразные виды досуга;

Просмотр кинофильмов, спортивных телепередач и пр.

3. Медико-биологические средства восстановления:

Рациональное питание;

Витаминизация;

Разнообразные виды массажа;

Разнообразные виды гидропроцедур.

Формы контроля: беседы, наблюдение.

Контрольно-переводные нормативы (4 часа)

Формы контроля: диагностика

5 год обучения

Теоретическая подготовка

Теоретические занятия (4 часов)

Оборудование, спортивный инвентарь и экипировка по виду спорта

Классификация спортивного инвентаря и экипировки для вида спорта, подготовка к эксплуатации, уход и хранение. Подготовка инвентаря и экипировки к спортивным соревнованиям.

Теоретические основы технико-тактической подготовки. Основы техники вида спорта

Понятийность. Спортивная техника и тактика. Двигательные представления. Методика обучения. Метод использования слова. Значение рациональной техники в достижении высокого спортивного результата.

Профилактика травматизма. Перетренированность/ недотренированность

Понятие травматизма. Синдром «перетренированности». Принципы спортивной подготовки.

Спортивные соревнования как функциональное и структурное ядро спорта

Основные функции и особенности спортивных соревнований. Общая структура спортивных соревнований. Судейство спортивных соревнований. Спортивные результаты. Классификация спортивных достижений.

Формы контроля: беседы.

Технико-тактическая подготовка (281 час)

Теоретические занятия (18 часов):

Техника игры (7 часов):

Совокупность способов выполнения футболистами разнообразных движений, применяемых в игре, составляет понятие техники. Техника игры в футбол включает передвижения, остановки, повороты и прыжки, удары по мячу, остановки мяча, ведение, финты, вбрасывание, отбор мяча, а также специфические технические приемы, применяемые в игре вратарем. Техническое мастерство игрока в футболе характеризуется как количеством приемов, которые он использует на поле, так и вариативностью их выполнения, умением выполнять технические приемы при активном сопротивлении соперников. Для современного футбола характерен универсализм в техническом оснащении игроков. Это в первую очередь проявляется в умении хорошо владеть всеми техническими приемами и на высоком уровне выполнять те, которые характерны для конкретного амплуа.

Тактика игры (11 часов):

Тактическая подготовка

Под тактикой следует понимать организацию индивидуальных и коллективных действий игроков, направленных на достижение победы над соперником, т.е. взаимодействие футболистов команды по определённому плану, позволяющему успешно вести борьбу с соперником. Выделяются два крупных раздела тактики:

тактика нападения и тактика защиты. Они в свою очередь делятся на подразделы: индивидуальная, групповая и командная тактика. Внутри этих подразделов выделяют группы тактических действий, выполняемых различными способами.

Тактика нападения

Под тактикой нападения понимается организация действий команды, владеющей мячом, для взятия ворот соперника. Действия в нападении подразделяются на индивидуальные, групповые и командные.

Индивидуальная тактика

Индивидуальная тактика нападения - это целенаправленные действия футболиста, его умение из нескольких возможных решений данной игровой ситуации выбрать наиболее правильное, умение футболиста, если его команда владеет мячом, уйти из-под контроля соперника, найти и создать игровое пространство для себя и партнеров, а если нужно, выиграть борьбу с защитниками. Действие без мяча. К ним относятся: открывание, отвлечение соперника, создание численного преимущества на отдельном участке поля. Действия с мячом. Основными вариантами действий игрока, владеющего мячом, являются: ведение, обводка, обводка с изменением скорости движения, обводка с изменением направления движения, обводка с помощью обманных движений (финтов), удары по воротам, передачи.

Групповая тактика

Групповая тактика решает вопросы взаимодействия двух или нескольких игроков на футбольном поле, называемого комбинациями. Вся игра состоит из цепи комбинаций и противодействия им. Принято различать два основных вида комбинаций: при «стандартных» положениях и в ходе игрового эпизода.

Комбинации при «стандартных» положениях. К ним относятся взаимодействия при вбрасывании мяча из аута, угловом ударе, штрафном и свободном ударах, ударе от ворот.Комбинации в игровых эпизодах. Проводятся после того, как команда овладела мячом. Групповые действия в игровых эпизодах подразделяются на взаимодействиях в парах, в тройках и т.д. К ним относятся комбинации: «стенка», «скрещивание», «передача в одно касание», «взаимозаменяемость», «пропускание мяча».

Командная тактика

Командная тактика - это организация коллективных действий всей команды при решении задач, возникших в конкретной игровой ситуации. При любых тактических построениях командная тактика осуществляется посредством двух видов действий: быстрое нападение - наиболее эффективный способ организации атакующих действий.Наиболее распространенным видом организации атакующих действий команды является постепенное нападение.

Тактика защиты

Тактика защиты предполагает организацию действий команды, не владеющей мячом, направленных на нейтрализацию атакующих действий соперников. Как и в нападении, игра в защите состоит из индивидуальных, групповых и командных действий.

Практические занятия(270 часов):

Техника игры (114 часов):

13 лет:

Совершенствование техники в игровых условиях (см. предыдущие разделы четвертого года обучения). Техника ведущей и неведущей ноги.

14 лет:

Совершенствование техники в игровых условиях (см. предыдущие разделы четвертого года обучения).

Техника ведущей и неведущей ноги.

15 лет

Совершенствование технических навыков в игровых условиях.

Развитие специальной координации.

Определение игрового амплуа и обучение игре на определенной позиции.

Совершенствование индивидуальных действий, групповых и командных взаимодействий в обороне и атаке.

16-17 лет

Совершенствование технических навыков в игровых условиях.

Развитие специальной координации.

Совершенствование игры на определенной позиции.

Совершенствование индивидуальных действий, групповых и командных взаимодействий в обороне и атаке.

Техника владения мячом вратаря

Техника игры вратаря имеет ряд существенных отличий от техники полевого игрока. Наличие таких отличий обусловлено тем обстоятельством, что голкипер имеет право играть руками в штрафной площади.

Арсенал технических приемов вратаря включает: ловлю, отбивание, переводы и броски мяча. Кроме того, в ходе игры голкипер использует все многообразие приемов техники полевого игрока.

Эффективность действий "стража" ворот во многом обусловлена его правильным исходным положением. Оно характеризуется стойкой ноги врозь (на ширине плеч и несколько согнуты). Полусогнутые руки вынесены вперед на уровне груди. Ладони обращены внутрь-вперед. Пальцы несколько расставлены. Правильное исходное положение позволяет вратарю быстро выносить ОЦТ за пределы площади опоры и выполнять необходимые передвижения обычным, приставным и скрестным шагами, а также прыжки и падения.

Ловля мяча

Это основное средство техники игры вратаря. Осуществляется преимущественно двумя руками. В зависимости от направления, траектории и скорости мяча ловля выполняется снизу, сверху или сбоку. Мячи, летящие на значительном расстоянии от вратаря, ловят в падении.

При ловле мяча снизу вратарь овладевает катящимися, опускающимися и низко летящими навстречу ему мячами.

Ловлю мяча сверху применяют, чтобы овладеть мячами, летящими на уровне груди и головы, а также высоколетящими и опускающими мячами.

Ловля мяча сбоку применяется для овладения мячами, летящими со средней траекторией в стороне от вратаря.

Ловля мяча в падении - эффективное средство овладения мячами, летящими в сторону от вратаря. Используется также при перехвате «прострелов» вдоль ворот и

при отборе мяча в ногах у противника. Имеются два варианта ловли мяча в падении: без фазы полёта и с фазой полёта.

Отбивание мяча

Если невозможно использовать ловлю мяча (противодействие соперника, сильный удар, «трудный» мяч и т.д.), применяется его отбивание. Отбивание мяча выполняется как двумя, так и одной рукой. Первый приём более надёжен, так как преграждающая площадь больше. Однако второй приём позволяет отбивать мячи, летящие на значительном расстоянии от вратаря.

Для того, чтобы отбить мяч на значительные расстояния, прерывая «прострельные» и навесные передачи и вступая в единоборство с игроками соперника, голкипер использует удар по мячу одним или двумя кулаками.

При отбивании мяча кулаком различают два варианта удара: от плеча и из-за головы.

Отражают мяч кулаком (кулаками) с места или в движении - в шаге, после перемещения и в прыжке. Особенно эффективным в борьбе за «верховые» мячи является удар кулаком (кулаками) в прыжке.

Перевод мяча

Направление вратарём летящего в ворота мяча через верхнюю перекладину называется переводом. Главным образом переводятся мячи, летящие сильно и с высокой траекторией над вратарём или в стороне от него. Действия вратаря при переводе мяча во многом схожи с его действиями при отбивании мяча. Переводы выполняются кончиками пальцев, ладонью или кулаком; одной или двумя руками. Трудно досягаемые мячи переводят в падении.

Броски мяча

Броски мяча в современном футболе используются довольно часто, так как позволяют вратарю более точно направить мяч партнёру, по сравнению с ударом ногой, на значительное расстояние (35-40 м). Данные технические действия производятся обычно одной и реже двумя руками. Бросок мяча одной рукой выполняется сверху, сбоку и снизу.

Бросок мяча сверху - наиболее распространённый способ, позволяющий направить мяч партнёру по различной траектории, на значительное расстояние и с достаточной точностью.

Бросок мяча сбоку отличается значительной дальностью, но менее точен.

Бросок мяча снизу используется при вводе мяча с низкой траекторией (главным образом по земле).

Бросок мяча двумя руками используется реже. Движения при этом во многом схожи с движениями при выбрасывании мяча из-за боковой линии.

Тактика игры (156 часов):

13 лет:

Тактика атакующих действий.

Создание голевых ситуаций.

Завершение атак.

Взаимодействие в линиях при развитии атаки. Начало атаки от вратаря.

Переход от обороны к атаке: направление первой передачи на обострение или на сохранение мяча (промежуточная передача).

Тактика оборонительных действий.

Выбор оборонительной позиции.

Единоборства вверху.

Взаимодействия в линиях: принципы зонной обороны.

Переход от атаки к обороне - прессинг в зоне потери мяча.

Прессинг соперника при начале атаки от вратаря.

Стандарты в обороне.

Подсказ.

Страховка.

<u>14 лет:</u>

Тактика атакующих действий.

Завершение атак.

Взаимодействия в линиях.

Обостряющие (завершающие) передачи с флангов.

Переход от обороны к атаке - первая передача вперед или на сохранение мяча.

Умение играть по схеме 1-4-3-3.

Понимание принципов игры 1-4-4-2.

Выход из-под прессинга (в т.ч. через вратаря).

Тактика оборонительных действий.

Единоборства вверху.

Взаимодействия в линиях: принципы зонной обороны.

Переход от атаки к обороне – переключение.

Стандарты в обороне.

Групповой отбор мяча, использование «ловушки».

Прессинг в зоне потери мяча.

<u>15 лет</u>

Тактика атакующих действий.

Групповые взаимодействия при начале и развитии атак (зона обороны, средняя зона, зона атаки):

а) при розыгрыше стандартных положений;

б) в игровых ситуациях (по центру, по флангу).

Групповые взаимодействия при завершении атак (зона атаки):

а) при розыгрыше стандартных положений;

б) в игровых ситуациях (по центру, по флангу).

Групповые взаимодействия при переходе из обороны в атаку:

а) первая передача вперед – быстрая атака;

б) сохранение мяча – постепенное нападение.

Тактика оборонительных действий.

Групповые взаимодействия при противодействии началу и развитию атак (средняя зона, зона атаки):

а) при розыгрыше стандартных положений;

б) в игровых ситуациях (по центру, по флангу).

Групповые взаимодействия при противодействии началу, развитию и завершению атак (зона обороны):

а) при розыгрыше стандартных положений;

б) в игровых ситуациях (по центру, по флангу).

Групповые взаимодействия при переходе из атаки в оборону:

а) прессинг в зоне потери мяча;

б) переход в позиционную оборону

16-17 лет

Тактика атакующих действий.

Командные взаимодействия при начале и развитии атак (зона обороны, средняя зона, зона атаки):

а) при розыгрыше стандартных положений;

б) в игровых ситуациях (по центру, по флангу).

Командные взаимодействия при завершении атак (зона атаки):

а) при розыгрыше стандартных положений;

б) в игровых ситуациях (по центру, по флангу).

Командные взаимодействия при переходе из обороны в атаку:

а) первая передача вперед – быстрая атака;

б) сохранение мяча – постепенное нападение.

Тактика оборонительных действий.

Командные взаимодействия по противодействию началу и развитию атак (средняя зона, зона атаки):

а) при розыгрыше стандартных положений;

б) в игровых ситуациях (по центру, по флангу).

Командные взаимодействия по противодействию началу, развитию и завершению атак (зона обороны):

а) при розыгрыше стандартных положений;

б) в игровых ситуациях (по центру, по флангу).

Командные взаимодействия при переходе из атаки в оборону:

а) прессинг в зоне потери мяча;

б) переход в позиционную оборону

Формы контроля: текущий контроль.

Тактика игры вратаря

Современный футбол требует от вратаря не только умелой защиты ворот, но и активных действий в пределах штрафной пощади, а также руководство всеми обороняющимися. В тактике вратаря различают действия в обороне, в атаке и руководство действиями партнёров.

Действия вратаря в обороне

Основная задача вратаря - непосредственная защита своих ворот. При этом можно выделить игру вратаря в воротах и на выходах.

Действия вратаря в атаке

Важной задачей вратаря является организация начальной фазы атакующих действий своей команды, после того как он овладел мячом в ходе игрового эпизода или получил право на выполнение удара от ворот. Организация атаки при ударе от ворот заключается в выполнении точной и своевременной передачи одному из партнёров. Организация ответной атаки используется тогда, когда вратарь в ходе игрового эпизода овладевает мячом и начинает ответное атакующее действие передачей мяча рукой или ударом ноги.

Руководство действиями партнёров

Оценивая игровую ситуацию, вратарь обязан кратко и внятно давать указания партнёрам о направлении развития атаки противника, о перестроениях на опеку и

страховку. Всё это надо делать, не теряя контроля за мячом, даже в моменты, когда сам вратарь находится в борьбе. От взаимопонимания вратаря и защитников во многом зависят действия в обороне, её стабильность и надёжность. Следует добавить, что вратарь единолично руководит построением «стенки» при штрафных и свободных ударах в непосредственной близости от ворот, а также действиями партнёров при угловых ударах.

Формы контроля: текущий контроль, зачет.

Учебные и тренировочные игры (30 часов)

Теоретические занятия (2 часа):

Правила соревнований по футболу. Разбор правил игры.

Практические занятия(28 часов):

Учебно-тренировочные игры в группе, товарищеские игры, матчевые встречи.

Формы контроля: результат игр.

Соревновательная деятельность (17 часов)

Теоретические занятия (2 часа):

Правила соревнований по футболу. Права и обязанности игроков, роль капитана.

Практические занятия (15 часов):

Участие во внутришкольных, муниципальных, республиканских и региональных соревнованиях.

Формы контроля: результат соревнований

Контрольно-переводные нормативы (4 часа)

Формы контроля: диагностика

1.5. Планируемые (ожидаемые) результаты освоения программы

Предметные:

- обучающиеся познакомятся с историей возникновения игры футбол;
- обучающиеся познакомятся с историей и развитием физической культуры и спорта;
- обучающиеся будут знать правила игры в футбол,
- обучающиеся овладеют различными приемами владения мячом.
- обучающиеся смогут применять тактические и стратегические приемы организации игры в футбол в быстроменяющейся обстановке;
- применять во время игры в футбол все основные технические элементы (технику перемещения, передачи и ловли мяча);
- применять в игре индивидуальные навыки, и принимать участие в групповых и командных тактических действиях в нападении и защите;
- обучающиеся смогут принимать участие в организации и судействе школьных соревнований.

Метапредметные результаты:

- обучающиеся научатся выбирать способы деятельности в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации;
- адекватно оценивать правильность или ошибочность выполнения учебной задачи, её объективную трудность и собственные возможности её решения;

- научатся определять последовательность промежуточных целей и соответствующих им действий с учётом конечного результата;

- научатся работать в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе соблюдения правил спортивных игр;

- научатся координировать и принимать различные позиции во взаимодействии;

- научатся применять правила и пользоваться инструкциями;

- научатся использовать знаки, символы, схемы;

Личностные

- будут сформированы способности к эмоциональному восприятию физических объектов, задач, решений, рассуждений;

- будет сформирована коммуникативная компетентность в общении и сотрудничестве со сверстниками в игровой деятельности;

- будет сформирована критичность мышления, умение распознавать логически некорректные высказывания.

По окончании обучения по программе обучающиеся должны знать:

- основные правила игры в футбол;
- базовую тактику и технику игры;
- принципы здорового образа жизни спортсмена;
- основные правила проведения соревнований по футболу;
- правила поведения спортсмена во время соревнований;
- требования к спортивной дисциплине.

Уметь:

- выполнять розыгрыши стандартных положений;
- выполнять базовые технические и тактические приёмы игры;
- правильно выполнять специальные упражнения;
- правильно восстанавливаться после тренировок;
- правильно составлять свой распорядок дня;
- применять тактические и технические приёмы в игре;
- играть в футбол на уровне соревнований региона.

РАЗДЕЛ 2. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

2.1. *Учебный план для групп 4 года обучения*

№	Содержание	Кол-во часов			Формы промежуточной аттестации/ контроля
		Всего	Теоретические занятия	Практические занятия	
1.	**Теоретическая подготовка**	**4**			беседа
	Роль и место физической культуры в формировании личностных качеств		1		
	Режим дня и питание обучающихся		1		
	Теоретические основы технико-тактической		1		

	подготовки. Основы техники вида спорта				
	Оборудование, спортивный инвентарь и экипировка по виду спорта. Правила вида спорта		1		
2.	**Технико-тактическая подготовка**	**290**			текущий контроль
	техника игры:				
	удары по мячу различными способами		1	17	
	удары по катящемуся мячу и неподвижному мячу		1	16	
	удары по летящему мячу		1	17	
	остановки мяча различными способами		1	14	
	ведение мяча и обманные движения (финты)		1	16	
	вбрасывание мяча		1	14	
	техника игры вратаря		1	14	
	тактика игры:				
	правильный выбор места		1	14	
	выход на главную позицию		1	14	
	отбор мяча		1	14	
	точная и своевременная передача мяча		1	19	
	владение арсеналом ударов по мячу		1	18	
	ведение и обводка мяча		1	15	
	умение бить со всех дистанций, с разных позиций и всеми возможными способами		1	14	
	тактика игры вратаря		1	14	
	тактика игры защитника		1	14	
	тактика игры полузащитника		1	14	
	тактика игры нападающего		1	14	
3.	**Учебные и тренировочные игры**	**24**	2	22	результат
4.	**Контрольные игры и соревнования**	**14**	1	13	результат
5.	**Контрольно-переводные нормативы**	**4**	-	4	зачет
		336	**25**	**311**	

Учебный план для групп 5 года обучения

№	Содержание	Кол-во часов			Формы промежуточной аттестации/ контроля
		Всего	Теоретические занятия	Практические занятия	
1.	**Теоретическая подготовка**	**4**			беседа
	Оборудование, спортивный инвентарь и экипировка по виду спорта		1		
	Теоретические основы технико-тактической подготовки. Основы техники вида спорта		1		
	Профилактика травматизма. Перетренированность/ недотренированность		1		
	Спортивные соревнования как функциональное и структурное ядро спорта		1		
2.	**Технико-тактическая подготовка**	**281**			текущий контроль
	Техническая подготовка				
	удары по мячу различными способами		1	18	
	удары по катящемуся мячу и неподвижному мячу		1	16	
	удары по летящему мячу		1	17	
	остановки мяча различными способами		1	17	
	ведение мяча и обманные движения (финты)		1	16	
	вбрасывание мяча		1	15	
	техника игры вратаря		1	15	
	Тактическая подготовка				
	правильный выбор места		1	14	
	выход на главную позицию		1	14	
	отбор мяча		1	14	
	точная и своевременная передача мяча		1	14	
	владение арсеналом ударов по мячу		1	14	
	ведение и обводка мяча		1	14	
	умение бить со всех дистанций, с разных позиций и всеми возможными способами		1	13	
	тактика игры вратаря		1	13	
	тактика игры защитника		1	13	
	тактика игры полузащитника		1	13	

	тактика игры нападающего		1	13	
3.	**Учебные и тренировочные игры**	**30**	2	28	результат
4.	**Контрольные игры и соревнования**	**17**	2	15	результат
5.	**Контрольно-переводные нормативы**	**4**	-	4	зачет
		336	**26**	**310**	

2.2. Календарный учебный график

Календарный учебный график определяет даты начала и окончания учебного года, количество учебных недель, дней и часов, а также режим занятий.

Год обучения	Дата начала реализации	Дата окончания реализации	Режим занятий	Количество учебных недель/часов	Разделы программы
4 год	08 сентября	15 июля	8 часов в неделю (4 занятия по 2 часа)	42 недель 336 часов в год	Теоретическая подготовка Технико-тактическая подготовка Учебные и тренировочные игры Контрольные игры и соревнования Контрольно-переводные нормативы
5 год	08 сентября	15 июля	8 часов в неделю (4 занятия по 2 часа)	42 недель 336 часов в год	Теоретическая подготовка Технико-тактическая подготовка Учебные и тренировочные игры Контрольные игры и соревнования Контрольно-переводные нормативы

2.3. Рабочая программа воспитания с календарным планом воспитания

Воспитание является обязанностью человека, избравшего педагогическую профессию - профессию тренера. Тренер-преподаватель полностью в ответе за будущее своих воспитанников. Огромна притягательная сила спорта. Молодые люди способны увлечься этой деятельностью настолько, что она на некоторое время может заслонить от них остальные стороны жизни - учёбу, подготовку к труду, обязанности перед близкими. В этих условиях авторитет тренера-преподавателя необычайно высок и выходит далеко за рамки спортивной деятельности, распространяясь на самый широкий круг вопросов.

Спортивная деятельность обладает очень большими воспитательными решения любых воспитательных задач. Как показывает спортивная практика, с

первых дней в работе с новичками тренер должен серьёзное внимание уделять вопросам нравственного воспитания.

Сущность и структура воспитательного процесса

Воспитание является процессом целенаправленным, планомерным, систематическим и непрерывно осуществляемым для всестороннего развития личности юных спортсменов. Этот процесс должен строиться на чёткой профессиональной основе.

Компоненты воспитательной работы:

- цель воспитания и конкретные воспитательные задачи, обеспечивающие достижение цели;
- знание и учёт возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся;
- владение всеми методами воспитания и широким арсеналом методических приёмов;
- выбор места и средства педагогического воздействия, организационных форм и характера общения.

Основные принципы характеризующие условия, в которых должен протекать воспитательный процесс:

- связь воспитания с реальной жизнью и трудом;
- воспитание в коллективе;
- единство требований и воспитательных воздействий со стороны всех взрослых, контактирующих с ребёнком;
- сочетание требовательности с уважением к личности воспитанника;
- учёт индивидуальных особенностей каждого;
- систематичность и непрерывность воспитательного процесса;
- единство слова и дела в жизни спортивной группы;
- сплочённость коллектива, его ориентацию на спортивные и нравственные идеалы.

Методы и формы воспитательной работы

Методы воспитания выполняют роль инструментов, с помощью которых решают все возникающие задачи. Сознание юных спортсменов формируется через указание и разъяснение правил поведения на тренировке, во время игры, норм спортивной этики. Большое воспитательное значение имеет личный пример тренера-преподавателя.

Основной в работе тренера-преподавателя является группа методов воспитания, обеспечивающая организацию деятельности юных футболистов, формирования их поведения:

1. Организация чёткого контроля за выполнением предъявляемых к группе требований дисциплинарного и поведенческого характера.

2. Организационная чёткость учебно-тренировочного занятия, обеспечивающего формирование добросовестности и трудолюбия, и включение футболистов в систему взаимопомощи и взаимооценки при выполнении учебных заданий.

3. Общественные поручения. Достаточно важными для группы и освобождающими тренера-преподавателя от рутинных обязанностей могут стать следующие поручения:

- общее руководство группой (капитан команды);
- контроль за готовностью мест занятий, расстановка и уборка инвентаря;
- проверка личной гигиены и экипировки;

- новости из жизни спорта и футбола в частности;

- разбор нарушений дисциплины, спортивной этики, конфликтов в группе;

- культурно-массовая работа (экскурсии, походы, вечера отдыха, чествование победителей и пр.);

- ведение личных карточек с учётом спортивных достижений и результатов.

Формы организации воспитательной работы в спортивной школе носят как групповой, так и индивидуальный характер, воспитание как на учебно-тренировочном занятии, так и в моменты досуга и отдыха. Тренер-преподаватель должен побуждать ученика к самоанализу поступков, раскаянию в содеянных безнравственных поступках, стремлении к воспитанию эстетического вкуса и нравственного поведения и здорового образа жизни не только в период активных занятий, а главное по окончании спортивной карьеры.

В воспитательной деятельности тренер-преподаватель должен привлекать родителей своих учеников, помогать выработать режим дня ребёнка, здоровое своевременное питание. У родителей и тренеров должно быть единство целей и оценок поступков ребёнка, а главное правильная реакция на оценку этих поступков. Необходим контакт с общеобразовательным учебным заведением, где чётко должны понимать важность занятий в спортивной школе, радоваться успехам своих учащихся и выступать помощниками в возможности ребёнка и учиться, и полноценно тренироваться, достигая наивысших результатов в избранном виде спорта.

Цель воспитательной работы: формирование гармонично развитой личности, духовно - нравственное и патриотическое воспитание обучающихся.

Задачи:

- создание условий для успешного развития и совершенствования умственных и физических качеств, развитие творческих способностей каждого воспитанника;
- формирование патриотических чувств, морально - этических и волевых качеств детей;
- совершенствование навыков здорового образа жизни;
- профилактика правонарушений;
- создание ситуации успеха для каждого юного спортсмена

План воспитательной работы

№ п/п	Мероприятие	Сроки
1.	Проведение родительских собраний	сентябрь, декабрь, март, июнь
2.	Индивидуальные беседы с родителями	по необходимости
3.	Беседа с воспитанниками «Правила внутреннего распорядка обучающихся МУ ДО «ЦРФКС»	сентябрь
4.	Инструктаж по технике безопасности, пожарной безопасности и правилам дорожного движения	сентябрь январь
5.	Установить распорядок дежурств по уборке мест занятий после тренировки	сентябрь-июль
6.	Участие во всероссийском дне бега «Кросс нации»	сентябрь

7.	Занятия и тренировки по формированию навыков поведения при возникновении пожара	сентябрь, ноябрь, февраль, май
8.	Беседа «Правила поведения при угрозе террористического акта»	октябрь
9.	Беседа с учащимися «Самоконтроль при занятиях спортом»	ноябрь
10.	Беседы о дисциплине, культуре речи, этики поведения воспитанников на учебных занятиях, на УТС	в течение года
11	Беседы о гигиене, спортивной одежде, спортивной обуви обучающихся	в течение года
13.	Контроль за успеваемостью воспитанников	постоянно в течение года
14.	Участие в соревнованиях, товарищеских встречах и открытых мероприятиях	в течение года
15.	Посещение учебно-тренировочных занятий, соревнований, мастер - классов старших воспитанников	в течение года
16.	Традиционные чаепития, посвященные праздничным датам, дням рождения обучающихся	по календарю
17.	Беседа: «Осторожно – тонкий лед».	ноябрь
18.	Беседа о мерах пожарной безопасности в период новогодних и рождественских праздников	декабрь
19.	Беседа: «Действия во время непогоды, сильный ветер, метель»	январь
20	Беседа о правилах поведения на водоемах зимой во время оттепели	февраль
21.	Участие во всероссийской массовой лыжной гонке «Лыжня России»	февраль
22.	Профилактическая беседа о вреде курения и приема алкогольных напитков	март
23.	Профилактическая беседа о вреде курения и приема алкогольных напитков	апрель
24.	Участие в акции «Зажги свечу памяти»	май
25.	Беседа «Профилактика детского травматизма в быту»	июнь
26.	Участие в мероприятиях, посвященных Дню защиты детей	июнь
27.	Просмотр учебных фильмов, соревнований различного уровня	в течение года
28.	Организация работы с обучающимися в летний период (походы, экскурсии и др.)	июнь, июль
29.	Веселые старты, посвященных «Дню физкультурника»	август
30.	Организация и проведение спортивно-массовых мероприятий	согласно Календарю спортивно-массовых мероприятий

2.4. Условия реализации программы (***материально-техническое обеспечение, информационное обеспечение, кадровое обеспечение***).

Материально-техническое обеспечение

- Спортивный зал;
- Тренажёрный зал;
- Типовое футбольное поле с естественным покрытием;

- Комплект индивидуальной экипировки футболиста (спортивная форма соревновательная)
- Комплект футбольных накидок (для товарищеских игр);
- Комплект футбольных мячей (на команду);
- Переносные футбольные ворота;
- Воротные сетки;
- Набивные мячи;
- Скакалки;
- Штанга с разновесами, гантели;
- Компрессор для накачки мячей;
- Стойки и «пирамиды» для обводки;
- Гимнастические маты;
- Арки для отработки точности передач;
- Видиоматериалы о технических приёмах в футболе;
- DVD-диск о тактике защиты и нападения;
- Материалы (инструкции) по правилам поведения и безопасности при проведении учебно-тренировочных занятий по футболу, правила организации соревнований по футболу.

Информационное обеспечение

Тренер-преподаватель подачу нового теоретического материала осуществляет следующими методами:
- рассказ,
- беседа,
- показ с объяснением и демонстрацией действий, наглядных пособий.

Каждое занятие по темам Программы включает теоретическую часть и практическое выполнение задания.

Теоретические сведения - это повтор пройденного материала, объяснение нового, информация познавательного характера. Теория сопровождается показом наглядного материала. Использование наглядных пособий на занятиях повышает у учащихся интерес к изучаемому материалу, способствует развитию внимания, воображения, наблюдательности, мышления.

Перед выполнением практических упражнений проводится словесное разъяснение техники исполнения. В течение практической части занятия тренер-преподаватель осуществляет текущий контроль качества и правильности выполнения заданий. Обеспечение безопасности в процессе проведения учебно-тренировочных занятий является первостепенной задачей тренера-преподавателя.

На занятии используются все известные виды наглядности:
- показ (иллюстраций, рисунков, журналов и книг, фотографий);
- демонстрация упражнений, различных приемов работы, которые дают достаточную возможность учащимся закрепить их в практической деятельности.

Информационное обеспечение: дидактические и учебные материалы, видео спортивных соревнований, методические разработки.

Видеоматериалы, используемые в работе:
1. Видеозаписи с Первенств и Чемпионатов России, Европы по футболу.
2. Видеозаписи с соревнований различного уровня с участием обучающихся.

Интернет-ресурсы, используемые в работе:

1. http://www.minsport.gov.ru/ - Министерство спорта Российской Федерации;
2. http://amfr.ru. -Ассоциация мини-футбола России;
3. http://sport-express.ru/futsal/ –Информационно-аналитический портал о мини-футболе;
4. http://yaca.yandex. ru. - Яндекс. Каталог: мини-футбол (Справочно-информационный портал);
5. http://www.euro-football.ru/ Европейский футбол
6. http://footballtrainer.ru/books/football 1999 – Футбольный тренер;
7. http://nsportal.ru/ - Социальная сеть работников образования;
8. http://www.infosport.ru/sp/ Энциклопедия по видам спорта;
9. http://amfr.ru/edu/mishka/ - сайт ассоциации мини – футбола России. Общероссийский проект мини - футбол в школу;
10. http://www.openclass.ru/sub/ - Физическая культура Открытый класс, физическая культура;
11. http://www.amfr.ru/ - Ассоциация мини-футбола России;
12. http://eor-np.ru/taxonomy/term/114 - Электронные образовательные ресурсы по физкультуре;
13. http://e-sportedu.grsu.by/index.php/what-is-e-sport - Электронные средства обучения по физкультуре;
14. http://easyen.ru/load/fizicheskaja_kultura/fizkultura/144 - Современный учительский портал

Кадровое обеспечение

Учебно-тренировочную и воспитательную работу осуществляет тренер-преподаватель (штатный), имеющий высшее педагогическое образование, квалификацию «педагог по физической культуре».

Васильченко Александр Борисович, тренер-преподаватель, высшее педагогическое образование, квалификация «педагог по физической культуре», педагогический стаж 23 года;

Сергеев Дмитрий Владимирович, тренер-преподаватель, высшее педагогическое образование, квалификация «педагог по физической культуре», педагогический стаж 7 лет;

Васильев Артем Иванович, тренер-преподаватель, среднее профессиональное техническое образование, профессиональная переподготовка по программе дополнительного образования «Тренер по физической культуре и спорту», педагогический стаж 3 года;

Васильев Олег Петрович, тренер-преподаватель, высшее педагогическое образование, квалификация «педагог по физической культуре» по специальности «физическая культура и спорт», педагогический стаж 25 лет, высшая квалификационная категория.

2.5. Формы аттестации

Формы подведения итогов реализации дополнительной образовательной программы:

- тестирование

- контрольно-переводные нормативы

- соревнования.

Контрольными мероприятиями по оценке уровня освоения общеобразовательной программы является сдача контрольно-переводных нормативов.

Приемные и контрольно-переводные испытания проводятся в целях:

- оценки эффективности избранной направленности тренировочного процесса;

- выявления сильных и слабых сторон в подготовке спортсменов;

- оценки эффективности средств и методов тренировки в соответствии с установленными контрольными нормативами для выявления динамики развития спортивной формы и прогнозирования спортивных достижений;

- зачисления обучающего на этап спортивной подготовки.

Тестирование (сдача контрольно-нормативных требований) по общей физической и специальной физической подготовленности, как правило, осуществляется два раза в год, в начале и в конце учебного года, но частота тестирования может быть увеличена до 3-4 и более раза в год, и зависит от особенностей построения годичного цикла.

Промежуточное тестирование позволит вносить оперативные коррективы в учебный процесс.

Контрольно-переводные испытания разработаны отдельно для каждой специализации и являются обязательными для учащихся учебно-тренировочных групп.

Лицам, проходящим спортивную подготовку, не выполнившим предъявляемые Программой требования, предоставляется возможность продолжить спортивную подготовку на том же этапе спортивной подготовки.

Успешная подготовка футболиста высокой квалификации возможна только при условии тесной преемственности каждого этапа обучения спортсмена.

В итоге каждого этапа тренировки проводится отбор, задачей которого является оценка уровня развития тех сторон физической и специальной подготовленности, на совершенствование которых был направлен учебно-тренировочный процесс на этом этапе, а также прогнозирование успеха на следующем этапе многолетней тренировки.

2.6. Оценочные материалы *(диагностики)*

Для полевых игроков по технической подготовке:

Удары по воротам на точность выполняются по неподвижному мячу правой и левой ногой с расстояния 17 м (подростки 10 - 12 лет - с расстояния 11 м). Футболисты 10 - 15 лет посылают мяч по воздуху в заданную треть ворот, разделенных по вертикали. Юноши 16 - 18 лет посылают мяч в половину ворот; он должен пересечь линию ворот по воздуху и коснуться земли не ближе, чем в 10 м за воротами. Выполняется по пять ударов каждой ногой любым способом. Учитывается сумма попадания.

Ведение мяча, обводка стоек и удар по воротам выполняется с линии старта (30 м от линии штрафной площади), вести мяч 20 м, далее обвести змейкой четыре стойки (первая стойка ставится в 10 м от штрафной площади, а через каждые 2 м

ставятся еще три стойки), и не доходя до штрафной площади, забить мяч в ворота. Время фиксируется с момента старта до пересечения линии ворот мячом. В случае, если мяч не будет забит в ворота, упражнения не засчитываются. Даются три попытки. Учитывается результат лучшей попытки.

Жонглирование мячом – выполняются удары правой и левой ногой (серединой, внутренней и внешней частями подъема), бедром и головой. Удары выполняются в любой последовательности без повторения одного удара более двух раз подряд. Учитываются только удары, выполненные разными способами, из них не менее раза головой, правым и левым бедром.

Для вратарей по технической подготовке:

Доставание подвешенного мяча кулаком вытянутой руки в прыжке - выполняется с разбега, отталкиваясь любой ногой. Высота прыжка определяется разницей между высотой подвешенного мяча и высотой вытянутой руки (кисть сжата в кулак).

На каждую высоту даются три попытки. Учитывается лучший результат.

Удар по мячу ногой с рук на дальность (разбег не более четырех шагов) - выполняется с разбега, не выходя из пределов штрафной площади, по коридору шириной в 10 м.

Мяч, упавший за пределы коридора, не засчитывается. Даются три попытки. Учитывается лучший результат.

Вбрасывание мяча рукой на дальность (разбег не бее четырех шагов) выполняется по коридору шириной 3 м.

Нормативы	возраст							
	11 лет	12 лет	13 лет	14 лет	15 лет	16 лет	17 лет	18 лет
Техническая подготовка (для полевых игроков)								
Удар по мячу ног. на точн. (число попаданий)	7	8	6	7	8	6	7	8
Вед. мяча, обвод. стоек и удар по ворот.			10,0	9,5	9,0	8,7	8,5	8,3
Жонглирование мячом (кол-во раз)	10	12	20	25	30	35	40	45
Техническая подготовка (для вратарей)								
Удары по мячу ног. с рук на дальность			30	34	38	40	43	45
Доставание подвеш. мяча в прыжке(см)			45	50	55	58	60	62
Бросок мяча на дальность (м)			20	24	26	30	32	34

2.7.Методические материалы

(методы обучения; педагогические технологии; формы организации учебного занятия; алгоритм учебного занятия; дидактические материалы)

Средства спортивной тренировки

Спортивная тренировка должна гармонично сочетаться с игровой соревновательной деятельностью, являясь ее логическим продолжением.

Подготовка футболистов и ее тренировочный процесс должны формировать моральные и нравственные качества, волю и дисциплинированность юного спортсмена.

Тренировка – это специализированный обучающий и формирующий процесс, ведущий спортсмена к высоким достижениям в футболе.

Средства спортивной тренировки в футболе принято подразделять на общеподготовительные, вспомогательные, специально-подготовительные и соревновательные.

К общеподготовительным относятся упражнения для функционального развития организма футболиста.

Вспомогательные упражнения – это двигательные действия, создающие базу для последующего совершенствования технико-тактического мастерства, физических качеств.

Специально-подготовительные упражнения охватывают круг средств, приближенных к соревновательным по всем параметрам – форме, структуре, соревновательности и по проявлению качеств и свойств функциональных систем организма спортсмена.

Соревновательные упражнения – это игровые средства, игровые специализированные упражнения, дающие возможность установить степень готовности игрока (группы игроков, команды) к проявлению своих истинных и резервных возможностей.

Содержание средств тренировки может быть направлено и на развитие различных сторон подготовленности: технической, тактической и др.

К специализированным средствам тренировки в футболе следует отнести:

- игру в футбол (11 × 11 чел.) по всем правилам (учебные, товарищеские и официальные игры);
- игру в футбол с отклонениями от правил (в малых составах; на уменьшенных полях; в несколько ворот; с неравночисленными составами; с нейтральными игроками; с ограничением количества касаний; с интервалами времени игры и отдыха и др.);
- игровые упражнения, совершенствующие сопряженно тактику и различные физические качества;
- «квадраты» (с разным – равным, неравным числом игроков; с различными заданиями; на разнообразных по размеру и конфигурации площадках);
- стандартные положения (в атаке и обороне), совершенствующие варианты и комбинации.

К неспецифическим средствам следует отнести:

- упрощенные спортивные игры (гандбол, баскетбол, регби);
- подвижные игры, лапта;
-упражнения из легкой атлетики, гимнастики, акробатики, атлетизма, борьбы;
- плавание, катание на коньках, хоккей с мячом и др.

Методы спортивной тренировки

Под методами спортивной тренировки следует понимать способы работы тренера и спортсмена, с помощью которых ученик овладевает знаниями, умениями и навыками, развиваются у него необходимые спортивные качества.

Методы бывают словесными (вербальными), наглядными и практическими.

Словесные (вербальные) методы – это рассказ, объяснения, беседы и лекции. Эффективность тренировочного процесса во многом зависит от умелого использования тренером указаний, замечаний, команд, разъяснений и словесных оценок.

Наглядные методы – это образцовый показ тренером отдельных упражнений, действий, элементов или «связок» приемов. Кроме того, в современных условиях широко применяются аудио- и видеозаписи, макеты игрового поля с фигурками игроков и т.п. Эти средства используются при установках на игру, разборах игр, анализе тактики игры в эпизодах и т. п.

Методы практических упражнений условно подразделяются на:

а) методы, направленные на формирование технико-тактического и тактического мастерства;

б) методы, развивающие физические качества.

Следует широко применять методы сопряженного формирования технико-тактического мастерства и развития физических качеств; совершенствования тактики и развития специальных физических качеств.

Для развития физических качеств применяются два основных метода:

непрерывный и интервальный.

Непрерывный метод характеризуется однократным непрерывным выполнением тренировочного задания.

Интервальный метод предусматривает выполнение заданий с регламентированными паузами отдыха.

Оба метода могут быть реализованы как в равномерном, так и в переменных режимах.

Игровой метод предусматривает выполнение двигательных действий в условиях игры, в рамках ее правил, арсенала технико-тактических приемов и ситуаций. Игровой метод обеспечивает высокую эмоциональность занятий и связан с решением задач в постоянно изменяющихся ситуациях. В этой связи футболисты проявляют ряд качеств и свойств: инициативу, смелость и решительность, настойчивость и самостоятельность, умение управлять своими эмоциями, подчиняя личные интересы интересам команды. Игра требует проявления ловкости, быстроты реагирования, оперативности мышления, хитрости, чтобы ввести в заблуждение соперника. Все это предопределяет эффективность игрового метода. Важна роль игрового метода и как средства активного отдыха, эффективного восстановления и досуга.

Соревновательный метод зачастую выступает в качестве оптимального способа повышения результативности учебно-тренировочного процесса. Этот метод предъявляет высокие требования к различным возможностям футболиста (технико-тактическим, физическим, психологическим), стимулирует адаптационные процессы, обеспечивает интегральное совершенствование различных сторон подготовленности.

Соревнования можно проводить в затрудненных или облегченных условиях.

В качестве усложненных обстоятельств можно применять:

- проведение игры в неблагоприятных погодных условиях;

-игру на полях соперников, в неравных составах и др.;

- проведение нескольких игр в день;

- игру с заведомо наиболее сильным соперником;
- на полях уменьшенных размеров.

Упражнения с облегченными условиями:
- в упрощенных обстоятельствах;
- с заведомо более слабым соперником;
- предоставление гандикапа сопернику.

Принципы спортивной тренировки

Успешное решение учебно-тренировочных задач возможно при условии следования принципам спортивной тренировки, разделяемым на три группы:

- общепедагогическим (дидактическим) – научности, воспитывающего обучения, доступности, наглядности и активности, коллективности и индивидуализации; кроме этого, придерживаются и общих принципов физического воспитания: разностороннего и гармоничного развития личности, оздоровительного направления занятий, связанных с трудовой деятельностью и учебой;
- специфическим – направленность к высшим достижениям; углубленная специализация; непрерывность тренировочного процесса; единство постепенности увеличения нагрузок и тенденция к максимальным нагрузкам; волнообразность и вариативность нагрузок; цикличность процесса подготовки; единство структуры соревновательной деятельности и структуры подготовленности; единство и взаимосвязь тренировочного процесса и соревновательной деятельности с внетренировочными факторами; взаимообусловленность эффективности тренировочного процесса и профилактики спортивного травматизма;
- методическим – опережающая (соотносительно техническим возможностям) подготовка игровых возможностей юных футболистов; оптимальное и гармоничное развитие физических качеств, сопряженно формулируемых с технико-тактическими действиями; применение тренировочных нагрузок, превышающих соревновательные (по объему и интенсивности); моделирование игровой соревновательной деятельности в учебно-тренировочном процессе.

Основной формой организации обучения и учебно-тренировочного процесса футболистов является учебно-тренировочное занятие.

Содержание учебно-тренировочного занятия должно отвечать конкретным задачам с учетом возрастных и индивидуальных особенностей, уровня подготовленности и быть направлено на расширение круга знаний, умений и навыков.

Структура учебно-тренировочного занятия предусматривает три части: подготовительную, основную и заключительную.

В подготовительной части (разминке) происходит начальная организация обучающихся, объясняются задачи и кратко раскрывается содержание учебно-тренировочного занятия. Главная цель подготовительной части – функциональная подготовка организма к предстоящей основной деятельности, поэтому используемые средства по координационной структуре и характеру нагрузок должны соответствовать особенностям упражнений основой части.

Основная часть направлена на решение задач учебно-тренировочного занятия, связанных с обучением и совершенствованием техники и тактики, развитием специальных физических качеств и т.д.

Заключительная часть учебно-тренировочного занятия должна обеспечивать постепенное снижение нагрузки и приведение организма обучающихся в относительно спокойное состояние. В конце учебно-тренировочного занятия подводятся итоги, даются индивидуальные задания.

Пример плана занятий

Один из примеров плана тренировки для взрослых футболистов, направленной на развитие быстроты принятия решений:

Цель: развитие быстроты принятия решений в игровых ситуациях, улучшение технических и тактических навыков.

Длительность: 90 минут.

Оборудование: мячи, конусы, фишки, манишки, ворота.

Введение: брифинг (краткое объяснение целей тренировки), разминка.

Основная часть:

Разогрев с акцентом на внимание и скорость реакции: упражнения «Квадрат с сигналами» (игроки стоят по периметру квадрата, один игрок в центре) или «Реакция на цвет» (расставлены разноцветные фишки по полю).

Технические упражнения с мячом: дриблинг с неожиданным препятствием (игроки выполняют дриблинг между конусами, тренер называет цифру, игроки должны немедленно пройти к конусу с соответствующим номером, обходя его) или пасы с изменением направления (два игрока выполняют короткие передачи, по сигналу тренера игрок с мячом должен резко изменить направление передачи и сделать пас третьему игроку).

Игровые упражнения на быстроту принятия решений: мини-игра «Ограниченные касания» (поле делится на три зоны, в каждой зоне игрокам разрешено сделать не более двух касаний), упражнение «3 на 2 с быстрым выходом» (три атакующих против двух защитников).

Заключительная часть: упражнение «Круг передач» (все игроки становятся в круг и выполняют передачи с обязательным изменением направления по сигналу тренера), заминка (упражнения на расслабление и растяжку мышц).

Подведение итогов: тренер анализирует тренировку, даёт обратную связь, выделяет успешные моменты и области для улучшения.

Требования к составу групп.

Формирование групп спортивной подготовки и закрепление за ними тренерского состава осуществляется ежегодно в соответствии с утвержденным в организации порядком.

При формировании количественного состава группы учитываются:

- минимальный возраст для зачисления на данный этап спортивной подготовки;
- спортивные разряды занимающихся;
- возрастные и гендерные особенности развития спортсменов;

- результаты выполнения нормативов по общей физической и специальной физической подготовке для зачисления (перевода) на этапы спортивной подготовки;

- уровень технического мастерства спортсменов.

Учебная группа может быть как одновозрастная, так и разновозрастная.

2.8. Список литературы

1. Годик М.А. Физическая подготовка футболистов / М.А. Годик. – М.: Тера-Спорт, Олимпия Пресс, 2006. -272 с.

2. Губа В.П. Методология подготовки юных футболистов: учебно-методическое пособие / В.П. Губа, А. А. Стула. -М.: Человек, 2015. – 272 с.

3. Зиновьев, В.А. Особенности педагогической деятельности детского тренера-педагога по футболу. / В. А. Зиновьев. // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. - 2010. - № 2. - С. 37-41

4. Калинин, А.В.Футбол : методика тренировки / А.В.Калин. - Москва: Физкультура и спорт,2009. - 162 с.

5. Коробейник, А.В. В мире футбола / А.В.Коробейник. - Ростов н/Д: Феникс, 2010. - 447 с.

6. Лалаков, Г.С. Структура и содержание тренировочных нагрузок у футболистов различного возраста и квалификации / Г.С. Лалаков. - Омск, - 2009. - 83 с.

7. Монаков, Г.В. Подготовка футболистов / Под ред. Г.В. Монакова. - Псков, 2009. - 256 с.

8. Озолин Н.Г.Настольная книга тренера: наука побеждать/ Н.Г.Озолин.- Москва: ООО "Издательство Астрель", 2011.- 864 с.

9. Перепелкин,В.А. Восстановление работоспособности футболистов / В.А. Перепелкин. - Москва: Олимпия Пресс, Терра-Спорт, 2012. - 112 с.

Календарный учебный график для групп четвертого года обучения

Месяц	№ занятия	Время проведения занятий	форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
сентябрь	1	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Вводное занятие. Т/Б на занятиях спортивными играми. Техника передвижения	Стадион	Текущий контроль
	2	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Удары по мячу ногой Подвижные игры и эстафеты	Стадион	Текущий контроль
	3	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Общеразвивающие упражнения без предметов, беговые упражнения Удары по мячу ногой	Стадион	Текущий контроль
	4	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Ведение мяча, техника игры вратаря	Стадион	Текущий контроль
	5	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Реализация в игре умений, приобретенных на учебно-тренировочных занятиях.	Стадион	Текущий контроль
	6	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Общеразвивающие упражнения с предметами Техника передвижения	Стадион	Текущий контроль
	7	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Совершенствование различных приемов техники передвижения в сочетании с техникой владения мячом	Стадион	Текущий контроль
	8	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Упражнения для развития быстроты Ведение мяча, техника игры вратаря	Стадион	Текущий контроль
	9	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Упражнения для развития гибкости Остановка (прием) мяча	Стадион	Текущий контроль
	10	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Обманные движения (финты), техника игры вратаря	Стадион	Текущий контроль
	11	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Упражнения на развитие выносливости Отбор мяча	Стадион	Текущий контроль
	12	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Реализация в игре умений, приобретенных на учебно-тренировочных занятиях.	Стадион	Текущий контроль

	13	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Контрольные нормативы	Стадион	Зачет
октябрь	14	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Упражнения для развития силы мышц спины Жонглирование мячом, техника игры вратаря	Стадион	Текущий контроль
	15	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Упражнения с предметами (мячи, гантели) Вбрасывание мяча из-за боковой линии	Стадион	Текущий контроль
	16	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Упражнения для развития гибкости Жонглирование мячом, техника игры вратаря	Стадион	Текущий контроль
	17	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Тактика игры в атаке: индивидуальные действия	Стадион	Текущий контроль
	18	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Реализация в игре умений, приобретенных на учебно-тренировочных занятиях.	Стадион	Текущий контроль
	19	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Упражнения для развития быстроты Остановка (прием) мяча	Стадион	Текущий контроль
	20	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Упражнения на развитие выносливости Отбор мяча	Стадион	Текущий контроль
	21	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Упражнения для развития силы мышц спины Удары по мячу ногой	Стадион	Текущий контроль
	22	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Совершенствование точности ударов в цель	Стадион	Текущий контроль
	23	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Упражнения на развитие силы мышц рук и ног Удары по мячу ногой	Стадион	Текущий контроль
	24	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Реализация в игре и эстафетах умений, приобретенных на учебно-тренировочных занятиях	Стадион	Текущий контроль
	25	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Совершенствование точности ударов в ворота	Стадион	Текущий контроль
	26	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Упражнения с предметами (мячи, гантели)	Стадион	Текущий контроль
	27	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Тактика защиты. Индивидуальные действия	Стадион	Текущий контроль
	28	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Совершенствование точности ударов движущемуся партнеру	Стадион	Текущий контроль

	29	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Реализация в контрольной игре умений, приобретенных на учебно-тренировочных занятиях	Стадион	Текущий контроль
ноябрь	30	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Упражнения для развития коленных суставов Удары по мячу головой	Спортивный зал	Текущий контроль
	31	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Упражнения для развития силы мышц спины Совершенствовать умение соразмерять силу удара	Спортивный зал	Текущий контроль
	32	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Упражнения на развитие силы мышц рук и ног Совершенствовать умение придавать мячу различную траекторию полета	Спортивный зал	Текущий контроль
	33	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Упражнения для развития коленных суставов Совершенствовать умение точно выполнять длинные передачи	Спортивный зал	Текущий контроль
	34	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Реализация в контрольной игре умений, приобретенных на учебно-тренировочных занятиях	Спортивный зал	Текущий контроль
	35	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Упражнения для развития коленных суставов Совершенствовать выполнение ударов из трудных положений (боком)	Спортивный зал	Текущий контроль
	36	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Тактика игры в атаке: групповые действия	Спортивный зал	Текущий контроль
	37	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Упражнения для развития коленных суставов Удары по мячу ногой	Спортивный зал	Текущий контроль
	38	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Упражнения для развития для разгибателей туловища Удары по мячу головой	Спортивный зал	Текущий контроль
	39	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Реализация в игре умений, приобретенных на учебно-тренировочных занятиях	Спортивный зал	Текущий контроль
	40	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Упражнения для развития быстроты (для разгибателей туловища). Остановка мяча	Спортивный зал	Текущий контроль
	41	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Общеразвивающие упражнения без предметов, акробатические упражнения. Ведение мяча	Спортивный зал	Текущий контроль
	42	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Тактика игры в обороне: индивидуальные действия	Спортивный зал	Текущий контроль

	43	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Упражнения на развитие ловкости и прыгучести. Отбор мяча	Спортивный зал	Текущий контроль
	44	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Реализация в контрольной игре умений, приобретенных на учебно-тренировочных занятиях	Спортивный зал	Текущий контроль
	45	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Упражнения для развития коленных суставов Совершенствовать выполнение ударов из трудных положений (спиной к направлению удара)	Спортивный зал	Текущий контроль
	46	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Тактика игры в обороне: групповые действия	Спортивный зал	Текущий контроль
декабрь	47	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Реализация в игре умений, приобретенных на учебно-тренировочных занятиях	Спортивный зал	Текущий контроль
	48	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Упражнения на развитие ловкости и прыгучести. Индивидуальные действия без мяча в нападении	Спортивный зал	Текущий контроль
	49	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Общеразвивающие упражнения с мячом Индивидуальные действия с мячом в нападении	Спортивный зал	Текущий контроль
	50	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Групповые действия в нападении	Спортивный зал	Текущий контроль
	51	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Индивидуальные действия в защите	Спортивный зал	Текущий контроль
	52	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Реализация в игре умений, приобретенных на учебно-тренировочных занятиях	Спортивный зал	Текущий контроль
	53	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Индивидуальные действия в защите	Спортивный зал	Текущий контроль
	54	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Групповые действия в защите	Спортивный зал	Текущий контроль
	55	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Упражнения для развития коленных суставов Совершенствовать выполнение ударов из трудных положений (в прыжке)	Спортивный зал	Текущий контроль
	56	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Тактика игры в обороне: индивидуальные действия	Спортивный зал	Текущий контроль
	57	в соответствии	теория	2	Реализация в игре умений, приобретенных на	Спортивный	Текущий

		с расписанием	практика		учебно-тренировочных занятиях.	зал	контроль
	58	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Упражнения для развития коленных суставов Удары по мячу ногой	Спортивный зал	Текущий контроль
	59	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Упражнения для развития для разгибателей туловища Удары по мячу головой	Спортивный зал	Текущий контроль
	60	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Совершенствование различных приемов техники передвижения в сочетании с техникой владения мячом	Спортивный зал	Текущий контроль
	61	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Совершенствование точности ударов в цель	Спортивный зал	Текущий контроль
	62	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Реализация в игре умений, приобретенных на учебно-тренировочных занятиях.	Спортивный зал	Текущий контроль
	63	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Упражнения для развития коленных суставов Совершенствовать умение точно выполнять длинные передачи	Спортивный зал	Текущий контроль
январь	64	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Упражнения для развития коленных суставов Совершенствовать выполнение ударов из трудных положений (в прыжке)	Спортивный зал	Текущий контроль
	65	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Упражнения для развития быстроты (для разгибателей ног.) Удары по мячу ногой	Спортивный зал	Текущий контроль
	66	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Упражнения на развития гибкости плечевого сустава. Удары по мячу головой	Спортивный зал	Текущий контроль
	67	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Реализация в игре умений, приобретенных на учебно-тренировочных занятиях	Спортивный зал	Текущий контроль
	68	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Упражнения для развития быстроты (для разгибателей ног). Остановка мяча	Спортивный зал	Текущий контроль
	69	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Упражнения на развитие ловкости и прыгучести. Ведение мяча	Спортивный зал	Текущий контроль
	70	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Упражнения для развития коленных суставов Совершенствовать выполнение ударов из трудных положений (с падением)	Спортивный зал	Текущий контроль

	71	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Тактика игры в обороне: индивидуальные действия	Спортивный зал	Текущий контроль
	72	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Реализация в игре умений, приобретенных на учебно-тренировочных занятиях	Спортивный зал	Текущий контроль
	73	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Упражнения для развития быстроты (для разгибателей ног.) Удары по мячу ногой	Спортивный зал	Текущий контроль
	74	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Упражнения для развития быстроты (для разгибателей ног). Остановка мяча	Спортивный зал	Текущий контроль
	75	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Упражнения для развития коленных суставов Удары по мячу ногой	Спортивный зал	Текущий контроль
	76	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Упражнения для развития для разгибателей туловища Удары по мячу головой	Спортивный зал	Текущий контроль
февраль	77	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Реализация в игре умений, приобретенных на учебно-тренировочных занятиях	Спортивный зал	Текущий контроль
	78	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Упражнения для развития стартовой скорости по сигналу (рывки на 5-10 м из различных положений). Удары по мячу ногой	Спортивный зал	Текущий контроль
	79	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Упражнения с предметами (малые мячи, скакалки, барьеры)	Спортивный зал	Текущий контроль
	80	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Стартовые рывки к мячу с последующим ударом по воротам. Удары по мячу головой	Спортивный зал	Текущий контроль
	81	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Парные и групповые упражнения с ведением мяча, обводкой стоек, обманными движениями)	Спортивный зал	Текущий контроль
	82	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Общеразвивающие упражнения с предметами, упражнения с набивным мячом. Игровые упражнения с мячом большой интенсивности	Спортивный зал	Текущий контроль
	83	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Реализация в игре умений, приобретенных на учебно-тренировочных занятиях	Спортивный зал	
	84	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Упражнения для развития специальной выносливости. Повторное выполнение беговых и прыжковых упражнений. То же с ведением мяча	Спортивный зал	Текущий контроль

	85	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Многократное повторение специальных технико-тактических упражнений (повторные рывки с мячом с последующей обводкой нескольких стоек и ударом по воротам)	Спортивный зал	Текущий контроль
	86	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Упражнения для развития силы мышц спины Жонглирование мячом, техника игры вратаря	Спортивный зал	Текущий контроль
	87	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Упражнения с предметами (мячи, гантели) Вбрасывание мяча из-за боковой линии	Спортивный зал	Текущий контроль
	88	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Упражнения для развития гибкости Жонглирование мячом, техника игры вратаря	Спортивный зал	Текущий контроль
	89	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Тактика игры в атаке: индивидуальные действия	Спортивный зал	Текущий контроль
	90	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Реализация в игре умений, приобретенных на учебно-тренировочных занятиях.	Спортивный зал	Текущий контроль
	91	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Упражнения для развития быстроты Остановка (прием) мяча	Спортивный зал	Текущий контроль
	92	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Упражнения на развитие выносливости Отбор мяча	Спортивный зал	Текущий контроль
март	93	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Упражнения для развития силы мышц спины Удары по мячу ногой	Спортивный зал	Текущий контроль
	94	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Совершенствование точности ударов в цель	Спортивный зал	Текущий контроль
	95	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Упражнения на развитие силы мышц рук и ног Удары по мячу ногой	Спортивный зал	Текущий контроль
	96	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Реализация в игре умений, приобретенных на учебно-тренировочных занятиях	Спортивный зал	Текущий контроль
	97	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Совершенствование точности ударов в ворота	Спортивный зал	Текущий контроль
	98	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Упражнения с предметами (мячи, гантели)	Спортивный зал	Текущий контроль
	99	в соответствии	теория	2	Тактика защиты. Индивидуальные действия	Спортивный	Текущий

		с расписанием	практика			зал	контроль
	100	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Совершенствование точности ударов движущемуся партнеру	Спортивный зал	Текущий контроль
	101	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Реализация в контрольной игре умений, приобретенных на учебно-тренировочных занятиях	Спортивный зал	Текущий контроль
	102	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Упражнения для развития коленных суставов Удары по мячу головой	Спортивный зал	Текущий контроль
	103	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Упражнения для развития силы мышц спины Совершенствовать умение соразмерять силу удара	Спортивный зал	Текущий контроль
	104	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Упражнения на развитие силы мышц рук и ног Совершенствовать умение придавать мячу различную траекторию полета	Спортивный зал	Текущий контроль
	105	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Упражнения для развития коленных суставов Совершенствовать умение точно выполнять длинные передачи	Спортивный зал	Текущий контроль
	106	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Реализация в игре умений, приобретенных на учебно-тренировочных занятиях	Спортивный зал	Текущий контроль
	107	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Упражнения для развития коленных суставов Совершенствовать выполнение ударов из трудных положений (боком)	Спортивный зал	Текущий контроль
	108	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Тактика игры в атаке: групповые действия	Спортивный зал	Текущий контроль
	109	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Упражнения для развития коленных суставов Удары по мячу ногой	Спортивный зал	Текущий контроль
апрель	110	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Упражнения для развития для разгибателей туловища Удары по мячу головой	Спортивный зал	Текущий контроль
	111	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Реализация в контрольной игре умений, приобретенных на учебно-тренировочных занятиях	Спортивный зал	Текущий контроль
	112	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Упражнения для развития быстроты (для разгибателей туловища). Остановка мяча	Спортивный зал	Текущий контроль
	113	в соответствии	теория	2	Общеразвивающие упражнения без предметов,	Спортивный	Текущий

		с расписанием	практика		акробатические упражнения. Ведение мяча	зал	контроль
	114	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Тактика игры в обороне: индивидуальные действия	Спортивный зал	Текущий контроль
	115	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Упражнения на развитие ловкости и прыгучести. Отбор мяча	Спортивный зал	Текущий контроль
	116	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Реализация в игре умений, приобретенных на учебно-тренировочных занятиях	Спортивный зал	Текущий контроль
	117	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Упражнения для развития коленных суставов Совершенствовать выполнение ударов из трудных положений (спиной к направлению удара)	Спортивный зал	Текущий контроль
	118	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Упражнения для развития коленных суставов Совершенствовать умение точно выполнять длинные передачи	Спортивный зал	Текущий контроль
	119	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Реализация в контрольной игре умений, приобретенных на учебно-тренировочных занятиях	Спортивный зал	Текущий контроль
	120	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Упражнения на развитие ловкости и прыгучести. Индивидуальные действия без мяча в нападении	Спортивный зал	Текущий контроль
	121	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Общеразвивающие упражнения с мячом Индивидуальные действия с мячом в нападении	Спортивный зал	Текущий контроль
	122	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Групповые действия в нападении	Спортивный зал	Текущий контроль
	123	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Индивидуальные действия в защите	Спортивный зал	Текущий контроль
	124	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Индивидуальные действия в защите	Спортивный зал	Текущий контроль
	125	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Реализация в игре умений, приобретенных на учебно-тренировочных занятиях	Спортивный зал	Текущий контроль
май	126	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Индивидуальные действия в защите	Стадион	Текущий контроль
	127	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Групповые действия в защите	Стадион	Текущий контроль

	128	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Упражнения для развития коленных суставов Совершенствовать выполнение ударов из трудных положений (в прыжке)	Стадион	Текущий контроль
	129	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Упражнения для развития коленных суставов	Стадион	Текущий контроль
	130	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Совершенствовать выполнение ударов из трудных положений (в прыжке)	Стадион	Текущий контроль
	131	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Реализация в контрольной игре умений, приобретенных на учебно-тренировочных занятиях	Стадион	Текущий контроль
	132	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Упражнения для развития быстроты (для разгибателей ног.) Удары по мячу ногой	Стадион	Текущий контроль
	133	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Упражнения на развития гибкости плечевого сустава.	Стадион	Текущий контроль
	134	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Удары по мячу головой	Стадион	Текущий контроль
	135	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Реализация в игре умений, приобретенных на учебно-тренировочных занятиях	Стадион	Текущий контроль
	136	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Упражнения для развития быстроты (для разгибателей ног). Остановка мяча	Стадион	Текущий контроль
	137	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Упражнения на развитие ловкости и прыгучести. Ведение мяча	Стадион	Текущий контроль
	138	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Совершенствование ведения мяча различными способами правой и левой ногой на высокой скорости, изменяя направление и ритм движения	Стадион	Текущий контроль
	139	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Совершенствование умения точно, быстро и неожиданно для вратаря производить удары по воротам.	Стадион	Текущий контроль
	140	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Совершенствование остановки мяча различными способами (на высокой скорости движения, приводя мяч в удобное положение для дальнейших действий)	Стадион	Текущий контроль

	141	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Реализация в игре умений, приобретенных на учебно-тренировочных занятиях	Стадион	Текущий контроль
	142	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Совершенствование ведения мяча различными способами правой и левой ногой на высокой скорости, применяя финты	Стадион	Зачет
июнь	143	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Совершенствование умения точно, быстро и неожиданно для вратаря производить удары по воротам.	Стадион	Текущий контроль
	144	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Совершенствование ведения мяча различными способами правой и левой ногой на скорости, контролируя мяч и наблюдая за игровой обстановкой	Стадион	Текущий контроль
	145	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Совершенствование остановки мяча различными способами (на высокой скорости движения, приводя мяч в удобное положение для дальнейших действий)	Стадион	Текущий контроль
	146	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Совершенствование ведения мяча различными способами правой и левой ногой на скорости, контролируя мяч и наблюдая за игровой обстановкой	Стадион	Текущий контроль
	147	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Реализация в контрольной игре умений, приобретенных на учебно-тренировочных занятиях	Стадион	Текущий контроль
	148	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Совершенствование финтов	Стадион	Текущий контроль
	149	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Отбор мяча. Совершенствование умения определять (предугадывать) замысел противника, владеющего мячом.	Стадион	Текущий контроль
	150	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Совершенствование точности и дальности вбрасывания мяча	Стадион	Текущий контроль
	151	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Тактика защиты. Индивидуальные действия	Стадион	Текущий контроль
	152	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Совершенствование умения точно, быстро и неожиданно для вратаря производить удары по воротам.	Стадион	Текущий контроль

	153	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Реализация в игре умений, приобретенных на учебно-тренировочных занятиях	Стадион	Текущий контроль
	154	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Совершенствование остановки мяча различными способами (выполняя приемы с наименьшей затратой времени)	Стадион	Текущий контроль
	155	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Тактика игры в атаке: индивидуальные действия	Стадион	Текущий контроль
	156	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Совершенствование умения точно, быстро и неожиданно для вратаря производить удары по воротам.	Стадион	Текущий контроль
	157	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Совершенствование ведения мяча различными способами правой и левой ногой на скорости, контролируя мяч и наблюдая за игровой обстановкой	Стадион	Текущий контроль
	158	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Тактика игры в атаке: групповые действия	Стадион	Текущий контроль
	159	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Реализация в игре умений, приобретенных на учебно-тренировочных занятиях	Стадион	Текущий контроль
июль	160	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Совершенствование точности и дальности вбрасывания мяча	Стадион	Текущий контроль
	161	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Тактика защиты. Индивидуальные действия	Стадион	Текущий контроль
	162	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Совершенствование умения точно, быстро и неожиданно для вратаря производить удары по воротам.	Стадион	Текущий контроль
	163	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Совершенствование остановки мяча различными способами (выполняя приемы с наименьшей затратой времени)	Стадион	Текущий контроль
	164	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Тактика игры в атаке: индивидуальные действия	Стадион	Текущий контроль
	165	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Реализация в контрольной игре умений, приобретенных на учебно-тренировочных занятиях	Стадион	Текущий контроль

	166	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Совершенствование умения точно, быстро и неожиданно для вратаря производить удары по воротам.	Стадион	Текущий контроль
	167	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Совершенствование ведения мяча различными способами правой и левой ногой на скорости, контролируя мяч и наблюдая за игровой обстановкой	Стадион	Текущий контроль
	168	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Тактика игры в атаке: групповые действия	Стадион	Текущий контроль

Календарный учебный график для групп пятого года обучения

Месяц	№ занятия	Время проведения занятий	форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
сентябрь	1	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Вводное занятие. Т/Б на занятиях спортивными играми. Подвижные игры и эстафеты	Стадион	Текущий контроль
	2	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Упражнения для развития быстроты Удары по мячу ногой	Стадион	Текущий контроль
	3	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Общеразвивающие упражнения без предметов, беговые упражнения Удары по мячу ногой	Стадион	Текущий контроль
	4	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Упражнения в равновесии Ведение мяча, техника игры вратаря	Стадион	Текущий контроль
	5	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Реализация в игре умений, приобретенных на учебно-тренировочных занятиях.	Стадион	Текущий контроль
	6	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Жонглирование правой и левой ногой Техника передвижения	Стадион	Текущий контроль
	7	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Совершенствование различных приемов техники передвижения в сочетании с техникой владения мячом	Стадион	Текущий контроль

	8	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Упражнения для развития стартовой скорости Ведение мяча, техника игры вратаря	Стадион	Текущий контроль
	9	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Остановка (прием) мяча. Стартовые рывки к мячу с последующим ударом по воротам	Стадион	Текущий контроль
	10	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Обманные движения (финты), техника игры вратаря	Стадион	Текущий контроль
	11	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Упражнения для развития дистанционной скорости Отбор мяча	Стадион	Текущий контроль
	12	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Реализация в игре умений, приобретенных на учебно-тренировочных занятиях.	Стадион	Текущий контроль
	13	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Контрольные нормативы	Стадион	Зачет
октябрь	14	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Эстафетный бег Жонглирование мячом, техника игры вратаря	Стадион	Текущий контроль
	15	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Обводка препятствий на скорости Вбрасывание мяча из-за боковой линии	Стадион	Текущий контроль
	16	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Бег с быстрым изменением способа передвижения Жонглирование мячом, техника игры вратаря	Стадион	Текущий контроль
	17	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Бег с изменением скорости Тактика игры в атаке: индивидуальные действия	Стадион	Текущий контроль
	18	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Реализация в игре умений, приобретенных на учебно-тренировочных занятиях.	Стадион	Текущий контроль
	19	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Бег с «тенью» (повторение движений партнера) Остановка (прием) мяча	Стадион	Текущий контроль
	20	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Беговые и прыжковые упражнения Отбор мяча	Стадион	Текущий контроль
	21	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Вбрасывание футбольного и набивного мяча на дальность. Удары по мячу ногой	Стадион	Текущий контроль
	22	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Совершенствование точности ударов в цель	Стадион	Текущий контроль

	23	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Упражнения на развитие силы мышц рук и ног Удары по мячу ногой	Стадион	Текущий контроль
	24	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Реализация в игре и эстафетах умений, приобретенных на учебно-тренировочных занятиях	Стадион	Текущий контроль
	25	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Совершенствование точности ударов в ворота	Стадион	Текущий контроль
	26	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Упражнения с предметами (мячи, гантели). Броски футбольного и набивного мячей одной рукой на дальность.	Стадион	Текущий контроль
	27	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Тактика защиты. Индивидуальные действия	Стадион	Текущий контроль
	28	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Упражнения для развития специальной выносливости. Совершенствование точности ударов движущемуся партнеру	Стадион	Текущий контроль
	29	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Реализация в контрольной игре умений, приобретенных на учебно-тренировочных занятиях	Стадион	Текущий контроль
ноябрь	30	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Беговые и прыжковые упражнения Удары по мячу головой	Спортивный зал	Текущий контроль
	31	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Упражнения для развития силы мышц спины Совершенствовать умение соразмерять силу удара	Спортивный зал	Текущий контроль
	32	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Упражнения на развитие силы мышц рук и ног Совершенствовать умение придавать мячу различную траекторию полета	Спортивный зал	Текущий контроль
	33	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Упражнения для развития коленных суставов Совершенствовать умение точно выполнять длинные передачи	Спортивный зал	Текущий контроль
	34	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Реализация в контрольной игре умений, приобретенных на учебно-тренировочных занятиях	Спортивный зал	Текущий контроль
	35	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Упражнения для развития коленных суставов Совершенствовать выполнение ударов из трудных положений (боком)	Спортивный зал	Текущий контроль

	36	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Тактика игры в атаке: групповые действия. Совершенствование слаженности действий и взаимостраховки при атаке численно превосходящего соперника	Спортивный зал	Текущий контроль
	37	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Упражнения для развития коленных суставов Удары по мячу ногой	Спортивный зал	Текущий контроль
	38	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Упражнения для развития для разгибателей туловища Удары по мячу головой	Спортивный зал	Текущий контроль
	39	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Реализация в игре умений, приобретенных на учебно-тренировочных занятиях	Спортивный зал	Текущий контроль
	40	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Упражнения для развития быстроты (для разгибателей туловища). Совершенствование остановки мяча различными способами	Спортивный зал	Текущий контроль
	41	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Общеразвивающие упражнения без предметов, акробатические упражнения. Совершенствование ведения мяча различными способами	Спортивный зал	Текущий контроль
	42	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Тактика игры в обороне: индивидуальные действия. Совершенствование тактических способностей и умений	Спортивный зал	Текущий контроль
	43	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Упражнения на развитие ловкости и прыгучести. Совершенствование финтов с учетом игрового места в составе команды	Спортивный зал	Текущий контроль
	44	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Реализация в контрольной игре умений, приобретенных на учебно-тренировочных занятиях	Спортивный зал	Текущий контроль
	45	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Упражнения для развития коленных суставов Совершенствовать выполнение ударов из трудных положений (спиной к направлению удара)	Спортивный зал	Текущий контроль
	46	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Тактика игры в обороне: групповые действия	Спортивный зал	Текущий контроль
декабрь	47	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Реализация в игре умений, приобретенных на учебно-тренировочных занятиях	Спортивный зал	Текущий контроль

	48	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Упражнения на развитие ловкости и прыгучести. Индивидуальные действия без мяча в нападении	Спортивный зал	Текущий контроль
	49	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Общеразвивающие упражнения с мячом Индивидуальные действия с мячом в нападении	Спортивный зал	Текущий контроль
	50	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Групповые действия в нападении	Спортивный зал	Текущий контроль
	51	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Индивидуальные действия в защите	Спортивный зал	Текущий контроль
	52	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Реализация в игре умений, приобретенных на учебно-тренировочных занятиях	Спортивный зал	Текущий контроль
	53	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Индивидуальные действия в защите	Спортивный зал	Текущий контроль
	54	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Групповые действия в защите	Спортивный зал	Текущий контроль
	55	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Упражнения для развития коленных суставов Совершенствовать выполнение ударов из трудных положений (в прыжке)	Спортивный зал	Текущий контроль
	56	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Тактика игры в обороне: индивидуальные действия	Спортивный зал	Текущий контроль
	57	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Реализация в игре умений, приобретенных на учебно-тренировочных занятиях.	Спортивный зал	Текущий контроль
	58	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Совершенствование точности и дальности вбрасывания мяча	Спортивный зал	Текущий контроль
	59	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Упражнения для развития для разгибателей туловища Удары по мячу головой	Спортивный зал	Текущий контроль
	60	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Совершенствование различных приемов техники передвижения в сочетании с техникой владения мячом	Спортивный зал	Текущий контроль
	61	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Совершенствование точности ударов в цель	Спортивный зал	Текущий контроль
	62	в соответствии	теория	2	Реализация в игре умений, приобретенных на	Спортивный	Текущий

		с расписанием	практика		учебно-тренировочных занятиях.	зал	контроль
	63	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Упражнения для развития коленных суставов Совершенствовать умение точно выполнять длинные передачи	Спортивный зал	Текущий контроль
январь	64	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Упражнения в равновесии Ведение мяча, техника игры вратаря	Спортивный зал	Текущий контроль
	65	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Реализация в игре умений, приобретенных на учебно-тренировочных занятиях.	Спортивный зал	Текущий контроль
	66	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Жонглирование правой и левой ногой Техника передвижения	Спортивный зал	Текущий контроль
	67	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Совершенствование различных приемов техники передвижения в сочетании с техникой владения мячом	Спортивный зал	Текущий контроль
	68	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Упражнения для развития стартовой скорости Ведение мяча, техника игры вратаря	Спортивный зал	Текущий контроль
	69	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Остановка (прием) мяча. Стартовые рывки к мячу с последующим ударом по воротам	Спортивный зал	Текущий контроль
	70	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Обманные движения (финты), техника игры вратаря	Спортивный зал	Текущий контроль
	71	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Эстафетный бег Жонглирование мячом, техника игры вратаря	Спортивный зал	Текущий контроль
	72	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Обводка препятствий на скорости Вбрасывание мяча из-за боковой линии	Спортивный зал	Текущий контроль
	73	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Бег с быстрым изменением способа передвижения Жонглирование мячом, техника игры вратаря	Спортивный зал	Текущий контроль
	74	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Бег с изменением скорости Тактика игры в атаке: индивидуальные действия	Спортивный зал	Текущий контроль
	75	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Реализация в игре умений, приобретенных на учебно-тренировочных занятиях.	Спортивный зал	Текущий контроль
	76	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Бег с «тенью» (повторение движений партнера) Остановка (прием) мяча	Спортивный зал	Текущий контроль

февраль	77	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Беговые и прыжковые упражнения Отбор мяча	Спортивный зал	Текущий контроль
	78	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Вбрасывание футбольного и набивного мяча на дальность. Удары по мячу ногой	Спортивный зал	Текущий контроль
	79	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Совершенствование точности ударов в цель	Спортивный зал	Текущий контроль
	80	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Упражнения на развитие силы мышц рук и ног Удары по мячу ногой	Спортивный зал	Текущий контроль
	81	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Реализация в игре и эстафетах умений, приобретенных на учебно-тренировочных занятиях	Спортивный зал	Текущий контроль
	82	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Совершенствование точности ударов в ворота	Спортивный зал	Текущий контроль
	83	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Упражнения с предметами (мячи, гантели). Броски футбольного и набивного мячей одной рукой на дальность.	Спортивный зал	
	84	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Тактика защиты. Индивидуальные действия	Спортивный зал	Текущий контроль
	85	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Упражнения для развития специальной выносливости. Совершенствование точности ударов движущемуся партнеру	Спортивный зал	Текущий контроль
	86	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Реализация в контрольной игре умений, приобретенных на учебно-тренировочных занятиях	Спортивный зал	Текущий контроль
	87	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Беговые и прыжковые упражнения Удары по мячу головой	Спортивный зал	Текущий контроль
	88	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Упражнения для развития силы мышц спины Совершенствовать умение соразмерять силу удара	Спортивный зал	Текущий контроль
	89	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Упражнения на развитие силы мышц рук и ног Совершенствовать умение придавать мячу различную траекторию полета	Спортивный зал	Текущий контроль
	90	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Упражнения для развития коленных суставов Совершенствовать умение точно выполнять длинные	Спортивный зал	Текущий контроль

					передачи		
	91	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Упражнения для развития коленных суставов Совершенствовать выполнение ударов из трудных положений (боком)	Спортивный зал	Текущий контроль
	92	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Тактика игры в атаке: групповые действия. Совершенствование слаженности действий и взаимостраховки при атаке численно превосходящего соперника	Спортивный зал	Текущий контроль
март	93	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Упражнения для развития коленных суставов Удары по мячу ногой	Спортивный зал	Текущий контроль
	94	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Упражнения для развития для разгибателей туловища Удары по мячу головой	Спортивный зал	Текущий контроль
	95	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Реализация в игре умений, приобретенных на учебно-тренировочных занятиях	Спортивный зал	Текущий контроль
	96	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Упражнения для развития быстроты (для разгибателей туловища). Совершенствование остановки мяча различными способами	Спортивный зал	Текущий контроль
	97	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Общеразвивающие упражнения без предметов, акробатические упражнения. Совершенствование ведения мяча различными способами	Спортивный зал	Текущий контроль
	98	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Тактика игры в обороне: индивидуальные действия. Совершенствование тактических способностей и умений	Спортивный зал	Текущий контроль
	99	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Упражнения на развитие ловкости и прыгучести. Совершенствование финтов с учетом игрового места в составе команды	Спортивный зал	Текущий контроль
	100	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Реализация в контрольной игре умений, приобретенных на учебно-тренировочных занятиях	Спортивный зал	Текущий контроль
	101	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Упражнения для развития коленных суставов Совершенствовать выполнение ударов из трудных положений (спиной к направлению удара)	Спортивный зал	Текущий контроль

	102	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Тактика игры в обороне: групповые действия	Спортивный зал	Текущий контроль
	103	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Реализация в игре умений, приобретенных на учебно-тренировочных занятиях	Спортивный зал	Текущий контроль
	104	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Упражнения на развитие ловкости и прыгучести. Индивидуальные действия без мяча в нападении	Спортивный зал	Текущий контроль
	105	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Общеразвивающие упражнения с мячом Индивидуальные действия с мячом в нападении	Спортивный зал	Текущий контроль
	106	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Упражнения для развития коленных суставов Совершенствовать выполнение ударов из трудных положений (спиной к направлению удара)	Спортивный зал	Текущий контроль
	107	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Тактика игры в обороне: групповые действия	Спортивный зал	Текущий контроль
	108	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Реализация в игре умений, приобретенных на учебно-тренировочных занятиях	Спортивный зал	Текущий контроль
	109	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Упражнения на развитие ловкости и прыгучести. Индивидуальные действия без мяча в нападении	Спортивный зал	Текущий контроль
апрель	110	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Общеразвивающие упражнения с мячом Индивидуальные действия с мячом в нападении	Спортивный зал	Текущий контроль
	111	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Упражнения для развития коленных суставов Совершенствовать выполнение ударов из трудных положений (в прыжке)	Спортивный зал	Текущий контроль
	112	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Тактика игры в обороне: индивидуальные действия	Спортивный зал	Текущий контроль
	113	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Реализация в игре умений, приобретенных на учебно-тренировочных занятиях.	Спортивный зал	Текущий контроль
	114	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Совершенствование точности и дальности вбрасывания мяча	Спортивный зал	Текущий контроль
	115	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Упражнения для развития для разгибателей туловища Удары по мячу головой	Спортивный зал	Текущий контроль
	116	в соответствии	теория	2	Совершенствование различных приемов техники	Спортивный	Текущий

		с расписанием	практика		передвижения в сочетании с техникой владения мячом	зал	контроль
	117	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Совершенствование точности ударов в цель	Спортивный зал	Текущий контроль
	118	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Реализация в игре умений, приобретенных на учебно-тренировочных занятиях.	Спортивный зал	Текущий контроль
	119	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Упражнения для развития коленных суставов Совершенствовать умение точно выполнять длинные передачи	Спортивный зал	Текущий контроль
	120	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Упражнения в равновесии Ведение мяча, техника игры вратаря	Спортивный зал	Текущий контроль
	121	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Реализация в игре умений, приобретенных на учебно-тренировочных занятиях.	Спортивный зал	Текущий контроль
	122	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Жонглирование правой и левой ногой Техника передвижения	Спортивный зал	Текущий контроль
	123	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Совершенствование различных приемов техники передвижения в сочетании с техникой владения мячом	Спортивный зал	Текущий контроль
	124	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Упражнения для развития стартовой скорости Ведение мяча, техника игры вратаря	Спортивный зал	Текущий контроль
	125	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Остановка (прием) мяча. Стартовые рывки к мячу с последующим ударом по воротам	Спортивный зал	Текущий контроль
май	126	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Обманные движения (финты), техника игры вратаря	Стадион	Текущий контроль
	127	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Эстафетный бег Жонглирование мячом, техника игры вратаря	Стадион	Текущий контроль
	128	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Обводка препятствий на скорости Вбрасывание мяча из-за боковой линии	Стадион	Текущий контроль
	129	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Бег с быстрым изменением способа передвижения Жонглирование мячом, техника игры вратаря	Стадион	Текущий контроль
	130	в соответствии	теория	2	Бег с изменением скорости	Стадион	Текущий

		с расписанием	практика		Тактика игры в атаке: индивидуальные действия		контроль
	131	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Реализация в игре умений, приобретенных на учебно-тренировочных занятиях.	Стадион	Текущий контроль
	132	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Бег с «тенью» (повторение движений партнера) Остановка (прием) мяча	Стадион	Текущий контроль
	133	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Упражнения на развития гибкости плечевого сустава.	Стадион	Текущий контроль
	134	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Беговые и прыжковые упражнения Отбор мяча	Стадион	Текущий контроль
	135	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Вбрасывание футбольного и набивного мяча на дальность. Удары по мячу ногой	Стадион	Текущий контроль
	136	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Совершенствование точности ударов в цель	Стадион	Текущий контроль
	137	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Упражнения на развитие силы мышц рук и ног Удары по мячу ногой	Стадион	Текущий контроль
	138	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Реализация в игре и эстафетах умений, приобретенных на учебно-тренировочных занятиях	Стадион	Текущий контроль
	139	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Совершенствование точности ударов в ворота	Стадион	Текущий контроль
	140	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Упражнения с предметами (мячи, гантели). Броски футбольного и набивного мячей одной рукой на дальность.	Стадион	Текущий контроль
	141	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Тактика защиты. Индивидуальные действия	Стадион	Текущий контроль
	142	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Контрольные нормативы	Стадион	Зачет
июнь	143	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Реализация в контрольной игре умений, приобретенных на учебно-тренировочных занятиях	Стадион	Текущий контроль
	144	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Совершенствование точности ударов в ворота	Стадион	Текущий контроль
	145	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Упражнения с предметами (мячи, гантели). Броски футбольного и набивного мячей одной рукой на	Стадион	Текущий контроль

					дальность.		
	146	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Тактика защиты. Индивидуальные действия	Стадион	Текущий контроль
	147	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Упражнения для развития специальной выносливости. Совершенствование точности ударов движущемуся партнеру	Стадион	Текущий контроль
	148	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Реализация в контрольной игре умений, приобретенных на учебно-тренировочных занятиях	Стадион	Текущий контроль
	149	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Беговые и прыжковые упражнения Удары по мячу головой	Стадион	Текущий контроль
	150	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Упражнения для развития силы мышц спины Совершенствовать умение соразмерять силу удара	Стадион	Текущий контроль
	151	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Упражнения на развитие силы мышц рук и ног Совершенствовать умение придавать мячу различную траекторию полета	Стадион	Текущий контроль
	152	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Упражнения для развития коленных суставов Совершенствовать умение точно выполнять длинные передачи	Стадион	Текущий контроль
	153	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Упражнения для развития коленных суставов Совершенствовать выполнение ударов из трудных положений (боком)	Стадион	Текущий контроль
	154	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Тактика игры в атаке: групповые действия. Совершенствование слаженности действий и взаимостраховки при атаке численно превосходящего соперника	Стадион	Текущий контроль
	155	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Упражнения для развития коленных суставов Удары по мячу ногой	Стадион	Текущий контроль
	156	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Упражнения для развития для разгибателей туловища Удары по мячу головой	Стадион	Текущий контроль
	157	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Реализация в игре умений, приобретенных на учебно-тренировочных занятиях	Стадион	Текущий контроль

	158	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Упражнения для развития быстроты (для разгибателей туловища). Совершенствование остановки мяча различными способами	Стадион	Текущий контроль
	159	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Реализация в игре умений, приобретенных на учебно-тренировочных занятиях	Стадион	Текущий контроль
июль	160	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Общеразвивающие упражнения без предметов, акробатические упражнения. Совершенствование ведения мяча различными способами	Стадион	Текущий контроль
	161	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Тактика игры в обороне: индивидуальные действия. Совершенствование тактических способностей и умений	Стадион	Текущий контроль
	162	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Упражнения на развитие ловкости и прыгучести. Совершенствование финтов с учетом игрового места в составе команды	Стадион	Текущий контроль
	163	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Реализация в контрольной игре умений, приобретенных на учебно-тренировочных занятиях	Стадион	Текущий контроль
	164	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Упражнения для развития коленных суставов Совершенствовать выполнение ударов из трудных положений (спиной к направлению удара)	Стадион	Текущий контроль
	165	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Общеразвивающие упражнения без предметов, акробатические упражнения. Совершенствование ведения мяча различными способами	Стадион	Текущий контроль
	166	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Тактика игры в обороне: индивидуальные действия. Совершенствование тактических способностей и умений	Стадион	Текущий контроль
	167	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Упражнения на развитие ловкости и прыгучести. Совершенствование финтов с учетом игрового места в составе команды	Стадион	Текущий контроль
	168	в соответствии с расписанием	теория практика	2	Реализация в контрольной игре умений, приобретенных на учебно-тренировочных занятиях	Стадион	Текущий контроль