**МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ**

**«Средняя школа № 148 имени Героя Советского Союза И.А. Борисевича»**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| РАССМОТРЕНО  Методист  Мастина Н.А.  Протокол №1  от 28.08.2023 г. | СОГЛАСОВАНО  Зам.директора по УВР  Теплюк Т.Н.  Протокол №1  от 28.08.2023г. | УТВЕРЖДЕНО  Директор  Бушланова Ю.С.  Приказ №03-03-569  от 30.08. 2023г. |

Рабочая программа

«Футбол в школу»

Для 1 – 4 классов

2023 - 2024 учебный год

**Автор программы:**

**Макаревич Ирина Владимировна**

**учитель физической культуры**

**Красноярск 2023**

**Рабочая программа внеурочной деятельности «Футбол в школу»**

Система физического воспитания, объединяющая урочные, внеклассные и внешкольные формы занятий физическими упражнениями и спортом, должна создавать максимально благоприятные условия для раскрытия и развития не только физических, но и духовных способностей ребенка, его самоопределения. В этой связи в основе принципов дальнейшего развития системы физического воспитания в школе должны лежать идеи личностного и деятельностного подходов, оптимизации и интенсификации учебно-воспитательного процесса. Решая задачи физического воспитания, учителю необходимо ориентировать свою деятельность на такие важные компоненты, как воспитание ценностных ориентации на физическое и духовное совершенствование личности, формирование у учащихся потребностей и мотивов к систематическим занятиям физическими упражнениями, воспитание моральных и волевых качеств, формирование гуманистических отношений, приобретение опыта общения в социуме.

**Актуальность:**Обучающихся необходимо учить способам творческого применения полученных знаний, умений и навыков для поддержания высокого уровня физической и умственной работоспособности, состояния здоровья, самостоятельных занятий.  
 Футбол - это одно из самых доступных, популярных и массовых средств физического развития, и укрепления здоровья для широких слоев населения. Игра занимает ведущее место в общей системе физического воспитания. Коллективный характер футбольной деятельности воспитывает чувство дружбы, товарищества, взаимопомощи; развивает такие ценные моральные качества, как чувство ответственности, уважение к партнерам и соперникам, дисциплинированность, активность. Каждый футболист может проявить свои личные качества: самостоятельность, инициативу и творчество. Вместе с тем игра требует подчинения личных стремлений интересам коллектива.

**Общая характеристика предмета**

**Направленность:**Данная программа направлена на привитие учащимися умения правильно выполнять основные технические приемы и тактические действия, обеспечение разносторонней физической подготовки. Программа призвана подготовить детей к сдаче учебных нормативов по физической и технической подготовке в соответствии с их возрастом, сообщить элементарные теоретические сведения.

Обучение осуществляется на основе общих ***методических принципов***:

* Принцип развивающей деятельности: игра не ради игры, а с целью развития личности каждого участника и всего коллектива в целом.
* Принцип активной включенности каждого ребенка в игровое действие, а не пассивное созерцание со стороны;
* Принцип доступности, последовательности и системности изложения программного материала.

Основой организации работы с детьми в данной программе является система ***дидактических принципов***:

* принцип психологической комфортности – создание образовательной среды, обеспечивающей снятие всех стрессообразующих факторов учебного процесса
* принцип mini-max – обеспечивается возможность продвижения каждого ребенка своим темпом;
* принцип целостного представления о мире – при введении нового знания раскрывается его взаимосвязь с предметами и явлениями окружающего мира;
* принцип вариативности – у детей формируется умение осуществлять собственный выбор и им систематически предоставляется возможность выбора;

Изложенные выше принципы интегрируют современные научные взгляды об основах организации развивающего обучения, и обеспечивают решение задач интеллектуального и личностного развития. Это позволяет рассчитывать на проявление у детей устойчивого интереса к занятию футболом, появление умений выстраивать внутренний план действий, развивать пространственное воображение, целеустремленность, настойчивость в достижении цели, учит принимать самостоятельные решения и нести ответственность за них.

***Цель программы:***

***Цель программы:***

обучения игре в мини-футбол является содействие всестороннему развитию личности посредством формирования физической культуры школьника.

Достижение цели физического воспитания и, в частности, мини-футбола, обеспечивается решением основных ***задач***, направленных на:

* закаливание детей;
* содействие гармоничному развитию личности;
* содействие воспитанию нравственных и волевых качеств у учащихся;
* привитие навыков здорового образа жизни;
* воспитание потребности и умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями;
* обучение двигательным навыкам и умениям;
* приобретение теоретических знаний в области физической культуры и спорта, в т.ч. мини-футбола;
* развитие двигательных умений и навыков;
* умения выполнять технические приемы мини-футбола в соответствии с возрастом;

**Отличительные особенности данной Программы от уже существующих программ:** данная программа разработана с учетом особенностей рельефа микрорайона, развития инфраструктуры и особенностей населения. Укрепление здоровья;развитие коммуникативных компетенций.

**Адресат программы:** обучающиеся начальной, старшей школы, имеющие навыки выносливость, скорость, ловкость. Возраст детей от 7 до 17 лет.

**Объем программы:**

в 1-4 классах - 68 часа в год

**Режим занятий**: занятия проводятся по расписанию, продолжительностью – 40 минут;

Группы: 1-4 классы 2 группы по 13 человек

**Формы и обучения и виды занятий:**

* Игровая деятельность
* Познавательная деятельность
* Спортивно-оздоровительная деятельность
* Туристско-краеведческая деятельность
* Исследовательская деятельность
* Проектная деятельность
* Интегрированная деятельность

Физкультурно спортивная деятельность в спортивном зале**,** которые предполагают взаимодействие педагога с детьми и строится на основе индивидуального и группового подхода.

**Срок освоения программы**: программа рассчитана на 1 год обучения.

Реализация программы “футбол” осуществляется на базе МАОУ СШ №148, в спортивном зале.

**Результаты освоения программы внеурочной деятельности:**

***Личностные результаты***

* сформировано ответственное отношение к учению;
* признает существование различных точек зрения;
* выделяет разницу в точках зрения;
* имеет представление об основных мировых традициях, религиях, культурах;
* уважительно и доброжелательно относится к другому человеку, его мнению, мировоззрению;
* признает равноправие народов, единства разнообразных культур;
* осознанно и ответственно относится к собственным поступкам и поступкам своих сверстников;
* умеет общаться и сотрудничать со сверстниками, детьми младшего возраста, взрослыми в процессе различных видов деятельности (образовательной, творческой, проектной и т.д.);

***Метапредметные результаты***

* умеет выделить, сформулировать вопрос/идею в рамках определенной предметной области;
* умеет ставить цель работы в паре, группе, применять правила работы в парах в совместной учебной деятельности;
* умеет анализировать условия учебной задачи с помощью взрослого;
* принимает цели обучения от учителя и формулирует задачи по ее достижению под руководством учителя;
* умеет с помощью взрослого, товарищей планировать свою деятельность, деятельность группы, класса для достижения цели занятия;
* умеет работать по плану, сверяя свои действия с целью, прогнозировать, и корректировать свою деятельность;
* умеетоценивать достигнутые результаты и адекватно формулировать;
* в коммуникации с взрослым инициирует тему норм и способов регулирования отношений;
* умеет планировать общие способы работы в совместной деятельности под руководством учителя;
* умеет договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов;
* использует различные источники и средства для получения информации: справочную литературу, приборы, ИКТ и т.д.,

***Предметные результаты***

**Ожидаемые результаты:**

* Занятия будут иметь оздоровительный эффект, так как они проводятся на свежем воздухе.
* Дети овладеют техническими приемами и тактическими взаимодействиями, научатся играть в мини-футбол.

**Учащиеся должны знать** и иметь представление:

* об особенностях зарождения, истории мини-футбола;
* о физических качествах и правилах их тестирования;
* основы личной гигиены, причины травматизма при занятиях мини-футболом и правила его предупреждения;
* основы судейства игры мини-футбол.

**Учащиеся должны уметь:**

* выполнять по физической подготовке в соответствии с возрастом;
* владеть тактико-техническими приемами мини-футбола;
* уметь организовать самостоятельные занятия мини-футболом, а также, с группой товарищей;
* организовывать и проводить соревнования по мини-футболу в классе, во дворе, в оздоровительном лагере и другое.

***Формы подведения итогов*** реализации дополнительной образовательной программы:

* школьные соревнования в 5-6-х классах;
* участие в муниципальных соревнованиях.

**Учебно-тематический план (1-4 класс)**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| №  п\п | Название темы | Количество часов | | | Электронные  (цифровые)  ресурсы |
| теория | практич. | всего |
| 1. | Подвижные игры | 2 | 20 | 9 | <https://nsportal.ru/detskiy-sad/fizkultura/2013/09/10/kartoteka-podvizhnykh-igr-i-uprazhneniy-s-elementami-sportivnoy> |
| 2. | Познавательная деятельность | 2 | 15 | 7 | <https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2016/08/29/uprazhneniya-dlya-sovershenstvovaniya-fizicheskoy-i> |
| 3. | Спортивно-оздоровительная | 2 | 15 | 10 | <https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2014/06/19/programma-po-futbolu-sportivno-ozdorovitelnoy> |
| 4. | интегрированная | 2 | 10 | 8 | <https://nsportal.ru/detskiy-sad/fizkultura/2014/12/17/proekt-integrativnyy-kurs-fizicheskogo-vospitaniya-v-ramkakh> |
|  | Итого: | 8 | 60 | 68 |  |

**Содержание программы**

***Бег 30 м.***Бег выполняется с высокого старта. Секундомер за­пускается по первому движению испытуемого.

***Челночный бег 30 м (5x6 м).***На расстоянии 6 м друг от друга обозначаются линия старта и контрольная линия. По сигналу испытуемый начинает бег, преодолевая обозначенную дистанцию 5 раз. При изменении направления движения обе ноги испытуемого должны пересекать каждый раз одну из упомянутых линий.

***Челночный бег 30 м (3x10 м).***Упражнение с такими же требо­ваниями, как и предыдущее.

***Челночный бег 104 м***(рис. 1). Линией старта служит линия ворот. От ее середины испытуемый по сигналу выполняет рывок до 6-метровой отметки, касаясь ее ногой. Повернувшись на 180°, он возвращается назад. Далее он совершает рывок до 10-метро­вой отметки. Повернувшись кругом, испытуемый устремляется к линии старта. Далее он бежит до средней линии поля (20 м) и возвращается к линии ворот. Затем он вновь совершает рывок к 10-метровой отметке, возвращается к месту старта. Завершается

упражнение рывком до 6-метровой отметки и возвратом к линии ворот. Достигнув той или иной отметки, испытуемй должен перед поворотом коснуться ее ногой.

***Прыжок в длину с места*.** Испытуемый принимает исходное положение на контрольной линии (ноги на ширине плеч). Не переступая ее, он делает несколько махов руками и, с силой оттолк­нувшись, махом рук снизу вверх производит прыжок. Из трех попыток засчитывается лучший результат.

***Отжимание в упоре лежа*.** Измерение проводится по общепри­нятой методике.

***Бег 300 м*.** Проводится на стадионе. Результат испытуемого фиксируется по общепринятым правилам.

***Тест Купера.***Проводится бег на стадионе в течение 12 мин.

Фиксируется дистанция, которую испытуемый сможет преодолеть за это время.

***Специальная подготовленность***

***Жонглирование мячом ногами.***Упражнение выполняется по­очередно правой и левой ногой. Удары, выполненные одной ногой дважды, засчитываются за один удар. Из трех попыток учитывается лучший результат.

***Жонглирование мячом (комплексное).***Испытуемый выполняет удары правой и левой ногой (различными частями подъема и сторо­нами стопы), бедром и головой. Удары выполняются в любой после­довательности без повторения одного удара более двух раз подряд. Учитываются только удары, выполненные разными способами, в том числе не менее раза головой, правым и левым бедром.

***Бег*** *30****м с ведением мяча.***Испытуемый с мячом занимает пози­цию за линией старта. По сигналу игрок ведет мяч к линии финиша, выполняя на данной дистанции не менее трех касаний мяча ногами. Ведение осуществляется любым способом. Упражнение считается законченным, когда испытуемый пересечет линию финиша. Учи­тывается время выполнения упражнения. Даются две попытки. Засчитывается лучший результат.

***Бег*** *5x30****м с ведением мяча.***Упражнение выполняется так же, как и предыдущее. Финишировав, испытуемый каждый раз возвра­щается на старт. На это ему дается 25 с. Все старты выполняются с места. Суммарезультатов пяти попыток определяет окончатель­ный результат испытуемого.

***Ведение мяча по «восьмерке»***. На поле стойками обоз­начается квадрат со сторонами 10 м. Одна стойка устанавливается в середине квадрата. По сигналу испытуемый ведет мяч от стойки *А* к стойке *Ц,* обходит ее и движется к стойке *Б.* Обведя ее, он направляется к стойке В, огибает ее с внешней стороны и вновь ведет мяч к стойке *Ц.* Обводя эту стойку уже с другой стороны, он движется к стойке Г. Обогнув ее, испытуемый финиширует у стой­ки *А.* Ведение мяча осуществляется только внутренней и внешней частью подъема. Учитывается время выполнения задания. Из двух попыток засчитывается лучшая.

*Бросок мяча в цель*. Испытуемый выполняет два упраж­нения. Первое упражнение: бросок одной рукой снизу («выкатыва­ние»). Испытуемые 12 и 13 лет таким образом посылают мяч низом в ворота Д шириной 2 м, сооруженные из стоек в середине игрового поля. Для испытуемых 14 и 15 лет такие ворота (Е) устанавливаются дальше,на линии 10-метровой отметки противоположной половины поля. Бросок выполняется из пределов штрафной площади с двух, трех шагов разбега, не пересекая ее границы. Испытуемый выпол­няет 6 бросков. Учитывается сумма точных попаданий.

Второе упражнение: бросок одной рукой из-за плеча (или сбо­ку). Испытуемые 12 и 13 лет таким образом посылают мяч верхом в круги А и Б диаметром 2,5 м. Испытуемые 14 и 15 лет посыла­ют мяч в круги В и Г. Каждый испытуемый выполняет 4 броска в один круг и 4 броска - в другой. Во всех случаях при броске мяч должен пролететь выше стойки (1,8 м), которая устанавливается посередине дистанции, т.е. между целью и 6-метровой отметкой. Учитывается общая сумма точных попаданий.

*Удар по мячу в цель*. Применяется такая разметка, как и в пре­дыдущем упражнении. Испытуемые 12 и 13 лет, сделав 2-3 шага разбега, выполняют по 3 удара в каждую из трех целей: в ворота Д и круги А и Б. А испытуемые 14 и 15 лет - в ворота Е и круги Ви Г.Удар производится по неподвижному мячуУдар производится по неподвижному мячу, установленному на 6-метровую отметку. Удары в ворота Д выполняются низом, а в круги А и Б - верхом. Причем при ударах верхом мяч должен пролететь выше стойки (1,8 м), которая устанавливается посередине дистанции, т.е. между целью и 6-метровой отметкой. Учитывается общая сумма точных попаданий.

***Ведение, обводка стоек*** *и* ***удар в ворота.*** Упражнение прово­дится на игровом поле. Испытуемый с мячом занимает позицию на линии 10-метровой отметки на противоположной стороне поля. По сигналу он ведет мяч вперед, обводит 5 стоек, установленных на другой половине поля через каждые 2 м, и с расстояния 8 м на­носит удар в ворота. Время фиксируется с момента старта до пересечениямячом линии ворот. Если мяч не забит в ворота, попытка не засчитывается. Испытуемый выполняет 3 попытки. Учитывается лучший результат.

***Вбрасывание мяча на дальность***. Испытуемый осуществляет вбрасывание одной рукой из-за плеча (или сбоку) по коридору шириной 3 м. Сделав в штрафной площади разбег в 3-4 шага, он направляет мяч верхом так, чтобы он приземлился в пределах ко­ридора. Переступать границу штрафной площади запрещается. Ис­пытуемый выполняет 3 попытки. Учитывается лучший результат.

**Самоконтроль в подготовке**

Самоконтроль играет в подготовке юных футболистов важную роль. Для самоконтроля предлогается несколько простых и доступных для занимающихся самонаблюде­ний за своим физическим развитием и состоянием здоровья. Их цель - сохранение спортивной работоспособности и совершенство­вание подготовленности юных футболистов. Комплекс достаточно простых методов самонаблюдения дает возможность получить субъективные и объективные данные. Рекомендуется ежедневно учитывать самочувствие, желание выполнять тренировочные и со­ревновательные нагрузки, длительность ощущения усталости после них, характер сна, аппетит, сердцебиение, различного характера боли. Непременным условием самоконтроля является обязательность и постоянство самонаблю­дений, их систематичность, а также анализ показателей, проводи­мый совместно с тренером и врачом.

**Учебно-методическое и материально-техническое**

**обеспечение программы**

***Основные методы обучения:***

Воспитание учащихся образовательной школы по мини-футболу направлено на содействие улучшению здоровья учащихся и на этой основе обеспечения нормального физического развития растущего организма и разностороннюю физическую подготовленность. Приобретение учащимися необходимых знаний, умений, навыков для самостоятельного использования физических упражнений, закаливающих средств и гигиенических требований с целью поддержания высокой работоспособности во всех периодах жизни, а также воспитания навыков для самостоятельных занятий и умения вести здоровый образ жизни. Развивать физические качества, необходимые для овладения игрой мини-футбол, придерживаться принципов гармоничности, прикладности, оздоровительной направленности учебного процесса.

На начальном этапе преобладают ***игровой, наглядный*** и ***репродуктивный методы***. Они применяется при знакомстве с футбольным полем, , обучении правилам игры, реализации материального перевеса. Большую роль играют общие принципы ведения игры на различных этапах, где основным методом становится ***продуктивный***. В наше время в жизни современного школьника существует проблема гиподинамии. Такая ситуация, о которой уже не один день бьют тревогу педагоги, врачи и ученые, опасна, прежде всего, создающимся дефицитом двигательной активности. Естественно, что в условиях повышенной учебной нагрузки и дефицита двигательной активности учащихся важнейшую роль играет эффективная организация физкультурно-оздоровительной работы в школе, в том числе во внеурочное время. Вот почему наиболее эффективных средств физкультурно-оздоровительной работы со школьниками во внеурочное время мини-футбол занимает видное место. Развивает двигательную активность, улучшает сердечно-сосудистую и дыхательную систему, укрепление иммунной системы организма.

**Основные формы и средства обучения:**

* Освоение тактики игры
* Закрепление техники
* Практическая игра.
* Дидактические игры и задания, игровые упражнения;
* Участие в турнирах и соревнованиях.

Подобная реализация программы внеурочной деятельности по общеинтеллектуальному направлению “Футбол” соответствует возрастным особенностям учащихся, способствует формированию личной культуры здоровья учащихся через организацию здоровьесберегающих практик.

**Виды контроля:**

* текущий контроль (оценка усвоения изучаемого материала) осуществляется педагогом в форме наблюдения;
* промежуточный контроль проходит в форме зачета, проводится два раза в год, предполагает выполнение тестовых упражнений по определению уровня освоенных навыков, а также письменный опрос для определения объема освоенных теоретических знаний.

**Материально-техническое обеспечение.**

На занятиях используются:

* Ворота 2 шт.
* мячи футбольные 20 шт.
* стойки 6 шт.
* секундомер 1 шт.

**Литература:**

1.Комплексная программа физического воспитания. Изд Просвещение 2008г.

2.М.Г. Каменцер «Спортшкола в школе» М. Физкультура и спорт 1985г.

3.Г.А.Васильков « От игры к спорту» М. Физкультура и спорт. 1990г.

4.С.Н. Андреев Э.Г Алиев мини-футбол в школе ОАО Изд «Советский спорт» 2006г

**Календарно-тематическое планирование**

**68 часов**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Содержание | Основные виды деятельности | | Форма проведения | Дата проведения | |
| план | факт |
| 1 | ТБ. Бег. ОРУ совершенствование техники. | ТБ. Специальные беговые упражнения. Бег. ОРУ совершенствование техники передвижений, остановок, поворотов и стоек. | | Познавательная деятельность |  |  |
| 2 | Тестирование. ОРУ техника нападений. Игра. | Тестирование. ОРУ в движении. Беговые упражнения. Бег с ускорением 40-50 м техника нападений. Игра в мини-футбол. | | Интегрированная деятельность |  |  |
| 3 | специальные упражнения. | ПТБ Бег. ОРУ Специальные беговые упражнения. Бег. Совершенствование техники передвижений, техника нападений. | | Спортивно-оздоровительная деятельность |  |  |
| 4 | Техника нападений, игра. | ПТБ. ОРУ техника нападений. Специальные беговые упражнения. Бег на короткие дистанции: 30, 60, 100м, игра. | | Интегрированная деятельность |  |  |
| 5 | Специальные упражнения, техника нападений, игра. | ПТБ. Бег. ОРУ Специальные беговые упражнения. Бег, техника нападений, игра. | | Спортивно-оздоровительная деятельность |  |  |
| 6 | Специальные упражнения, техника защиты, игра. | ПТБ. Бег. ОРУ в движении,прыжки со скакалкой, специальные упражнения, техника защиты, игра. | | Спортивно-оздоровительная и игровая деятельность |  |  |
| 7 | Специальные упражнения, передача мяча, техника защиты, игра. | ПТБ. Бег. ОРУ специальные упражнения, бег 60 метров. Спец беговые упр. Бег от 200 до 1000 м передача мяча, техника защиты, игра. | | Интегрированная и игровая деятельность |  |  |
| 8 | Техника защиты, игра. | ПТБ. Бег. Равномерный бег(9мин). ОРУ. Специальные беговые упражнения. Преодоление препятствий, техника защиты, игра. | | Спортивно-оздоровительная и игровая деятельность |  |  |
| 9 | Специальные упражнения, техника передвижений, остановок, поворотов, игра на внимание. | ПТБ. Бег. ОРУ, Специальные беговые упражнения. Бег, техника передвижений, остановок, поворотов, игра на внимание. | | Спортивно-оздоровительная и игровая деятельность |  |  |
| 10 | Специальные упражнения, техника передвижений, поворотов, остановок, игра. | ПТБ. Бег. ОРУ специальные упражнения, техника передвижений, техника передвижений, поворотов, остановок, игра. | | Спортивно-оздоровительная и игровая деятельность |  |  |
| 11 | Специальные упражнения, эстафеты, игра. | ПТБ. Бег. ОРУ специальные упражнения, эстафеты, игра. | | Спортивно-оздоровительная и игровая деятельность |  |  |
| 12 | Специальные упражнения, техника ведения мяча, игра. | ПТБ. Бег. ОРУ в движении,прыжки со скакалкой. Специальные беговые упражнения, техника ведения мяча, игра. | | Спортивно-оздоровительная и игровая деятельность |  |  |
| 13 | Техника ударов по мячу. Игра | ПТБ. Бег. ОРУ в движении,прыжки со скакалкой. Специальные беговые упражнения, техника ударов по мячу. Игра | | Спортивно-оздоровительная и игровая деятельность |  |  |
| 14 | Удары по мячу в ворота, игра. | ПТБ. Бег. ОРУ в движении,прыжки со скакалкой. Специальные беговые упражнения, удары по мячу в ворота, игра. | | Спортивно-оздоровительная и игровая деятельность |  |  |
| 15 | Специальные упражнения, техника защитных действий. | ПТБ. Бег. ОРУ специальные упражнения, техника защитных действий ( действия против игрока без мяча с мячом выбивание, отбор, перехват), игра. | | Спортивно-оздоровительная и игровая деятельность |  |  |
| 16 | Специальные упражнения, техника защитных действий, игра. | ПТБ. Бег. ОРУ специальные упражнения, техника защитных действий ( действия против игрока без мяча с мячом выбивание, отбор, перехват), игра. | | Спортивно-оздоровительная и игровая деятельность |  |  |
| 17 | Специальные упражнения, техника ударов по мячу и остановок мяча, игра. | ПТБ. Бег. ОРУ специальные упражнения, техника ударов по мячу и остановок мяча, игра. | | Спортивно-оздоровительная и игровая деятельность |  |  |
| 18 | Специальные упражнения, техника ведения мяча, игра. | ПТБ. Бег. ОРУ специальные упражнения, техника ведения мяча, (варианты ведения мяча без сопротивления и с сопротивлением защитника), игра. | | Спортивно-оздоровительная и игровая деятельность |  |  |
| 19 | Специальные упражнения, тактические действия, игра. | ПТБ. Бег. ОРУ специальные упражнения, тактические действия: (индивидуальные, групповые и командные тактические действия в нападение и защиты), игра. | | Спортивно-оздоровительная и игровая деятельность |  |  |
| 20 | Контрольная игра. | ПТБ. ОРУ контрольная игра. | | Игровая деятельность |  |  |
| 21 | Специальные упражнения, тактические действия. | ПТБ. Бег. ОРУ специальные упражнения, тактические действия; индивидуальные в защите. Командные действия в нападении. | | Спортивно-оздоровительная деятельность |  |  |
| 22 | Контрольная игра. | ПТБ. ОРУ контрольная игра. | | Игровая деятельность |  |  |
| 23 | Специальные упражнения, развитие координационных способностей. | ПТБ. Бег. ОРУ специальные упражнения, развитие координационных способностей. Игра. | | Спортивно-оздоровительная и игровая деятельность |  |  |
| 24 | Специальные упражнения, комплексное развитие психомоторных способностей, игра. | ПТБ. Бег. ОРУ специальные упражнения, Специальные беговые упражнения, комплексное развитие психомоторных способностей, игра. | | Спортивно-оздоровительная и игровая деятельность |  |  |
|  |  |
| 25 | Специальные упражнения, комплексное развитие психомоторных способностей, игра. | ПТБ. Бег. ОРУ, специальные беговые упражнения, комплексное развитие психомоторных способностей, игра. | Спортивно-оздоровительная и игровая деятельность | |  |  |
| 26 | Специальные упражнения, овладение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей, игры. | ПТБ. Бег. ОРУ, специальные беговые упражнения, овладение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей, игры. | Спортивно-оздоровительная и игровая деятельность | |  |  |
| 27 | ПТБ. на занятиях, контрольная игра. | ПТБ. ОРУ, специальные беговые упражнения, на занятиях, контрольная игра. | Познавательная и игровая деятельность | |  |  |
| 28 | Закрепление техники перемещений, владение мячом и развитие координационных способностей. | ПТБ. Бег. ОРУ, специальные беговые упражнения. закрепление техники перемещений, владение мячом и развитие координационных способностей. | Спортивно-оздоровительная и игровая деятельность | |  |  |
| 29 | Освоение тактики игры, игра « снайперы» | ПТБ. Бег. ОРУ, специальные беговые упражнения. освоение тактики игры, игра « снайперы» | Игровая деятельность | |  |  |
| 30 | Контрольная игра. | ПТБ. Бег. ОРУ, специальные беговые упражнения, контрольная игра. | Игровая деятельность | |  |  |
| 31 | Бег на короткие дистанции: 30, 60, 100м. | Специальные беговые упражнения. Старты из различных И.П. Бег на короткие дистанции: 30, 60, 100м. | Интегрированная деятельность | |  |  |
| 32 | Специальные беговые упражнения | ОРУ в движении,прыжки со скакалкой. Специальные беговые упражнения | Спортивно-оздоровительная деятельность | |  |  |
| 33 | Специальные упражнения, тактические действия. | ПТБ. Бег. ОРУ специальные упражнения, тактические действия; индивидуальные в защите. Командные действия в нападении. | Познавательная деятельность | |  |  |
| 34 | Специальные упражнения, техника передвижений, остановок, поворотов, игра на внимание. | ПТБ. Бег. ОРУ, Специальные беговые упражнения. Бег, техника передвижений, остановок, поворотов, игра на внимание. | Спортивно-оздоровительная деятельность | |  |  |
| 35 | Специальные упражнения, техника передвижений, поворотов, остановок, игра. | ПТБ. Бег. ОРУ специальные упражнения, техника передвижений, техника передвижений, поворотов, остановок, игра. | Спортивно-оздоровительная деятельность | |  |  |
| 36 | Специальные упражнения, эстафеты, игра. | ПТБ. Бег. ОРУ специальные упражнения, эстафеты, игра. | Игровая и познавательная деятельность | |  |  |
| 37 | Специальные упражнения, техника ведения мяча, игра. | ПТБ. Бег. ОРУ в движении,прыжки со скакалкой. Специальные беговые упражнения, техника ведения мяча, игра. | Игровая и познавательная деятельность | |  |  |
| 38 | Техника ударов по мячу. Игра | ПТБ. Бег. ОРУ в движении,прыжки со скакалкой. Специальные беговые упражнения, техника ударов по мячу. Игра | Игровая и познавательная деятельность | |  |  |
| 39 | Удары по мячу в ворота, игра. | ПТБ. Бег. ОРУ в движении,прыжки со скакалкой. Специальные беговые упражнения, удары по мячу в ворота, игра. | Игровая и познавательная деятельность | |  |  |
| 40 | Специальные упражнения, техника защитных действий. | ПТБ. Бег. ОРУ специальные упражнения, техника защитных действий ( действия против игрока без мяча с мячом выбивание, отбор, перехват), игра. | Игровая и познавательная деятельность | |  |  |
| 41 | Специальные упражнения, техника защитных действий, игра. | ПТБ. Бег. ОРУ специальные упражнения, техника защитных действий ( действия против игрока без мяча с мячом выбивание, отбор, перехват), игра. | Игровая и познавательная деятельность | |  |  |
| 42 | Специальные упражнения, техника ударов по мячу и остановок мяча, игра. | ПТБ. Бег. ОРУ специальные упражнения, техника ударов по мячу и остановок мяча, игра. | Игровая и познавательная деятельность | |  |  |
| 43 | Специальные упражнения, техника ведения мяча, игра. | ПТБ. Бег. ОРУ специальные упражнения, техника ведения мяча, (варианты ведения мяча без сопротивления и с сопротивлением защитника), игра. | Игровая и познавательная деятельность | |  |  |
| 44 | Специальные упражнения, тактические действия, игра. | ПТБ. Бег. ОРУ специальные упражнения, тактические действия: (индивидуальные, групповые и командные тактические действия в нападение и защиты), игра. | Игровая и познавательная деятельность | |  |  |
| 45 | Челночный бег 3 х 10м и 6 х 10 м. Кроссовая подготовка. | Беговая разминка, челночный бег 3 х 10м и 6 х 10 м, Равномерный бег(10мин)  . | Интегрированная деятельность | |  |  |
| 46 | Техника ударов по мячу. Игра | ПТБ. Бег. ОРУ в движении,прыжки со скакалкой. Специальные беговые упражнения, техника ударов по мячу. Игра | Игровая и познавательная деятельность | |  |  |
| 47 | Равномерный бег 1000-1200 м. Технике эстафетного бега. | Равномерный бег(9мин). ОРУ. Специальные беговые упражнения.Обучение передачи и приёму эстафетной палочки в парах,колоннах. | Интегрированная деятельность | |  |  |
| 48 | Удары по мячу в ворота, игра. | ПТБ. Бег. ОРУ в движении,прыжки со скакалкой. Специальные беговые упражнения, удары по мячу в ворота, игра. | Игровая и спортивно – оздоровительная деятельность | |  |  |
| 49 | Кросс в сочетании с ходьбой до 800-1000 м. Круговая тренировка. | ОРУ в движении,прыжки со скакалкой. Специальные беговые упражнения. Работа по станциям. | Интегрированная деятельность | |  |  |
| 50 | Специальные упражнения, техника защитных действий. | ПТБ. Бег. ОРУ специальные упражнения, техника защитных действий ( действия против игрока без мяча с мячом выбивание, отбор, перехват), игра. | Познавательная деятельность | |  |  |
| 51 | Кроссовая подготовка. Бег по пересечённой местности. | Равномерный бег(10мин). Смешанное передвижение (бег в чередовании с ходьбой) ОРУ в движении. П/И «Перестрелка»» | Интегрированная деятельность | |  |  |
| 52 | Специальные упражнения, техника ведения мяча, игра. | ПТБ. Бег. ОРУ специальные упражнения, техника ведения мяча, (варианты ведения мяча без сопротивления и с сопротивлением защитника), игра. | Познавательная и игровая деятельность | |  |  |
| 53 | Специальные упражнения, освоение тактики игры, игра на внимание. | ПТБ. Бег. ОРУ, специальные беговые упражнения, освоение тактики игры, игра на внимание. | Познавательная и игровая деятельность | |  |  |
| 54 | Закрепление техники перемещений, владение мячом и развитие координационных способностей. | ПТБ. Бег. ОРУ, специальные беговые упражнения, закрепление техники перемещений, владение мячом и развитие координационных способностей. | Спортивно- оздоровительная деятельность | |  |  |
| 55 | ПТБ. на занятиях, контрольная игра. | ПТБ. на занятиях. ОРУ, специальные беговые упражнения, контрольная игра. | Игровая деятельность | |  |  |
| 56 | Игра по упрощенным правилам. | ПТБ. Бег. ОРУ игра по упрощенным правилам. | Игровая деятельность | |  |  |
| 57 | ПТБ. Бег. ОРУ игра по правилам. | ПТБ. Бег. ОРУ игра по правилам. | Игровая деятельность | |  |  |
| 58 | ПТБ. Бег. ОРУ игра по правилам. | ПТБ. Бег. ОРУ игра по правилам. | Игровая деятельность | |  |  |
| 59 | Закрепление техники перемещений, владение мячом и развитие координационных способностей. | ПТБ. Бег. ОРУ, специальные беговые упражнения, закрепление техники перемещений, владение мячом и развитие координационных способностей. | Спортивно- оздоровительная деятельность | |  |  |
| 60 | Специальные упражнения, освоение тактики игры, игра на внимание. | ПТБ. Бег. ОРУ, специальные беговые упражнения, освоение тактики игры, игра на внимание. | Спортивно- оздоровительная деятельность | |  |  |
| 61 | Удары по мячу в ворота, игра. | ПТБ. Бег. ОРУ в движении,прыжки со скакалкой. Специальные беговые упражнения, удары по мячу в ворота, игра. | Спортивно- оздоровительная деятельность | |  |  |
| 62 | Игра по упрощенным правилам. | ПТБ. Бег. ОРУ игра по упрощенным правилам. | Игровая деятельность | |  |  |
| 63 | ПТБ. Бег. ОРУ игра по правилам. | ПТБ. Бег. ОРУ игра по правилам. | Игровая деятельность | |  |  |
| 64 | ПТБ. Бег. ОРУ игра по правилам. | ПТБ. Бег. ОРУ игра по правилам. | Игровая деятельность | |  |  |
| 65 | ПТБ. на занятиях, контрольная игра. | ПТБ. на занятиях. ОРУ, специальные беговые упражнения, контрольная игра. | Игровая деятельность | |  |  |
| 66 | Специальные упражнения, техника ударов по мячу и остановок мяча, игра. | ПТБ. Бег. ОРУ специальные упражнения, техника ударов по мячу и остановок мяча, игра. | Игровая деятельность и интегрированная | |  |  |
| 67 | Игра по упрощенным правилам. | ПТБ. Бег. ОРУ игра по упрощенным правилам. | Игровая деятельность | |  |  |
| 68 | ПТБ. Бег. ОРУ игра по правилам. | ПТБ. Бег. ОРУ игра по правилам. | Игровая деятельность | |  |  |