

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа р.п. Жадовка»
муниципального образования «Барышский район» Ульяновской области

УТВЕРЖДЕНО
Директором МБОУ СОШ р.п. Жадовка
МО «Барышский район»
С.В. Аблаевой
Пр.№ 101 от «23» мая 2023 года

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

«Мини-футбол»

Направленность: физкультурно-спортивная
Уровень: базовый
Возраст учащихся: 10-15 лет
Срок реализации программы: 144 часов

Рассмотрена и одобрена на заседании
педагогического совета
МБОУ СОШ р.п. Жадовка
МО «Барышский район»
Протокол № 8 от «01» июня 2022 г.
Секретарь А.Р. Малахова

Программа разработана
Чекушкиным Д.С., педагогом
дополнительного образования
МБОУ СОШ р.п. Жадовка
МО «Барышский район»

Р.п. Жадовка.
2023.

1. Комплекс основных характеристик дополнительной общеразвивающей программы

1.1 Пояснительная записка.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Мини-футбол» (далее – программа) создана с учётом социального заказа и разработана в соответствии со следующими нормативно-правовыми документами:

- Федеральный закон от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (ст. 2, ст. 15, ст.16, ст.17, ст.75, ст. 79);
- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденная Распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. №678-р;
- Приказ Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. № 629 “Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам”
- Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ № 09-3242 от 18.11.2015 года;
- СП 2.4.3648-20 Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи;

Нормативные документы, регулирующие использование сетевой формы:

- Письмо Минобрнауки России от 28.08.2015 года № АК – 2563/05 «О методических рекомендациях» вместе с (вместе с Методическими рекомендациями по организации образовательной деятельности с использованием сетевых форм реализации образовательных программ);
- Приказ Министерства науки и высшего образования Российской Федерации и Министерства просвещения Российской Федерации от 05.08.2020 г. N 882/391 "Об организации и осуществлении образовательной деятельности при сетевой форме реализации образовательных программ»;

Нормативные документы, регулирующие использование электронного обучения и дистанционных технологий:

- Приказ Министерства образования и науки РФ от 23.08.2017 года № 816 «Порядок применения организациями, осуществляющих образовательную деятельность электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»
- «Методические рекомендации от 20 марта 2020 г. по реализации образовательных программ начального общего, основного общего,

среднего общего образования, образовательных программ среднего профессионального образования и дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий»;

Адаптированные программы:

- Методические рекомендации по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ, способствующих социально-психологической реабилитации, профессиональному самоопределению детей с ограниченными возможностями здоровья, включая детей инвалидов, с учетом их образовательных потребностей (письмо от 29.03.2016 № ВК-641/09)
- Устав МБОУ СОШ р.п. Жадовка МО «Барышский район»,
- Локальные акты МБОУ СОШ р.п. Жадовка МО «Барышский район»
- Положение о проектировании ДООП в образовательной организации
- Положение о проведении промежуточной аттестации обучающихся и аттестации по итогам реализации ДООП.

Направленность дополнительной общеразвивающей общеобразовательной программы «Мини-футбол» – физкультурно-спортивная.

Уровень реализуемой программы – базовый.

Актуальность разработки 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 вне учебной физкультурно-оздоровительной и спортивной работы, формирует навыки спортивного стиля жизни, совершенствует культуру двигательной и спортивной активности; повышает физическую работоспособность.

Отличительные особенности программы состоят в удовлетворении возрастной потребности в идентификации личности, определении жизненных стратегий и обретении навыков их реализации; сохранении и культивировании уникальности личности несовершеннолетних граждан, создании условий, благоприятных для развития спортивной индивидуальности личности ребенка посредством игры в футбол.

Новизна дополнительной общеразвивающей программы в том, что по форме организации образовательного процесса она является модульной.

Адресат программы. Данная программа предназначена для физического воспитания и обучения подростков 10-15 лет в системе дополнительного образования. Набор обучающихся по программе производится в начале

учебного года, из числа всех желающих на основании заявления родителей (законных представителей) 1 и 2 группы здоровья, не имеющих медицинских противопоказаний для занятий.

Расписание занятий позволяет всем учащимся заниматься в спортзале по программе базового уровня в строго установленном порядке, не пересекаясь по времени.

Для обучающихся, разных по возрасту, предусматривается дифференцируемый подход при определении индивидуального творческого задания и назначения учебных заданий в процессе обучения.

С точки зрения физиологии, продолжается развитие двигательных навыков – силы, гибкости, быстроты, координации и контроль за своим движением, как в грубой, так и в тонкой моторике.

В подростковом возрасте увеличиваются поперечные размеры тела, устанавливаются индивидуальные его особенности, достигается гармоничные пропорции. Гармоничное развитие отмечается у 80-90% школьников. В результате созревания опорно-двигательного аппарата (к 15 годам) и завершения развития физических качеств достигается высокое совершенство движений. Создается основа формирования наиболее сложных их форм, четкой ориентации во времени и пространстве, с максимальной выраженностью различных проявлений силы, ловкости и быстроты.

Состав группы постоянный.

Срок освоения программы 1 учебный год, общее количество часов в год- 144 часа.

Режим занятий.

– Продолжительность занятий установлена на основании СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

Занятия проводятся два раза в неделю по 2 академических часа с перерывом 15 минут. Продолжительность академического часа- 45 минут.

Формы организации образовательного процесса и виды занятий по программе:

Форма обучения по данной программе – очная, дистанционная, сетевая.

Формами организации образовательного процесса выступают:

- групповые теоретические занятия в виде бесед педагога дополнительного образования, тренеров, врачей, лекций специалистов в соответствии с содержанием предметных областей, учебных предметов и тем в рамках Программы;

- практические занятия в соответствии с требованиями программы для каждой группы, по расписанию, утвержденному администрацией школы;

- контрольные игры, учебные игры;

- участие обучающихся в спортивных соревнованиях;

- просмотр и методический разбор учебных кинофильмов, кинопрограмм крупных спортивных соревнований и др.;

При дистанционном обучении по программе используются следующие формы дистанционных технологий:

- видео- и аудио-занятия, лекции, мастер-классы;
 - открытые электронные библиотеки, сайты спортивных школ по данному направлению;
 - тесты, викторины по изученным теоретическим темам;
 - адресные дистанционные консультации.
- в организации дистанционного обучения по программе используются следующие платформы и сервисы Сферум, Яндекс.Мост, чаты в ВК-мессенджере и многие другие.

- в мессенджерах с начала обучения создается группа, через которую ежедневно происходит обмен информацией, даются задания и присылаются ответы, проводятся индивидуальные консультации по телефону, индивидуальные занятия по видеосвязи.

В рамках онлайн-занятий посредством платформ: Сферум и другие, педагог предоставляет теоретический материал по теме.

В офлайн-режиме посредством социальных сетей и мессенджеров обучающимся передается видео, презентационный материал с инструкцией выполнения заданий, мастер-классы и другое.

В 2023-2024 учебном году программа реализуется в сетевом взаимодействии с ДДТ ДО и ДЮСШ МО «Барышский район» и сопровождается договором о сетевой форме.

При обучении в рамках программы предусмотрены групповые, индивидуальные формы работы. Занятия по программе включают теоретические, практические занятия, участие в соревновательных играх, профориентацию.

При проведении занятий особое внимание необходимо обратить на охрану труда и технику безопасности.

Занятия по программе проводятся в соответствии с учебными планами в разновозрастных и разновозрастных группах обучающихся являющихся основным составом объединения.

Использование педагогом разнообразных форм и методов обучения способствует сознательному и прочному усвоению обучающимися материала программы.

Формы проведения занятий и виды деятельности

Однонаправленные занятия	Посвящены только одному из компонентов подготовки игрока: техники, тактики или общефизической подготовке.
Комбинированные занятия	Включают два-три компонента в различных сочетаниях: техническая и физическая подготовка; техническая и тактическая подготовка; техническая, физическая и тактическая подготовка.
Целостно-игровые занятия	Построены на учебной двухсторонней игре по упрощенным правилам, с соблюдением основных правил.
Контрольные занятия	Прием нормативов у занимающихся, выполнению контрольных упражнений (двигательных заданий) с целью получения данных об уровне технико - тактической и физической подготовленности занимающихся.

1.2 Цели и задачи программы

Цель программы: сохранение и укрепление здоровья детей, привитие навыков здорового образа жизни посредством игры в мини-футбол;

Задачи:

обучающие:

- обучать жизненно важным двигательным умениям и навыкам;
- развивать необходимые физические качества (силу, выносливость, гибкость, координацию движения, быстроту реакции, меткость);
- обучать правильному выполнению упражнений.

развивающие:

- способствовать укреплению здоровья;
- содействовать гармоничному физическому развитию;
- развивать двигательные способности детей;
- создавать надежную базу физического совершенствования и подготовленности для любых форм двигательных проявлений в различных областях труда и спорта и т.п.

воспитательные:

- прививать любовь к спорту, навыки здорового образа жизни;
- воспитывать чувство ответственности за себя;
- воспитывать нравственные и волевые качества.

1.3 Планируемые результаты обучения

- В процессе обучения и воспитания собственных установок, потребностей в значимой мотивации на соблюдение норм и правил здорового образа жизни, культуры здоровья у обучающихся формируются

познавательные, личностные, регулятивные, коммуникативные универсальные учебные действия. Основная образовательная программа учреждения предусматривает достижение следующих результатов образования:

- **личностные результаты** – готовность и способность учащихся к саморазвитию, сформированность мотивации к учению и познанию, ценностно-смысловые установки выпускников, отражающие их индивидуально-личностные позиции, социальные компетентности, личностные качества; сформированность основ российской, гражданской идентичности;
- **метапредметные результаты** – освоенные учащимися универсальные учебные действия (познавательные, регулятивные и коммуникативные);
- **предметные результаты** – освоенный учащимися в ходе изучения учебных предметов опыт специфической для каждой предметной области деятельности по получению нового знания, его преобразованию и применению, а также система основополагающих элементов научного знания, лежащая в основе современной научной картины мира.
 - **Личностными** результатами программы по спортивно-оздоровительному направлению «Мини-футбол» является формирование следующих умений:
 - определять и высказывать простые и общие для всех людей правила поведения при сотрудничестве (этические нормы);
 - в предложенных педагогом ситуациях общения и сотрудничества, опираясь на общие для всех простые правила поведения, делать выбор при поддержке других участников группы и педагога, как поступить.
- **Метапредметными** результатами программы по спортивно-оздоровительному направлению «Мини-футбол» является формирование следующих универсальных учебных действий
 - **Регулятивные:**
 - определять и формулировать цель деятельности на занятии с помощью учителя, а далее самостоятельно;
 - проговаривать последовательность действий;
 - уметь высказывать свое предположение (версию) на основе данного задания, уметь работать по предложенному учителем плану, а в дальнейшем уметь самостоятельно планировать свою деятельность;
 - средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога на этапе изучения нового материала;
 - учиться совместно с учителем и другими воспитанниками давать эмоциональную оценку деятельности команды на занятии. Средством формирования этих действий служит технология оценивания образовательных достижений (учебных успехов).

Познавательные:

-добывать новые знания: находить ответы на вопросы, используя разные источники информации, свой жизненный опыт и информацию, полученную на занятии;

- перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всей команды; Средством формирования этих действий служит учебный материал и задания.

Коммуникативные:

- умение донести свою позицию до других: оформлять свою мысль. Слушать и понимать речь других;

- совместно договариваться о правилах общения и поведения в игре и следовать им;

- учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика).

Средством формирования этих действий служит организация работы в парах и малых группах.

Оздоровительные результаты программы внеурочной деятельности:

- осознание учащимися необходимости заботы о своем здоровье и выработки форм поведения, которые помогут избежать опасности для жизни и здоровья, уменьшить пропуски занятий по причине болезни, регулярно посещать спортивные секции и спортивно-оздоровительные мероприятия;

- социальная адаптация детей, расширение сферы общения, приобретение опыта взаимодействия с окружающим миром.

Учащиеся научатся:

- разбираться в особенности воздействия двигательной активности на организм человека,

- разбираться в основах рационального питания;

- разбираться в правилах оказания первой помощи;

- разбираться в способах сохранения и укрепление здоровья;

- разбираться в влиянии здоровья на успешную учебную деятельность;

- разбираться в значении физических упражнений для сохранения и укрепления здоровья;

- составлять индивидуальный режим дня и соблюдать его;

- выполнять физические упражнения для развития физических навыков;

- заботиться о своем здоровье;

- применять коммуникативные и презентационные навыки;

- оказывать первую медицинскую помощь при травмах;

- находить выход из стрессовых ситуаций;

- принимать разумные решения по поводу личного здоровья, а также сохранения и улучшения безопасной и здоровой среды обитания;

- адекватно оценивать свое поведение в жизненных ситуациях;

- отвечать за свои поступки;

- отстаивать свою нравственную позицию в ситуации выбора.

В ходе реализации программы по спортивно-оздоровительному направлению «Мини-футбол»

- Учащиеся получают возможность научиться:
 - определять значение мини-футбола в развитии физических способностей и совершенствовании функциональных возможностей организма занимающихся;
 - применять правила безопасного поведения во время занятий мини футболом;
 - названия разучиваемых технических приемов игры и основы правильной техники;
 - наиболее типичные ошибки при выполнении технических приемов и тактических действий;
 - упражнения для развития физических способностей (скоростных, скоростно-силовых, координационных, а также выносливости, гибкости);
 - контрольные упражнения (двигательные тесты) для оценки физической и технической подготовленности, требования к технике и правилам их выполнения;
 - основное содержание правил соревнований по футболу и мини-футболу;
 - жесты футбольного судьи;
 - игровые упражнения, подвижные игры и эстафеты с элементами футбола; и смогут научиться:
 - соблюдать меры безопасности и правила профилактики травматизма на занятиях мини-футбола;
 - выполнять технические приемы и тактические действия;
 - контролировать свое самочувствие (функциональное состояние организма) на занятиях мини-футболом;
 - играть в мини-футболом с соблюдением основных правил;
 - демонстрировать жесты футбольного судьи;
- проводить судейство по футболу и мини-футболу.

1.4 Содержание программы

Занятия проводятся 2 раза в неделю по два часа и состоят из теории и практики. На теоретических занятиях с обучающимися проводятся беседы, лекции, даётся просмотр тематических фильмов. На практических занятиях обучающиеся ведут тренировочную работу, работают над техникой и тактикой выполнения, как отдельных элементов, так и комплекса в целом.

1.4.1 Учебный план.

№	Разделы, темы	Общеразвивающая программа			Форма контроля
		всего	теория	практика	
1 модуль сентябрь-декабрь :64 ч.					
1.	Введение. История футбола. Встреча со сборной командой футболистов р.п.Жадовка и р.п. им.В.И.	2	2	-	Фронтальный опрос

	Ленина				
Передвижения и остановки 8					
2.	Передвижения боком и спиной вперед, остановки.	2	1	1	тест
3	Передвижения спиной вперед, ускорение, остановки, повороты.	2	-	2	Тест
4	Комбинации из освоенных приемов.	2	-	2	Сдача нормативов
5	Отработка техник передвижения.	2	-	2	тестирование
Удары по мячу-34ч					
6	Удары по неподвижному мячу внутренней стороны стопы	2	1	1	Тестирование
7	Удары по неподвижному и катящемуся мячу	2	1	1	Сдача нормативов
8	Удары по неподвижному и катящемуся мячу внутренней стороны стопы	2	1	1	Выполнение упражнений
9	Удары по неподвижному и катящемуся мячу средней частью подъема стопы	2	-	1	Тестирование
10	Удары по катящемуся мячу внутренней частью подъема	2	-	2	Выполнение упражнений
11	Удары по неподвижному мячу внешней частью подъема	4	-	4	Выполнение упражнений
12	Удары по катящемуся мячу внешней стороной подъема, удары носком	4	-	4	Выполнение упражнений
13	Удары по летящему мячу внутренней стороной стопы	2	-	2	Тестирование
14	Удары по летящему мячу внешней стороной стопы	2	-	2	Сдача нормативов
15	Удары по летящему мячу серединой лба	2	1	1	Тестирование
16	Удары по летящему мячу боковой стороной лба	2	1	1	тестирование
17	Удары по воротам различными способами	4	1	3	Тестирование
18	Угловой удар. Подача мяча в штрафную площадь	4	1	3	Выполнение упражнений
Остановка мяча-14 ч					
19	Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой	4	1	3	Выполнение упражнений
20	Остановка мяча внешней стороной стопы	4	1	3	Выполнение упражнений
21	Остановка мяча внутренней и внешней стороной стопы	4	1	3	Тестирование
22	Остановка летящего мяча	2	1	12	Выполнение

	грудью.				упражнений
23	Остановка мяча внутренней стороной стопы	4	1	3	Сдача нормативов
Ведение мяча и обводка-14					
24	Ведение мяча внешней и внутренней стороной стопы по прямой с изменением направления и скорости	4	1	3	Тестирование, наблюдение
25	Итоговое занятие. Конкурс презентаций «История футбола в спортивной жизни страны»	2	-	2	Демонстрация презентаций
2 модуль. Январь-май:80 ч.					
26	Ведение мяча с пассивным сопротивлением защитника	2	-	2	Выполнение упражнений
27	обводка мяча с активным сопротивлением защитника	4	1	3	Наблюдение
28	Обводка мяча с помощью обманных движений(финтов)	4	1	3	наблюдение
Отбор мяча. Вбрасывание мяча-20					
29	Выбивание мяча ударом ноги	4	1	3	наблюдение
30	Отбор мяча перехватом	4	1	3	Тест, наблюдение
31	Отбор мяча толчком плеча в плечо	4	1	3	Выполнение упражнений
32	Отбор мяча в подкате	4	1	3	Тест, наблюдение
33	Выбрасывание мяча из-за боковой линии с места и с шагом	4	1	3	Выполнение упражнений
Игра вратаря-10					
34	Ловля катящегося мяча	2	-	2	Выполнение упражнений
35	Ловля мяча, летящего навстречу	2	-	2	Тест, наблюдение
36	Ловля мяча сверху в прыжке	2	-	2	Тест, наблюдение
37	Отбивание мяча кулаком в прыжке	2	-	2	наблюдение
38	Ловля мяча в падении(без фазы полета)	2	-	2	Выполнение упражнений
Выполнение комбинаций из освоенных элементов техники перемещений и владение мячом-4					
39	Введение, удар, перемещение мяча, остановка	4	1	3	Выполнение упражнений
Тактика игры-20					
40	Тактика свободного падения	4	1	3	Тест, сдача нормативов
41	Позиционные нападения без изменения позиций	4	1	3	Выполнение упражнений
42	Позиционные нападения с	2	-	2	тест

	изменением позиций				
43	Нападение в игровых заданиях 3:1; 3:2; 3:3	4	1	3	Сдача нормативов
44	Индивидуальные и групповые действия	2	-	2	тест
45	Двухсторонняя учебная игра	4	-	4	Командная игра, тест
Подвижные игры и эстафеты-8					
46	Игры и эстафеты на закрепление и совершенствование технических приемов.	4	1	3	Выполнение упражнений
47	Игры, развивающие физические способности	4	1	3	Тест, наблюдение
Физическая подготовка-8					
48	Развитие скоростных, скоростно-силовых способностей	4	1	3	Выполнение упражнений
49	Развитие координационных способностей выносливости, гибкости	2	-	2	Сдача нормативов
50	Итоговое состязание. Финальная встреча со сборной команды поселения по футболу.	2	-	2	Командная игра
	итого	144	30	114	

1.4.2. Содержание учебного плана

Модуль 1

I. Вводное занятие (2 ч.) Встреча со сборной командой футболистов.

Теория: Знакомить детей с программой детского объединения, с комплексной техникой безопасности: историей футбола, правила поведения на занятиях и на спортивных мероприятиях, судейскими навыками. Информирование о оборудовании, используемых на секции. Беседа с членами сборной команды поселения по футболу.

Практика: Выполнение ознакомления детей с мячом, демонстрирование.

Формы контроля: Теоретический зачёт по изученной теме, беседа.

Оборудование используемое на занятиях: Ворота гандбольные (футбольные уменьшенные переносные), мячи футбольные, набор фишек для тренировок по футболу, стойки для обводки, щитки футбольные.

II. Освоение техники удара, остановка мяча, пас мяча. (30 ч.)

Тема: Освоение техники удара.(2 ч)

Теория: История развития футбола на различных стадиях, освоение техники владению мячом.

Практика: Техника удара различными способами, остановка мяча, пас мяча напарнику по команде.

Оборудование используемое на занятиях: Ворота гандбольные (футбольные уменьшенные переносные), мячи футбольные, набор фишек для тренировок по футболу, стойки для обводки, сетка футзальная, гандбольная, щитки футбольные, насос воздушный для накачивания мячей в комплекте с иглами, манишки разных цветов, свисток, скакалка (длина 3 м.), секундомер электронный

Тема: Удары по неподвижному и катящемуся мячу внутренней стороны стопы и средней частью подъема (2 ч.)

Теория: техника владению мячом, ударам различными способами стопы по мячу.

Практика: обводка фишек мячом, удары по не подвижному и катящемуся мячу любой стороной стопы.

Формы контроля: Наблюдение за уровнем развития умения работать с мячом. Различные тестирования с мячом.

Оборудование используемое на занятиях: Ворота гандбольные (футбольные уменьшенные переносные), мячи футбольные, набор фишек для тренировок по футболу, стойки для обводки, сетка футзальная, гандбольная, щитки футбольные, насос воздушный для накачивания мячей в комплекте с иглами, манишки разных цветов, свисток, скакалка (длина 3 м.), секундомер электронный.

Тема: Удары по катящемуся мячу внешней частью подъема (2 ч.)

Теория: техника владению мячом, удары внешней частью подъема мяча.

Практика: обводка фишек мячом, удары по не подвижному и катящемуся мячу любой стороной стопы. Ускорение до фишек с мячом, ловко владеть мячом. Напарник накатывает мяч на определенное расстояние для битья.

Формы контроля: Наблюдение за уровнем развития умения работать с мячом. Различные тестирование с мячом.

Оборудование используемое на занятиях: Ворота гандбольные (футбольные уменьшенные переносные), мячи футбольные, набор фишек для тренировок по футболу, стойки для обводки, сетка футзальная, гандбольная, свисток.

Тема: Удары по неподвижному мячу внешней частью подъема (2 ч.)

Теория: техника владению мячом, удары внешней частью подъема мяча.

Практика: обводка фишек мячом, удары по не подвижному и катящемуся мячу любой стороной стопы. Ускорение до фишек с мячом, ловко владеть мячом. Ребенок устанавливает мяч для удара.

Формы контроля: Наблюдение за уровнем развития умения работать с мячом. Различные тестирование с мячом.

Оборудование используемое на занятиях: Ворота гандбольные (футбольные уменьшенные переносные), мячи футбольные, мячи баскетбольные, набор фишек для тренировок по футболу, стойки для обводки, сетка футзальная, гандбольная, свисток.

Тема: Удары по катящемуся мячу внешней стороной подъема, носком (2 ч.)

Теория: техника владению мячом, удары внешней частью подъема мяча или носком

Практика: обводка фишек мячом, удары по не подвижному и катящемуся мячу любой стороной стопы. Ускорение до фишек с мячом, ловко владеть мячом, развитие скоростных качеств. Игра в баскетбол.

Формы контроля: Наблюдение за уровнем развития умения работать с мячом. Различные тестирование с мячом.

Оборудование используемое на занятиях: Ворота гандбольные (футбольные уменьшенные переносные), мячи футбольные, мячи баскетбольные, набор фишек для тренировок по футболу, стойки для обводки, сетка футзальная, гандбольная, свисток, скакалка.

Тема: Удары по летящему мячу внутренней стороной стопы (2 ч.)

Теория: техника владению мячом, удары по летящему мячу.

Практика: обводка фишек мячом, удары по летящему мячу внутренней стороны стопы. Ускорение до фишек с мячом, ловко владеть мячом, напарник из команды накидывает мяч другой отбивает.

Формы контроля: Наблюдение за уровнем развития умения работать с мячом. Различные тестирование с мячом.

Оборудование используемое на занятиях: Ворота гандбольные (футбольные уменьшенные переносные), мячи футбольные, набор фишек для тренировок по футболу, стойки для обводки, сетка футзальная, гандбольная.

Тема: Удары по летящему мячу серединой подъема (2 ч.)

Теория: техника владению мячом, удары по летящему мячу серединой подъема.

Практика: обводка фишек мячом, удары по летящему мячу серединой подъема. Ускорение до фишек с мячом, ловко владеть мячом, напарник из команды накидывает мяч другой отбивает серединой подъема. Игра в баскетбол.

Формы контроля: Наблюдение за уровнем развития умения работать с мячом. Различные тестирование с мячом.

Оборудование используемое на занятиях: Ворота гандбольные (футбольные уменьшенные переносные), кольцо баскетбольное, мячи футбольные, мячи баскетбольные, набор фишек для тренировок по футболу, стойки для обводки, сетка футзальная, гандбольная.

Тема: Удары по летящему мячу серединой лба (2 ч.)

Теория: техника владению мячом, удары по летящему мячу лба.

Практика: обводка фишек мячом, удары по летящему мячу серединой лба. Ускорение до фишек с мячом, ловко владеть мячом, напарник из команды накидывает мяч другой отбивает серединой лба.

Формы контроля: Наблюдение за уровнем развития умения работать с мячом. Различные тестирование с мячом.

Оборудование используемое на занятиях: Ворота гандбольные (футбольные уменьшенные переносные), мячи футбольные, набор фишек для тренировок по футболу, стойки для обводки, сетка футзальная, гандбольная, свисток, скакалка.

Тема: Удары по воротам различными способами на точность попадания мячом в цель (2ч.)

Теория: техника владению мячом, удары по воротам, попадания мячом в цель.

Практика: обводка фишек мячом, удары по воротам, различными способами. Ускорение до фишек с мячом, ловко владеть мячом, удар различными способами по воротам.

Формы контроля: Наблюдение за уровнем развития умения работать с мячом. Различные тестирование с мячом.

Оборудование используемое на занятиях: Ворота гандбольные (футбольные уменьшенные переносные), мячи футбольные, мячи баскетбольные, набор фишек для тренировок по футболу, стойки для обводки.

Тема: Угловой удар. Подача мяча в штрафную площадь (2 ч.)

Теория: техника владению мячом, подачи углового, подача мячу в штрафную зону.

Практика: обводка фишек мячом, удары по воротам с углового, подача мяча в штрафную зону. Ускорение до фишек с мячом, ловко владеть мячом, удар различными способами по воротам со штрафной площади.

Формы контроля: Наблюдение за уровнем развития умения работать с мячом. Различные тестирование с мячом.

Оборудование используемое на занятиях: Ворота гандбольные (футбольные уменьшенные переносные), мячи футбольные, набор фишек для тренировок по футболу, стойки для обводки, перчатки вратарские.

Тема: Остановка катящегося мяча внутренней стороны стопы (2 ч.)

Теория: техника владению мячом, остановкой мяча.

Практика: обводка фишек мячом, остановка катящегося мяча, остановка мяча внутренней стопы. Ускорение до фишек с мячом, ловко владеть мячом.

Формы контроля: Наблюдение за уровнем развития умения работать с мячом. Различные тестирование с мячом.

Оборудование используемое на занятиях: Ворота гандбольные (футбольные уменьшенные переносные), мячи футбольные, набор фишек для тренировок по футболу, стойки для обводки, свисток.

Тема: Остановка катящегося мяча внешней стороны стопы (2 ч.)

Теория: техника владению мячом, остановкой мяча.

Практика: обводка фишек мячом, остановка катящегося мяча, остановка мяча внешней стороны стопы. Ускорение до фишек с мячом, ловко владеть мячом.

Формы контроля: Наблюдение за уровнем развития умения работать с мячом. Различные тестирование с мячом.

Оборудование используемое на занятиях: Ворота гандбольные (футбольные уменьшенные переносные), мячи футбольные, набор фишек для тренировок по футболу, стойки для обводки, свисток.

Тема: Остановка мяча грудью (2 ч.)

Теория: техника владению мячом, остановкой мяча грудью.

Практика: обводка фишек мячом, остановка летящего мяча грудью. Ускорение до фишек с мячом, ловко владеть мячом. Напарник накидывает своему игроку, игрок должен принять на грудь мяч.

Формы контроля: Наблюдение за уровнем развития умения работать с мячом. Различные тестирование с мячом.

Оборудование используемое на занятиях: Ворота гандбольные (футбольные уменьшенные переносные), мячи футбольные, набор фишек для тренировок по футболу, стойки для обводки, свисток.

Тема: Остановка мяча грудью (2 ч.)

Теория: техника владению мячом, остановкой мяча грудью.

Практика: обводка фишек мячом, остановка летящего мяча грудью. Ускорение до фишек с мячом, ловко владеть мячом. Напарник накидывает своему игроку, игрок должен принять на грудь мяч.

Формы контроля: Наблюдение за уровнем развития умения работать с мячом. Различные тестирование с мячом.

Оборудование используемое на занятиях: Ворота гандбольные (футбольные уменьшенные переносные), мячи футбольные, набор фишек для тренировок по футболу, стойки для обводки, свисток.

Тема: Остановка летящего мяча внутренней стороной стопы (2 ч.)

Теория: техника владению мячом, остановкой мяча стопой.

Практика: обводка фишек мячом, остановка летящего мяча стопой. Ускорение до фишек с мячом, ловко владеть мячом. Напарник дает пас своему игроку, игрок должен остановить мяч внутренней стороной стопы.

Формы контроля: Наблюдение за уровнем развития умения работать с мячом. Различные тестирование с мячом.

Оборудование используемое на занятиях: Ворота гандбольные (футбольные уменьшенные переносные), мячи футбольные, набор фишек для тренировок по футболу, стойки для обводки, свисток.

Тема: Итоговое занятие. Конкурс презентаций «История футбола в спортивной жизни страны» (2 ч.)

Теория: Подвести итоги первого полугодия. Ознакомиться с исследовательскими проектами воспитанников.

Практика: обводка фишек мячом, остановка летящего мяча стопой. Ускорение до фишек с мячом, ловко владеть мячом. Напарник дает пас своему игроку, игрок должен остановить мяч внутренней стороной стопы. Учебная игра.

Формы контроля: Просмотр презентаций. Беседа. Наблюдение за уровнем развития умения работать с мячом. Различные тестирование с мячом.

Оборудование используемое на занятиях: Медиаустановка. Ворота гандбольные (футбольные уменьшенные переносные), мячи футбольные, набор фишек для тренировок по футболу, стойки для обводки, свисток, манишки разных цветов, секундомер электронный.

Модуль 2

1. Освоение техники передача мяча в одно касание, отбор мяча. (14 ч.)

Теория: История развития футбола на различных стадиях, освоение техники владению мячом.

Практика: Техника удара различными способами, остановка мяча, пас мяча напарнику по команде.

Оборудование используемое на занятиях: Ворота гандбольные (футбольные уменьшенные переносные), мячи футбольные, набор фишек для тренировок по футболу, стойки для обводки, сетка футзальная, гандбольная, щитки футбольные, насос воздушный для накачивания мячей в комплекте с иглами, манишки разных цветов, свисток, скакалка (длина 3 м.), секундомер электронный.

Тема: Вводное занятие. Ведение мяча внешней и внутренней стороны стопы по прямой. (2 ч.)

Теория: техника ведения мяча в различных направлениях и скоростью

Практика: обводка фишек мячом. Ускорение до фишек с мячом, ловко владеть мячом. Ведение мяча различной стороной стопы, изменяя скорость и направления без сопротивления защитников.

Формы контроля: Наблюдение за уровнем развития умения работать с мячом. Различные тестирование с мячом.

Оборудование используемое на занятиях: Ворота гандбольные (футбольные уменьшенные переносные), мячи футбольные, набор фишек для тренировок по футболу, стойки для обводки.

Тема: Ведение мяча с пассивным сопротивлением защитника (2 ч.)

Теория: техника ведения, обводка пассивного защитника.

Практика: обводка пассивного защитника. Ускорение до ворот, ловко владеть мячом. Удар по воротам.

Формы контроля: Наблюдение за уровнем развития умения работать с мячом. Различные тестирование с мячом.

Оборудование используемое на занятиях: Ворота гандбольные (футбольные уменьшенные переносные), мячи футбольные, набор фишек для тренировок по футболу, стойки для обводки.

Тема: Ведение мяча с активным сопротивлением защитника (2 ч.)

Теория: техника ведения, обводка активного защитника.

Практика: обводка активного защитника. Ускорение до ворот, ловко владеть мячом. Удар по воротам сквозь защитника.

Формы контроля: Наблюдение за уровнем развития умения работать с мячом. Различные тестирование с мячом.

Оборудование используемое на занятиях: Ворота гандбольные (футбольные уменьшенные переносные), мячи футбольные, набор фишек для тренировок по футболу, стойки для обводки, свисток, щитки футбольные.

Тема: Обводка с помощью обманных движений (2 ч.)

Теория: техника ведения, обводка с помощью финтов.

Практика: обводка обманным движением. Ускорение до ворот, удар по воротам, ловко владеть мячом.

Формы контроля: Наблюдение за уровнем развития умения работать с мячом. Различные тестирование с мячом.

Оборудование используемое на занятиях: Ворота гандбольные (футбольные уменьшенные переносные), кольцо баскетбольное, мячи футбольные, мячи баскетбольные, набор фишек для тренировок по футболу, стойки для обводки, свисток, щитки футбольные.

Тема: Обводка с помощью обманных движений (2 ч.)

Теория: техника ведения, обводка с помощью финтов.

Практика: обводка обманным движением. Ускорение до ворот, удар по воротам, ловко владеть мячом.

Формы контроля: Наблюдение за уровнем развития умения работать с мячом. Различные тестирование с мячом.

Оборудование используемое на занятиях: Ворота гандбольные (футбольные уменьшенные переносные), мячи футбольные, набор фишек для тренировок по футболу, стойки для обводки, свисток, щитки футбольные.

Тема: Выбивание мяча ударом ногой (2 ч.)

Теория: техника ведения, выбивание мяча.

Практика: выбивание мяча ударом ногой от ворот. Постараться выбить мяч дальше от ворот.

Формы контроля: Наблюдение за уровнем развития умения работать с мячом. Различные тестирование с мячом.

Оборудование используемое на занятиях: Ворота гандбольные (футбольные уменьшенные переносные), мячи футбольные, набор фишек для тренировок по футболу, стойки для обводки, свисток, щитки футбольные.

Тема: Отбор мяча перехватом (2 ч.)

Теория: техника отбора мяча с помощью перехвата.

Практика: Ведению мяча, перехват мяча. Постараться отобрать мяч перехватом.

Формы контроля: Наблюдение за уровнем развития умения работать с мячом. Различные тестирование с мячом.

Оборудование используемое на занятиях: мячи футбольные, набор фишек для тренировок по футболу, стойки для обводки, свисток, щитки футбольные, мат.

Тема: Отбор мяча в подкате (2 ч.)

Теория: техника отбора мяча с помощью подката.

Практика: Ведению мяча, отбор в подкате. Постараться отобрать мяч в подкате.

Формы контроля: Наблюдение за уровнем развития умения работать с мячом. Различные тестирование с мячом.

Оборудование используемое на занятиях: мячи футбольные, набор фишек для тренировок по футболу, стойки для обводки, свисток, щитки футбольные.

Освоение техники вбрасывания, ведения, тактика, нападающего удара. (12 ч.)

Теория: История развития футбола на различных стадиях, освоение техники вбрасывания, ведения, тактики.

Практика: Техника освоение вбрасывания, ведения, тактики, нападающего удара.

Оборудование используемое на занятиях: мячи футбольные, мячи баскетбольные, кольцо баскетбольное, ворота футбольные; набор фишек для тренировок по футболу, стойки для обводки, свисток, щитки футбольные.

Тема: Вбрасывание мяча из-за боковой линии с места и с шагом (2 ч.)

Теория: техника вбрасывания мяча с боковой линии.

Практика: Вбрасывание мяча из-за боковой линии с места и с шагом на расстоянии.

Формы контроля: Наблюдение за уровнем развития умения работать с мячом. Различные тестирование с мячом.

Оборудование используемое на занятиях: мячи футбольные, набор фишек для тренировок по футболу, свисток, медицинский набивной мяч, Мат гимнастический.

Тема: Ведение, удар мяча. (2 ч.)

Теория: техника ведения мяча, удара мяча.

Практика: Ведение, перемещение мяча с остановкой и ударом по воротам.

Формы контроля: Наблюдение за уровнем развития умения работать с мячом. Различные тестирование с мячом.

Оборудование используемое на занятиях: Ворота гандбольные (футбольные уменьшенные переносные), мячи футбольные, набор фишек для тренировок по футболу, стойки для обводки, сетка футзальная, гандбольная, свисток.

Тема: Тактика свободного нападения. (2 ч.)

Теория: Тактика свободного нападения.

Практика: Различные тактики свободного нападения. Игра в футбол. Игра в флорбол.

Формы контроля: Наблюдение за уровнем развития умения работать с мячом. Различные тестирование с мячом.

Оборудование используемое на занятиях: Ворота гандбольные (футбольные уменьшенные переносные), мячи футбольные, мячи флорбольные, набор фишек для тренировок по футболу, стойки для обводки, сетка футзальная, гандбольная, клюшки для флорбола, свисток, щитки футбольные, манишки.

Тема: Позиционные нападения без изменений позиций. (2 ч.)

Теория: Нападения без изменений позиций.

Практика: Позиции нападения без изменений.

Формы контроля: Наблюдение за уровнем развития умения работать с мячом. Различные тестирование с мячом.

Оборудование используемое на занятиях: Ворота гандбольные (футбольные уменьшенные переносные), мячи футбольные, набор фишек для тренировок по футболу, стойки для обводки, сетка футзальная, гандбольная, свисток, скакалка.

Тема: Позиционные нападения без изменений позиций. (2 ч.)

Теория: Нападения без изменений позиций.

Практика: Позиции нападения без изменений.

Формы контроля: Наблюдение за уровнем развития умения работать с мячом. Различные тестирование с мячом.

Оборудование используемое на занятиях: Ворота гандбольные (футбольные уменьшенные переносные), мячи футбольные, набор фишек для тренировок по футболу, стойки для обводки, сетка футзальная, гандбольная, свисток, скакалка.

Тема: Нападение в игровых задания 3:1, 3:2, 3:3 с атакой и без атаки ворот. (2 ч.)

Теория: Научиться нападение в 3:1, 3:2, 3:3 с атакой и без атаки ворот.

Практика: Игровые задания различные, атака по воротам и без атаки.

Формы контроля: Наблюдение за уровнем развития умения работать с мячом. Различные тестирование с мячом.

Оборудование используемое на занятиях: Ворота гандбольные (футбольные уменьшенные переносные), мячи футбольные, набор фишек для тренировок по футболу, стойки для обводки, сетка футзальная, гандбольная, свисток, перчатки вратарские, щитки футбольные.

Виды действий, игра, развитие физических способностей с помощью игр, итоговая игра . (14 ч.)

Тема: Виды действий.(2ч)

Теория: История развития футбола на различных стадиях, виды действий в игре.

Практика: Упражнения на развитие физических качеств.

Оборудование используемое на занятиях: Ворота гандбольные (футбольные уменьшенные переносные), мячи футбольные, сетка футзальная,

гандбольная, свисток, скакалка, секундомер электронный, клюшки и мячи для флорбола.

Тема: Индивидуальные, групповые и командные тактические действия в нападении и защите. (2 ч.)

Теория: Командные, индивидуальные действия в игре.

Практика: Нападение и защита в индивидуальных, групповых и командных действиях в игре. Игра в баскетбол.

Формы контроля: Наблюдение за уровнем развития умения работать с мячом. Различные тестирование с мячом.

Оборудование используемое на занятиях: Ворота гандбольные (футбольные уменьшенные переносные), мячи футбольные, мячи баскетбольные, набор фишек для тренировок по футболу, стойки для обводки, сетка футзальная, гандбольная, свисток, щитки футбольные.

Тема: Двусторонняя учебная игра. (4 ч.)

Теория: Правила игры в двусторонней учебной игре.

Практика: двусторонняя игра два тайма по 30 минут. Выявить сильную команду.

Формы контроля: Наблюдение за уровнем развития умения работать с мячом. Различные тестирование с мячом.

Оборудование используемое на занятиях: Ворота гандбольные (футбольные уменьшенные переносные), мячи футбольные, сетка футзальная, гандбольная, свисток, секундомер электронный, манишки разных цветов, щитки футбольные, перчатки футбольные.

Тема: Игры и эстафеты на закрепление. (2 ч.)

Теория: Игры и эстафеты с мячом на закрепление.

Практика: Поделить на несколько команд детей, игры и эстафеты на закрепление. Игра- флорбол.

Формы контроля: Наблюдение за уровнем развития умения работать с мячом. Различные тестирование с мячом.

Оборудование используемое на занятиях: Ворота гандбольные (футбольные уменьшенные переносные), мячи футбольные, набор фишек для тренировок по футболу, стойки для обводки, свисток, секундомер электронный, скакалка, мячи различных игровых видов спорта, клюшки для флорбола.

Тема: Игры, развивающие физические способности. (2 ч.)

Теория: Развить физический способности детей.

Практика: Игры на развитие физических способностей. Игра в волейбол. Игра во флорбол.

Формы контроля: Наблюдение за уровнем развития умения работать с мячом. Различные тестирование с мячом.

Оборудование используемое на занятиях: Мат гимнастический, набор фишек для тренировок по футболу, скакалка, сетка волейбольная, мячи флорбольные, клюшки для флорбола, секундомер электронный, медицинский набивной мяч, рулетка.

Тема: Итоговая учебная игра. (2 ч.)

Теория: поделить на команды для учебной итоговой игры.

Практика: Игра по всем правилам. Выявить сильнейшую команду. Использовать все изученный приемы.

Формы контроля: Наблюдение за уровнем развития умения работать с мячом. Различные тестирование с мячом.

Оборудование используемое на занятиях: Ворота гандбольные (футбольные уменьшенные переносные), мячи футбольные, свисток, секундомер электронный, насос воздушный для накачивания мячей в комплекте с иглами, перчатки вратарские, щитки футбольные, манишки разных цветов, мячи футбольные.

2. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

2.1. Календарный учебный график

Дата начала и окончания реализации программы: с 01.09.2023 по 31.05.2024 г.

Место проведения: спортплощадка, спортзал МБОУ СОШ р.п. Жадовка МО «Барышский район»

Количество учебных недель: 36

Время проведения занятий: во второй половине дня с понедельника по пятницу, суббота-с 9.00 , воскресенье с 11.50.

№	Месяц	Число	Время проведения	Форма занятия	Количество часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1				Лекция. Беседа.	2	Введение. История футбола	спортзал	опрос
Продвижение и остановки-8 ч								
2				практика	4	Передвижения боком, спиной вперёд, ускорение, остановки, повороты, старты из различных исходных положений.	спортплощадка	Показ отдельных упражнений. Отработка технических

								приемов и тактических действий
3				Учебная игра	4	Комбинации из освоенных элементов техники передвижений (бег, остановки, повороты, рывки)	спортплощадка	Показ отдельных упражнений. Отработка технических приемов и тактических действий.
Удары по мячу 34 ч								
4				Учебная игра	4	Удары по неподвижному и катящемуся мячу внутренней стороной стопы и средней частью подъема	спортплощадка	Показ отдельных упражнений. Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра
5				. Учебная игра	4	Удары по катящемуся мячу внутренней частью подъема	спортплощадка	Показ отдельных упражнений. Отработка технических приемов и тактических действий
6				Учебная игра	4	Удары по неподвижному мячу внешней частью подъема	спортплощадка	Показ отдельных упражнений. Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра
7				Учебная игра	4	Удары по катящемуся мячу внешней стороной подъема, носком	спортзал	Показ отдельных упражнений. Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра
8				Учебная игра	4	Удары по летящему мячу внутренней стороной стопы	спортзал	Показ отдельных упражнений. Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра
9				Учебная игра	2	Удары по летящему мячу серединой подъема	спортзал	Показ отдельных упражнений. Отработка технических приемов и тактических действий.

								Учебная игра
10				Учебная игра	2	Удары по летящему мячу серединой лба	спортзал	Показ отдельных упражнений. Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра
11				Учебная игра	2	Удары по летящему мячу боковой частью лба		Показ отдельных упражнений. Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра
12				Учебная игра	4	Удары по воротам различными способами на точность попадания мячом в цель		Показ отдельных упражнений. Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра
13				Учебная игра	4	Угловой удар. Подача мяча в штрафную площадь		Показ отдельных упражнений. Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра
Остановка мяча -14 ч								
14				Учебная игра	4	Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой	спортзал	Показ отдельных упражнений. Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра
15				Учебная игра	4	Остановка катящегося мяча внешней стороной стопы	спортзал	Показ отдельных упражнений. Отработка технических приемов и тактических действий
16				Учебная игра	2	Остановка мяча грудью	спортзал	Показ отдельных упражнений. Отработка технических приемов и тактических действий.

17				Учебная игра	4	Остановка летящего мяча внутренней стороной стопы	спортзал	Показ отдельных упражнений. Отработка технических приемов и тактических действий.
Ведение мяча -6ч								
18				Теория Практика Учебная игра	4	Ведение мяча внешней и внутренней стороной стопы по прямой, с изменением направления и скорости	спортзал	Разучивание упражнений в целом и по частям. Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра
19				Выполнение упражнений	2	Ведение мяча правой и левой ногой (без сопротивления защитника)	спортзал	Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра
2 модуль-84 ч								
Обводка мяча -10 ч.								
20				Учебная игра	2	Ведение мяча с пассивным сопротивлением защитника	Спортзал	Разучивание упражнений в целом и по частям. Отработка технических приемов и тактических действий
20				Практика Учебная игра	4	Ведение мяча с активным сопротивлением защитника	спортзал	Разучивание упражнений в целом и по частям. Отработка технических приемов и тактических действий.
21				Учебная игра	4	Обводка с помощью обманных движений (финтов)	спортзал	Разучивание упражнений в целом и по частям. Отработка технических приемов и тактических действий.
Отбор мяча 16 ч								
22				Учебная игра	4	Выбивание мяча ударом ногой	спортзал	Разучивание упражнений в целом и по

								частям. Отработка технических приемов и тактических действий.
23				практика	4	Отбор мяча перехватом	спортзал	Разучивание упражнений в целом и по частям. Отработка технических приемов и тактических действий.
24				Учебная игра	4	Отбор мяча толчком плеча в плечо	спортзал	Разучивание упражнений в целом и по частям. Отработка технических приемов и тактических действий.
25				Учебная игра	4	Отбор мяча в подкате	спортзал	Показ отдельных упражнений. Отработка технических приемов и тактических действий.
Выбрасывание мяча-4 ч								
26				Учебная игра	4	Выбрасывание мяча из-за боковой линии с места и с шагом	спортзал	Показ отдельных упражнений. Отработка технических приемов и тактических действий.
Игра вратаря - 10ч								
27				Учебная игра	2	Ловля катящегося мяча		Показ отдельных упражнений. Отработка технических приемов и тактических действий.
28				Учебная игра	2	Ловля мяча, летящего навстречу		Показ отдельных упражнений. Отработка технических приемов и тактических действий
29				практика	2	Ловля мяча сверху в прыжке		Показ отдельных упражнений. Отработка

								технических приемов и тактических действий. Учебная игра
30				теория	2	Отбивание мяча кулаком в прыжке		Показ отдельных упражнений. Отработка технических приемов и тактических действий.
31				Учебная игра	2	Ловля мяча в падении (без фазы полёта)		Показ отдельных упражнений. Отработка технических приемов и тактических действий.
Выполнение комбинаций из освоенных элементов техники перемещений и владение мячом 4 ч								
32				Теория практика	4	Ведение, удар (перемещение мяча, остановка, удар по воротам)	спортзал	Разучивание упражнений в целом и по частям. Отработка технических приемов и тактических действий. Учебная игра
Тактика игры 20 ч								
33				Учебная игра	4	Тактика свободного нападения	Спортзал	Разучивание упражнений в целом и по частям. Отработка технических приемов и тактических действий.
34				Учебная игра	4	Позиционные нападения без изменения позиций	спортзал	Разучивание упражнений в целом и по частям. Отработка технических приемов и тактических действий.
35					2	Позиционные нападения с изменением позиций	спортзал	Разучивание упражнений в целом и по частям. Отработка технических приемов и тактических

								действий. Учебная игра
36				Учебная игра	4	Нападение в игровых заданиях 3:1, 3:2, 3:3, 2:1 с атакой и без атаки ворот	спортзал	Разучивание упражнений в целом и по частям. Отработка технических приемов и тактических действий.
37				Учебная игра	2	Индивидуальные, групповые и командные тактические действия в нападении и защите	спортзал	Разучивание упражнений в целом и по частям. Отработка технических приемов и тактических действий
38				Учебная игра	4	Двусторонняя учебная игра	спортзал	Отработка технических приемов и тактических действий
Подвижные игры и эстафеты 8ч								
39				Учебная игра	4	Игры и эстафеты на закрепление и совершенствование технических приемов и тактических действий	Спортплощадка	Разучивание упражнений в целом и по частям. Отработка технических приемов и тактических действий.
40				Учебная игр	4	Игры, развивающие физические способности	спортплощадка	Отработка технических приемов и тактических действий. а
Физическая подготовка 8ч								
41				Теория практика	6	Развитие скоростных, скоростно-силовых, координационных способностей, выносливости, гибкости	спортплощадка	Разучивание упражнений в целом и по частям. Отработка технических приемов и тактических действий
42				Итоговая спортивная игра.	2	Итоговое занятие	спортплощадка	Работа с мячом в разной технике.

2.2 Условия реализации программы

2.2.1. Материально-технического обеспечение:

Для эффективной реализации программы необходимы определённые условия:

- наличие помещения для учебных занятий:

Гигиенические требования к помещению:

Стены должны быть гладкими, окрашенными в светлые тона и допускать уборку влажным способом. Внутренняя поверхность стен зала не должна иметь выступов (пиластр, полуколонн и т. п.). Двери должны быть без выступающих наличников.

Температура воздуха в помещении – 14–15 °С, относительная влажность воздуха – 35–60 %, скорость движения воздуха – 0,5 м/с. Для обеспечения нормального воздухообмена должно быть предусмотрено устройство приточно-вытяжной вентиляции с расчетом на подачу 80 м³ воздуха на одного занимающегося в час. В крайнем случае можно применять местную искусственную вентиляцию, а также максимально использовать проветривание помещения через фрамуги и форточки.

Помещение должно иметь прямое естественное освещение. Равномерность естественного освещения должна быть не менее 0,5. Искусственное освещение, которое устраивается с помощью светильников рассеянного или дневного света, должно быть равномерным и обеспечивать освещенность на горизонтальной поверхности помещения не менее 150 люкс.

*Для реализации программы необходимы следующие объекты и средства материально-технического обеспечения:

- настенные магнитные доски для вывешивания демонстрационного материала,
- экран для демонстрации презентаций и видеосюжетов,
- демонстрационное оборудование (компьютер, музыкальный центр, медиа проектор),
- вспомогательное оборудование для осуществления проектной и исследовательской деятельности (принтер, сканер, фото и видеотехника),
- спортивный инвентарь и оборудование:

№	оборудование	количество
1	Ворота гандбольные (футбольные уменьшенные переносные)	2
2	Клюшка для флорбола	20
3	Кольцо стандартное баскетбольное	2
4	Манишка (разных цветов по 20 штук)	60
5	Мат гимнастический	4
6	Медицинский набивной мяч. Вес 2 кг.	10
7	Мяч баскетбольный	10
8	Мяч волейбольный	10

9	Мяч для флорбола	20
10	Мяч футбольный	10
11	Набор фишек для тренировок по футболу	5
12	Насос воздушный для накачивания мячей в комплекте с иглами	2
13	Перчатки вратарские размер №10	6
14	Перчатки вратарские размер №8.	6
15	Свисток	5
16	Секундомер электронный	5
17	Сетка волейбольная	1
18	Сетка футзальная, гандбольная	2
19	Скакалка. Длина 3 м. (тип 2)	20
20	Стойки для обводки	10
21	Щитки футбольные	20

2.2.3. Дидактическое обеспечение программы

- методические разработки по темам программы;
- наличие учебного, научно-методического, диагностического, дидактического материала;
- фотографии, видео – аудиозаписи;
- Экранно-звуковые пособия:
- мультимедийные образовательные ресурсы, интернет-ресурсы, аудиозаписи, видеофильмы, слайды, мультимедийные презентации.

Библиотечный фонд:

- справочная литература,
- научно-популярные книги, содержащие дополнительный познавательный материал развивающего характера по различным темам курса.
- Для электронного обучения и обучения с применением дистанционных образовательных технологий используются технические средства, а также информационно-телекоммуникационные сети, обеспечивающие передачу по линиям связи указанной информации (образовательные онлайн-платформы, цифровые образовательные ресурсы, размещенные на образовательных сайтах, видеоконференции, вебинары, Skype - общение, E-mail, облачные сервисы и т.д.)

2.2.4. Кадровое обеспечение программы:

Программу реализует педагог дополнительного образования, имеющий спортивную подготовку и соответствующее образование.

2.2.5 Методическое обеспечение программы

Выбор методов, приемов и организационных форм для реализации настоящей программы обучения определяется:

- поставленными целями и задачами,
- принципами обучения: от простого – к сложному, от известного - к неизвестному, от практической деятельности — к внутреннему развитию всех

качеств личности; выбор задач и содержания обучения в зависимости от склонностей и направленности личности каждого ребенка;

- возможностями обучающихся на данном этапе обучения (возрастные особенности, уровнем подготовленности обучающихся);
- наличием соответствующей материально-технической базы.

Для реализации настоящей программы используются основные методы работы - развивающего обучения (проблемный, игровой, самостоятельные, программированные), дифференцированного обучения (уровневые, индивидуальные задания).

В процессе работы по данной программе можно использовать:

- методическую литературу из прилагаемого списка;
- игры, комплексы упражнений;
- наглядные пособия: карточки с терминами, схемы игр;
- видеозаписи профессиональных игр в мини-футбол.

В учебно-воспитательный процесс включается также: презентация объединения в начале учебного года, творческий отчет объединения в конце учебного года.

2.2.5. Формы аттестации и оценочные материалы

Проводится в следующих формах: промежуточная аттестация, итоговая аттестация.

-Промежуточная аттестация проводится по завершению полугодия или года обучения в форме опросов, игр, бесед.

-Итоговая аттестация проводится по окончании изучения всей программы в форме тестовых опросов, соревновательных игр.

Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов: видеозапись, грамота, диплом, журнал посещаемости, фото, отзыв детей и родителей, статья и др.

Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов: учебно-тренировочные занятия; беседы; подвижные и спортивные игры; просмотр матчей.

Система отслеживания результатов включает в себя разнообразные методы и способы:

- педагогическое наблюдение;
- тестирование;
- участие в соревнованиях, конкурсах;
- игровые занятия.

2.2.5. Формы аттестации и оценочные материалы

Результатом образовательной деятельности детей по программе являются показатели, характеризующие оздоровление и развитие детей:

- улучшение физических кондиций,
- рост уровня развития физических качеств,
- освоение основных приёмов и навыков игры в футбол,
- приобретение теоретических знаний, как основ здорового образа жизни,

- рост личностного развития ребёнка,
- умение ребёнком оценивать свои достижения.

В каждой возрастной группе предусматривается сдача контрольных нормативов по общей физической и теоретической подготовке, определяется степень освоения детьми образовательных знаний, умений и навыков.

Применяются следующие формы контроля:

1. Теоретическая подготовка: опрос, собеседование, тест-задания.
2. Общефизическая подготовка: тестирование.
3. Мониторинг.

Перевод учащихся в группу следующего года обучения производится на основании выполнения контрольно-переводных нормативов по общей физической и специальной подготовке.

Педагогический контроль

Важнейшей функцией управления педагогическим процессом является контроль, определяющий эффективность учебной работы на всём её протяжении.

Применяются следующие виды и формы контроля:

- предварительный контроль (оценка уровня развития физических качеств), осуществляется педагогом в форме тестирования.
 - текущий контроль (оценка усвоения изучаемого материала, физической подготовленности и состояния здоровья) осуществляется педагогом в форме наблюдения.
 - промежуточный контроль, (за подготовленностью
 - (навыки)) проводится один раз в полугодие в форме тестирования.
- итоговая аттестация, проводится в конце каждого учебного года, в форме выполнения контрольных упражнений (тестирование) по общей физической подготовке, уровню освоения навыков футбола, а также теоретических знаний.

Нормативные требования по всем компонентам подготовки и описание тестов см. в приложении к программе.

Теоретическая подготовка

Выявление глубины и прочности полученных знаний раздела теоретическая подготовка осуществляется по средствам использования таких методов как опрос, собеседование, творческое задание, экзамен по билетам.

Формами проведения проверки теоретических знаний являются: зачётные и экзаменационные формы.

Для каждой возрастной группы педагог разрабатывает экзаменационные билеты, включающие вопросы основ теоретических знаний по программе «Играем в футбол». Уровень освоения учащимися теоретических знаний определяется по 5-и бальной системе.

Общефизическая подготовка.

Контроль эффективности применяемых средств по общефизической подготовке проводятся контрольными упражнениями.

Учащиеся выполняют следующие контрольные задания:

22 - бег на короткие дистанции (30,60м, 100м);

- сгибание
- разгибание рук в упоре лёжа;
- подтягивание на высокой перекладине;
- поднимание туловища за 1 мин.
- челночный бег 3 x10 м.

Успешным считается результат, соответствующий среднему уровню и выше.

Тестирование проводится в начале и конце учебного года. Продвижение ребёнка в диапазоне уровня также считается успешностью.

Техническая подготовка

Контроль освоения обучающимися технических элементов футбола проверяется контрольными упражнениями и систематическими визуальными наблюдениями за качеством выполнения движения.

Тактическая подготовка

Контроль освоения учащимися игровых действий заключается во вынесении оценочных суждений по выполнению учащимися действий в защите и нападении с учётом выполнения игроками тех или иных функций. Для юных футболистов главной задачей в этом разделе считается:

- научить ориентироваться на площадке - свои, чужие ворота.
- увеличение количества ворот;
- 3-4 одновременно играющие команды;
- игра на малой площадке с переходом на большую и наоборот;
- игра на маленькие ворота с переходом на большие и наоборот;
- игра на половине поля без ворот на количество передач ногами и руками;
- игра на двое ворот руками с завершением удара головой или ногой в створ ворот.
- умение переключаться от игры в защите в игру в нападение;
- после отбора мяча немедленно длинный пас за спину группы соперников, принимающих участие в атаке и активная смена позиций;
- быстрое «открывание для получения мяча от партнёра, овладевшего мячом. но находящегося в неудобной позиции (атакуют соперники)
- умение организовывать и завершать атакующие действия:
- быстрый, своевременный выход на добивание мяча, отскочившего от вратаря после удара по воротам;
- своевременное и обоснованное ситуацией предложение партнёру сыграть в «стенку»;
- своевременная «игра в стенку» (партнёр готов, зона за спиной соперников открыта);
- пасы мяча быстрому партнёру в свободную зону за спину противнику;
- не сильный, но точный удар по воротам неосмотрительно покинутые вратарём.

- умение осуществлять оборонительные действия:
- перехваты мяча, адресованные подопечному игроку соперника;
- своевременная подстраховка вратаря в моментах, когда он может потерять мяч или допустить ошибку;
- своевременная и обоснованная смена позиций с целью подстраховки партнёра.
- умение осуществлять быстрый переход от атаки к обороне:
 - после потери мяча - немедленная борьба с соперником, имеющим возможность выполнить острый пас за спину атаковавшим игрокам;
 - в случаях, когда партнёр атакует владеющего мячом соперника, находящегося в неудобной позиции, - плотная опека ближайшего к мячу соперника.

Контрольные упражнения по общей физической подготовке

Физические способности	Физические упражнения	Мальчи ки	Девочки
Скоростные	Бег 30 м с высокого старта с опорой на руку, с	4,5	4,9
	Бег 60 м с высокого старта с опорой на руку, с	8,7	9,6
Силовые	Прыжок в длину с места, см	200	175
	Прыжок в длину с разбега, см	390	330
	Подтягивание из виса на высокой перекладине, кол-во раз	9	-
	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине, кол-во раз	-	19
	Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на полу, кол-во раз	-	25
К гибкости	Наклон вперёд из положения сидя, см	12	20
К выносливости	Бег 1000м	4.45	5.50
	Бег 2000м	9.55	12.10
К координации	Челночный бег 3 x 10 м, с	8,0	8,6

Контрольные упражнения по специальной физической подготовке

№	Контрольные упражнения	количество
1	Бег 30 м. с ведением мяча (сек).	6,2-6,4
2	Удар по мячу ногой на дальность (метр)	46-50
3	Жонглирование мячом	10-15
4	Удар по мячу ногой на точность	5-8
5	Бросок мяча руками на дальность (м).	8-16

Педагог оценивает успешность усвоения программного материала, наблюдая за воспитанниками на занятиях и в их свободной деятельности. Данные заносятся в таблицы по каждому разделу программы в 12-бальной системе.

Критерии	Баллы
Обучающиеся полностью освоили теоретический материал. Умеют выполнять задания на высоком уровне. Занимают лидирующую позицию при принятии решения в команде. Справляются с заданиями, вносят свои идеи для разрешения ситуационных проблем/задач.	9-12
Обучающиеся в целом понимают теоретический материал, активно принимают участие в практической части занятия, но при разрешении проблем, зажаты, не могут найти правильное решение.	5-8
Обучающиеся воспринимают материал, но часто не могут применить полученные знания на практике. Либо успешно применяя знания на практике, не могут соотнести их при выполнении теоретической части занятий.	0-4

Общий балл: высокий – 9–12; средний – 5–8; низкий – 0–4.

В них отражены успехи каждого обучающегося.

Таблица контрольных нормативов СФП. Футбол

№	Тесты	баллы					
		7-10		6-4		1-3	
		м	д	м	д	м	д
	Упражнения для полевых игроков:						
1.	Удар по мячу ногой на точность (число попаданий) из 10	9	9	7	7	4	3
2.	Ведение мяча, обводка стоек и удар по воротам (сек).	8	10	12	14	14	16

3. Список литературы

Список литературы для педагога:

1. Внеурочная деятельность учащихся. Футбол: пособие для учителей и методистов / Г.А.Колодницкий, В.С.Кузнецов, М.В. Маслов.-М.:Просвещение, 2019-95 с.
2. Мини-футбол (футзал): Примерная программа для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва С.Н. Андреев, Э. Г. Алиев, В. С. Левин, К. В. Еременко. - М.: Советский спорт, 2010. -96 с.
3. Андреев С.Я.. Футбол - твоя игра. - М.: Просвещение, 2005. -144 с.
4. Мутко В.Л., Андреев С.Н., Алиев Э.Г. Мини-футбол-игра для всех - М. Советский спорт, 2008.- 264 стр.
5. Голомазов СВ. Футбол. Методика тренировки техники игры головой (Текст): Уч-методич. пособие/ СВ. Голомазов, Б.Г. Чирва. - М.: ТВТ Дивизион, 2006. - 112 с.
6. Голомазов СВ. Футбол. Методика тренировки «техники реализации стандартных положений» (Текст): Уч.-методич. пособие/ СВ. Голомазов, Б.Г. Чирва. - М.: ТВТ Дивизион, 2006. - 128 с.

Список литературы для обучающихся:

1. Андреев С.Я.. Футбол - твоя игра. - М.: Просвещение, 2005. - 144 с.
2. Зацюрский В.М. Физические качества спортсменов. -М.: ФиС, 2003, 232 с.
3. Назаренко Л.Д. Оздоровительные основы физических упражнений. – М.: Владос-пресс, 2003, 244 с.
4. Голомазов СВ. Футбол. Методика тренировки техники игры головой (Текст): Уч-методич. пособие/ СВ. Голомазов, Б.Г. Чирва. - М.: ТВТ Дивизион, 2006. - 112 с.
5. Голомазов СВ. Футбол. Методика тренировки «техники реализации стандартных положений» (Текст): Уч.-методич. пособие/ СВ. Голомазов, Б.Г. Чирва. - М.: ТВТ Дивизион, 2006. - 128

Список литературы для родителей:

1. Андреев С.Я.. Футбол - твоя игра. - М.: Просвещение, 2005. - 144 с.
2. Зацюрский В.М. Физические качества спортсменов. -М.: ФиС, 2003, 232 с.
3. Назаренко Л.Д. Оздоровительные основы физических упражнений. – М.: Владос-пресс, 2003, 244 с.
4. Мутко В.Л., Андреев С.Н., Алиев Э.Г. Мини-футбол-игра для всех - М. Советский спорт, 2008.- 264 стр.

Приложение

Игры на закрепление и совершенствование технических приёмов и тактических действий

Игры с перемещениями игроков

1.«Спиной к финишу». Игроки построены в одну шеренгу за лицевой линией, спиной к финишу. Интервал между ними 4—5 м. По сигналу игроки бегут 18 м спиной вперёд (до противоположной лицевой линии). Побеждает игрок, который первым пересечёт линию финиша.

2.«Бег с кувырками». Команды построены в колонну по одному за лицевой линией площадки (линия старта - финиша). На расстоянии 9 м перед командами кладут по гимнастическому мату. По сигналу первые игроки команд бегут до гимнастического мата, выполняют кувырок вперёд и продолжают бег до противоположной лицевой линии. Заступив одной ногой за линию, игроки возвращаются спиной вперёд, выполняют на мате кувырок назад и продолжают бег спиной вперёд до линии старта-финиша. Победитель приносит своей команде 1 очко. Следующие игроки выполняют то же задание. Выигрывает команда, набравшая наибольшее количество очков.

3.Эстафета «Челночный бег с переносом кубиков».

Предварительно на обеих половинах волейбольной площадки устанавливают по три кубика (можно кегли) на линиях разметки: два на пересечении линии нападения и боковых линий (по одному с каждой стороны) и один в центре на средней линии. В эстафете принимают участие две команды по шесть человек, которые располагаются на противоположных лицевых линиях. По сигналу первые участники от каждой команды, добежав до пересечения линии нападения с боковой линией (на своей стороне площадки), берут в руки кубик, бегут обратно и ставят его на лицевую линию. Затем то же действие выполняют со вторым кубиком, находящимся на противоположной стороне от первого кубика. После чего устремляются к средней линии, берут третий кубик, возвращаются назад и передают его второму участнику своей команды. Тот в свою очередь выполняет это же задание, только в обратной последовательности

и т. д. Выигрывает команда, последний участник которой первым закончит перенос и установку кубиков в исходное (до игры) положение.

Игры с передачами мяча

1. Игровое задание «Художник». Передачами мяча сверху обозначить на стене какую-либо геометрическую фигуру, букву или цифру.

2. «Мяч над головой». Занимающиеся разбиваются на команды с равным числом игроков. Время игры (обычно 1 — 1,5 мин) объявляется заранее. Одновременно могут играть две и более команды. При нехватке волейбольных мячей команды вступают в игру по очереди. Игроки каждой команды произвольно располагаются на отведённой им части площадки. Одна команда отделяется от другой меловой линией или линиями имеющейся разметки. Каждый участник получает волейбольный мяч. От команды выделяется один человек, который контролирует игру команды-соперницы. По сигналу все играющие начинают выполнять верхнюю передачу над собой. Игрок, уронивший мяч или поймавший его, выбывает из игры и садится на скамейку. Побеждает команда, у которой после сигнала об окончании игры на площадке осталось больше игроков. Игру повторяют 2—3 раза.

3. «Обстрел чужого поля». На боковых линиях волейбольной площадки обозначают два круга диаметром 2 м один напротив другого. По очереди игроки заходят в круг и выполняют передачу мяча сверху двумя руками, стараясь попасть в противоположный круг. Если мяч не попадает в цель, игрок получает штрафное очко. Побеждает игрок, набравший наименьшее количество штрафных очков.

4. «Не урони мяч». Игроки делятся на пары и располагаются на расстоянии 4 м друг от друга. У каждой пары — волейбольный мяч. По сигналу начинают встречную произвольную передачу мяча в парах. Пара, поймавшая или уронившая мяч, садится на скамейку. Последняя пара, оставшаяся на площадке, объявляется победителем. Игру можно проводить по командам, сформировав их из определённого количества пар.

5. «Передачи в движении». Игроки в парах на расстоянии 4 м друг от друга из-за лицевой линии начинают передачи мяча двумя руками сверху (снизу) в движении, перемещаясь боком к противоположной линии и обратно. Побеждает та пара, которая допустила меньше потерь мяча.

6.«Свеча». В игре принимают участие две и более команды с равным числом игроков. На полу мелом обозначают круг или кладут гимнастический обруч. Команды располагаются в колонны по одному. По сигналу первые игроки команд забегают в круг, выполняют передачу над собой и выбегают из круга, а их места занимают вторые номера и т. д. Побеждает команда, сделавшая больше передач за определённое время.

7.«Поймай и передай». Участники разделяются на несколько команд, которые становятся в колонны по одному напротив друг друга на боковых линиях площадки. По команде направляющие одной из колонн подбрасывают мяч одной рукой и выполняют передачу снизу двумя руками партнёру во встречную колонну. Тот ловит мяч и аналогичным образом возвращает его обратно в противоположную колонну. Игроки, выполнившие передачу мяча, становятся в конец своей колонны. Побеждает команда, которая выполнит это упражнение быстрее и с меньшим количеством ошибок или совсем без ошибок.

8.«Вызов номеров». Игра проводится в двух командах. Игроки каждой команды рассчитываются по порядку и, запомнив свой номер, становятся по кругу. Один игрок с мячом стоит в центре круга. По сигналу он начинает выполнять передачи мяча над собой, после третьей передачи называет какой-либо номер и бежит из круга. Игрок, чей номер был назван, устремляется к мячу и, не дав ему упасть на пол, продолжает передачу мяча над собой и т. д. Побеждает команда, у которой было меньше потерь мяча в отведённое время.

9. Эстафета с передачей волейбольного мяча. Две - три команды с равным количеством игроков располагаются во встречных колоннах на расстоянии 7—8 м. По сигналу первые игроки колонн ударяют волейбольным мячом об пол, а сами перемещаются в конец встречных колонн. Первые игроки встречных колонн выбегают вперёд, принимают отскочивший от пола мяч, передают его двумя руками сверху (или снизу) в обратном направлении на второго игрока и перемещаются в конец противоположной колонны, второй также ударяет мячом об пол, а затем перемещается в конец встречной колонны и т. д. Игра проводится на время. Побеждает команда, допустившая меньшее количество ошибок.

10. Эстафета «Передал — садись». Две колонны на расстоянии 3—4 м одна от другой, расстояние между игрока ми — длина рук, положенных на плечи. Перед колоннами на расстоянии 5—6 м — круги, в которые встают с волейбольными мячами капитаны команд. По сигналу игроки в кругах передают мяч первым

игрокам в колоннах, те возвращают мяч обратно и сразу принимают упор присев. Далее такие же действия совершает второй, третий игрок и т. д. Когда последний в команде игрок отдаёт капитану мяч, тот поднимает его вверх и вся команда быстро встаёт. Побеждает команда, закончившая передачи раньше других.

11. Эстафета «Одна верхняя передача». Перед колоннами своих команд на расстоянии 3 м от них за ограничительной линией стоят капитаны с мячами в руках. По сигналу они выполняют верхнюю передачу направляющему своей колонны. Направляющие возвращают мяч двумя руками сверху капитанам и убегают в конец своей колонны. Капитаны передают мяч следующим игрокам и т. д. Если мяч упал на пол, то игрок, которому он был адресован, должен его поднять и выполнить передачу. Выигрывает команда, закончившая эстафету первой.

12. Эстафета «Две верхние передачи». Перед своими командами, которые построены в колонны на расстоянии 3 м за ограничительной линией, стоят капитаны с мячами в руках. По сигналу они выполняют верхнюю передачу над головой, а затем верхнюю передачу направляющему своей колонны. Направляющий повторяет упражнение, возвращая мяч капитану, после чего уходит в конец своей колонны и т.д. Выигрывает команда, первой закончившая эстафету. Упавший на пол мяч поднимает игрок, которому он был адресован.

13. Эстафета «Верхняя и нижняя передачи мяча». Каждая команда делится на две стоящие друг против друга (на расстоянии до 4 м) колонны. Участники одной из колонн выполняют в сторону противоположной колонны верхнюю передачу и получают мяч нижней передачей. Волейболистам разрешается ловить мяч для выполнения своей передачи. После окончания эстафеты колонны меняются ролями. Упавший на пол мяч поднимает тот волейболист, которому он был направлен. Эстафету проводят чётное количество раз.

Усложнённый вариант: те же действия, но с передачами мяча через сетку.

14. «Назад по колонне». Игроки стоят в параллельных колоннах в 3 м друг от друга. По сигналу направляющие колонн выполняют передачу мяча сверху двумя руками партнёрам, стоящим сзади, которые в свою очередь передают мяч таким же способом в конец колонны. Замыкающий игрок ловит мяч, бежит с ним в начало колонны и выполняет то же задание и т. д. Выигрывает команда, в которой направляющий первым станет на своё место.

15.«Приём и передача мяча в движении». Игроки в двух колоннах по одному выстраиваются за лицевой линией. Первые игроки в колоннах по сигналу учителя перемещаются к сетке, выполняя передачи мяча двумя руками сверху над собой. Дойдя до сетки, бросают в неё мяч и принимают его снизу двумя руками. Возвращаясь к своей колонне, игроки выполняют передачи двумя руками снизу. Затем то же задание выполняют вторые игроки и т. д. За каждое падение мяча на пол команде начисляется штрафное очко. Выигрывает команда, набравшая меньше штрафных очков.

16.«Догони мяч». Играющие делятся на две группы по 8—10 человек, каждая группа играет самостоятельно на противоположных сторонах волейбольной площадки. Игроки располагаются в одну шеренгу на линии нападения спиной к сетке, подготовившись к бегу. Один из игроков с мячом располагается позади шеренги. Он бросает мяч через головы игроков вперёд-вверх, те стараются не дать мячу упасть на пол, подбивая его вверх двумя руками снизу. Кому это не удаётся, тот становится подающим, и игра возобновляется.

17.«Лапта волейболистов». Играющие распределяются на две равные команды по 6 человек, одна из которых является подающей, другая — принимающей подачу. Обе команды располагаются на противоположных сторонах волейбольной площадки. По сигналу первый игрок выполняет подачу мяча на сторону соперника, а сам быстро бежит вокруг площадки и возвращается назад на своё место. Игроки противоположной команды принимают мяч и разыгрывают его между собой, стараясь выполнить как можно больше точных передач за время бега игрока, выполнившего подачу мяча. Как только он вернётся на своё место, передачи мяча прекращаются и мяч передаётся очередному игроку для выполнения подачи. Так продолжается до тех пор, пока все игроки подающей команды не выполнят подачу и перебежку. Затем команды меняются местами и ролями. За каждую передачу команде начисляется 1 очко. Выигрывает команда, набравшая больше очков. Правила игры. Подавать мяч только по сигналу. При выполнении передач нельзя повторно адресовать мяч одним и тем же игрокам, его каждый раз следует посылать другому игроку. Передачи мяча прекращаются, если он упал на пол.

Игры с передачами мяча через сетку

1. «Летающий мяч». Игроки делятся на 2—3 команды. Каждая команда, в свою очередь, делится на две подгруппы, которые располагаются на своём игровом

участке волейбольной площадки в две встречные колонны по разные стороны сетки, за линиями нападения. По сигналу игроки выполняют передачу мяча сверху (снизу) двумя руками через сетку партнёрам, а сами убегают в конец своей колонны. Команда, допустившая ошибку в передаче, выбывает из игры. Побеждает команда, дольше выполнявшая передачи.

2.Эстафета «Мяч над сеткой». 2—3 команды становятся в две встречные колонны, которые располагаются лицом друг к другу по обе стороны сетки за линиями нападения. Направляющие правых колонн держат по мячу. По сигналу они передают мяч сверху двумя руками через сетку своим партнёрам, а сами убегают в конец своей колонны. Тот, кому мяч адресован, тем же способом посылает его через сетку следующему игроку противоположной колонны и бежит с левой стороны в конец своей колонны и т. д. Если мяч не перелетел через сетку, совершивший ошибку игрок повторяет передачу. Выигрывает команда, закончившая эстафету первой.

Игры с подачами мяча

3.«Сумей принять». Игроки парами один напротив другого располагаются на боковых линиях площадки. По команде игроки одной из шеренг выполняют нижнюю (верхнюю) прямую подачу на своего партнёра, который принимает мяч и выполняет передачу в обратном направлении. Каждый игрок выполняет по 10 подач, затем игроки меняются ролями. Побеждает в игре тот, кто принял больше подач без ошибок.

4.«Снайперы». Команды располагаются в шеренгах на лицевых линиях волейбольной площадки. Игроки обеих команд по очереди выполняют по одной подаче, стараясь попасть в квадраты (гимнастические маты, расположение на волейбольной площадке) с цифрами от 1 до 6 и набрать наибольшую сумму очков. Если мяч попал в квадрат с цифрой 6, игроку начисляют 6 очков и т. д. Побеждает команда, набравшая больше очков. Повторные подачи при совершении ошибки не разрешаются.

5.«Прими подачу». Игроки делятся на две команды. Первая команда произвольно располагается на одной стороне волейбольной площадки. Члены второй команды встают вдоль лицевой линии на другой стороне площадки, а её направляющий получает волейбольный мяч. По сигналу игрок второй команды

выполняет нижнюю прямую подачу мяча через сетку. Любой игрок первой команды должен принять подачу и выполнить передачу одному из своих товарищей, который должен поймать мяч. Когда все игроки второй команды выполняют подачу, команды меняются местами. Выигрывает команда, набравшая больше очков.

Игры с атакующим ударом

1. «Бомбардиры». Игроки делятся на две команды. Игроки одной команды поочерёдно выполняют атакующие удары из зоны 4 (2) с передачи из зоны 3. Игроки другой команды стремятся защитить своё поле. Если «бомбардир» попал в площадку и защитники не коснулись мяча, то нападающий получает 2 очка; если коснулись, но не приняли — 1 очко; если приняли — 0 очков. Когда все игроки команды выполняют атакующий удар, команды меняются местами. Выигрывает команда, набравшая больше очков.

2. «Удары с прицелом». Обе половины игровой площадки расчерчиваются на 9 квадратов 3Х3 м, обозначенных цифрами. Команды располагаются в колоннах на боковых линиях зоны 2. Игроки поочерёдно выполняют атакующие удары с передачи из зоны 3. Команде начисляются очки соответственно цифре квадрата, в который попал мяч после удара. Побеждает команда, набравшая больше очков.

Методическое указание. При выполнении нападающих ударов из зон 2 и 3 цифры в квадратах меняют.

Игры с блокированием атакующих ударов

1. «Кто быстрее». Игроки двух команд располагаются в колонну по одному на противоположных сторонах площадки в зоне 4 (на пересечении линии нападения и боковой линии). По сигналу направляющие колонн перемещаются в зону 2, попутно имитируя блок в зоне 4 (руки выше сетки), перемещение к линии нападения и касание её рукой. Затем имитируют блок в зоне 3, повторно касаются рукой линии нападения и в заключение имитируют блок в зоне 2. Быстро возвращаются к своей колонне и передают эстафету следующему

игроку, который выполняет то же задание, и т. д. Выигрывает команда, закончившая эстафету первой.