

Основными задачами программы являются:

- укрепления здоровья; содействие правильному физическому развитию;
- приобретение необходимых теоретических знаний; овладение основными приёмами техники и тактики игры;
- воспитание воли, смелости, настойчивости, дисциплинированности, коллективизма, чувства дружбы;
- повышение специальной, физической, тактической подготовки несовершеннолетних по футболу (мини-футбол);
- подготовка несовершеннолетних к соревнованиям по футболу (мини-футбол).

### 1.3. Содержание программы

#### Учебный план дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы Футбол

№ п/п	Наименование разделов и тем	Кол-во часов		
		Всего	Теоретическое занятие	Практическое занятие
1.	История и правила игры в футбол. Инструктаж по Т.Б.	1	1	-
2.	Упражнения без мяча: бег змейкой, восьмеркой, лицом вперёд, спиной вперёд. Обманные действия. Игра.	1	-	1
3.	Упражнения с мячом: Ведение мяча внутренней, внешней частью подъёма, по прямой, по кругу, восьмёркой. Игра.	1	-	1
4.	Удары серединой подъёма стопы, внутренней стороной стопы с места и разбега, по неподвижному, катящемуся и летящему мячу, пяткой ноги, головой. Игра.	1	-	1
5.	Передачи мяча: из-за боковой линии, стоя на месте, с разбега. Остановки мяча внутренней стороной ноги, грудью. Игра.	1	-	1
6.	Обманные действия: индивидуальные с мячом и без мяча (финты); наступание на мяч, ложное продвижение с мячом мимо соперника, ложный замах. Игра.	1	-	1
7.	Тактические действия: взаимодействие игроков в нападении и защите при подачи углового удара.	1	-	1

	Отбирание мяча у соперника: толчком плеча в плечо, выбиванием, наложением стопы на мяч, подкатом Игра.			
8.	Удары по неподвижному и катящемуся мячу внутренней стороной стопы с места и с разбега, удар серединой подъема стопы. Игра.	1	-	1
9.	Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы, приземление летящего мяча, удар по мячу пяткой. Игра.	1	-	1
10.	Удары: по мячу с разбега после отскока от земли, после ведения, удар по мячу с поворотом, приземление летящего мяча. Игра.	1	-	1
11.	Жонглирование мячом: ногой, головой. Ведение мяча, ведение мяча внутренней частью подъема стопы по прямой, по кругу, между стоек, с изменяющейся скоростью. Игра.	1	-	1
12.	Совершенствование ведения мяча, ведение мяча внутренней частью подъема стопы по прямой, по кругу, между стоек, с изменяющейся скоростью. Игра.	1	-	1
13.	Передача мяча: на месте (продольные, поперечные, диагональные, низкие, высокие). Игра.	1	-	1
14.	Тактические действия: взаимодействия игроков при подаче углового удара, при пробитии штрафных Игра.	1	-	1
15.	Тактические действия: взаимодействия игроков при вбрасывании мяча из-за лицевой линии. Игра.	1	-	1
16.	Отбор мяча выбиванием, перехватом. Обманные действия: наступание подошвой на мяч, ложное передвижение с мячом. Игра.	1	-	1
17.	Совершенствование отбора мяча выбиванием, перехватом.	1	-	1
18.	Индивидуальные действия без мяча в атаке, открывание.	1	-	1
19.	Совершенствование индивидуальных действий без мяча в атаке, открывание. Игра.	1	-	1
20.	Закрепление полученных навыков. Игра по упрощенным правилам.	1	-	1
	<b>Итого</b>	<b>20 ч.</b>	<b>1 ч.</b>	<b>19 ч.</b>

**Содержание учебного плана  
дополнительной общеразвивающей программы  
Футбол**

**1. История и правила игры в футбол. Инструктаж по Т.Б. (1 час)**  
*Теоретическая часть:* История и правила игры в футбол. Инструктаж по Т.Б.