

Управление образования администрации Белгородского района  
Белгородской области  
Муниципальное общеобразовательное учреждение «Разуменская средняя  
общеобразовательная школа №2  
Белгородского района Белгородской области

**«УТВЕРЖДАЮ»**  
Директор МОУ «Разуменская СОШ №2»

  
А.С. Собченко  
Приказ № 280 от «30» августа 2024 г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ  
«ФУТБОЛ»  
(стартовый уровень)**

**Возраст обучающихся: 15-17 лет**

**Срок реализации: 1 год**

Педагог дополнительного образования:  
Лобановский Владимир Михайлович

**Разумное  
2024г.**

## **Пояснительная записка.**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Футбол» имеет физкультурно-спортивную направленность. Уровень программы – стартовый. Программа составлена на основе авторской программы «Футбол» Г.А. Колодницкий, В.С.Кузнецов, М.В.Маслов.- М.: Просвещение, 2011. - 95 с.

### **Цель программы:**

- Вооружить школьника знаниями о важности физической культуры и спорта для здоровья человека его образования, труда и творчества.
- Воспитание высоконравственно образованного человека, обладающего навыками исследователя, понимающего роль человека в природе.
- Становление внутренней позиции школьника на уровне положительного отношения к школе, ориентации на содержательные моменты школьной действительности и принятие образца «хорошего ученика».

### **Программа нацеливает образовательный процесс на решение следующих задач:**

- Формировать у школьников стремление самостоятельно расширять границы собственных знаний и умений.
- Мотивирование школьников к участию в спортивно-оздоровительной деятельности.
- Формирование ценностного отношения к здоровью и здоровому образу жизни, здоровью сверстников.
- Формирование и развитие подростковых общностей, коллективов, совместно участвующих в спортивно-оздоровительной деятельности.

**Адресат программы.** Программа «Футбол» рассчитана на детей 15-17 лет. Учебные группы формируются без предъявления к обучающимся специальных требований к их знаниям и умениям. Количество обучающихся в группе составляет не более 20 человек. Состав группы может быть, как разновозрастной, так и разновозрастной, разнополый и однополый.

Объем программы – 144 часа.

Срок освоения – 1 год.

Формы и режим занятий. Форма обучения – очная. Форма организации работы с обучающимися – групповая.

Занятия проводятся 2 раза в неделю по 2 академических часа (академический час – 45 минут) Предусмотрены перерывы не менее 10 минут после каждого часа.

Учебные группы кружка комплектуются отдельно для мальчиков и девочек (2 группы). В возрасте от 15 до 17 лет (10 – 11 класс).

### **Планируемые образовательные результаты**

- быть активным и заинтересованно познавать мир;
- овладеют системой знаний об основах здорового, безопасного образа жизни;

- действовать самостоятельно и верно при преодолении препятствий.
- собирать информацию окружающего мира, осмыслить её и использовать её для выполнения проекта;
- получит навык сотрудничества, общения с другими людьми;
- получит начальные навыки в овладении знаниями спортивных игр;
- приобретение школьниками знаний о правилах ведения здорового образа жизни;
- об основных нормах гигиены;
- о технике безопасности при занятии спортом;
- о правилах групповой работы;
- об основах разработки проектов;
- о способах организации досуга других людей;
- накопление знаний и развитие интереса к учёбе;
- укрепление связи обучения с жизнью;
- развитие ценностного отношения к своему здоровью и окружающих его людей, к спорту и физкультуре, труду;
- родной природе, родному Отечеству, его истории и народу, к др. людям;
- приобретение школьниками опыта самообслуживания, самоорганизации и организации совместной деятельности с другими школьниками;
- опыта управления другими людьми и принятия на себя ответственности за других людей;
- приобретение школьниками опыта актуализации спортивно - оздоровительной деятельности в социальном пространстве.

Данная программа делает акцент на формирование у учащихся активистской культуры здоровья и предполагает:

- потребность в систематических занятиях спортом, регулярном участии в спортивных соревнованиях, стремление показывать как можно более высокие результаты на соревнованиях;
- умение использовать полученные знания для успешного выступления на соревнованиях;
- спортивный образ (стиль) жизни, предусматривающий активные занятия спортом и регулярное участие в спортивных соревнованиях;
- стремление индивида вовлечь в занятия футболом свое ближайшее окружение (семью, друзей, коллег и т.д.).

### Учебный план.

№п/п	Название раздела	Количество часов
		1 год
1	<b>Введение</b>	<b>5</b>

1.1	Физическая культура и спорт в России	1
1.2.	Развитие футбола в России.	1
1.3.	Гигиенические знания и навыки. Закаливание	1
1.4.	Правила игры в футбол	1
1.5.	Места занятий оборудование	1
<b>2</b>	<b>Общая и специальная физическая подготовка</b>	<b>8</b>
2.1	Общеразвивающие упражнения без предметов	1
2.2	Упражнения с набивным мячом	1
2.3	Акробатические упражнения	1
2.4	Лёгкоатлетические упражнения.	1
2.5	Подвижные игры и эстафеты	1
2.6	Специальные упражнения для развития быстроты	1
2.7	Упражнения для развития дистанционной скорости	1
2.8	Специальные упражнения для развития ловкости	1
<b>3.</b>	<b>Техника игры в футбол</b>	<b>11</b>
3.1	Прямой и резаный удар по мячу	2
3.2	Точность удара	2
3.3	Траектория полёта мяча после удара	2
3.4	Отбор мяча – перехватом	2
3.5	Остановка мяча подошвой	2
3.6	Анализ выполнения технических приёмов игры вратаря: ловли, отбивания кулаком, броска мяча рукой; падения перекатом; выбивание мяча с рук.	1
<b>4.</b>	<b>Техника передвижения</b>	<b>31</b>
4.1	Бег: по прямой, изменяя скорость и направление; приставным и скрестным шагом (влево и вправо).	2
4.2	Прыжки вверх толчком двух ног с места и толчком одной и двух ног с разбега.	3
4.3	Повороты во время бега налево и направо.	3
4.4	Остановки во время бега (выпадом и прыжками на ноги).	3
4.5	Удары по мячу ногой.	3
4.6	Удары правой и левой ногой: внутренней стороной стопы, внутренней и внешней частью подъёма по неподвижному и катящемуся навстречу справа или слева мячу; направляя мяч в обратном направлении и стороны.	3
4.7	Выполнение ударов после остановки, ведения и рывка, посылая мяч низом и верхом на короткое и среднее расстояние	3
4.8	Удар по летящему мячу внутренней стороной стопы	3
4.9	Удары на точность: ноги партнёру, ворота, цель,	3

	на ходу двигающемся партнёру.	
4.10	Удары по мячу головой.	3
4.11	Удары серединой лба без прыжка и в прыжке, с места и с разбега, по летящему навстречу мячу: направляя мяч в обратном направлении и в стороны, посылая мяч верхом и вниз, на среднее и короткое расстояние.	2
4.12	Удары на точность: в определённую цель на поле, в ворота, партнёру.	2
4.13	Остановка мяча	2
4.14	Ведение мяча.	2
4.15	Обманные движения (финты).	2
4.16	Техника игры вратаря	2
<b>5.</b>	<b>Тактика игры в футбол</b>	<b>32</b>
5.1	Индивидуальные и групповые тактические действия.	5
5.2	Командная тактика игры в мини-футбол.	7
5.3	Упражнения для развития умения «видеть поле».	5
5.4	Выполнение заданий по зрительному сигналу (поднятая вверх или в сторону рука, шаг вправо или влево)	5
5.5	Во время передвижения шагом или бегом – подпрыгнуть, имитировать удар ногой; во время ведения мяча – повернуться кругом и продолжить ведение или сделать рывок вперёд на 5 м.	5
5.6	Несколько игроков на ограниченной площади водят в произвольном направлении свои мячи и одновременно наблюдают за партнёрами, чтобы не столкнуться друг с другом.	5
<b>6.</b>	<b>Тактика нападения</b>	<b>24</b>
6.1	Индивидуальные действия без мяча.	4
6.2	Умение ориентироваться, реагировать соответствующим образом на действие партнёров и соперника.	4
6.3	Выбор момента и способа передвижения для «открывания» на свободное место с целью получения мяча.	4
6.4	Групповые действия	4
	Уметь точно и своевременно выполнить передачу в ноги партнёру, на свободное место, на удар; короткую или среднюю передачи, низом или верхом.	4
6.5	Комбинация «игра в стенку».	4

<b>7.</b>	<b>Тактика защиты</b>	<b>33</b>
7.1	Индивидуальные действия.	5
7.2	Умение оценить игровую ситуацию и осуществить отбор мяча изученным способом.	5
7.3	Противодействие комбинации «стенка».	5
7.4	Тактика вратаря.	8
7.5	Взаимодействие игроков при розыгрыше противником стандартных комбинаций.	10
	<b>Всего</b>	<b>144</b>

### Учебно-тематический план

№ п/п	Название разделов и тем программы	Всего часов	В том числе	
			теоретических	практических
1.	<b>Физическая культура и спорт в России</b>	1	1	
2.	<b>Развитие футбола в России.</b>	1	1	
3.	<b>Гигиенические знания и навыки. Закаливание</b>	1	1	
4.	<b>Правила игры в футбол</b>	1	1	
5.	<b>Места занятий оборудование</b>	1	1	
6.	<b>Общая и специальная физическая подготовка</b>	<b>8</b>		
6.1	Общеразвивающие упражнения без предметов	1	0	1
6.2	Упражнения с набивным мячом	1	0	1
6.3	Акробатические упражнения	1	0	1
6.4	Лёгкоатлетические упражнения.	1	0	1
6.5	Подвижные игры и эстафеты	1	0	1
6.6	Специальные упражнения для развития быстроты	1	0	1
6.7	Упражнения для развития дистанционной скорости	1	0	1
6.8	Специальные упражнения для развития ловкости	1	0	1
<b>7.</b>	<b>Техника игры в футбол</b>	<b>11</b>		<b>11</b>
7.1	Прямой и резаный удар по мячу	2		2
7.2	Точность удара	2		2
7.3	Траектория полёта мяча после удара	2		2
7.4	Отбор мяча – перехватом	2		2
7.5	Остановка мяча подошвой	2		2

7.6	Анализ выполнения технических приёмов игры вратаря: ловли, отбивания кулаком, броска мяча рукой; падения перекатом; выбивание мяча с рук.	1		1
<b>8.</b>	<b>Техника передвижения</b>	<b>31</b>		<b>31</b>
8.1	Бег: по прямой, изменяя скорость и направление; приставным и скрестным шагом (влево и вправо).	2		2
8.2	Прыжки вверх толчком двух ног с места и толчком одной и двух ног с разбега.	2		2
8.3	Повороты во время бега налево и направо.	3		3
8.4	Остановки во время бега (выпадом и прыжками на ноги).	3		3
8.5	Удары по мячу ногой.	3		3
8.6	Удары правой и левой ногой: внутренней стороной стопы, внутренней и внешней частью подъёма по неподвижному и катящемуся навстречу справа или слева мячу; направляя мяч в обратном направлении и стороны.	3		3
8.7	Выполнение ударов после остановки, ведения и рывка, посылая мяч низом и верхом на короткое и среднее расстояние	3		3
8.8	Удар по летящему мячу внутренней стороной стопы	3		3
8.9	Удары на точность: ноги партнёру, ворота, цель, на ходу двигающемуся партнёру.	3		3
8.10	Удары по мячу головой.	3		3
8.11	Удары серединой лба без прыжка и в прыжке, с места и с разбега, по летящему навстречу мячу: направляя мяч в обратном направлении и в стороны, посылая мяч верхом и вниз, на среднее и короткое расстояние.	2		2
8.12	Удары на точность: в определённую цель на поле, в ворота, партнёру.	2		2
8.13	Остановка мяча	2		2
8.14	Ведение мяча.	2		2
8.15	Обманные движения (финты).	2		2
8.16	Техника игры вратаря	2		2
<b>9.</b>	<b>Тактика игры в футбол</b>	<b>32</b>		<b>32</b>
9.1	Индивидуальные и групповые тактические действия.	5		5

9.2	Командная тактика игры в мини-футбол.	7		7
9.3	Упражнения для развития умения «видеть поле».	5		5
9.4	Выполнение заданий по зрительному сигналу (поднятая вверх или в сторону рука, шаг вправо или влево)	5		5
9.5	Во время передвижения шагом или бегом – подпрыгнуть, имитировать удар ногой; во время ведения мяча – повернуться кругом и продолжить ведение или сделать рывок вперёд на 5 м.	5		5
9.6	Несколько игроков на ограниченной площади водят в произвольном направлении свои мячи и одновременно наблюдают за партнёрами, чтобы не столкнуться друг с другом.	5		5
<b>10.</b>	<b>Тактика нападения</b>	<b>24</b>		<b>24</b>
10.1	Индивидуальные действия без мяча.	4		4
10.2	Умение ориентироваться, реагировать соответствующим образом на действие партнёров и соперника.	4		4
10.3	Выбор момента и способа передвижения для «открывания» на свободное место с целью получения мяча.	4		4
10.4	Групповые действия	4		4
	Уметь точно и своевременно выполнить передачу в ноги партнёру, на свободное место, на удар; короткую или среднюю передачи, низом или верхом.	4		4
10.5	Комбинация «игра в стенку».	4		4
<b>11.</b>	<b>Тактика защиты</b>	<b>33</b>		<b>33</b>
11.1	Индивидуальные действия.	5		5
11.2	Умение оценить игровую ситуацию и осуществить отбор мяча изученным способом.	5		5
11.3	Противодействие комбинации «стенка».	5		5
11.4	Тактика вратаря.	8		8
11.5	Взаимодействие игроков при розыгрыше противником стандартных комбинаций.	10		10
	<b>Всего</b>	<b>144</b>	<b>5</b>	<b>139</b>

## Содержание учебного плана

**Физическая культура и спорт в России.** Физическая культура – составная часть культуры, одно из средств воспитания, укрепления здоровья, всестороннего развития людей. Значение физической культуры для подготовки Российских людей к трудовой деятельности и защите Родины.

**Развитие футбола в России.** Краткая характеристика футбола как средства физического воспитания. История возникновения футбола и развитие его в России. Чемпионат и кубок России по футболу.

**Гигиенические знания и навыки. Закаливание.** Личная гигиена: уход за кожей, волосами, ногтями, полостью рта. Вред курения. Общий режим дня школьника. Значение правильного режима дня юного спортсмена.

Использование естественных факторов природы (солнце, воздух, вода) в целях закаливания организма. Обтирание, обливание и ножные как гигиенические и закаливающие процедуры. Правила купания.

**Правила игры в футбол.** Разбор и изучение правил игры в футбол. Роль капитана команды, его права и обязанности.

**Места занятий оборудование.** Площадка для игры в футбол, её устройство, разметка. Подготовка площадки для занятий и соревнований по футболу. Специальное оборудование: стойки для подвески мячей, щиты стационарные и переносные для ударов.

**Общая и специальная физическая подготовка.** Утренняя гигиеническая гимнастика школьника. Ознакомление с упрощёнными правилами игры в ручной мяч, баскетбол, хоккей с мячом. Меры предупреждения несчастных случаев при плавании. Подготовка к сдаче контрольных испытаний.

Практические занятия. Общеразвивающие упражнения без предметов. Поднимание и опускание рук в стороны и вперёд, сведение рук вперёд и разведение, круговые вращения, сгибание и разгибание рук в упоре на высоте пояса. Наклоны туловища вперёд и в стороны; то же, в сочетании с движениями рук. Круговые движения туловища с различным положением рук (на поясе, за головой, вверх). Поднимание и вращение ног в положении лёжа на спине. Полуприседание и приседание с различными положениями рук. Выпады вперёд, назад и в стороны с наклонами туловища и движениями рук. Прыжки в полуприседе. Переход из упора присев в упор лёжа и снова и снова в упор присев. Упражнения на формирование правильной осанки.

Упражнения с набивным мячом. (масса 1 – 2 кг.) Броски мяча друг другу двумя руками от груди, из-за головы снизу. Подбрасывание мяча вверх и ловля его; то же, с поворотом кругом. Наклоны и повороты туловища в сочетании с различными положениями и движениями рук с мячом. Перекатывание набивного мяча друг другу ногами в положении сидя.

Акробатические упражнения. Кувырок вперёд с шага. Два кувырка вперёд. Кувырок назад из седа. Длинный кувырок вперёд. Стойка на лопатках перекатом назад из упора присев. Перекаты вперёд и назад в положение лёжа, прогнувшись. «Мост» из положения лёжа на спине.

«Полушпагат». Упражнение в висах и упорах. Из виса хватом сверху подтягивание: 2 подхода по 2 – 4 раза, 2 – 3 подхода по 3 – 5 раз. Из упора лёжа на гимнастической скамейке сгибание и разгибание рук: два подхода по 2 – 4 раза, 2 – 3 подхода по 3 – 5 раз.

Лёгкоатлетические упражнения. Бег с ускорением до 60 м. Бег с высокого старта до 60 м. Бег по пересечённой местности (кросс) до 1500 м. Бег медленный до 20 мин. Бег повторный до 6 x 30 м. и 4 x 50 м. Бег 300 м.

Прыжки с разбега в длину (310-340 см.) и в высоту (95-105 см.). Прыжки с места в длину.

Метание малого (теннисного) мяча: в цель, на дальность (с места и с подхода шагом).

Подвижные игры и эстафеты: «Бой петухов», «Удочка», «Сильный бросок», «Борьба за мяч», «Не давай мяч водящему», «Квадрат». Эстафеты с бегом, преодолением препятствий, переноской набивных мячей.

Спортивные игры. Ручной мяч, баскетбол по упрощённым правилам.

Специальные упражнения для развития быстроты. Упражнения для развития стартовой скорости. По сигналу (преимущественно зрительному) рывки на 5-10 м. из различных исходных положений: стоя лицом, боком и спиной к стартовой линии, из приседа, широкого выпада, седа.

Упражнения для развития дистанционной скорости. Ускорения на 15, 30 м. Бег «змейкой» между расставленными в различном положении стойками для обводки. Бег с быстрым изменением скорости: после быстрого бега быстро резко замедлить бег или остановиться, затем выполнить новый рывок в том же или другом направлении.

Специальные упражнения для развития ловкости. Прыжки с разбега толчком одной и двух ног, стараясь достать головой высоко подвешенный мяч; то же, выполняя в прыжке поворот направо и налево. Имитация ударов ногами по воображаемому мячу в прыжке. Держание мяча в воздухе (жонглирование), чередуя удары различными частями стопы, бедром, головой. Подвижные игры: «Живая цель», «Салки мячом».

**Техника игры в футбол.** Классификация и терминология технических приёмов игры в футбол. Прямой и резаный удар по мячу. Точность удара. Траектория полёта мяча после удара. Анализ выполнения технических приёмов и их применения в конкретных игровых условиях: ударов по мячу внутренней и внешней частью подъёма, внутренней стороной стопы, ударов серединой лба; остановок мяча подошвой, внутренней стороной стопы и грудью; ведение мяча внутренней и внешней частью подъёма, внутренней стороной стопы; обманных движений (ложная и действительная фазы движения); отбор мяча – перехватом, выбиванием мяча, толчком соперника; вбрасывание мяча из положения шага. Анализ выполнения технических приёмов игры вратаря: ловли, отбивания кулаком, броска мяча рукой; падения перекатом; выбивание мяча с рук.

Практические занятия. **Техника передвижения.** Бег: по прямой, изменяя скорость и направление; приставным и скрестным шагом (влево и вправо). Прыжки вверх толчком двух ног с места и толчком одной и двух ног с

разбега. Повороты во время бега налево и направо. Остановки во время бега (выпадом и прыжками на ноги).

Удары по мячу ногами. Удары правой и левой ногой: внутренней стороной стопы, внутренней и внешней частью подъёма по неподвижному и катящемуся навстречу справа или слева мячу; направляя мяч в обратном направлении и стороны. Выполнение ударов после остановки, ведения и рывка, посылая мяч низом и верхом на короткое и среднее расстояние. Удар по летящему мячу внутренней стороной стопы. Удары на точность: ноги партнёру, ворота, цель, на ходу двигающемуся партнёру.

Удары по мячу головой. Удары серединой лба без прыжка и в прыжке, с места и с разбега, по летящему навстречу мячу: направляя мяч в обратном направлении и в стороны, посылая мяч верхом и вниз, на среднее и короткое расстояние. Удары на точность: в определённую цель на поле, в ворота, партнёру.

Остановка мяча. Остановка мяча подошвой и внутренней стороной катящегося и опускающегося мяча – на месте, в движении вперёд и назад, подготавливая мяч для последующих действий. Остановка внутренней стороной стопы и грудью летящего мяча – на месте, в движении вперёд и назад, опуская мяч в ноги для последующих действий.

Ведение мяча. Ведение внешней частью, внутренней частью подъёма и внутренней стороной стопы: правой, левой ногой и поочередно; по прямой, меняя направления, между стоек и движущихся партнёров; изменяя скорость (выполняя ускорения и рывки), не теряя контроль над мячом.

Обманные движения (финты). Обучение финтам: после замедления бега или остановки – неожиданный рывок с мячом (прямо или в сторону): во время ведения внезапная отдача мяча назад откатывая его подошвой партнёру, находящемуся сзади; показать ложный замах ногой для сильного удара по мячу – вместо удара захватить мяч ногой и уйти с ним рывком; имитируя передачу партнёру, находящемуся слева, перенести правую ногу через мяч и, наклонив туловище влево, захватить мяч внешней частью подъёма правой ноги и резко уйти вправо, этот же финт в другую сторону.

Отбор мяча. Перехват мяча – быстрый выход на мяч с целью опередить соперника, которому адресована передача мяча. Отбор мяча в единоборстве с соперником, владеющим мячом, - выбивая и останавливая мяч ногой в выпаде.

Введение мяча из-за боковой линии. Введение мяча на точность (с ограничением по времени): под правую и левую ногу партнёру, на ход партнёру.

Техника игры вратаря. Основная стойка вратаря. Передвижение в воротах без мяча и в сторону приставным, скрестным шагом и скачками на двух ногах.

Ловля летящего навстречу и несколько в сторону от вратаря мяча на высоте груди и живота без прыжка и в прыжке. Ловля катящегося и низко летящего навстречу и несколько в сторону мяча без падения. Ловля высоко летящего навстречу и в сторону мяча без прыжка (с места и с разбега). Ловля

катящегося и летящего в сторону низкого, на уровне живота, груди мяча с падением перекатом. Быстрый подъём с мячом на ноги после падения.

Отбивание мяча одним кулаком без прыжка и в прыжке (с места и с разбега).

Бросок мяча одной рукой из-за плеча на точность.

Выбивание мяча ногой: с земли (по неподвижному мячу) и с рук (с воздуха по выпущенному из рук и подброшенному перед собой мячу) на точность.

**Тактика игры в футбол.** Понятие о тактике и тактической комбинации. Характеристика игровых действий: вратаря, защитников и нападающих. Коллективная и индивидуальная игра, их сочетание. Индивидуальные и групповые тактические действия. Командная тактика игры в мини-футбол.

Практические занятия. Упражнения для развития умения «видеть поле». Выполнение заданий по зрительному сигналу (поднятая вверх или в сторону рука, шаг вправо или влево): во время передвижения шагом или бегом – подпрыгнуть, имитировать удар ногой; во время ведения мяча – повернуться кругом и продолжить ведение или сделать рывок вперёд на 5 м. Несколько игроков на ограниченной площади водят в произвольном направлении свои мячи и одновременно наблюдают за партнёрами, чтобы не столкнуться друг с другом.

**Тактика нападения.** Индивидуальные действия без мяча. Правильное расположение на футбольном поле. Умение ориентироваться, реагировать соответствующим образом на действие партнёров и соперника. Выбор момента и способа передвижения для «открывания» на свободное место с целью получения мяча.

Индивидуальные действия с мячом. Целесообразное использование изученных способов ударов по мячу. Применение необходимого способа остановок в зависимости от направления, траектории и скорости мяча. Определение игровой ситуации, целесообразной для использования ведения мяча, выбор способа и направления ведения. Применение различных способов обводки (с изменением скорости и направления движения с мячом, изученные финты) в зависимости от игровой ситуации.

Групповые действия. Взаимодействие двух и более игроков. Уметь точно и своевременно выполнить передачу в ноги партнёру, на свободное место, на удар; короткую или среднюю передачи, низом или верхом. Комбинация «игра в стенку».

Выполнять простейшие комбинации при стандартных положениях: начале игры, угловом, штрафном и свободном ударах, введении мяча (не менее одной по каждой группе).

**Тактика защиты.** Индивидуальные действия. Правильно выбирать позицию по отношению опекаемого игрока и противодействовать получению им мяча, т. е. осуществлять «закрывание». Выбор момента и способа действия (удар или остановка) для перехвата мяча. Умение оценить игровую ситуацию и осуществить отбор мяча изученным способом.

Групповые действия. Противодействие комбинации «стенка». Взаимодействие игроков при розыгрыше противником стандартных комбинаций.

Тактика вратаря. Уметь выбрать правильную позицию в воротах при различных ударах в зависимости от «угла удара», ввести мяч в игру открывшемуся партнёру, занимать правильную позицию при угловом, штрафном и свободном ударах вблизи своих ворот.

#### **Материально - техническое обеспечение.**

Мячи футбольные;  
Насос с иглой для надувания мячей;  
Сетка для переноса и хранения мячей;  
Футбольные ворота (для мини-футбола);  
Сетки для футбольных ворот;  
Жилетки игровые разного цвета;  
Флажки разметочные с опорой;  
Стойки для обводки;  
Конусы;  
Фишки;  
Свисток судейский;  
Секундомер.

#### **Литература:**

1. Андреев С.Н., Лапшин О.Б., Ежов П.Ф. Учебная программа для детско-юношеских спортивных школ: Минск, 1992.
2. Алабин В.Г., Алабин А.В., Бизин В.П. Многолетняя тренировка юных спортсменов.-Х.: Основа, 1993.
3. Лях В.И. Тесты в физическом воспитании школьников. М.: Акт, -1998.
4. Программа и методические рекомендации для учебно-тренировочной работы в спортивных школах. Госкомспорт, Олимпийский Комитет России, РФС М.: 1996.
5. Системы подготовки спортивного резерва / под общ.ред.Никитушкина В.Г.- М.: Квант-С,1994.
6. Рогальский Н., Дегель Э.Г. Футбол для юношей. Пер с немецкого М.: ФиС, 1971.
7. Футбол. Учебник для физкультурных интернатов./ под ред.Казакова П.Н. М.: ФиС, 1978.
8. Чанади А. Футбол. Тренировка. М.: ФиС, 1985.