

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования и науки Республики Дагестан

Управление образования Администрации г. Махачкалы

МБОУ "СОШ №12"

РАССМОТРЕНО

ШМО учителей
физической культуры


Абакарова З.Б.
« 30 » 082023 г.

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора
по учебной части


Ильина Н.А.
« 30 » 082023 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор


Магомедова М.М.
« 30 » 082023 г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по внеурочной деятельности

«Футбол в школу»

для обучающихся 9 – 11 классов

(17 часов в году, 0,5 часов в неделю)

Составитель: Абакарова З.Б.

Пояснительная записка

Рабочая программа внеурочной деятельности спортивной секции по футболу «Веселый мяч» для 9-11 классов разработана в соответствии следующих нормативно-правовых и распорядительных документов:

В основу рабочей программы курса по футболу «Веселый мяч» положены следующие нормативно-правовые и распорядительные документы:

1. Закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12. 2012 года №273-ФЗ (с изменениями и дополнениями).

2. Санитарно-эпидемиологические правила СанПиН 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях».

3. Приказ Министерства образования и науки РФ от 17.12. 2010 г. №1897 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования». (в ред. приказа Минобрнауки России от 29.12.2014 N 1644)

«Примерных программ внеурочной деятельности. Начальное и основное образование». (Стандарты второго поколения) под редакцией В.А.Горского. – М.: Просвещение, 2011.)

с требованиями федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования ;

- с рекомендациями Примерной программы по физической культуре 5-11классы.

с авторской программой «Комплексная программа физического воспитания учащихся 8 классов» В. И. Ляха, А. А. Зданевича и обеспечена учебником для общеобразовательных учреждений «Физическая культура. 8 класс»

Футбол является одним из разделов школьной программы и представлен как обязательный вид спорта в государственном образовательном стандарте. Он является одним из ведущих видов спорта в организации секционной работы в общеобразовательном учреждении.

Интерес к футболу с каждым годом растет, поэтому по массовости и популярности он опережает многие виды спорта. Систематические занятия футболом оказывают на организм школьников всестороннее развитие, повышают общий уровень двигательной активности, совершенствуют функциональную деятельность организма, обеспечивая правильное физическое развитие. футбол - это не только средство физической подготовки, освоения технической и тактической стороны игры, но и повышения умственной работоспособности, снятия утомления учащихся, возникающего в ходе занятий по общеобразовательным дисциплинам.

Футбол формирует такие положительные навыки и черты характера, как умение подчинять личные интересы коллектива, класса, команды, взаимопомощь, чувство долга.

Польза от занятий футболом огромна - это здоровье детей, это готовность к труду, это подготовка к военной службе.

В возрасте 11-14лет необходимо учить детей согласовывать индивидуальные и простые командные технико-тактические взаимодействия (с мячом и без мяча) в нападении и защите. Отличительной особенностью элементов является их логическая обусловленность требованиями игрового противоборства. Такие приемы техники, как передвижение, повороты, прыжки, входят составной частью в игровые действия.

Программа спортивной секции по футболу «Веселый мяч» для учащихся 5-9 классов способствует гармоничному развитию физических и духовных сил юных спортсменов, воспитанию социально активной личности готовой к трудовой деятельности, поэтому можно говорить об актуальности программы.

Актуальность программы.

Актуальность программы в том, что она направлена не только на получение детьми образовательных знаний, умений и навыков по футболу, а обеспечивает организацию содержательного досуга, укрепление здоровья, удовлетворение потребности детей в активных формах познавательной деятельности и двигательной активности.

Цели программы:

- Обеспечить учащихся знаниями о специальных приемах и действиях футболистов.
- Содействовать укреплению здоровья детей.
- Воспитывать моральные и волевые качества занимающихся.
- Обеспечить разностороннее физическое развитие.

Основными **задачами** программы спортивной секции по футболу «Веселый мяч» являются:

- Укрепление здоровья школьников;
- Содействие правильному физическому развитию и разносторонней физической подготовленности детского организма;
- Приобретение учащимися необходимых теоретических знаний;
- Овладение юными баскетболистами основными приемами техники и тактики игры;
- Воспитание у ребят воли, смелости, настойчивости, дисциплинированности, коллективизма, ответственности, навыков культурного поведения, чувства дружбы;
- Развитие мотивации личности к познанию и самосовершенствованию;
- Формирование потребности в регулярных занятиях физической культурой и спортом;
- Выявление перспективных детей и подростков для дальнейшего прохождения обучения в спортивных школах;
- Формирование устойчивой привычки к систематическим занятиям;
- Укрепление опорно – двигательного аппарата, развитие быстроты, гибкости, ловкости;
- Привитие учащимся организаторских навыков;
- Организация условий для полезного проведения свободного времени.

Общая характеристика внеурочной деятельности спортивной секции

Воспитание в процессе формирования личности играет значимую роль. Посредством воспитания в сознании и поведении детей формируются социальные, нравственные и культурные ценности, которыми каждый из детей руководствуется в жизни. Важнейшими дидактическими принципами обучения являются сознательность и активность, наглядность, доступность, индивидуализация, систематичность, последовательность, прочность. Основная задача педагога

дополнительного образования состоит в умении правильно сочетать принципы обучения на занятиях по баскетболу в зависимости от возраста учащихся, их индивидуальных способностей усваивать учебный материал и черт характера.

Ведущими методами обучения, рекомендуемыми данной программой являются:

- словесные методы, создающие у учащихся предварительное представление об изучаемом движении. Для этой цели рекомендуется использовать: объяснение, рассказ, замечания; команды, распоряжения, указания, подсчет и т.д.
- наглядные методы – применяются главным образом в виде показа упражнений. Эти методы помогают создать у учащихся конкретные представления об изучаемых действиях;
- практические методы: метод упражнений, игровой метод, соревновательный.

Главным является метод упражнений, который предусматривает многократное повторение движений. Разучивание упражнений осуществляется двумя способами: - в целом; - по частям. Игровой и соревновательный методы применяются после того, как у учащихся образовались некоторые навыки игры.

В основу методики физической подготовки по программе спортивной секции по баскетболу «Веселый мяч» положена концепция тренировки, как научно обоснованная теория управления повышением физического потенциала школьников. Высокий уровень развития двигательных качеств и способностей, общей и физической работоспособности могут быть приобретены воспитанниками путем тренировки, путем реализации целенаправленного процесса адаптации их к двигательной деятельности необходимого объема и достаточной интенсивности.

Наиболее распространенными формами работы с детьми при реализации данной программы являются тренировки, обучающие игры, двусторонние игры, товарищеские встречи, соревнования различных уровней.

Программа рассчитана на 34 часов в год с проведением занятий один раз в неделю, продолжительность занятия 40 минут.

Планируемые результаты освоения обучающимися программы внеурочной деятельности

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 обучающихся к саморазвитию, сформированность мотивации к учению и познанию; сформированность основ российской, гражданской идентичности;
- метапредметные результаты – освоенные обучающимися универсальные учебные действия (познавательные, регулятивные и коммуникативные);
- предметные результаты – освоенный обучающимися 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 внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «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 внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Футбол» является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД):

Регулятивные УУД:

- *определять и формулировать* цель деятельности на занятии с помощью учителя, а далее самостоятельно;
- *проговаривать* последовательность действий;
- уметь *высказывать* своё 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 УУД:

- 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 УУД:

- 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 обучающимися необходимости заботы о своём 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.

Первостепенным результатом реализации программы внеурочной деятельности будет сознательное отношение обучающихся к собственному здоровью.

Содержание программы

Передвижение боком, спиной вперёд, ускорение, остановки, повороты, старты из различных исходных положений.

Комбинации из освоенных элементов техники передвижений (бег, остановки, повороты, рывки)

Удары по мячу

Удары по неподвижному и катящемуся мячу внутренней стороной стопы и средней частью подъема

Удары по катящемуся мячу внутренней частью подъема

Удары по неподвижному мячу внешней частью подъема

Удары по катящемуся мячу внешней стороной подъема, носком

Удары по летящему мячу внутренней стороной стопы

Удары по летящему мячу серединой подъема

Удары по летящему мячу серединой лба

Удары по летящему мячу боковой частью лба

Удары по воротам различными способами на точность попадания мячом в цель

Угловой удар. Подача мяча в штрафную площадь

Остановка мяча

Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой

Остановка катящегося мяча внешней стороной стопы

Остановка мяча грудью

Остановка летящего мяча внутренней стороной стопы

Ведение мяча и обводка

Ведение мяча внешней и внутренней стороной стопы по прямой, с изменением направления и скорости ведения правой и левой ногой (без сопротивления защитника)

Ведение мяча с пассивным сопротивлением защитника

Ведение мяча с активным сопротивлением защитника

Обводка с помощью обманных движений (финтов)

Отбор мяча

Выбивание мяча ударом ногой

Вбрасывание мяча

Вбрасывание мяча из-за боковой линии с места и с шагом

Игра вратаря

Ловля катящегося мяча

Ловля мяча, летящего навстречу

Ловля мяча сверху в прыжке

Отбивание мяча кулаком в прыжке

Ловля мяча в падении (без фазы полёта)

Выполнение комбинаций из освоенных элементов техники перемещений и владение мячом

Ведение, удар (передача мяча), приём мяча, остановка, удар по воротам.

Тактика игры

Тактика свободного нападения

Позиционные нападения без изменения позиций

Позиционные нападения с изменением позиций

Нападение в игровых заданиях 3:1, 3:2, 3:3, 2:1 с атакой и без атаки ворот

Индивидуальные, групповые и командные тактические действия в нападении и защите

Двусторонняя учебная игра

Подвижные игры и эстафеты Игры и эстафеты на закрепление и совершенствование технических приемов и тактических действий. Игры, развивающие физические способности

Физическая подготовка Развитие скоростно- силовых, координационных способностей, выносливости, гибкости.

Футбол. Развитие *быстроты*. Старты из различных положений с последующим ускорением. Бег с максимальной скоростью по прямой, с остановками (по свистку, хлопку, заданному сигналу), с ускорением, «рывками», изменением направления передвижения. Бег в максимальном темпе. Бег и ходьба спиной вперёд с изменением темпа и направления движения (по прямой, по кругу и «змейкой»). Бег с максимальной скоростью с поворотами на 180° и 360°. Прыжки через скакалку в максимальном темпе. Прыжки по разметкам на правой (левой) ноге, между стоек, спиной вперёд. Прыжки вверх на обеих ногах и одной ноге с продвижением вперёд. Удары по мячу в стенку в максимальном темпе. Ведение мяча с остановками и ускорениями, «дриблинг» мяча с изменением направления движения. Кувырки вперёд, назад, боком с последующим рывком. Подвижные и спортивные игры, эстафеты.

Развитие силы. Комплексы упражнений с дополнительным отягощением на основные мышечные группы. Многоскоки через препятствия. Спрыгивание с возвышенной опоры с последующим ускорением, прыжком в длину и в высоту. Прыжки на обеих ногах с дополнительным отягощением (вперёд, назад, в приседе, с продвижением вперёд).

Развитие выносливости. Равномерный бег на средние и длинные дистанции. Повторные ускорения с уменьшающимся интервалом отдыха. Повторный бег на короткие дистанции с максимальной скоростью и уменьшающимся интервалом отдыха. Гладкий бег в режиме непрерывно-интервального метода. Передвижение на лыжах в режиме большой и умеренной интенсивности.

Тематическое планирование

№п/п	Наименование разделов, тем	Основные виды учебной деятельности
1	Физическая подготовка <ol style="list-style-type: none"> 1. Общая физическая подготовка 2. Специальная физическая подготовка 	<p>Регулярно измеряют массу своего тела с помощью напольных весов. Укрепляют мышцы спины и плечевой пояс с помощью специальных упражнений. Соблюдают элементарные правила, снижающие риск появления болезни глаз. Раскрывают значение нервной системы в управлении движениями и в регуляции основными системами организма. Составляют личный план физического самовоспитания. Выполняют упражнения для тренировки различных групп мышц. Осмысливают, как занятия физическими упражнениями оказывают благотворное влияние на работу и развитие всех систем организма, на его рост и развитие</p>
2	Техническая подготовка	<p>Выполняют правила игры, уважительно относятся к сопернику и управляют своими эмоциями. Описывают технику изучаемых игровых приёмов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приёмов и действий, соблюдают правила безопасности</p> <p>Организуют совместные занятия футболом со сверстниками, осуществляют судейство игры. Выполняют правила игры, уважительно относятся к сопернику и управляют своими эмоциями.</p>
3	Тактическая подготовка	<p>Выполняют правила игры, уважительно относятся к сопернику и управляют своими эмоциями. Описывают технику изучаемых игровых приёмов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приёмов и действий, соблюдают правила безопасности</p> <p>Организуют совместные занятия футболом со сверстниками, осуществляют судейство игры. Выполняют правила игры, уважительно относятся к сопернику и управляют своими эмоциями.</p>
4	Подвижные игры футбольной направленности.	<p>Описывают технику изучаемых игровых приёмов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приёмов и действий, соблюдают правила безопасности</p> <p>Организуют совместные занятия футболом со сверстниками, осуществляют судейство игры. Выполняют правила игры, уважительно относятся к сопернику и управляют своими эмоциями. Применяют правила подбора одежды для занятий на открытом воздухе, используют игру в футбол как средство активного</p>

		отдыха
--	--	--------

Календарно – тематическое планирование

№ п/п	Тема занятия	часы	дата		примечание
			план	факт	
1	Беседа «меры безопасности», «правила игры». Учебная игра.	1			
2	Освоение навыков ведения. Ведение мяча со сменой ног. Учебная игра.	1			
3	Освоение навыков ведения. Ведение мяча со сменой ног. Учебная игра.	1			
4	Ведение мяча по прямой. Учебная игра.	1			
5	Ведение мяча с обводкой стоек. Учебная игра.	1			
6	Ведение мяча с обводкой стоек и соперником. Учебная игра.	1			
7	Передача и остановка мяча. Учебная игра.	1			
8	Передача и остановка мяча. Учебная игра	1			
9	Передача и остановка мяча. Учебная игра	1			
10	Передача и остановка мяча. Учебная игра	1			
11	Передача и остановка мяча. Учебная игра	1			
12	Передача и остановка мяча. Учебная игра	1			
13	Передача и остановка мяча. Учебная игра	1			
14	Удары с места по воротам . Учебная игра.	1			
15	Удары с места по воротам . Учебная игра.	1			
16	Удары с места по воротам . Учебная игра.	1			

17	Удары с места по воротам . Учебная игра.	1			
18	Удары по воротам после ведения . Учебная игра.	1			
19	Удары по воротам после ведения . Учебная игра.	1			
20	Удары по воротам после ведения . Учебная игра.	1			
21	Удары по воротам после ведения . Учебная игра.	1			
22	Тактика игры в защите. Учебная игра.	1			
23	Тактика игры в защите. Учебная игра	1			
24	Тактика игры в защите. Учебная игра	1			
25	Тактика игры в нападении. Учебная игра.	1			
26	Тактика игры в нападении. Учебная игра.	1			
27	Тактика игры в нападении. Учебная игра.	1			
28	Штрафной удар. Учебная игра.	1			
29	Штрафной удар. Учебная игра.	1			
30	Штрафной удар. Учебная игра.	1			
31	Угловой удар. Учебная игра.	1			
32	Угловой удар. Учебная игра.	1			
33	Розыгрыш аута . Учебная игра.	1			
34	Пенальти. Учебная игра. Соревнование. Итоговая игра	1			
		34			

Раздел 1 «Знания о футболе» реализуется: в процессе урока, в виде классного часа, домашнего задания, презентации, беседы, лекции, интегрированного урока

Тематика занятий и требования к формируемым знаниям для 11 класса

№	Тема	Требования к знаниям школьника
1	Основные направления развития спортивного менеджмента и маркетинга в футболе	Знать и разбираться в основных направлениях развития спортивного менеджмента и маркетинга в футболе для самоопределения интересов, способностей и возможностей, включения обучающихся в систему непрерывного профессионального образования в области физической культуры и спорта, формирования навыков конкурентоспособности при поступлении в выбранные ими образовательные организации высшего образования и профессиональные образовательные организации
2	Влияние занятий футболом на физическую, психическую, интеллектуальную и социальную деятельность человека	Знать и характеризовать влияние занятий футболом на физическую, психическую, интеллектуальную и социальную деятельность человека
3	Психологическая подготовка футболистов	Характеризовать содержание и значение психологической подготовке футболистов. Называть основные направления, понятия, определения психологической подготовки. Знать и уметь использовать принципы психологической подготовки к соревнованиям; демонстрировать настрой на игру; применять знания во время игровой соревновательной деятельности
4	Правила по технике безопасности во время занятий и соревнований по футболу. Профилактика спортивного травматизма футболистов, причины возникновения травм и методы их устранения	Соблюдать правила по технике безопасности во время занятий и соревнований по футболу. Называть средства профилактики спортивного травматизма, знать причины возникновения травм и методы их устранения
5	Профилактика пагубных привычек, неприятие асоциального вездомого (отклоняющегося) деструктивного поведения. Антидопинговое поведение	Знать, понимать и рассказывать о вреде пагубных привычек – курении, алкоголизме, наркотических и психотропных средствах. Различать признаки асоциального поведения и приостанавливать, предупреждать различные проявления отклоняющегося деструктивного поведения среди своих сверстников. Знать понятие «допинг» и «антидопинг». Формировать навыки антидопингового поведения
6	Правила безопасного, правомерного поведения во время соревнований различного ранга по футболу в качестве зрителя, болельщика (фаната)	Соблюдать правила безопасного, правомерного поведения во время различного ранга по футболу в качестве зрителя, болельщика («фаната»)

7	Взаимосвязь развития физических качеств и специальной физической подготовки футболистов в формировании и совершенствовании технического мастерства	Понимать и называть взаимосвязь развития физических качеств и специальной физической подготовки футболистов в формировании и совершенствовании технического мастерства
8	Гигиенические основы образовательной, тренировочной и досуговой двигательной деятельности (режим труда и отдыха)	Знать и давать определения основам гигиены. Составлять и соблюдать режим дня. Понимать роль соблюдения режима дня в развитии организма, его общего физического и психологического состояния здоровья

Раздел 2 «Способы двигательной деятельности» реализуется: в виде выполнения самостоятельных практических занятий и упражнений, а также индивидуальных теоретических занятий

Темы занятий и требования к формируемым умениям для 11 класса

№	Тема	Требования к умениям школьника
1	Планирование самостоятельной футбольной тренировки. Организация и проведение самостоятельных занятий по футболу. Способы самостоятельного освоения двигательных действий, подбор подготовительных и специальных упражнений	Самостоятельное составлять индивидуальные планы занятий (тренировок) для повышения уровня физических кондиций и технического мастерства. Организовывать и проводить самостоятельные занятия на развитие специальных физических качеств футболиста (скорости, силы, скоростно-силовой подготовки, общей выносливости). Подбирать подготовительные и специальных упражнения для качественного выполнения техники двигательных действий. Применять правила безопасности во время самостоятельных занятий футболом
2	Комплексы футбольных упражнений общеразвивающего, подготовительного и специального воздействия	Различать упражнения по целевой направленности и воздействию на организм. Составлять комплексы футбольных упражнений общеразвивающего, подготовительного и специального воздействия. Выполнять самостоятельно комплексы во время учебных, тренировочных и самостоятельных занятий футболом. Включать и проводить отдельные комплексы, в соответствии с их воздействием, в разминку, различные части занятия. Владеть навыками выполнения физических упражнений различной функциональной направленности используя средства футбола, применять их в игровой и соревновательной деятельности
3	Комплексы специальных (футбольных) упражнений на развитие: • стартовой скорости; • скоростной выносливости; • общей выносливости; • скоростно-силовых качеств; • координации движений	Составлять комплексы специальных (футбольных) упражнений, направленных на развитие стартовой скорости; скоростной выносливости; общей выносливости; скоростно-силовых качеств; координации движений; выполнять их в образовательной и досуговой деятельности, использовать комплексы, как средства развития специальных физических качеств во время самостоятельных занятий футболом и физическими упражнениями
4	Самоконтроль и его роль в образовательной и тренировочной деятельности. Объективные и субъективные признаки утомления. Средства восстановления организма после физической нагрузки. Способы индивидуального регулирования физической нагрузки с учетом уровня физического развития и функционального состояния	Раскрывать роль самоконтроля в образовательной и тренировочной деятельности. Выявлять объективные и субъективные признаки утомления. Знать средства, методы и роль проведения самоконтроля во время образовательной и тренировочной деятельности. Принимать меры по профилактике утомления во время занятий футболом. Определять функциональное состояние организма под воздействием средств физической культуры, футбола (дыхательная, сердечно-сосудистая, нервная, опорно-двигательную и сенсорная системы). Применять способы индивидуального регулирования физической нагрузки с учетом уровня физического развития и функционального состояния. Подбирать средства восстановления организма после

		физической нагрузки
--	--	---------------------

5	Средства восстановления (массаж, самомассаж, баня, оздоровительное плавание) как средства восстановления после физических нагрузок на занятиях футболом и соревновательной деятельности.	Знать и применять средства восстановления (массаж, самомассаж, баня, оздоровительное плавание) после физических нагрузок на занятиях футболом и соревновательной деятельности
6	Тестирование уровня физической подготовленности в футболе. Контрольно-тестовые упражнения по общей и специальной физической подготовке	Знать контрольные упражнения для определения уровня физической подготовленности футболиста, контрольно-тестовые упражнения по общей и специальной физической подготовке. Сравнить свои результаты выполнения контрольных упражнений с результатами других обучающихся. Проводить тестирование уровня физической подготовленности футболистов, уровня общей и специальной физической подготовки. Характеризовать основные показатели развития физических качеств и состояния здоровья. Выявлять особенности в приросте показателей физической подготовленности в течение учебного года, сравнивать их с возрастными стандартами физической подготовленности
7	Технологии предупреждения и нивелирования конфликтных ситуаций во время занятий футболом, решения спорных и проблемных ситуаций	Формировать умения дипломатично и аргументировано разрешать спорные проблемы на основе уважительного и доброжелательного отношения к окружающим. Знать и уметь использовать технологии предупреждения и нивелирования конфликтных ситуаций во время занятий футболом, решения спорных и проблемных ситуаций
8	Причины возникновения ошибок при выполнении технических приёмов и способы их устранения. Основы анализа собственной игры и игры команды соперников	Понимать сущность возникновения ошибок в двигательной (технической) деятельности при выполнении приемов игры футбол, находить способы устранения ошибок. Анализировать выполненное техническое действие (прием) и применять меры по не повторению ошибок. Понимать составляющие успеха и неуспеха игровой (соревновательной) деятельности. Проводить анализ (с помощью учителя) собственной игры и игры команды соперников. Выделять слабые и сильные стороны игры, делать выводы
9	Технические требования к инвентарю и оборудованию для игры в футбол	Понимать последствия использования, не сертифицированного инвентаря и оборудования в образовательной, тренировочной и досуговой деятельности. Оказывать помощь учителю к подготовке места для проведения учебных занятий. Применять знания в самостоятельном выборе места для самостоятельных занятий футболом, досуговой деятельности с элементами футбола

В подготовительную часть занятий на этом этапе для развития координации, специальной ловкости и активной гибкости рекомендуется периодически включать беговые упражнения из Программы ФИФА 11+

Примерный комплекс беговых упражнений

ПОДГОТОВКА К ТРЕНИРОВКЕ.

КОМПЛЕКС БЕГОВЫХ УПРАЖНЕНИЙ ПРОГРАММА ФИФА 11+

ОРГАНИЗАЦИЯ:

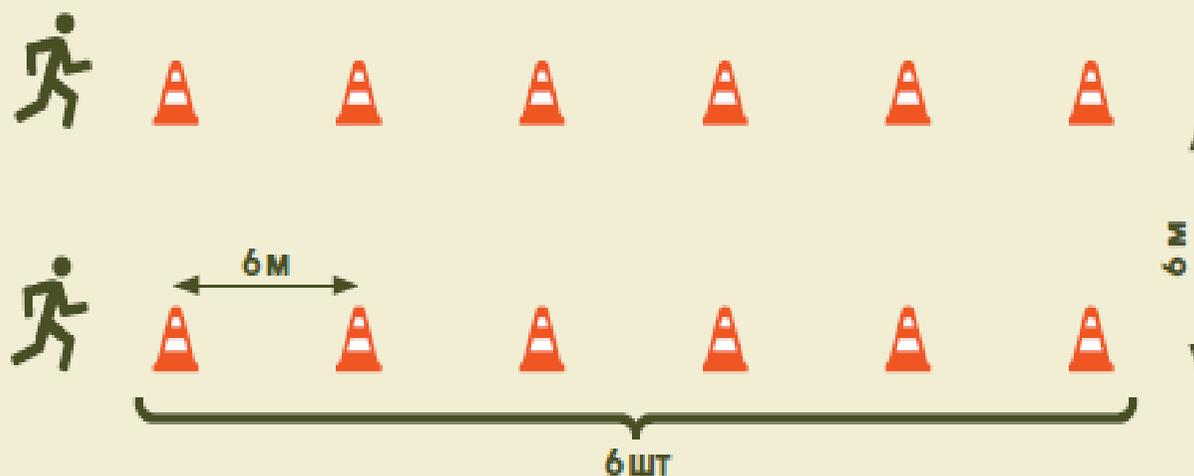
Все упражнения выполняются в парах.

Каждое упражнение повторяется два раза.

Следующая пара начинает движение после того, как предыдущая пара пробежала второй конус.

Тренер должен контролировать технику выполнения каждого упражнения во избежание травмирования игроков.

Каждый партнер в паре осуществляет выполнение упражнения по «своей» линии конусов



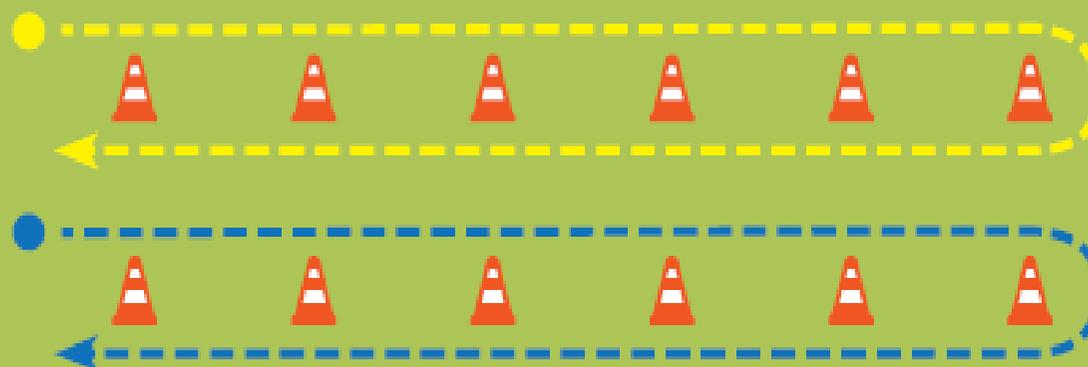
1.1 БЕГ

ОПИСАНИЕ:

Пара игроков начинает бежать вдоль линий конусов. На уровне последнего конуса игроки разворачиваются и бегут обратно.

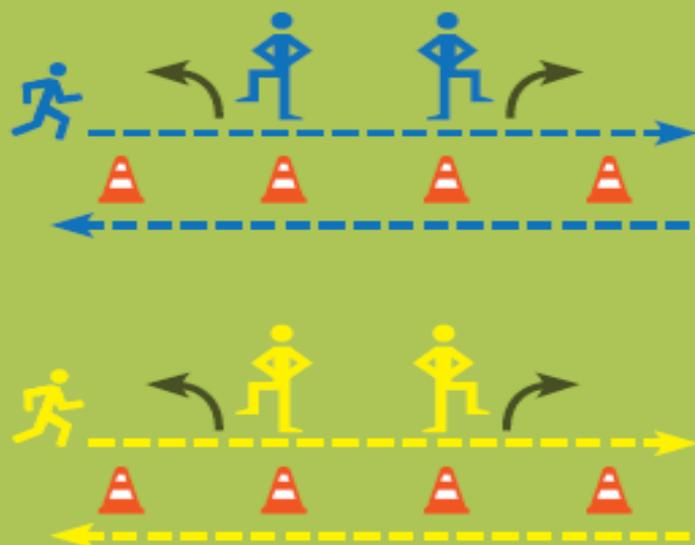
КОММЕНТАРИИ:

Темп бега – медленный



1.2 БЕГ + ВРАЩЕНИЯ В ТАЗОБЕДРЕННОМ СУСТАВЕ (НАРУЖУ)

- | | |
|---|---|
| 1/ Пара игроков начинает движение (легкий бег) от первой пары конусов | 2/ Игроки делают кратковременную остановку, во время которой поднимают ногу, согнутую в колене до уровня угла 90° и отводят наружу на 90° |
| 3/ Игроки продолжают движение к следующей паре конусов | 4/ Игроки останавливаются у следующей пары конусов и снова выполняют вращение в тазобедренном суставе, но другой ногой |
| 5/ Добежав до последнего конуса, игроки разворачиваются и возвращаются к началу трусцой | |



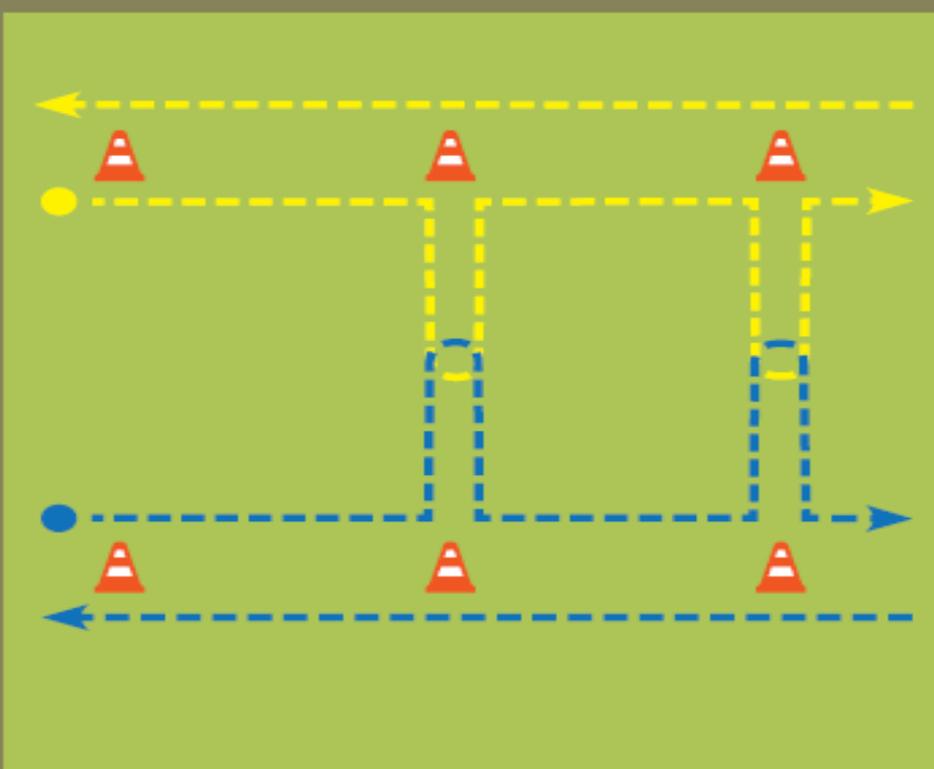
1.3 БЕГ + ВРАЩЕНИЯ В ТАЗОБЕДРЕННОМ СУСТАВЕ (ВНУТРЬ)

- | | |
|---|---|
| 1/ Пара игроков начинает движение (легкий бег) от первой пары конусов | 2/ Игроки делают кратковременную остановку, во время которой поднимают ногу, согнутую в колене до уровня угла 90° и осуществляют приводящее ногу движение внутрь на 90° |
| 3/ Игроки продолжают движение к следующей паре конусов | 4/ Игроки останавливаются у следующей пары конусов и снова выполняют вращение в тазобедренном суставе, но другой ногой |
| 5/ Добежав до последнего конуса, игроки разворачиваются и возвращаются к началу трусцой | |



1.4 ОБЕГАНИЕ ПАРТНЁРА

- | | |
|---|--|
| 1/ Пара игроков начинает движение вперед от первых конусов | 2/ На уровне второго конуса игроки меняют направление движения и двигаются навстречу друг другу приставным шагом |
| 3/ Встретившись, игроки обегают друг друга приставным шагом, затем возвращаются к своим линиям конусов, сохраняя приставной шаг | 4/ Затем продолжают движение вдоль линий конусов, на уровне следующего конуса повторяют сближение и обегание |
| 5/ Достигнув последнего конуса своей линии, игроки обегают его и возвращаются назад трусцой | |

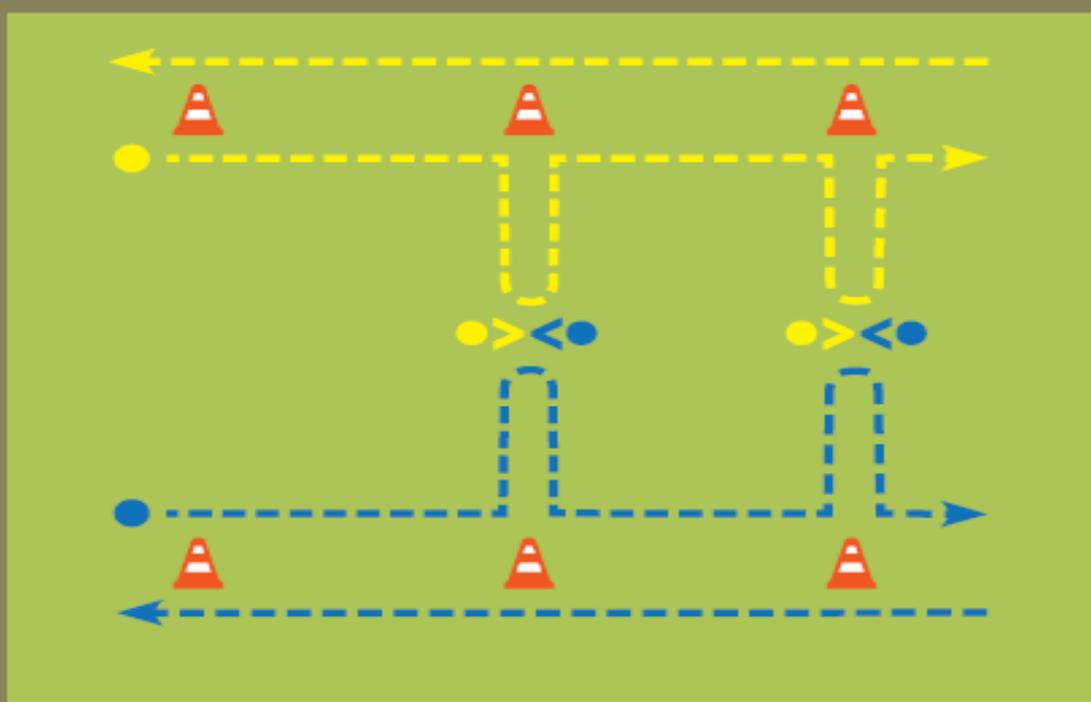


1.5 ЕДИНОБОРСТВО «ПЛЕЧО В ПЛЕЧО»

- | | |
|--|--|
| 1/ Пара игроков начинает движение вперед от первых конусов | 2/ На уровне второго конуса игроки меняют направление движения и двигаются навстречу друг другу приставным шагом |
| 3/ Встретившись, игроки осуществляют прыжок и в воздухе толчок плечом в плечо партнера. Затем возвращаются приставным шагом каждый к своей линии конусов | 4/ Затем продолжают движение вдоль линий конусов, на уровне следующего конуса повторяют сближение и единоборство в воздухе |

КОММЕНТАРИИ:
При перемещении игрок двигается на полусогнутых в коленях ногах

+ ВАРИАЦИЯ:
Если единоборство «плечо в плечо» в воздухе не получается, упростить упражнение: осуществить единоборство «плечо в плечо» на земле (не выпрыгивая)



1.6 УСКОРЕНИЯ: 2 КОНУСА ВПЕРЁД, 1 КОНУС НАЗАД

1/ Два игрока ускоряются вперёд от первой пары конусов и пробегают 2 конуса вперед (12 м)(12 м)

2/ На уровне второй пары конусов игроки, не разворачиваясь, бегут спиной вперед 1 конус (6 м), сохраняя высокую скорость движения

3/ Пробежав спиной вперед 1 конус, игроки снова ускоряются на 2 конуса вперед

Таким образом, всю дистанцию из 6 конусов (30 м) игроки перемещаются на два конуса вперед, на один назад



Ускорение вперед на 2 конуса

назад на 1 конус
(спиной, не
разворачиваясь)

Ускорение вперед на 2 конуса

назад на 1 конус
(спиной, не
разворачиваясь)

Ускорение вперед на 2 конуса

и так далее до 6-го конуса, обратно игроки возвращаются ходьбой

Учебно-тематическое планирование модуля «Футбол» 11 класс.

№	Тема занятия	Элементы содержания	Требования к уровню подготовки обучающихся
1	Техника удара по мячу ногой	Правила по технике безопасности во время занятий по футболу. Подвижная игра «Четыре конуса». Упражнение «Ведение, обвод фишек, игра в «Стенку», удар по воротам». Игра 4x4, 5x5, 6x6, 7x7, 8x8 (в зависимости от размера футбольной площадки).	Соблюдать правила по технике безопасности во время занятий по футболу. Выполнять удар по мячу ногой в комбинации.
2	Техника удара по мячу ногой	Гигиенические основы образовательной, тренировочной и досуговой двигательной деятельности (режим труда и отдыха). Комплексы футбольных упражнений общеразвивающего, подготовительного и специального воздействия. Подвижная игра «Мосты». Подвижная игра «1-2-3». Игра 4x4, 5x5, 6x6, 7x7, 8x8 (в зависимости от размера футбольной площадки).	Знать и давать определения основам гигиены. Составлять и соблюдать режим дня. Составлять комплексы футбольных упражнений общеразвивающего, подготовительного и специального воздействия. Выполнять удар по мячу ногой в комбинации.
3	Техника удара по мячу ногой	Правила безопасного, правомерного поведения во время соревнований различного ранга по футболу в качестве зрителя, болельщика (фаната). Самоконтроль и его роль в образовательной и тренировочной деятельности. Упражнение «Квадрат 3x1, 4x1, 4x2». Упражнение «2 х вратарь с ударом по воротам». Игра 4x4, 5x5, 6x6, 7x7, 8x8 (в зависимости от размера футбольной площадки).	Соблюдать правила безопасного, правомерного поведения во время различного ранга по футболу в качестве зрителя, болельщика («фаната»). Раскрывать роль самоконтроля в образовательной и тренировочной деятельности. Выполнять удар по мячу ногой в комбинации.
4	Техника удара по мячу ногой	Взаимосвязь развития физических качеств и специальной физической подготовки футболистов в формировании и совершенствовании технического мастерства. Комплекс специально-беговых упражнений. Подвижная игра «Четыре конуса». Упражнение «Передачи в тройках и удар по воротам». Игра 4x4, 5x5, 6x6, 7x7, 8x8 (в зависимости от размера футбольной площадки).	Понимать и называть взаимосвязь развития физических качеств и специальной физической подготовки футболистов в формировании и совершенствовании технического мастерства. Выполнять удар по мячу ногой в комбинации.
5	Техника удара по мячу ногой	Основные направления развития спортивного менеджмента и маркетинга в футболе. Планирование самостоятельной футбольной тренировки. Подвижная игра «Мосты». Упражнение «Ведение, обвод фишек, игра в «Стенку», удар по воротам». Игра 4x4, 5x5, 6x6, 7x7, 8x8 (в зависимости от размера футбольной площадки).	Знать и разбираться в основных направлениях развития спортивного менеджмента и маркетинга в футболе. Самостоятельно составлять индивидуальные планы занятий (тренировок) для повышения уровня физических кондиций и технического мастерства. Выполнять удар по мячу ногой в комбинации.
6	Техника удара по мячу ногой	Технические требования к инвентарю и оборудованию для игры в футбол. Упражнение «Короткие передачи в движении (в квадрате)». Подвижная игра «1-2-3». Игра 4x4,	Понимать последствия использования, не сертифицированного инвентаря и оборудования в образовательной, тренировочной и досуговой деятельности.

		5x5, 6x6, 7x7, 8x8 (в зависимости от размера футбольной площадки).	Оказывать помощь учителю к подготовке места для проведения учебных занятий. Выполнять удар по мячу ногой в комбинации.
7	Техника удара по мячу ногой	Средства восстановления после физических нагрузок на занятиях футболом и соревновательной деятельности. Основы анализа собственной игры и игры команды соперников. Упражнения на частоту беговых движений в виде эстафеты. Упражнение «2 х вратарь с ударом по воротам». Игра 4x4, 5x5, 6x6, 7x7, 8x8 (в зависимости от размера футбольной площадки).	Знать и применять средства восстановления после физических нагрузок на занятиях футболом и соревновательной деятельности. Анализировать выполненное техническое действие (прием) и применять меры по неповторению ошибок. Выполнять удар по мячу ногой в комбинации.
8	Техника удара по мячу ногой	Психологическая подготовка футболистов. Комплексы специальных (футбольных) упражнений. Упражнение «Короткие передачи в движении (в квадрате)». Упражнение «Передачи в тройках и удар по воротам». Игра 4x4, 5x5, 6x6, 7x7, 8x8 (в зависимости от размера футбольной площадки).	Характеризовать содержание и значение психологической подготовки футболистов. Называть основные направления, понятия, определения психологической подготовки. Составлять комплексы специальных (футбольных) упражнений. Выполнять удар по мячу ногой в комбинации.
9	Техника удара по мячу ногой	Причины возникновения ошибок при выполнении технических приёмов и способы их устранения. Подвижная игра «Четыре конуса». Упражнение «Ведение, обвод фишек, игра в «Стенку», удар по воротам». Упражнение «Передачи в тройках и удар по воротам». Игра 4x4, 5x5, 6x6, 7x7, 8x8 (в зависимости от размера футбольной площадки). Контрольно-тестовые упражнения (удары по мячу ногой и бег 30 м.).	Понимать сущность возникновения ошибок в двигательной (технической) деятельности при выполнении приемов игры футбол, находить способы устранения ошибок. Выполнять контрольно-тестовые упражнения.
10	Техника ведения, передача и остановка/прием мяча	Основные направления развития спортивного менеджмента и маркетинга в футболе. Подвижная игра «Зеркало». Упражнение «Передачи и остановка мяча со сменой положения мест вперед/назад» (с остановкой мяча и в одно касание). Игра 2x1 (малые или мини-футбольные ворота) в зависимости от размера с/зала.	Знать и разбираться в основных направлениях развития спортивного менеджмента и маркетинга в футболе для самоопределения интересов, способностей и возможностей. Выполнять ведение, передачи, остановки/прием мяча.
11	Техника ведения, передача и остановка/прием мяча	Взаимосвязь развития физических качеств и специальной физической подготовки футболистов в формировании и совершенствовании технического мастерства. Профилактика спортивного травматизма футболистов, причины возникновения травм и методы их устранения. Подвижная игра «Верх-низ». Упражнение «Передача мяча в тройках через центр». Упражнение «Квадрат 3x1, 4x1, 4x2».	Понимать и называть взаимосвязь развития физических качеств и специальной физической подготовки футболистов в формировании и совершенствовании технического мастерства. Называть средства профилактики спортивного травматизма, знать причины возникновения травм и методы их устранения. Выполнять ведение, передачи, остановки/прием мяча.
12	Техника ведения, передача и остановка/прием мяча	Способы самостоятельного освоения двигательных действий, подбор подготовительных и специальных упражнений. Технологии предупреждения и нивелирования	Подбирать подготовительные и специальные упражнения для качественного выполнения техники двигательных действий. Знать и уметь использовать технологии предупреждения и

		конфликтных ситуации во время занятий футболом, решения спорных и проблемных ситуаций. Подвижная игра «Зеркало». Упражнение «1х1 прием мяча с уходом в сторону». Игра 2х2, 3х3, 4х4, 5х5 (малые или мини-футбольные ворота) в зависимости от размера с/зала.	нивелирования конфликтных ситуации во время занятий футболом, решения спорных и проблемных ситуаций. Выполнять ведение, передачи, остановки/прием мяча.
13	Техника ведения, передача и остановка/прием мяча	Влияние занятий футболом на физическую, психическую, интеллектуальную и социальную деятельность человека. Комплексы футбольных упражнений общеразвивающего, подготовительного и специального воздействия. Подвижная игра «Верх-низ». Упражнение «Передачи и остановка мяча со сменой положения мест вперед/назад» (с остановкой мяча и в одно касание). Игра 2х1 (малые или мини-футбольные ворота) в зависимости от размера с/зала.	Знать и характеризовать влияние занятий футболом на физическую, психическую, интеллектуальную и социальную деятельность человека. Составлять комплексы футбольных упражнений общеразвивающего, подготовительного и специального воздействия. Выполнять ведение, передачи, остановки/прием мяча.
14	Техника передача и остановка/прием мяча	Основные направления развития спортивного менеджмента и маркетинга в футболе. Комплексы упражнений для развития координации с мячом. Упражнение «Передача мяча в тройках через центр». Упражнение «Квадрат 3х1, 4х1, 4х2».	Знать и разбираться в основных направлениях развития спортивного менеджмента и маркетинга в футболе для самоопределения интересов, способностей и возможностей. Выполнять передачи, остановки/прием мяча.
15	Техника передача и остановка/прием мяча	Гигиенические основы образовательной, тренировочной и досуговой двигательной деятельности. Подвижная игра «Зеркало». Упражнение «1х1 прием мяча с уходом в сторону». Игра 2х2, 3х3, 4х4, 5х5 (малые или мини-футбольные ворота) в зависимости от размера с/зала. Контрольно-тестовые упражнения (передачи, прием мяча и прыжок в длину с места).	Знать и давать определения основам гигиены. Составлять и соблюдать режим дня. Выполнять контрольно-тестовые упражнения.
16	Техника ведения, передача и остановка/прием мяча	Профилактика пагубных привычек, неприятие асоциального ведомого деструктивного поведения. Объективные и субъективные признаки утомления. Средства восстановления организма после физической нагрузки. Подвижная игра «Верх-низ». Упражнение «Передачи и остановка мяча со сменой положения мест вперед/назад» (с остановкой мяча и в одно касание). Игра 2х1 (малые или мини-футбольные ворота) в зависимости от размера с/зала.	Знать, понимать и рассказывать о вреде пагубных привычек – курении, алкоголизме, наркотических и психотропных средствах. Знать понятие «допинг» и «антидопинг». Формировать навыки антидопингового поведения. Принимать меры по профилактике утомления во время занятий футболом. Выполнять ведение, передачи, остановки/прием мяча.
17	Техника ведения, передача и остановка/прием мяча	Психологическая подготовка футболистов. Подвижная игра «Зеркало». Упражнение «Передача мяча в тройках через центр». Упражнение «Квадрат 3х1, 4х1, 4х2».	Знать и уметь использовать принципы психологической подготовки к соревнованиям; демонстрировать настрой на игру. Выполнять ведение, передачи, остановки/прием мяча.
18	Техника ведения, передача и остановка/прием мяча	Правила по технике безопасности во время занятий и соревнований по футболу. Планирование самостоятельной футбольной тренировки. Организация и проведение самостоятельных занятий по футболу. Подвижная игра	Соблюдать правила по технике безопасности во время занятий и соревнований по футболу. Организовывать и проводить самостоятельные занятия на развитие специальных физических качеств футболиста. Выполнять ведение,

		«Верх-низ». Упражнение «1х1 прием мяча с уходом в сторону». Игра 2х2, 3х3, 4х4, 5х5 (малые или мини-футбольные ворота) в зависимости от размера с/зала.	передачи, остановки/прием мяча.
19	Техника передача и остановка/прием мяча	Основные направления развития спортивного менеджмента и маркетинга в футболе. Эстафета с элементами футбола. Упражнение «Передачи и остановка мяча со сменой положения мест вперед/назад» (с остановкой мяча и в одно касание). Игра 2х1 (малые или мини-футбольные ворота) в зависимости от размера с/зала.	Знать и разбираться в основных направлениях развития спортивного менеджмента и маркетинга в футболе для самоопределения интересов, способностей и возможностей. Выполнять передачи, остановки/прием мяча.
20	Техника ведения, передача и остановка/прием мяча	Технологии предупреждения и нивелирования конфликтных ситуации во время занятий футболом, решения спорных и проблемных ситуаций. Подвижная игра «Зеркало». Упражнение «Передача мяча в тройках через центр». Упражнение «Квадрат 3х1, 4х1, 4х2».	Формировать умения дипломатично и аргументировано разрешать спорные проблемы на основе уважительного и доброжелательного отношения к окружающим. Выполнять ведение, передачи, остановки/прием мяча.
21	Техника ведения, передача и остановка/прием мяча	Средства восстановления после физических нагрузок на занятиях футболом и соревновательной деятельности. Подвижная игра «Зеркало». Подвижная игра «Верх-низ». Игра 2х2, 3х3, 4х4, 5х5 (малые или мини-футбольные ворота) в зависимости от размера с/зала. Контрольно-тестовые упражнения (ведение, финты, сгибание и разгибание рук в упоре).	Знать и применять средства восстановления (массаж, самомассаж, баня, оздоровительное плавание) после физических нагрузок на занятиях футболом и соревновательной деятельности. Выполнять контрольно-тестовые упражнения.
22	Техника удара по мячу головой *	Взаимосвязь развития физических качеств и специальной физической подготовки футболистов в совершенствовании технического мастерства. Комплексы футбольных упражнений общеразвивающего, подготовительного и специального воздействия. Упражнение «Передачи и остановка мяча со сменой положения мест вперед/назад» (с остановкой мяча и в одно касание). Упражнение «Удар по мячу головой» (в колонне или в парах, в прыжке). Игра 2х1 (малые или мини-футбольные ворота) в зависимости от размера с/зала.	Понимать и называть взаимосвязь развития физических качеств и специальной физической подготовки футболистов в формировании и совершенствовании технического мастерства. Составлять комплексы футбольных упражнений общеразвивающего, подготовительного и специального воздействия. Выполнять самостоятельно комплексы во время учебных, тренировочных и самостоятельных занятий футболом. Выполнять удар по мячу головой.
23	Техника удара по мячу головой *	Психологическая подготовка футболистов. Комплексы специальных (футбольных) упражнений на развитие физических качеств. Подвижная игра «Верх-низ». Упражнение «Удар по мячу головой» (в колонне или в парах, в прыжке). Упражнение «Квадрат 3х1, 4х1, 4х2».	Характеризовать содержание и значение психологической подготовке футболистов. Называть основные направления, понятия, определения психологической подготовки. Составлять комплексы специальных (футбольных) упражнений. Выполнять удар по мячу головой.
24	Техника удара по мячу головой *	Профилактика пагубных привычек. Антидопинговое поведение. Способы самостоятельного освоения двигательных действий, подбор подготовительных и специальных упражнений. Упражнения на частоту беговых движений в виде эстафеты. Упражнение «1х1 прием мяча с	Знать, понимать и рассказывать о вреде пагубных привычек – курении, алкоголизме, наркотических и психотропных средствах. Знать понятие «допинг» и «антидопинг». Формировать навыки антидопингового поведения. Подбирать подготовительные и специальных упражнения для

		уходом в сторону». Упражнение «Удар по мячу головой» (в колонне или в парах, в прыжке). Игра 2x2, 3x3, 4x4, 5x5 (малые или мини-футбольные ворота) в зависимости от размера с/зала.	качественного выполнения техники двигательных действий. Применять правила безопасности во время самостоятельных занятий футболом. Выполнять удар по мячу головой.
25	Техника удара по мячу головой *	Основные направления развития спортивного менеджмента и маркетинга в футболе. Технические требования к инвентарю и оборудованию для игры в футбол. Подвижная игра «Зеркало». Упражнение «Удар по мячу головой». Игра 2x1 (малые или мини-футбольные ворота) в зависимости от размера с/зала.	Знать и разбираться в основных направлениях развития спортивного менеджмента и маркетинга в футболе для самоопределения интересов, способностей и возможностей. Понимать последствия использования, не сертифицированного инвентаря и оборудования в образовательной, тренировочной и досуговой деятельности. Выполнять удар по мячу головой.
26	Техника удара по мячу головой *	Взаимосвязь развития физических качеств и специальной физической подготовки футболистов в формировании и совершенствовании технического мастерства. Упражнение «Передачи и остановка мяча со сменой положения мест. Упражнение «Удар по мячу головой». Упражнение «Квадрат 3x1, 4x1, 4x2».	Понимать и называть взаимосвязь развития физических качеств и специальной физической подготовки футболистов в формировании и совершенствовании технического мастерства. Выполнять удар по мячу головой.
27	Техника удара по мячу головой *	Психологическая подготовка футболистов. Подвижная игра «Верх-низ». Упражнение «Удар по мячу головой». Игра 4x4, 5x5, 6x6, 7x7, 8x8 (в зависимости от размера футбольной площадки). Контрольно-тестовые упражнения (удар по мячу головой, челночный бег).	Характеризовать содержание и значение психологической подготовке футболистов. Называть основные направления, понятия, определения психологической подготовки. Выполнять контрольно-тестовые упражнения.
28	Взаимодействие и тактика игры	Профилактика спортивного травматизма футболистов. Комплексы специальных (футбольных) упражнений на развитие физических качеств. Комплексы упражнений на координацию с мячом. Игра 2x1 + вратарь (в одни ворота с разными заданиями и завершением). Игра 4x4, 5x5, 6x6, 7x7, 8x8 (в зависимости от размера футбольной площадки).	Называть средства профилактики спортивного травматизма, знать причины возникновения травм и методы их устранения. Составлять комплексы специальных (футбольных) упражнений. Выполнять тактические взаимодействия в игре.
29	Взаимодействие и тактика игры	Основы анализа собственной игры и игры команды соперников. Упражнение «Квадрат 3x1, 4x1, 4x2». Игра 2x1 + вратарь (в одни ворота с разными заданиями и завершением). Игра 4x4, 5x5, 6x6, 7x7, 8x8 (в зависимости от размера футбольной площадки).	Понимать составляющие успеха и неуспеха игровой деятельности. Проводить анализ (с помощью учителя) собственной игры и игры команды соперников. Выделять слабые и сильные стороны игры, делать выводы. Выполнять тактические взаимодействия в игре.
30	Взаимодействие и тактика игры	Влияние занятий футболом на физическую, психическую, интеллектуальную и социальную деятельность человека. Организация и проведение самостоятельных занятий по футболу. Упражнение «Квадрат 3x1, 4x1, 4x2». Игра 2x1 + вратарь (в одни ворота с разными заданиями и завершением). Игра 4x4, 5x5, 6x6, 7x7, 8x8 (в зависимости	Знать и характеризовать влияние занятий футболом на физическую, психическую, интеллектуальную и социальную деятельность человека. Организовывать и проводить самостоятельные занятия на развитие специальных физических качеств футболиста. Выполнять тактические взаимодействия в игре.

		от размера футбольной площадки).	
31	Взаимодействие и тактика игры	Основные направления развития спортивного менеджмента и маркетинга в футболе. Средства восстановления после физических нагрузок на занятиях футболом и соревновательной деятельности. Упражнение «Квадрат 3x1, 4x1, 4x2». Игра 2x2 + вратарь (в одни ворота с завершением). Игра 4x4, 5x5, 6x6, 7x7, 8x8 (в зависимости от размера футбольной площадки).	Знать и разбираться в основных направлениях развития спортивного менеджмента и маркетинга в футболе для самоопределения интересов, способностей и возможностей. Знать и применять средства восстановления после физических нагрузок на занятиях футболом и соревновательной деятельности. Выполнять тактические взаимодействия в игре.
32	Взаимодействие и тактика игры	Самоконтроль и его роль в образовательной и тренировочной деятельности. Объективные и субъективные признаки утомления. Средства восстановления организма после физической нагрузки. Причины возникновения ошибок при выполнении технических приёмов и способы их устранения. Эстафета с элементами футбола. Игра 2x2 + вратарь (в одни ворота с завершением). Игра 4x4, 5x5, 6x6, 7x7, 8x8 (в зависимости от размера футбольной площадки).	Раскрывать роль самоконтроля в образовательной и тренировочной деятельности. Выявлять объективные и субъективные признаки утомления. Подбирать средства восстановления организма после физической нагрузки. Понимать сущность возникновения ошибок в двигательной (технической) деятельности при выполнении приемов игры футбол, находить способы устранения ошибок. Анализировать выполненное техническое действие (прием) и применять меры по не повторению ошибок. Выполнять тактические взаимодействия в игре.
33	Взаимодействие и тактика игры	Средства восстановления после физических нагрузок на занятиях футболом и соревновательной деятельности. Упражнение «Квадрат 3x1, 4x1, 4x2». Игра 2x2 + вратарь (в одни ворота с завершением). Игра 4x4, 5x5, 6x6, 7x7, 8x8 (в зависимости от размера футбольной площадки).	Знать и применять средства восстановления после физических нагрузок на занятиях футболом и соревновательной деятельности. Выполнять тактические взаимодействия в игре.
34	Взаимодействие и тактика игры	Упражнение «Квадрат 3x1, 4x1, 4x2». Игра 2x1 + вратарь (в одни ворота с разными заданиями и завершением). Игра 4x4, 5x5, 6x6, 7x7, 8x8 (в зависимости от размера футбольной площадки).	Выполнять тактические взаимодействия в игре.

***- упражнения раздела «удар по мячу головой» включается в план урока на усмотрения педагога, также рекомендуется использовать волейбольные или резиновые мячи**

В зависимости от имеющейся инфраструктуры школы, уровня физической (технической) подготовленности учащихся, количества учащихся в классе и климатических условий региона учитель может реализовывать один или несколько элементов содержания урока, а также менять и упрощать упражнения из числа имеющихся в данном разделе или использовать другие упражнения, но с учетом темы урока данного раздела.