**Программа школьной секции по футболу для учащихся 5-7-х классов**

**Пояснительная записка.**

Рабочая программа по футболу предназначена для внеурочной формы дополнительных занятий по физическому воспитанию общеобразовательного учреждения и основана на образовательной программе В.И.Ляха. В секции футбола занимаются учащиеся 5-7 классов всего- 15 человек. Продолжительность занятий в группах 2 раза в неделю по 60 мин.

Цели и задачи— укрепление здоровья и закаливание организма; привитие интереса к занятиям футболом; углубленное изучение спортивной игры футбол (мини-футбол) всесторонняя физическая подготовка с преимущественным развитием быстроты, ловкости и координации движений;  обучение основам техники владения мячом и тактики игры; освоение процесса игры в соответствии с правилами мини-футбола; изучение элементарных теоретических сведений о гигиене, технике, тактике и правилах игры в футбол, формирование навыков судейства. Воспитание воли, смелости, настойчивости, дисциплинированности, чувства коллективизма.

Средняя группа — укрепление здоровья, дальнейшее совершенствование всесторонней физической подготовленности с преимущественным развитием скоростно-силовых качеств, ловкости и общей выносливости; изучение и совершенствование техники и тактики игры, определение игрового места в составе команды, приобретение опыта участия в соревнованиях, развитие волевых качеств учащихся; формирование элементарных навыков судейства.

**Методы и формы обучения.**

Изучение теоретического  материала осуществляется в форме   15—20-минутных  бесед.

Обучение техническим приемам начинаются с выполнения их в наиболее простых условиях: удар по неподвижному мячу, ведение на малой скорости и т. д. Обучение ударам и остановкам мяча проводится одновременно. При обучении школьников технике владения мячом очень важно стремиться создать у них правильное зрительное представление о конкретном приеме.

Затем следует перейти к обучению сочетаниям технических приемов, которые наиболее часто встречаются в игре: остановка мяча — ведение — передача; остановка мяча с уходом в сторону— финт—ведение —передача и т. д. Наряду с этим усложняются и задачи, стоящие перед учащимися. Так, остановку мяча следует выполнять уже в движении — вперед, назад или в   
сторону, передачу мяча — низом или верхом, сильно или слабо и пр. Основное внимание при этом обращается на овладение, правильной двигательной структурой изучаемых приемов, а также на умение согласовывать свои действия с движением мяча.

Обучение тактике игры начинается со зрительной ориентировки. Надо научить учащихся постоянно наблюдать за расположением партнеров и соперников, оценивать обстановку и принимать решение до получения мяча или в момент его приема с тем, чтобы после овладения мячом начать действовать без задержки, в соответствии с принятым решением.

Обучение индивидуальным и групповым тактическим действиям проводится в группах по 2—3 человека при двустороннем взаимодействии защиты и нападения, когда одни выполняют атакующие действия (с мячом и без мяча), а другие — защитные действия. Обучение индивидуальным действиям также включает в себя упражнения в выборе позиции для получения мяча, «держании» соперника, своевременной передаче мяча, перехвате передачи, применении ведения, финтов и ударов по воротам.

**Содержание программы. Физическая подготовка.**

Общая физическая подготовка.

*Общеразвивающие упражнения.*

* Упражнения для рук и плечевого пояса: сгибания и разгибания, вращения, махи, отведения и приведения, рывки. Упражнения выполняются на месте и в движении.
* Упражнения для мышц шеи: наклоны, повороты головы в различных направлениях.
* Упражнения для туловища: упражнения на формирование правильной осанки; в различных исходных положениях — наклоны, повороты туловища; в положении лежа — поднимание и опускание ног, круговые движения одной и обеих ног, поднимание и опускание туловища.
* Упражнения для ног: различные маховые движения ног, приседания на обеих и на одной ноге, выпады, выпады с дополнительными пружинящими движениями.
* Упражнения с сопротивлением: упражнения в парах — повороты и наклоны туловища, сгибание и разгибание рук, приседания, приседания с партнером, переноска партнера на спине и на плечах, элементы борьбы в стойке, игры с элементами сопротивления.

*Подвижные игры и эстафеты.*

* Игры с мячом;
* игры с бегом, с элементами сопротивления, с прыжками, с метанием;
* эстафеты встречные и круговые с преодолением полосы препятствий из гимнастических снарядов, переноской, расстановкой и собиранием предметов, переноской груза, метанием в цель, бросками и ловлей мяча, прыжками и бегом в различных сочетаниях перечисленных элементов.

**Специальная физическая подготовка**.

*Упражнения для развития силы.*

* Подскоки и прыжки после приседа без отягощения и с отягощением.
* Приседание на одной ноге («пистолет») с последующим подскоком вверх.
* Лежа на животе - сгибание ног в коленях с сопротивлением партнера или резинового амортизатора (для укрепления мышц задней поверхности бедра).
* Броски набивного мяча ногой на дальность за счет энергичного маха ногой вперед.
* Удары по футбольному мячу ногами и головой на дальность.
* Вбрасывание футбольного и наживного мяча на дальность.
* *Для вратаря*: из упора стоя у стены одновременное и попеременное  сгибание  рук  в  лучезапястных  суставах.  То же,   но  передвижение  на  руках  вправо   (влево)   по  кругу   (носки  ног  на месте).
* В упоре лежа хлопки ладонями.
* Упражнения для кистей рук с гантелями и кистевым амортизатором.
* Сжимание теннисного (резинового) мяча.
* Многократное повторение упражнений в ловле и бросках набивного мяча от груди двумя руками (особое внимание обращать на движения кистей и пальцев).
* Броски футбольного и набивного мячей одной рукой на дальность.
* Ловля набивных мячей, направляемых 2—3 партнерами с разных сторон, с последующими бросками.

*Упражнения для развития быстроты.*

* Повторное  пробегание  коротких отрезков (10—30 м) из различных исходных положений (лицом, боком и спиной к стартовой линии, сидя, лежа, находясь в положении широкого выпада, медленного бега, подпрыгивания или бега на месте и в разных направлениях).
* Бег с изменением направления (до 180°). Бег прыжками. Эстафетный бег. Бег с изменением скорости (  после быстрого бега резко замедлить бег или остановиться, затем выполнить новый рывок в том же или другом направлении и т. д.) Челночный бег 2x10 м,  4X5 м, 4X10 м, 2X15 м и т. п.  Челночный бег, но отрезок вначале пробегается лицом вперед, а обратно — спиной и т. д. Бег боком и спиной вперед (на 10-20 м) наперегонки. Бег «змейкой» между расставленными в различном положении стойками, стоящими или медленно передвигающимися с помощью партнеров. Бег с быстрым изменением способа передвижения (например, быстрый переход от обычного бега на бег  спиной вперед).
* Ускорения и рывки с мячом (до 30 м). Обводка препятствий (на скорость). Рывки к мячу с последующим ударом по воротам. Выполнение элементов техники в быстром темпе (например, остановка мяча с последующим рывком в сторону и ударом в цель).

*Упражнения для развития ловкости.*

Прыжки с разбега толчком одной и двух ног, стараясь достать высоко подвешенный мяч головой, ногой, рукой (для вратарей); то же, выполняя в прыжке поворот на 90—180°. Прыжки вперед с поворотом и имитацией ударов головой и ногами. Прыжки с места и с разбега с ударом головой по мячам, подвешенным на разной высоте. Кувырки вперед и назад, в сторону через правое и левое плечо. Жонглирование мячом в воздухе, чередуя удары различными частями стопы, бедром, головой. Ведение мяча головой. Подвижные игры: «Живая цель», «Салки мячом» и др.

*Упражнения для развития специальной выносливости.*

* Переменный и повторный бег с мячом.
* Двусторонние игры (для старшей  группы). Двусторонние игры (команды играют в уменьшенном  по численности  составе).  Игровые упражнения с мячом (трое против трех, трое против двух и т. п.) большой интенсивности.
* Комплексные задания: ведение и обводка стоек, передачи и удары по воротам, выполняемые в течение 3-10 мин. Например, повторные рывки с мячом с последующей обводкой нескольких стоек и ударами по воротам с увеличением длины рывка, количества повторений и сокращением интервалов отдыха между рывками.

*Упражнения для формирования у юных футболистов умения двигаться без мяча.*

* Бег: обычный, спиной вперед; скрестным и приставным шагом (вправо и влево), изменяя ритм за счет различной длины шагов и скорости движения.
* Прыжки: вверх, вверх и вперед, вверх и назад, вверх и вправо,  вверх и влево, толчком двух ног с места и толчком на одной и двух ногах с разбега.
* Для вратарей: прыжки в сторону с падением перекатом. Повороты во время бега (вперед и назад) направо, налево и кругом (переступая и на одной ноге). Остановки во время бега — выпадом, прыжком и переступанием.

**2.Техника и тактика игры**

Средняя группа  (5-7 классы)

Техника игры.

Удары по мячу ногой. Удары подъемом (внешней, внутренней частью), стопой (внутренней и внешней стороной) по неподвижному, катящемуся, прыгающему и летящему мячу. Удары пяткой (назад) по катящемуся мячу. Резаные удары (внутренней и внешней частью подъема по катящемуся вперед, навстречу и сбоку мячу). Удары с полулета  (всеми способами).Удары по мячу головой. Удары серединой и боковой частью лба без прыжка и в прыжке с разбега по летящему с различной скоростью и траекторией мячу. Удары вниз и верхом, вперед, в стороны и назад (по ходу полета мяча), посылая мяч на короткое и среднее расстояние с пассивным и активным сопротивлением, с оценкой тактической обстановки перед выполнением удара. Резаные удары  боковой  частью  лба.  Перевод  мяча лбом. Удары на точность.

*Остановка мяча.*

Остановка подошвой, внутренней и внешней стороной стопы катящегося и опускающегося мяча с поворотом на 90° (в зависимости от расположения игроков противника и создавшейся игровой обстановки). Остановка грудью летящего мяча с поворотом на 90°. Остановка опускающегося мяча бедром и лбом .Остановка изученными способами мячей, катящихся или летящих с различной скоростью и траекторией, с разных расстояний и направлений; на высокой скорости движения с последующим ударом или рывком.

*Ведение мяча.*

Ведение серединой подъема, носком и внутренней стороной стопы. Ложные движения (финты). При ведении имитировать остановку мяча подошвой или удар пяткой назад (без касания или с касанием мяча подошвой) и рывком вперед уйти с мячом. Быстро отвести мяч подошвой ноги под себя — уйти с мячом вперед. Быстро отвести мяч ногой под себя — повернуться и уйти с мячом в сторону или назад. При ведении неожиданно остановить мяч, оставив его партнеру, находящемуся за спиной, и уйти без мяча вперед, увлекая за собой соперника («скрещивание»). Ложная передача мяча партнеру.

*Отбор мяча.*

Отбор мяча у соперника накладыванием стопы на мяч, выполняя ложные движения и вызывая противника на определенные действия с мячом с целью его отбора.

*Вбрасывание мяча.*

Вбрасывание из-за боковой линии с места (из  положения, параллельного расположению ступней ног). Вбрасывание мяча изученными способами с разбега: на точность и дальность  (по коридору шириной 2—3 м). Техника игры вратаря. Ловля в броске мяча, летящего в сторону от вратаря на высоте живота, груди, головы и колен. Ловля катящегося в сторону мяча в броске. Ловля катящегося и летящего на различной высоте мяча на выходе из ворот без падения, с падением и в броске. Ловля опускающихся и прыгающих мячей. Отбивание ладонями, пальцами рук в броске мячей, летящих в сторону от вратаря на высоте живота, груди, головы и колен. Отбивание ладонями, пальцами рук катящегося мяча в броске. Перевод мяча через перекладину ворот ладонями (двумя, одной) в прыжке. Броски мяча одной рукой с боковым замахом и снизу на точность и дальность. Бросок мяча одной рукой из-за плеча на дальность и точность. Выбивание мяча с рук и с полулета на точность и дальность. Выбивание мяча с земли и с рук на дальность и точность.

*Тактика игры.*

*В нападении*. Освобождение из-под опеки противника для получения мяча. Единоборство с соперниками, применяя обводку и ложные движения. Взаимодействие с партнерами при равном соотношении и численном превосходстве защитников соперника, используя короткие и средние передачи. Атака со сменой и без смены мест флангом и через центр. «Скрещивание» и игра «в стенку». Тактические комбинации при выполнении стандартных положений.

*В защите.*Персональная опека и комбинированная оборона. Подстраховка и помощь партнеру. Действия при отражении атаки соперника при равном соотношении сил и при его численном преимуществе. Взаимодействие с вратарем. Выбор позиции и страховка партнера при атаке противника флангом и через центр. Организация оборонительных действий при введении мяча в игру из стандартных положений.

*Тактика вратаря*. Организация построения «стенки» при пробитии штрафного и свободного ударов вблизи своих ворот. Игра на выходах из ворот при ловле катящихся по земле и летящих на различной высоте мячей. Руководство партнерами по обороне. Комбинации с защитниками при введении мяча в игру ударом от ворот.

*Судейская практика.* Судейская практика проводится в ходе учебных игр.

**Примерный тематический план занятий**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| №/п | Содержание занятий | Кол-во  часов |
| 1. | Футбол в России и за рубежом. Гигиенические знания и закаливание. | 1 |
| 3. | Общая и специальная физическая подготовка. | 1 |
| 4. | Техническая подготовка. Тактическая подготовка. | 1 |
| 6. | Правила игры. | 1 |
| Итого: | | 4 |
| 1. | Общая физическая подготовка | 11 |
| 2. | Специальная физическая подготовка | 11 |
| 3. | Техника игры | 33 |
| 4. | Тактика игры | 9 |
| Итого: | | 64 |
| Всего часов: | | 68 |

Поурочное тематическое планирование футбольной секции

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Тема занятия | элементы  содержания | Требования к  уровню  подготовки | Дата  проведения | | |
| план | факт | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | |  |
|  | Теория - |  |  |  | |  |
| 1 | История развития футбола. Правила игры и методика судейства | Основные ошибки. Техника безопасности. | Знать правила соревнований | 4.09 | |  |
|  | Техническая  подготовка – |  |  |  | |  |
| 2 | Ведение мяча. | Стойка игрока. Перемещение в стойке. Остановка и передача мяча на месте. Учебная игра. | Уметь выполнять технические элементы | 7.09 | |  |
| 3 | Ведение мяча. | Стойка игрока. Перемещение в стойке. Остановка и передача мяча на месте. Учебная игра. | Уметь выполнять технические элементы | 11.09 | |  |
| 4 | Ведение мяча. | Стойка игрока. Перемещение в стойке. Отвести мяч подошвой ноги под себя — уйти с мячом вперед. Учебная игра. | Уметь выполнять технические элементы | 14.09 | |  |
| 5 | Ведение мяча. | Стойка игрока. Перемещение в стойке. Отвести мяч подошвой ноги под себя — уйти с мячом вперед. Учебная игра. | Уметь выполнять технические элементы | 18.09 | |  |
| 6 | Ведение мяча. | Стойка игрока. Перемещение в стойке. Отвести мяч подошвой ноги под себя — уйти с мячом вперед. Учебная игра. | Уметь выполнять технические элементы | 21.09 | |  |
| 7 | Ведение мяча. | Стойка игрока. Перемещение в стойке. При ведении иммитировать остановку мяча подошвой или удар пяткой назад. Учебная игра. | Уметь выполнять технические элементы | 25.09 | |  |
| 8 | Ведение мяча. | Стойка игрока. Перемещение спиной вперед. При ведении имитировать остановку мяча подошвой или удар пяткой назад. Учебная игра | Уметь выполнять технические элементы | 28.09 | |  |
| 9 | Ведение мяча. | Стойка игрока. Перемещение спиной вперед. Остановка и передача мяча в движении. Учебная игра | Уметь выполнять технические элементы | 2.10 | |  |
| 10 | Ведение мяча. | Стойка игрока. Перемещение спиной вперед. Остановка и передача мяча в движении. Учебная игра | Уметь выполнять технические элементы | 5.10 | |  |
| 11 | Ведение мяча. | Стойка игрока. Перемещение спиной вперед. Остановка и передача мяча в движении. Учебная игра | Уметь выполнять технические элементы | 9.10 | |  |
| 12 | Ведение мяча. | Стойка игрока. Перемещение спиной вперед . Отвести мяч ногой под себя — повернуться и уйти с мячом в сторону или назад. Учебная игра | Уметь выполнять технические элементы | 12.10 | |  |
| 13 | Ведение мяча. | Стойка игрока. Перемещение спиной вперед. Отвести мяч ногой под себя — повернуться и уйти с мячом в сторону или назад. Учебная игра | Уметь выполнять технические элементы | 16.10 | |  |
| 14 | Ведение мяча. | Стойка игрока. Перемещение спиной вперед. Отвести мяч ногой под себя — повернуться и уйти с мячом в сторону или назад. Учебная игра | Уметь выполнять технические элементы | 19.10 | |  |
| 15 | Ведение мяча. | Стойка игрока. Перемещение спиной вперед. Отвести мяч ногой под себя — повернуться и уйти с мячом в сторону или назад. Учебная игра | Уметь выполнять технические элементы | 23.10 | |  |
| 16 | Ведение мяча. | Стойка игрока. Перемещение спиной вперед. Отвести мяч ногой под себя — повернуться и уйти с мячом в сторону или назад. Учебная игра | Уметь выполнять технические элементы | 26.10 | |  |
| 17 | Ведение мяча. | Стойка игрока. Перемещение спиной вперед. При ведении неожиданно остановить мяч, оставив его партнеру, находящемуся за спиной, и уйти без мяча вперед .Учебная игра | Уметь выполнять технические элементы | 30.10 | |  |
| 18 | Ведение мяча. | Стойка игрока. Перемещение спиной вперед. При ведении неожиданно остановить мяч, оставив его партнеру, находящемуся за спиной, и уйти без мяча вперед. Учебная игра | Уметь выполнять технические элементы | 3.11 | |  |
| 19 | Ведение мяча. | Стойка игрока. Перемещение спиной вперед. При ведении неожиданно остановить мяч, оставив его партнеру, находящемуся за спиной, и уйти без мяча вперед. Учебная игра | Уметь выполнять технические элементы | 9.11 | |  |
| 20 | Ведение мяча. | Стойка игрока. Перемещение спиной вперед. При ведении неожиданно остановить мяч, оставив его партнеру, находящемуся за спиной, и уйти без мяча вперед. Учебная игра | Уметь выполнять технические элементы | 13.11 | |  |
| 21 | Остановка мяча | Развитие двигательных качеств. Остановка мяча подошвой, внутренней и внешней стороной стопы Учебная игра | Уметь выполнять технические элементы | 16.11 | |  |
| 22 | Остановка мяча | Развитие двигательных качеств. Остановка мяча подошвой, внутренней и внешней стороной стопы. Учебная игра | Уметь выполнять технические элементы | 20.11 | |  |
| 23 | Остановка мяча | Развитие двигательных качеств. Остановка мяча подошвой, внутренней и внешней стороной стопы Учебная игра | Уметь выполнять технические элементы | 23.11 | |  |
| 24 | Остановка мяча | Развитие двигательных качеств. Остановка мяча подошвой, внутренней и внешней стороной стопы. Учебная игра | Уметь выполнять технические элементы | 27.11 | |  |
| 25 | Остановка мяча | Развитие двигательных качеств. Остановка опускающегося мяча. Учебная игра | Уметь выполнять технические элементы | 30.11 | |  |
| 26 | Остановка мяча | Развитие двигательных качеств. Остановка опускающегося мяча. Учебная игра | Уметь выполнять технические элементы | 4.12 | |  |
| 27 | Остановка мяча | Развитие двигательных качеств. Остановка опускающегося мяча. Учебная игра | Уметь выполнять технические элементы | 7.12 | |  |
| 28 | Остановка мяча | Развитие двигательных качеств. Остановка грудью летящего мяча с поворотом на 90°. Учебная игра | Уметь выполнять технические элементы | 11.12 | |  |
| 29 | Остановка мяча | Развитие двигательных качеств. Остановка грудью летящего мяча с поворотом на 90°. Учебная игра | Уметь выполнять технические элементы | 14.12 | |  |
| 30 | Остановка мяча | Развитие двигательных качеств. Остановка грудью летящего мяча с поворотом на 90°. Учебная игра | Уметь выполнять технические элементы | 18.12 | |  |
| 31 | Остановка мяча | Развитие двигательных качеств. Остановка опускающегося мяча бедром и лбом . Учебная игра | Уметь выполнять технические элементы | 21.12 | |  |
| 31 | Остановка мяча | Развитие двигательных качеств. Остановка опускающегося мяча бедром и лбом . Учебная игра | Уметь выполнять технические элементы | 25.12 | |  |
| 32 | Остановка мяча | Развитие двигательных качеств. Остановка опускающегося мяча бедром и лбом . Учебная игра | Уметь выполнять технические элементы | 28.12 | |  |
| 33 | Остановка мяча | Развитие двигательных качеств. Остановка летящего мяча с различной скоростью и направлением. Учебная игра | Уметь выполнять технические элементы | 11.01 | |  |
| 34 | Остановка мяча | Развитие двигательных качеств. Остановка летящего мяча с различной скоростью и направлением. Учебная игра | Уметь выполнять технические элементы | 15.01 | |  |
| 35 | Остановка мяча | Развитие двигательных качеств. Остановка летящего мяча с различной скоростью и направлением. Учебная игра | Уметь выполнять технические элементы | 18.01 | |  |
| 36 | Остановка мяча | Развитие двигательных качеств. Остановка летящего мяча с различной скоростью и направлением. Учебная игра | Уметь выполнять технические элементы | 22.01 | |  |
| 37 | Остановка мяча | Развитие двигательных качеств. Остановка летящего мяча с различной скоростью и направлением. Учебная игра | Уметь выполнять технические элементы | 25.01 | |  |
| 38 | Остановка мяча | Развитие двигательных качеств. Остановка летящего мяча с различной скоростью и направлением. Учебная игра | Уметь выполнять технические элементы | 29.01 | |  |
| 39 | Удары по мячу | Удары по мячу внешней стороной стопы. Развитие силовых качеств. Учебная игра | Уметь выполнять технические элементы | 1.02 | |  |
| 40 | Удары по мячу | Удары по мячу внешней стороной стопы. Развитие силовых качеств. Учебная игра | Уметь выполнять технические элементы | 5.02 | |  |
| 41 | Удары по мячу | Удары по катящемуся мячу. Развитие силовых качеств. Учебная игра | Уметь выполнять технические элементы | 8.02 | |  |
| 42 | Удары по мячу | Удары по катящемуся мячу. Развитие силовых качеств. Учебная игра | Уметь выполнять технические элементы | 12.02 | |  |
| 43 | Удары по мячу | Удары по прыгающему и летящему мячу. Развитие силовых качеств. Учебная игра | Уметь выполнять технические элементы | 15.02 | |  |
| 45 | Удары по мячу | Удары по прыгающему и летящему мячу. Развитие силовых качеств. Учебная игра | Уметь выполнять технические элементы | 19.02 | |  |
| 46 | Удары по мячу | Удары по мячу носком и пяткой. Развитие силовых качеств. Учебная игра | Уметь выполнять технические элементы | 22.02 | |  |
| 47 | Удары по мячу | Удары по мячу носком и пяткой. Развитие силовых качеств. Учебная игра | Уметь выполнять технические элементы | 26.02 | |  |
| 48 | Удары по мячу | Удары по мячу головой. Развитие силовых качеств. Учебная игра | Уметь выполнять технические элементы | 29.02 | |  |
| 49 | Удары по мячу | Удары по мячу головой. Развитие силовых качеств. Учебная игра | Уметь выполнять технические элементы | 4.03 | |  |
| 50 | Отбор мяча | Отбор мяча у соперника накладыванием стопы на мяч. Развитие ловкости. Учебная игра. | Уметь выполнять технические элементы | 7.03 | |  |
| 51 | Отбор мяча | Отбор мяча у соперника накладыванием стопы на мяч. Развитие ловкости. Учебная игра. | Уметь выполнять технические элементы | 11.03 | |  |
| 52 | Отбор мяча | Отбор мяча у соперника накладыванием стопы на мяч. Развитие ловкости. Учебная игра. | Уметь выполнять технические элементы | 14.03 | |  |
| 53 | Отбор мяча | Отбор мяча у соперника, выполняя ложные движения. Развитие ловкости. Учебная игра. | Уметь выполнять технические элементы | 18.03 | |  |
| 54 | Отбор мяча | Отбор мяча у соперника, выполняя ложные движения. Развитие ловкости. Учебная игра | Уметь выполнять технические элементы | 21.03 | |  |
| 55 | Отбор мяча | Отбор мяча у соперника, выполняя ложные движения. Развитие ловкости. Учебная игра | Уметь выполнять технические элементы | 1.04 | |  |
| 56 | Вбрасывание мяча | Вбрасывание из-за боковой линии с места. Развитие координации. Учебная игра. | Уметь выполнять технические элементы | 4.04 | |  |
| 57 | Вбрасывание мяча | Вбрасывание из-за боковой линии с места. Развитие координации. Учебная игра. | Уметь выполнять технические элементы | 8.04 | |  |
| 58 | Вбрасывание мяча | Вбрасывание мяча изученными способами с разбега: на точность и дальность  Развитие координации. Учебная игра. | Уметь выполнять технические элементы | 11.04 | |  |
| 59 | Вбрасывание мяча | Вбрасывание мяча изученными способами с разбега: на точность и дальность  Развитие координации. Учебная игра. | Уметь выполнять технические элементы | 15.04 | |  |
| 60 | Тактика игры | Взаимодействие с партнерами при равном соотношении и численном превосходстве защитников соперника | Уметь выполнять технические элементы | 18.04 | |  |
| 61 | Тактика игры | Взаимодействие с партнерами при равном соотношении и численном превосходстве защитников соперника | Уметь выполнять технические элементы | 22.04 | |  |
| 62 | Тактика игры | Взаимодействие с партнерами при равном соотношении и численном превосходстве защитников соперника | Уметь выполнять технические элементы | 25.04 | |  |
| 63 | Тактика игры | Атака со сменой и без смены мест флангом и через центр . | Уметь выполнять технические элементы | 29.05 | |  |
| 64 | Тактика игры | Атака со сменой и без смены мест флангом и через центр | Уметь выполнять технические элементы | 6.05 | |  |
| 65 | Тактика игры | Действия при отражении атаки соперника при равном соотношении сил и при его численном преимуществе | Уметь выполнять технические элементы | 13.05 | |  |
| 66 | Тактика игры | Действия при отражении атаки соперника при равном соотношении сил и при его численном преимуществе | Уметь выполнять технические элементы | 16.05 | |  |
| 67 | Тактика игры | Организация оборонительных действий при введении мяча в игру из стандартных положений | Уметь выполнять технические элементы | 20.05 | |  |
| 68 | Тактика игры | Организация оборонительных действий при введении мяча в игру из стандартных положений | Уметь выполнять технические элементы | 23.05 | |  |

Список литературы 1.Голомазов С.В., Чирва П.Г. «Теория и практика футбола» 2008 г. 2. Голомазов С.В., Чирва П.Г. «Методика тренировки техники игры головой»2008 г. 3. Антипов А., Губов В. «Диагностика и тренировка двигательных способностей» 2008 г. 4.Чанади А. Футбол.Техника.-М.:ФиС,1978 5.Чанади А. Футбол.Стратегия.-М.:ФиС,1981