

МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ЦЕНТР ПО ОБЕСПЕЧЕНИЮ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЙ
КИРОВСКОГО РАЙОНА РЕСПУБЛИКИ КРЫМ»
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
“СТАРОКРЫМСКИЙ УВК № 3 «ШКОЛА- ЛИЦЕЙ”
КИРОВСКОГО РАЙОНА РЕСПУБЛИКИ КРЫМ

ОДОБРЕНО/ПРИНЯТО

Педагогическим/Методическим
Советом(«МБОУ «Старокрымский
УВК №3 «Школа-лицей»»)

от «__24__» _____08_____ 20 22__ г

Протокол № __1__

УТВЕРЖДАЮ

Директор(«МБОУ
«Старокрымский УВК №3
«Школа-лицей»»)

Д.С.Муратова

«__25__» «__08_____»
2022г

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«Футбол»**

Направленность физкультурно-спортивная

Срок реализации программы 1 год

Вид программы модифицированная

Уровень стартовый

Возраст обучающихся 7-15 лет

Составитель Козиянчук О.Л., учитель физической культуры

Старый Крым

2022г.

Раздел №1.Комплекс основных характеристик программы

1.1. Пояснительная записка

Нормативно-правовая основа программы:

1. Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (Далее–ФЗ№273).
2. Концепция развития дополнительного образования детей, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014 г. № 1726-р (Далее – Концепция).
3. Приказ Минпросвещения России от 09 ноября 2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам», зарегистрировано в Минюсте России 29.11.2018 г. №52831 (Далее – приказ №196).
4. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.12.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»
5. Приказ Минпросвещения России от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем развития дополнительного образования детей» (Далее – Приказ № 467).
- 6.Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 N 09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»).
- 7.Письмо Министерства образования и науки РФ от 29 марта 2016 г. N ВК-641/09 «О направлении методических рекомендаций» (вместе с «Методическими рекомендациями по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ, способствующих социально-психологической реабилитации, профессиональному самоопределению детей с ограниченными возможностями здоровья, включая детей-инвалидов, с учетом их особых образовательных потребностей».

8. Приказ Министерства образования, науки и молодежи Республики Крым от 09.12.2021 г. № 1948 «О методических рекомендациях «Проектирование дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ».
9. Основная образовательная программа основного общего образования МБОУ «Старокрымский УВК №3» Школа -лицей»;
10. Учебный план МБОУ «Старокрымский УВК №3» Школа –лицей»

Направленность программы «Футбол»-спортивно-оздоровительная

Актуальность программы

В процессе изучения у учащихся формируется потребность в систематических занятиях физическими упражнениями, учащиеся приобщаются к здоровому образу жизни, приобретают привычку заниматься физическим трудом, умственная нагрузка компенсируется физической. Занятия спортом дисциплинируют, воспитывают чувства коллективизма, волю, целеустремленность, способствуют при изучении общеобразовательных предметов, так как укрепляют здоровье. Ученики, успешно освоившие программу, смогут участвовать в соревнованиях по футболу различного масштаба.

Новизна программы «Футбол» в том, что она учитывает специфику дополнительного образования и охватывает значительно больше желающих заниматься этим видом спорта, предъявляя посильные требования в процессе обучения. Она дает возможность заняться футболом, а также уделяет внимание вопросу воспитания здорового образа жизни, всестороннего подхода к воспитанию гармоничного человека.

Наиболее интересной и физически разносторонней является игра футбол, в которой развиваются все необходимые для здорового образа жизни качества (выносливость, быстрота, сила, координация движений, ловкость, точность, прыгучесть и др.), а также формируются личные качества (общительность, воля, целеустремленность, умение работать в команде).

В условиях спортивного зала посредством футбола достигается высокая двигательная активность учащихся, также есть возможность легко дозировать нагрузку с учетом возраста, пола и подготовленности определенной группы.

Отличительные особенности программы:

1. Естественность движений. В основе футбола лежат естественные движения – бег, прыжки, броски, передачи.

2. Коллективность действий. Эта особенность имеет большое значение для воспитания дружбы и товарищества, привычки подчинять свои действия интересам коллектива.
3. Соревновательный характер. Стремление превзойти соперника в скорости действий, направленных на достижение победы, приучает занимающихся мобилизовать свои возможности, действовать с максимальным напряжением сил, преодолевать трудности, возникающие в процессе спортивной борьбы.
4. Непрерывность и внезапность изменения условий игры. Игровая обстановка меняется очень быстро и создает новые игровые ситуации.
5. Высокая эмоциональность. Соревновательный характер игры, непрерывное изменение обстановки, удача или неуспех вызывает у спортсменов проявление разнообразных чувств и переживаний, влияющих на их деятельность.
6. Самостоятельность действий. Каждый игрок на протяжении встречи, учитывая изменяющуюся игровую обстановку, не только самостоятельно определяет, какие действия ему необходимо выполнять, но и решает, когда и каким способом ему действовать.
7. Этичность игры. Правила игры предусматривают этичность поведения спортсменов по отношению к противникам и судьям.

Педагогическая целесообразность программы заключается в том, что у детей при ее освоении повышается мотивация к занятиям физической культурой и спортом, развиваются физические качества, формируются личностные и волевые качества.

Адресат программы: обучающиеся в возрасте с 7 лет (2-10 классы). В секцию принимаются все желающие обучающиеся данного возраста, допущенные по состоянию здоровья врачом.

Объем и срок освоения программы: общее количество учебных часов - 102, временная продолжительность - 1 год.

Уровень программы: базовый

Особенности реализации образовательного процесса. Подготовка детей к школе начинается с 1 сентября и длится до 26 мая на базе муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения «Старокрымский УВК №3» Школа -лицей». Занятия проводятся с группой детей в количестве 66 человек, три раза в неделю по 1 часу. Продолжительность занятий 45 минут.

Таблица 1**Режим занятий**

№ п/п	Направленность объединения	Число занятий в неделю	Число и продолжительность занятий в день
1	Футбол	3	1 занятие 1 час

1.2. Цели и задачи

Цель программы – углубленное изучение спортивной игры футбол.

Задачи программы:

- Укрепление здоровья;
- Содействие правильному физическому развитию;
- Приобретение необходимых теоретических знаний;
- Овладение основными приемами техники и тактики игры;
- Воспитание воли, смелости, настойчивости, дисциплинированности, коллективизма, чувства дружбы;
- Привитие ученикам организаторских навыков;
- Повышение специальной, физической, тактической подготовки;
- Подготовка учащихся к соревнованиям по футболу;

1. Личностные

- Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций;
- Формировать умения наблюдать за своим самочувствием, его контролем;
- Развитие нравственных и волевых качеств, развития психических процессов и свойств личности;
- Развивать навыки анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
- Формировать умения, направленные на ведение здорового образа жизни.
- Содействие правильному физическому развитию;
- Развивать мотивы спортивной тренировки и личностный смысл занятий в спортивной секции;

2. Метапредметные

- Формировать умения организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементарные соревнования;
- Развивать жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных условиях;
- Формировать способности конструктивно разрешать конфликты посредством учёта интересов сторон и сотрудничества.
- Развивать умения распределять функции и роли в совместной деятельности и осуществлять взаимный контроль;
- Развитие потребности и умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями, сознательно применять их в целях отдыха, тренировки, повышения работоспособности и укрепления здоровья;

3. Предметные

- Овладение основными приемами техники и тактики игры;
- Приобретение необходимых теоретических знаний;
- Повышение специальной, физической, тактической подготовки школьников по футболу;
- Подготовка учащихся к соревнованиям по футболу.

1.3. Воспитательный потенциал программы

Воспитательный потенциал спортивно- игровой секции ориентируется на:

- познавательно- нравственную, где воспитание рассматривается как процесс сохранения, воспроизводства и развития двигательной культуры личности воспитанника спортивной- игровой секции в процессе овладения двигательными навыками, тактическими и техническими приемами игры в футбол.
- социально- личностную, где воспитание рассматривается как процесс социализации, становления личности ребенка как субъекта социальной жизни и помощь ребенку в самоопределении и самореализации.

1.4.Содержание курса

Данная программа рассчитана на учащихся 7 - 15 лет, с различным уровнем физической подготовки, относящиеся к основной группе здоровья. Занятия дополнительного образования проводятся в форме урока во второй половине дня.

Режим учебно-тренировочной работы рассчитан на 34 недели.

Таблица 2

Учебный план

№	Название раздела	Всего часов	Аудиторные часы		Форма аттестации, контроля
			Теория	Практика	
1	Знания о спортивно-оздоровительной деятельности	4	4		Устный опрос, беседа
1.1.	Развитие футбола в России.	1	1		Устный опрос
1.2.	Техника безопасности на занятиях футбола	1	1		Устный опрос
1.3.	Правила игры по футболу	1	1		Устный опрос
1.4.	Соревновательная деятельность футболиста. Организация и проведение соревнований по футболу.	1	1		Устный опрос
2.	Физическая подготовка	22		22	Общая физическая подготовка
3.	Специальная физическая подготовка	39		39	Техническая, тактическая подготовка
3.1.	Техническая подготовка	17		17	Технические действия
3.1.1.	Упражнения без мяча	2		2	Технические действия
3.1.2.	передача мяча	4		4	Техника передачи мяча
3.1.3.	Ведение мяча	2		2	Техника ведения мяча
3.1.4.	Удары мяча по	7		7	Техника удара.

	воротам				
3.1.5.	Удар по мячу головой	2		2	Техника удара по мячу.
3.2.	Тактическая подготовка	18		18	Тактические действия
3.2.1.	Тактика защиты	5		5	Техника игры в защите.
3.2.2.	Тактика нападения	4		4	Техника игры в нападении.
3.2.3.	Командные действия	9		9	Учебно-тренировочная игра
4.	Двигательная подготовленность (Контрольные нормативы и соревновательная деятельность).	2		2	Сдача нормативов
	Итого:	102	4	98	

Таблица 3

Содержания учебного плана

Знания о спортивно-оздоровительной деятельности 4 (часа) Теория: 1. Развитие футбола в России. 2. Техника безопасности на занятиях футбола. 3. Правила игры по футболу. 4. Соревновательная деятельность футболиста. Организация и проведение соревнований по футболу.
Физическая подготовка 22(часа) Практика: Общая физическая подготовка
Специальная физическая подготовка 39(часов)
Техническая подготовка 17 (часов) 1. Упражнения без мяча. Прыжок вверх-вперед толчком одной и приземлением на одну ногу. Передвижение приставными шагами правым (левым) боком: с разной скоростью; в одном и в разных направлениях. Передвижение правым – левым боком. Передвижение в стойке футболиста. Остановка прыжком после ускорения. Остановка в один шаг после ускорения.

Остановка в два шага после ускорения. Повороты на месте. Повороты в движении. Имитация защитных действий против игрока нападения. Имитация действий атаки против игрока защиты.

2. передача мяча стоя на месте и в движении.

Передача правой ногой.

Передача мяча вперед. То же после ведения мяча.

Передача одной ногой от пола.

Передача двумя ногами с отскоком от пола.

прием катящегося мяча, стоя на месте. 3. Ведение мяча. На месте. В движении шагом. В движении бегом. То же с изменением направления и скорости. То же с изменением высоты отскока. Правой и левой рукой поочередно на месте. Правой и левой рукой поочередно в движении. Перевод мяча с правой ноги на левую и обратно, стоя на месте.

4. передачи мяча. Одной ногой с места. Двумя ногами с места.

5. Удары по мячу.

6. Отработка подкатов

Тактическая подготовка 18 (часов)

1. Защитные действия при опеке игрока без мяча, с мячом. Перехват мяча.

2. Борьба за мяч после отскока. Быстрая контратака

3. Командные действия в защите, в нападении.

Игра в футбол с заданными тактическими действиями.

Двигательная подготовленность (Контрольные нормативы и соревновательная деятельность). 2(часа)

Контрольные нормативы, соревновательные действия.

Практика: Прыжки через скакалку, челночный бег 3*10м. прыжки в длину, подтягивание.

1.5. Планируемые результаты освоения курса

В результате освоения программы дополнительного образования учащиеся будут

знать:

1. Развитие футбола в России.
2. Правила игры по футболу
3. правила техники безопасности.
4. Соревновательная деятельность футболиста. Организация и проведение соревнований по футболу
5. названия разучиваемых технических приемов игры и основы правильной техники.
6. типичные ошибки при выполнении технических приемов и тактических действий.
7. упражнения для развития физических способностей (скоростных, скоростно-силовых, координационных, выносливости, гибкости).
8. контрольные упр. (двигательные тесты) для оценки физической и технической подготовленности и требования к технике и правилам их выполнения.
9. жесты судьи по футболу.
10. игровые упр.,

уметь:

1. соблюдать меры безопасности и правила профилактики травматизма;
2. выполнять технические приемы и тактические действия;

3. контролировать свое самочувствие (функциональное состояние организма) на занятии;
4. играть в футбол с соблюдением основных правил;
5. демонстрировать жесты судьи;
6. проводить судейство по футболу.

Демонстрировать:

1. Ведение мяча с изменением высоты отскока мяча скорости, направления движения,
 2. Передачи мяча на разные расстояния и точность;
 3. удары мяча с разных дистанций, с места, в прыжке, в движении с ***Универсальными компетенциями учащихся являются:-*** умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей.
- доносить информацию в доступной, эмоционально-яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми.
- организовывать и проводить упр. по футболу во время самостоятельных занятий.

Личностные результаты:

- формирование устойчивого интереса, мотивации к занятиям физической культурой и к здоровому образу жизни;
- воспитание морально-этических и волевых качеств;
- дисциплинированность, трудолюбие, упорство в достижении поставленных целей;
- умение управлять своими эмоциями в различных ситуациях;
- умение оказывать помощь своим сверстникам.

Метапредметные результаты:

- определять наиболее эффективные способы достижения результата;

- умение находить ошибки при выполнении заданий и уметь их исправлять;
- уметь организовать самостоятельные занятия футболом, а также, с группой товарищей;
- организовывать и проводить соревнования по футболу в классе, во дворе, в оздоровительном лагере;
- умение рационально распределять своё время в режиме дня, выполнять утреннюю зарядку;
- умение вести наблюдение за показателями своего физического развития;

Предметные результаты:

- знать об особенностях зарождения, истории футбола;
- знать о физических качествах и правилах их тестирования;
- выполнять упражнения по физической подготовке в соответствии с возрастом;
- владеть тактико-техническими приемами футбола;
- знать основы личной гигиены, причины травматизма при занятиях футболом и правила его предупреждения;
- владеть основами судейства игры в футбол.

блица 4

месяц	сентябрь					октябрь				ноябрь					декабрь					январь				февраль				март				апрель				май			
Кол-во учебных недель	-	1	2	3	4	5	6	7	8	-	9	10	11	12	13	14	15	16	17	-	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	
Кол-во часов в неделю	1	3	3	3	3	3	3	3	3	-	3	3	3	2	1	3	3	3	3	1	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	
Кол-во часов в месяц	13					12				11					13					10				12				10				12				9			
Аттестация /форма контроля	Беседа	Инструктаж.	Беседа	Беседа	Устный опрос	Техника выполнения	Практика	Практика	Практика	Практика	Практика	Практика	Практика	Практика	Практика	Практика	Практика	Практика	Практика	Практика	Практика	Практика	Практика	Практика	Практика	Практика	Практика	Практика	Практика	Практика	Практика	Практика	Практика	Практика	Практика	Практика	Практика		
Объем учебной нагрузки на учебный год 34 часа.																																							

2.2. Условия реализации программы

Исходя из поставленных цели и задач, прогнозируемых результатов обучения, разработаны следующие формы подведения итогов реализации дополнительной общеобразовательной программы: тестирование, сдача контрольных нормативов, товарищеские встречи, соревнования.

Материально-техническое оснащение Основной учебной базой для проведения занятий является футбольное поле, с футбольной разметкой площадки, футбольными воротами.

Таблица 5

Материально-техническое оснащение

№ п/п	Наименование	Кол-во
1.	Скакалка	50
2.	Мяч футбольный размер 3	2
3.	Мяч футбольный размер 4	2
4.	Мяч футбольный размер 5	29
5.	Манишки	20
6.	Мяч набивной 1 кг	4
7.	Мяч набивной 2 кг	2
8.	Мяч набивной 3 кг	2
9.	Конусы(20 см.)	12
10.	Конусы с отверстиями (35 см.)	12
11.	Фишка разметочная	20
12.	Гимнастические скамейки	8

Кадровые условия:

Кадровое обеспечение разработки и реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы осуществляет педагог Козиянчук Олег Леонидович, учитель физической культуры, первой категории

Форма организации занятия: групповая с организацией индивидуальных форм работы внутри группы, в парах, подгрупповая

Основные принципы реализации программы:

- доступность (простота, соответствие возрастным и индивидуальным особенностям);

- наглядность (иллюстративность, наличие дидактических материалов);
- демократичность и гуманизм (взаимодействие воспитателя и воспитанника в социуме, реализация собственных творческих потребностей);
- научность (обоснованность, наличие методологической базы и теоретической основы);
- от простого к сложному» (научившись элементарным навыкам работы учащийся применяет свои знания в выполнении игровых заданий).

Основные принципы обучения в футболе: Обучение в футболе как организованный педагогический процесс в спортивных играх основан на следующих принципах: сознательность и активность в футболе, наглядность преподавания и доступность информации, последовательность и систематичность тренировок, обязательно связь теории с практикой.

2.3. Формы аттестации

Формы определения результатов образовательной деятельности детей в течение года - «контрольные задания».

Результативность работы помогут оценить результаты сдачи контрольных норматив самих участников. Для аттестации обучающихся создаются фонды оценочных средств, которые включают в себя методы контроля, позволяющие оценить приобретенные знания, умения.

2.4. Список литературы

1. «Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов» (Лях В.И., Зданевич А.А., - М. Просвещение, 2011);
2. Библия футбола. 1000 футбольных упражнений/Александр Гомельский.- Москва: Эксмо, 2016, - 256 с.: ил. - (Мастера спорта)

РАЗДЕЛ №3. ПРИЛОЖЕНИЯ

3.1 Оценочные материалы

Таблица 6

Класс	Контрольное упражнение	девочки			мальчики		
		высокий	средний	низкий	высокий	средний	низкий
6 класс	Челночный бег 3*10м	8,8	9,6	9,9	8,3	9,0	9,3
	Прыжки: в длину с места	170	150	130	180	160	140
	Прыжки через скакалку	90	80	70	100	60	40
	Подтягивание	17	14	9	7	5	4

Класс	Контрольное упражнение	девушки			юноши		
		высокий	средний	низкий	высокий	средний	низкий
7 класс	Челночный бег 3*10м	8,6	9,4	9,7	8,2	8,8	9,0
	Прыжки: в длину с места	180	160	140	190	170	150
	Прыжки через скакалку	125	90	75	115	85	65
	Подтягивание	19	12	5	8	5	1

Класс	Контрольное упражнение	девушки			юноши		
		высокий	средний	низкий	высокий	средний	низкий
8 класс	Челночный бег 3*10м	8,5	9,3	9,6	8,0	8,6	8,8
	Прыжки: в длину с места	185	165	145	200	180	160
	Прыжки через скакалку	115	105	90	105	95	85
	Подтягивание	17	13	5	9	6	2

Класс	Контрольное упражнение	девушки			юноши		
		высокий	средний	низкий	высокий	средний	низкий
9 класс	Челночный бег 3*10м	8,4	9,2	9,5	7,9	8,5	8,7
	Прыжки: в длину с места	205	165	155	220	190	175
	Прыжки через скакалку	120	110	95	110	100	90
	Подтягивание	16	12	5	10	7	3

3.2.Методические материалы

В методическом пособии излагаются теоретико-методические основы футбола, его роль и место в системе физического воспитания и спорта.

Автор представляет свою методику обучение по футболу в группе спортивного совершенствование.

При рассмотрении этого вопроса затрагиваются темы технико-тактической, физической подготовки футболистов, проблемы и специфику организации занятий по футболу .

Пособие может быть полезно обучающимся средних учебных заведений физической культуры, преподавателям вузов, училищ и колледжей, учителям физической культуры и тренерам команд по футболу.

3.3. Календарно-тематическое планирование курса «Футбол»

Таблица 7

Календарно-тематическое планирование

№ п/п	Название темы занятий	Кол- во часо в	Дата по расписанию		Форма аттестации/ контроля	Примечан ие (корректи ровка)
			По плану	По факту		
Сентябрь						
1	Знания о спортивно-оздоровительной деятельности	1			Беседа	
2	Правила игры по футболу	1			Инструктаж, устный опрос	
3	Техника безопасности.	1			Беседа, инструктаж	
4	Организация проведения соревнований по футболу.	1			Беседа, устный опрос.	
5	ПТБ. Бег. ОРУ совершенствование техники передвижений, остановок, поворотов и стоек выполнения технических приёмов и их применение в игровых ситуациях.	1			Общая физическая подготовка, техника упражнений	
6	ПТБ. Бег. ОРУ совершенствование техники передвижений, остановок, поворотов и стоек выполнения технических приёмов и их применение в игровых ситуациях.	1			Техника упражнений	
7	ПТБ. Бег. ОРУ совершенствование техники передвижений, остановок, поворотов и стоек выполнения технических приёмов и их применение в игровых ситуациях.	1			Техника упражнений	
8	ПТБ. Бег. ОРУ совершенствование техники передвижений, остановок, поворотов и стоек выполнения технических приёмов и их применение в игровых ситуациях.	1			Техника упражнений	
9	ПТБ. Бег. ОРУ совершенствование техники передвижений, остановок, поворотов и стоек выполнения	1			Техника упражнений	

	технических приёмов и их применение в игровых ситуациях.					
10	ПТБ. Бег. ОРУ совершенствование техники передвижений, остановок, поворотов и стоек выполнения технических приёмов и их применение в игровых ситуациях.	1			Техника упражнений	
11	ПТБ. Бег. ОРУ совершенствование техники передвижений, остановок, поворотов и стоек выполнения технических приёмов и их применение в игровых ситуациях.	1			Техника упражнений	
12	ПТБ. Бег. ОРУ совершенствование техники передвижений, остановок, поворотов и стоек выполнения технических приёмов и их применение в игровых ситуациях.	1			Техника упражнений	
13	ПТБ. Бег. ОРУ совершенствование техники передвижений, остановок, поворотов и стоек выполнения технических приёмов и их применение в игровых ситуациях.	1			Техника упражнений	
	Итого за месяц	13				
Октябрь						
14	Бег 5 мин., беговые, прыжковые упр. Ускорения 3/30-40-60м. Низкий старт (старт. упр.) стартовый разгон 3/20-30-40м, бег 60м. Бег 60-100м с н/старта, с преследованием 20-30сек Бег в равномерном темпе 10мин.	1			Техника упражнений	
15	Бег 5 мин., беговые, прыжковые упр. Ускорения 3/30-40-60м. Низкий старт (старт. упр.) стартовый разгон 3/20-30-40м, бег 60м. Бег 60-100м с н/старта, с преследованием 20-30сек Бег в равномерном темпе 10мин.	1			Техника упражнений	
16	Бег 5 мин., беговые, прыжковые упр. Ускорения 3/30-40-60м. Низкий старт (старт. упр.)	1			Техника упражнений	

	стартовый разгон 3/20-30-40м, бег 60м. Бег 60-100м с н/старта, с преследованием 20-30сек Бег в равномерном темпе 10мин.					
17	Бег 5 мин., беговые, прыжковые упр. Ускорения 3/30-40-60м. Низкий старт (старт. упр.) стартовый разгон 3/20-30-40м, бег 60м. Бег 60-100м с н/старта, с преследованием 20-30сек Бег в равномерном темпе 10мин.	1			Техника упражнений	
18	Бег 5 мин., беговые, прыжковые упр. Бег на средние дистанции 300-500м. Бег в равномерном темпе 10мин.	1			Техника упражнений	
19	Бег 5 мин., беговые, прыжковые упр. Бег на средние дистанции 300-500м. Бег в равномерном темпе 10мин.	1			Техника упражнений	
20	Бег 5 мин., беговые, прыжковые упр. Бег на средние дистанции 300-500м. Бег в равномерном темпе 10мин.	1			Техника упражнений	
21	Бег 5 мин., беговые, прыжковые упр. Бег на средние дистанции 300-500м. Бег в равномерном темпе 10мин.	1			Техника упражнений	
22	Бег 5 мин., беговые, прыжковые упр. Ускорения 3/30-40-60м. Низкий старт (старт. упр.) стартовый разгон 3/20-30-40м, бег 60м. Бег 60-100м с н/старта, с преследованием 20-30сек Бег в равномерном темпе 10мин.	1			Техника упражнений	
23	Бег 5 мин., беговые, прыжковые упр. Ускорения 3/30-40-60м. Низкий старт (старт. упр.) стартовый разгон 3/20-30-40м, бег 60м. Бег 60-100м с н/старта, с преследованием 20-30сек Бег в равномерном темпе 10мин.	1			Техника упражнений	
24	Бег 5 мин., беговые, прыжковые упр. Ускорения 3/30-40-60м. Низкий старт (старт. упр.) стартовый разгон 3/20-30-40м, бег 60м. Бег 60-100м с н/старта, с преследованием 20-30сек Бег в равномерном темпе 10мин.	1			Техника упражнений	
25	Бег 5 мин., беговые, прыжковые упр. Ускорения 3/30-40-60м. Низкий старт (старт. упр.)	1			Техника упражнений	

	стартовый разгон 3/20-30-40м, бег 60м. Бег 60-100м с н/старта, с преследованием 20-30сек Бег в равномерном темпе 10мин.					
	Итого за месяц	12				
Ноябрь						
26	Бег 5 мин., беговые, прыжковые упр. Ускорения 3/30-40-60м. Низкий старт (старт. упр.) стартовый разгон 3/20-30-40м, бег 60м. Бег 60-100м с н/старта, с преследованием 20-30сек Бег в равномерном темпе 10мин.	1			Техника упражнений	
27	Бег 5 мин., беговые, прыжковые упр. Ускорения 3/30-40-60м. Низкий старт (старт. упр.) стартовый разгон 3/20-30-40м, бег 60м. Бег 60-100м с н/старта, с преследованием 20-30сек Бег в равномерном темпе 10мин.	1			Техника упражнений	
28	Бег 5 мин., беговые, прыжковые упр. Ускорения 3/30-40-60м. Низкий старт (старт. упр.) стартовый разгон 3/20-30-40м, бег 60м. Бег 60-100м с н/старта, с преследованием 20-30сек Бег в равномерном темпе 10мин.	1			Техника упражнений	
29	Бег 5 мин., беговые, прыжковые упр. Ускорения 3/30-40-60м. Низкий старт (старт. упр.) стартовый разгон 3/20-30-40м, бег 60м. Бег 60-100м с н/старта, с преследованием 20-30сек Бег в равномерном темпе 10мин.	1			Техника упражнений	
30	Бег 5 мин., беговые, прыжковые упр. Ускорения 3/30-40-60м. Низкий старт (старт. упр.) стартовый разгон 3/20-30-40м, бег 60м. Бег 60-100м с н/старта, с преследованием 20-30сек Бег в равномерном темпе 10мин.	1			Техника упражнений	
31	ПТБ. Бег. ОРУ специальные упражнения, техника нападений, игра.	1			Техника упражнений	
32	ПТБ. Бег. ОРУ специальные упражнения, техника нападений, игра.	1			Техника упражнений	
33	ПТБ. ОРУ техника нападений, игра	1			Техника упражнений	

34	ПТБ. ОРУ техника нападения, игра	1			Техника упражнений	
35	ПТБ. Бег. ОРУ специальные упражнения, техника защиты, игра.	1			Техника упражнений	
36	ПТБ. Бег. ОРУ специальные упражнения, техника защиты, игра.	1			Техника упражнений	
	Итого за месяц	11				
Декабрь						
37	Бег 5 мин., беговые, прыжковые упр. Ускорения 3/30-40-60м. Низкий старт (старт. упр.) стартовый разгон 3/20-30-40м, бег 60м. Бег 60-100м с н/старта, с преследованием 20-30сек Бег в равномерном темпе 10мин.	1			Техника упражнений	
38	Бег 5 мин., беговые, прыжковые упр. Ускорения 3/30-40-60м. Низкий старт (старт. упр.) стартовый разгон 3/20-30-40м, бег 60м. Бег 60-100м с н/старта, с преследованием 20-30сек Бег в равномерном темпе 10мин.	1			Техника упражнений	
39	Бег 5 мин., беговые, прыжковые упр. Ускорения 3/30-40-60м. Низкий старт (старт. упр.) стартовый разгон 3/20-30-40м, бег 60м. Бег 60-100м с н/старта, с преследованием 20-30сек Бег в равномерном темпе 10мин.	1			Техника упражнений	
40	Бег 5 мин., беговые, прыжковые упр. Ускорения 3/30-40-60м. Низкий старт (старт. упр.) стартовый разгон 3/20-30-40м, бег 60м. Бег 60-100м с н/старта, с преследованием 20-30сек Бег в равномерном темпе 10мин.	1			Техника упражнений	
41	Бег 5 мин., беговые, прыжковые упр. Ускорения 3/30-40-60м. Низкий старт (старт. упр.) стартовый разгон 3/20-30-40м, бег 60м. Бег 60-100м с н/старта, с преследованием 20-30сек Бег в равномерном темпе 10мин.	1			Техника упражнений	
42	Бег 5 мин., беговые, прыжковые упр. Ускорения 3/30-40-60м. Низкий старт (старт. упр.) стартовый разгон 3/20-30-40м, бег 60м. Бег 60-100м с н/старта, с преследованием 20-30сек	1			Техника упражнений	

	Бег в равномерном темпе 10мин.					
43	Бег 5 мин., беговые, прыжковые упр. Ускорения 3/30-40-60м. Низкий старт (старт. упр.) стартовый разгон 3/20-30-40м, бег 60м. Бег 60-100м с н/старта, с преследованием 20-30сек Бег в равномерном темпе 10мин.	1			Техника упражнений	
44	Бег 5 мин., беговые, прыжковые упр. Ускорения 3/30-40-60м. Низкий старт (старт. упр.) стартовый разгон 3/20-30-40м, бег 60м. Бег 60-100м с н/старта, с преследованием 20-30сек Бег в равномерном темпе 10мин.	1			Техника упражнений	
45	Бег 5 мин., беговые, прыжковые упр. Ускорения 3/30-40-60м. Низкий старт (старт. упр.) стартовый разгон 3/20-30-40м, бег 60м. Бег 60-100м с н/старта, с преследованием 20-30сек Бег в равномерном темпе 10мин.	1			Техника упражнений	
46	Бег 5 мин., беговые, прыжковые упр. Ускорения 3/30-40-60м. Низкий старт (старт. упр.) стартовый разгон 3/20-30-40м, бег 60м. Бег 60-100м с н/старта, с преследованием 20-30сек Бег в равномерном темпе 10мин.	1			Техника упражнений	
47	Бег 5 мин., беговые, прыжковые упр. Ускорения 3/30-40-60м. Низкий старт (старт. упр.) стартовый разгон 3/20-30-40м, бег 60м. Бег 60-100м с н/старта, с преследованием 20-30сек Бег в равномерном темпе 10мин.	1			Техника упражнений	
48	Бег 5 мин., беговые, прыжковые упр. Ускорения 3/30-40-60м. Низкий старт (старт. упр.) стартовый разгон 3/20-30-40м, бег 60м. Бег 60-100м с н/старта, с преследованием 20-30сек Бег в равномерном темпе 10мин.	1			Техника упражнений	
49	Бег 5 мин., беговые, прыжковые упр. Ускорения 3/30-40-60м. Низкий старт (старт. упр.) стартовый разгон 3/20-30-40м, бег 60м. Бег 60-100м с н/старта, с преследованием 20-30сек	1			Техника упражнений	

	Бег в равномерном темпе 10мин.					
	Итого за месяц	13				
	Итого за 1 полугодие	49				
Январь						
50	ПТБ. Бег. ОРУ совершенствование техники передвижений, остановок, поворотов и стоек выполнения технических приёмов и их применение в игровых ситуациях.	1			Техника упражнений	
51	ПТБ. Бег. ОРУ совершенствование техники передвижений, остановок, поворотов и стоек выполнения технических приёмов и их применение в игровых ситуациях.	1			Техника упражнений	
52	ПТБ. Бег. ОРУ совершенствование техники передвижений, остановок, поворотов и стоек выполнения технических приёмов и их применение в игровых ситуациях.	1			Техника упражнений	
53	ПТБ. Бег. ОРУ совершенствование техники передвижений, остановок, поворотов и стоек выполнения технических приёмов и их применение в игровых ситуациях.	1			Техника упражнений	
54	ПТБ. Бег. ОРУ совершенствование техники передвижений, остановок, поворотов и стоек выполнения технических приёмов и их применение в игровых ситуациях.	1			Техника упражнений	
55	ПТБ. Бег. ОРУ совершенствование техники передвижений, остановок, поворотов и стоек выполнения технических приёмов и их применение в игровых ситуациях.	1			Техника упражнений	
56	ПТБ. Бег. ОРУ совершенствование техники передвижений, остановок,	1			Техника упражнений	

	поворотов и стоек выполнения технических приёмов и их применение в игровых ситуациях.					
57	ПТБ. Бег. ОРУ совершенствование техники передвижений, остановок, поворотов и стоек выполнения технических приёмов и их применение в игровых ситуациях.	1			Техника упражнений	
58	ПТБ. Бег. ОРУ совершенствование техники передвижений, остановок, поворотов и стоек выполнения технических приёмов и их применение в игровых ситуациях.	1			Техника упражнений	
59	Бег 5 мин., беговые, прыжковые упр. Ускорения 3/30-40-60м. Низкий старт (старт. упр.) стартовый разгон 3/20-30-40м, бег 60м. Бег 60-100м с н/старта, с преследованием 20-30сек Бег в равномерном темпе 10мин.	1			Техника упражнений	
	Итого за месяц	10				
Февраль						
60	Бег 5 мин., беговые, прыжковые упр. Ускорения 3/30-40-60м. Низкий старт (старт. упр.) стартовый разгон 3/20-30-40м, бег 60м. Бег 60-100м с н/старта, с преследованием 20-30сек Бег в равномерном темпе 10мин.	1			Техника упражнений	
61	Бег 5 мин., беговые, прыжковые упр. Ускорения 3/30-40-60м. Низкий старт (старт. упр.) стартовый разгон 3/20-30-40м, бег 60м. Бег 60-100м с н/старта, с преследованием 20-30сек Бег в равномерном темпе 10мин.	1			Техника упражнений	
62	Бег 5 мин., беговые, прыжковые упр. Ускорения 3/30-40-60м. Низкий старт (старт. упр.) стартовый разгон 3/20-30-40м, бег 60м. Бег 60-100м с н/старта, с преследованием 20-30сек Бег в равномерном темпе 10мин.	1			Техника упражнений	
63	Бег 5 мин., беговые, прыжковые	1			Техника	

	упр. Ускорения 3/30-40-60м. Низкий старт (старт. упр.) стартовый разгон 3/20-30-40м, бег 60м. Бег 60-100м с н/старта, с преследованием 20-30сек Бег в равномерном темпе 10мин.				упражнений	
64	Бег 5 мин., беговые, прыжковые упр. Ускорения 3/30-40-60м. Низкий старт (старт. упр.) стартовый разгон 3/20-30-40м, бег 60м. Бег 60-100м с н/старта, с преследованием 20-30сек Бег в равномерном темпе 10мин.	1			Техника упражнений	
65	Бег 5 мин., беговые, прыжковые упр. Ускорения 3/30-40-60м. Низкий старт (старт. упр.) стартовый разгон 3/20-30-40м, бег 60м. Бег 60-100м с н/старта, с преследованием 20-30сек Бег в равномерном темпе 10мин.	1			Техника упражнений	
66	Техническая подготовка. Упражнения без мяча. (стойки передвижения)	1			Техника выполнения упражнений.	
67	Техническая подготовка. Упражнения без мяча. (стойки , прыжки)	1			Техника выполнения упражнений.	
68	ПТБ. Бег. ОРУ техника передачи мяча внутренней частью подъёма. Игра	1			Техника выполнения упражнений.	
69	ПТБ. Бег. ОРУ техника передачи мяча внутренней частью подъёма. Игра	1			Техника выполнения упражнений.	
70	ПТБ. Бег. ОРУ техника передачи мяча верхней частью подъёма. Игра	1			Техника выполнения упражнений.	
71	ПТБ. Бег. ОРУ техника передачи мяча верхней частью подъёма. Игра	1			Техника выполнения упражнений.	
	ИТОГО за месяц	12				
Март						
72	ПТБ. Бег. ОРУ специальные упражнения, техника ведения мяча, игра.	1			Техника выполнения упражнений.	
73	ПТБ. Бег. ОРУ специальные упражнения, техника ведения мяча, игра.	1			Техника выполнения упражнений.	
74	ПТБ. Бег. ОРУ техника удара мяча по воротам. Игра	1			Техника выполнения упражнений.	
75	ПТБ. Бег. ОРУ техника удара мяча по воротам. Игра	1			Техника выполнения	

					упражнений.	
76	ПТБ. Бег. ОРУ техника удара мяча по воротам. Игра	1			Техника выполнения упражнений.	
77	ПТБ. Бег. ОРУ техника удара мяча по воротам. Игра	1			Техника выполнения упражнений.	
78	ПТБ. Бег. ОРУ техника удара мяча по воротам. Игра	1			Техника выполнения упражнений.	
79	ПТБ. Бег. ОРУ техника удара мяча по воротам. Игра	1			Техника выполнения упражнений.	
80	ПТБ. Бег. ОРУ техника удара мяча по воротам. Игра	1			Техника выполнения упражнений.	
81	ПТБ. Бег. ОРУ. Техника удара по мячу головой.	1			Техника выполнения упражнений	
	Итого за месяц	10				
Апрель						
82	ПТБ. Бег. ОРУ. Техника удара по мячу головой.	1			Техника выполнения упражнений	
83	ПТБ. Бег. ОРУ специальные упражнения, техника защитных действий (действия против игрока без мяча с мячом выбивание, отбор, перехват), игра.	1			Техника выполнения упражнений	
84	ПТБ. Бег. ОРУ специальные упражнения, техника защитных действий (действия против игрока без мяча с мячом выбивание, отбор, перехват), игра.	1			Техника выполнения упражнений	
85	ПТБ. Бег. ОРУ специальные упражнения, техника защитных действий (действия против игрока без мяча с мячом выбивание, отбор, перехват), игра.	1			Техника выполнения упражнений.	
86	ПТБ. Бег. ОРУ специальные упражнения, техника защитных действий (действия против игрока без мяча с мячом выбивание, отбор, перехват), игра.	1			Техника выполнения упражнений.	
87	ПТБ. Бег. ОРУ специальные упражнения, техника защитных действий (действия против игрока без мяча с мячом выбивание, отбор, перехват), игра.	1			Техника выполнения упражнений.	
88	ПТБ. Бег. ОРУ специальные упражнения, техника	1			Техника выполнения	

	нападений, игра.				упражнений	
89	ПТБ. Бег. ОРУ специальные упражнения, техника нападений, игра.	1			Техника выполнения упражнений.	
90	ПТБ. Бег. ОРУ специальные упражнения, техника нападений, игра.	1			Техника выполнения упражнений.	
91	ПТБ. Бег. ОРУ специальные упражнения, техника нападений, игра.	1			Техника выполнения упражнений.	
92	ПТБ. Бег. ОРУ специальные упражнения, тактические действия: (индивидуальные, групповые и командные тактические действия в нападение и защиты), игра.	1			Техника выполнения упражнений.	
93	ПТБ. Бег. ОРУ специальные упражнения, тактические действия: (индивидуальные, групповые и командные тактические действия в нападение и защиты), игра.	1			Техника выполнения упражнений.	
	Итого за месяц	12			Техника выполнения упражнений.	
Май						
94	ПТБ. Бег. ОРУ специальные упражнения, тактические действия: (индивидуальные, групповые и командные тактические действия в нападение и защиты), игра.	1			Техника выполнения упражнений.	
95	ПТБ. Бег. ОРУ специальные упражнения, тактические действия: (индивидуальные, групповые и командные тактические действия в нападение и защиты), игра.	1			Техника выполнения упражнений.	
96	ПТБ. Бег. ОРУ специальные упражнения, тактические действия: (индивидуальные, групповые и командные тактические действия в нападение и защиты), игра.	1			Техника выполнения упражнений.	
97	ПТБ. Бег. ОРУ специальные упражнения, тактические действия: (индивидуальные, групповые и командные тактические действия в нападение и защиты), игра.	1			Техника выполнения упражнений.	
98	ПТБ. Бег. ОРУ специальные упражнения, тактические действия: (индивидуальные, групповые и командные тактические действия в нападение и защиты), игра.	1			Техника выполнения упражнений.	

99	ПТБ. Бег. ОРУ специальные упражнения, тактические действия: (индивидуальные, групповые и командные тактические действия в нападение и защиты), игра.	1			Техника выполнения упражнений.	
100	ПТБ. Бег. ОРУ специальные упражнения, тактические действия: (индивидуальные, групповые и командные тактические действия в нападение и защиты), игра.	1			Техника выполнения упражнений.	
101	Контрольные нормативы. Соревновательные игры.	1			Техника выполнения упражнений.	
102	Контрольные нормативы. Соревновательные игры.	1			Техника выполнения упражнений.	
	Итого за месяц	9				
	Итого за II полугодие	53				
	Итого за год	102				

Таблица 8

3.4.Лист корректировки дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы « Футбол»

№ п/п	Причина корректировки	Дата	Согласование с заведующим подразделением
1			
2			
3			

4			
5			
6			
7			
8			
9			
10			
11			