

УПРАВЛЕНИЕ ОБЩЕГО И ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
АДМИНИСТРАЦИИ ГОРОДА НОРИЛЬСКА

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ  
«СРЕДНЯЯ ШКОЛА № 37»

СОГЛАСОВАНО  
на заседании  
управляющего совета  
от «29» августа 2023г.  
протокол № 1

УТВЕРЖДЕНО  
приказом директора МБОУ «СШ № 37»  
№ 01-05/244 от «29» августа 2023 г.  
Севастьяновой О.Г.



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
«ФУТЗАЛ»

**Направленность:** спортивная  
**Уровень:** базовый  
**Возраст учащихся:** 14-15 лет  
**Срок реализации:** 1 год

**Составитель:**  
педагог дополнительного образования  
Манашов Денис Фидаилевич

Норильск 2023 г.

## Оглавление

<b>Раздел 1. Комплекс основных характеристик программы</b>	<b>3</b>
1.1 Пояснительная записка	3
1.2. Цель и задачи программы	5
1.3. Содержание программы	7
1.3.1. Учебный план	7
1.3.2. Содержание учебного плана	7
1.3.3. Планируемые результаты	11
<b>Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий</b>	<b>11</b>
2.1. Календарный учебный график	11
2.2. Рабочая программа	11
2.3. Условия реализации программы	12
2.4. Формы аттестации и контроля	12
2.5. Оценочные материалы	12
2.6. Методические материалы	13
2.6.1. Формы, методы и технологии обучения	14
2.6.2. Материально-технические условия	16
2.7. Список литературы для педагогов	16
2.8. Список литературы для учащихся и их родителей	16

## Раздел 1. Комплекс основных характеристик программы

### 1.1 Пояснительная записка

Программа объединяет все виды деятельности обучающихся (кроме учебной деятельности), в которых возможно и целесообразно решение задач их воспитания и социализации.

Рабочая программа внеурочной деятельности «Футзал» предназначена для спортивной и оздоровительной работы с обучающимися, проявляющими интерес к физической культуре и спорту.

Футзал — один из игровых видов спорта в программах физического воспитания обучающихся общеобразовательных учреждений. Он включён в урочные занятия, широко практикуется во внеклассной и внешкольной работе — это занятия в спортивной секции по футзалу, физкультурно-массовые и спортивные мероприятия (соревнования в общеобразовательном учреждении, на уровне района и т.п.).

Чтобы играть в футзал, необходимо уметь быстро выполнять двигательные действия, высоко прыгать, мгновенно менять направление и скорость движения, обладать ловкостью и выносливостью. Занятия футзалом улучшают работу сердечно-сосудистой и дыхательной систем, укрепляют костную систему, развивают подвижность суставов, увеличивают силу и эластичность мышц. Постоянное взаимодействие с мячом способствует улучшению глубинного и периферического зрения, точности и ориентировке в пространстве. Развивается двигательная реакция на зрительные и слуховые сигналы. Игра в футзал требует от занимающихся максимального проявления физических возможностей, волевых усилий и умения пользоваться приобретёнными навыками. Проявляются положительные эмоции: жизнерадостность, бодрость, желание победить. Развивается чувство ответственности, коллективизма, скорость принятия решений. Благодаря своей эмоциональности игра в футзал представляет собой средство не только физического развития, но и активного отдыха. Широкому распространению футзала содействует несложное оборудование: небольшая площадка, сетка, мяч.

В программе представлены доступные для обучающихся упражнения, способствующие овладению элементами техники и тактики игры в футзал, развитию физических способностей.

**Актуальность программы** - заключается в том, что занятия по ней, позволят учащимся восполнить недостаток навыков и овладеть необходимыми приёмами игры во внеурочное время, так как количество учебных часов отведённых на изучение раздела «футзал» в школьной программе недостаточно для качественного овладения игровыми навыками и в особенности тактическими приёмами. Программа актуальна на сегодняшний день, так как её реализация восполняет недостаток двигательной активности, имеющийся у подростков оздоровительный эффект, а также благотворно воздействует на все системы детского организма. Новизна программы заключается в том, что в ней предусмотрено уделить большее количество учебных часов на разучивание и совершенствование тактических приёмов, что позволит учащимся идти в ногу со временем и повысить уровень соревновательной деятельности в футзале. Реализация программы предусматривает также психологическую подготовку, которой в других программах уделено, незаслуженно мало внимания. Кроме этого, по ходу реализации программы предполагается использование ИКТ для мониторинга текущих результатов, тестирования для перехода на следующий этап обучения, поиска информации в Интернет, просмотра учебных программ, видеоматериала.

Данная программа направлена на формирование, сохранение и укрепления здоровья обучающихся, в основу, которой положены личностно-ориентированный подходы.

Основная идея программы заключается в мотивации обучающихся на ведение здорового образа жизни, в формировании потребности сохранения физического и психического здоровья как необходимого условия социального благополучия и успешности человека.

*Срок реализации* данной программы рассчитан на 1 год.

*Режим занятий.*

Общее количество часов в неделю – 1 час.

Занятия проводятся 1 раза в неделю по 1 часу.

Продолжительность одного академического часа – 45 мин

***Нормативные документы, регламентирующие разработку и реализацию дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ:***

1. Федеральный Закон РФ от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (в редакции от 31.07.2020 № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся»).

2. Приказ Министерства просвещения РФ от 09.11.2018 № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (в редакции от 30.09.2020 № 533).

3. Приказ Министерства образования и науки РФ от 23.08.2017 г. № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ».

4. Приказ Министерства просвещения РФ от 17.03.2020 г. № 103 «Об утверждении временного Порядка сопровождения реализации образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования, образовательных программ среднего профессионального образования и дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий».

5. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарноэпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

6. Приказ Министерства просвещения РФ от 13.03.2019 № 114 «Об утверждении показателей, характеризующих общие критерии оценки качества условий осуществления образовательной деятельности организациями, осуществляющими образовательную деятельность по основным общеобразовательным программам, образовательным программам среднего профессионального образования, основным программам профессионального обучения, дополнительным общеобразовательным программам».

7. Концепция развития дополнительного образования детей, утвержденная распоряжением Правительства РФ от 04.09.2014 № 1726-р.

8. Стратегия развития воспитания в РФ до 2025 года, утвержденная распоряжением Правительства РФ от 29.05.2015 № 996-р.

9. Приоритетный проект «Доступное дополнительное образование детей»

10. Паспорт федерального проекта «Успех каждого ребенка», утвержденный на заседании проектного комитета по национальному проекту «Образование» 07.12.2018 (протокол № 3). Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ в образовательных учреждениях города Норильска 5

11. Приказ Министерства просвещения РФ от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей».

12. Приказ министерства образования Красноярского края от 23.09.2020 № 434-11-05 «Об утверждении Правил персонифицированного финансирования дополнительного образования детей в Красноярском крае».

## 1.2. Цель и задачи программы

**Цель:** укрепление здоровья, физического развития, воспитание личностных качеств, освоение и совершенствование жизненно важных двигательных навыков.

**Задачи:**

### 1.Образовательные:

- совершенствование техники и тактики игры в футзал;
- осуществлять помощь в судействе;
- применять полученные знания в самостоятельных занятиях физической культурой;
- прививать необходимые теоретические знания в области физической культуры, спорта, гигиены.

### 2.Воспитательные:

- формировать потребность к систематическим занятиям физическими упражнениями;
- прививать учащимся интерес и любовь к занятиям различным видам спортивной и игровой деятельности;
- воспитывать культуру общения со сверстниками и формировать навыки сотрудничества в условиях учебной, игровой и соревновательной деятельности;
- популяризация футзала как вида спорта и активного отдыха;
- способствовать воспитанию нравственных чувств, сознания и дальнейшего проявления их в общественно полезной и творческой деятельности.

### 3.Оздоровительные.

- понимание здоровья как важнейшего условия саморазвития и самореализации человека;
- вырабатывать умение в любой игровой ситуации регулировать степень внимания и мышечного напряжения, и дозирования физических нагрузок;
- пропаганда здорового образа жизни, укрепление здоровья, содействие гармоническому физическому развитию занимающихся;
- развитие физических способностей (силовых, скоростных, скоростно-силовых, координационных, выносливости, гибкости).

### Социально педагогическая:

- формирование общественно активной личности, способной реализовать себя в социуме.

В зависимости от индивидуальных возможностей учебной группы или при невозможности провести 144 занятия по объективным причинам (болезни, каникулы или др. уважительные причины) преподаватель может по своему усмотрению изменять порядок различных тем внутри учебного плана, или добавлять занятия в другие дни взамен пропущенных. Можно также исключать некоторые уроки или заменить на другие, которые хуже усваиваются.

## Учебно-тематическое планирование

№	Наименование разделов, тем	Кол-во часов
1	Общая физическая подготовка	6
2	Специальная физическая подготовка	8
3	Техническая подготовка	6
4	Тактическая, теоретическая, психологическая подготовка	6
5	Технико-тактическая подготовка	8
6	Участие в соревнованиях, судейская практика	2
	Итого	36

Целью реализации основной образовательной программы является обеспечение планируемых результатов по достижению знаний, умений, навыков и компетенций, определяемых личностными, семейными, общественными и индивидуальными особенностями его развития и состояния здоровья.

Вид учебной группы – постоянство учебной группы обязательно, т. к. новый материал базируется на предыдущем, и навыки накапливаются с каждым занятием. Форма занятий соответствует современным образовательным тренировкам, в которых отражён принцип индивидуального и группового обучения в пределах одной группы. Планируются следующие формы занятий: беседа, рассказ, теоретические и практические занятия, соревнования

### 1.3. Содержание программы

#### 1.3.2. Содержание учебного плана

##### 1 год обучения.

**Введение:** История возникновения и развития футзала. Современное состояние футзала. Правила безопасности при занятиях футзалом.

#### **Общая физическая подготовка.**

**Теория:** Значение ОФП в подготовке футзалистов.

**Практика:** Общеразвивающие упражнения направленные на развитие всех физических качеств. Упражнения на снарядах, тренажерах, футбол, баскетбол.

#### **Специальная физическая подготовка.**

**Теория:** Значение СФП в подготовке футзалистов.

**Практика:** Подготовительные упражнения, направленные на развитие силы и быстроты сокращения мышц, которые участвуют в выполнении технических приёмов, скорости, прыгучести, специальной ловкости, выносливости (скоростной, прыжковой, силовой, игровой) быстроты перехода от одних действий к другим. Подвижные и спортивные игры.

#### **Техническая подготовка.**

**Теория:** Значение технической подготовки в футзале.

**Практика:** Стойки. Приёмы и передачи мяча (двумя руками снизу, двумя руками сверху). Поддачи снизу. Прямые нападающие удары. Защитные действия (блоки, страховки).

#### **Тактическая подготовка.**

**Теория:** Правила игры в футбол. Значение тактической подготовки в футзале.

**Практика:** Тактика подач. Тактика передач. Тактика приёмов мяча.

### 1.3.3. Планируемые результаты

**По окончании первого года обучения, учащийся должны знать.**

- **знать /понимать:**

- роль физической культуры и спорта в формировании здорового образа жизни, организации активного отдыха и профилактики вредных привычек;
- основы формирования двигательных действий и развития физических качеств;
- способы закаливания организма и основные приемы самомассажа;

- **уметь:**

- составлять и выполнять комплексы упражнений утренней и корригирующей гимнастики с учетом индивидуальных особенностей организма;
- выполнять технические действия по футзалу;
- выполнять комплексы упражнений на развитие основных физических качеств, адаптивной физической культуры с учетом состояния здоровья и физической подготовленности;
- осуществлять наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью, контроль за техникой выполнения двигательных действий и режимами физической нагрузки;

- соблюдать безопасность при выполнении физических упражнений;

- **использовать приобретенные знания и умения** в практической деятельности и повседневной жизни для:

- проведения самостоятельных занятий по формированию индивидуального телосложения и коррекции осанки, развитию физических качеств, совершенствованию техники движений;
- включения занятий физической культурой и спортом в активный отдых и досуг.

## Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий

### 2.1. Календарный учебный график

Начало учебного года: 1 сентября.

Окончание учебного года: 31 мая.

Количество учебных недель: 36 недель.

Календарный учебный график ежегодно утверждается приказом заместителя директора учреждения.

Количество учебных дней зависит от утвержденного в начале года расписания группы, установленных государственных праздничных и нерабочих дней, выходных.

### 2.2. Рабочая программа

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа реализуется в течение года в виде рабочих программ для каждой учебной группы. Рабочие программы разрабатываются педагогом на начало учебного года по следующей форме:

№	Тема занятия	Кол-во	Форма	Дата	Примечание
---	--------------	--------	-------	------	------------

		часов	контроля		

### 2.3. Условия реализации программы

1. Создать стабильный коллектив в группе.
2. Уметь применять полученные знания на практике.
3. Уметь оценивать различные ситуации.
4. Развивать устойчивый интерес к занятиям по футболу;
5. Прививать умение и навыки, ведение здорового образа жизни.
6. Прививать умение выполнять правила личной гигиены.
7. Умение организовать рабочее место.
8. Умение выбирать способ деятельности.
9. Умение сравнивать, обобщать, анализировать свои действия.

### 2.4. Формы аттестации и контроля

Программа предусматривает промежуточную и итоговую аттестацию результатов обучения детей.

В начале года проводится входное тестирование. Промежуточная аттестация проводится в виде текущего контроля в течение всего учебного года. Она предусматривает 1 раз в полгода зачетное занятие по общей и специальной физической подготовке при выполнении контрольных упражнений.

Итоговая аттестация проводится в конце второго года обучения и предполагает зачет в форме контрольной игры в футбол. Итоговый контроль проводится с целью определения степени достижения результатов обучения и получения сведений для совершенствования программы и методов обучения.

В конце учебного года (в мае месяце) все учащиеся группы сдают по общей физической подготовке контрольно-переводные зачеты. Результаты контрольных испытаний являются основой для отбора в группы следующего этапа многолетней подготовки.

Контрольные игры проводятся регулярно в учебных целях как более высокая ступень учебных игр с заданиями. Кроме того, контрольные игры незаменимы при подготовке к соревнованиям.

### 2.5. Оценочные материалы

Оценке подлежит уровень теоретических знаний, технической и физической подготовки. При обучении элементам результат оценивается по схеме "сделал - не сделал" ("получилось - не получилось").

Эффективность обучения может определяться и количественно - "сделал столько-то раз". Оценка результатов может проводиться на контрольном или соревновательном занятии. Если оценивается минимальный достигнутый уровень физической подготовки, то устанавливается ряд контрольных упражнений, тестов, оцениваемых в соответствующих единицах (секундах, метрах, количестве раз, или в процентах от исходного уровня).

**Контрольные испытания.** Сдача контрольных нормативов по общей, специальной физической и технической подготовленности.

Посещение соревнований по футболу и другим видам спорта.

## Физическое развитие и физическая подготовленность



№ п/п	Содержание требований (вид испытаний)	девочки	мальчики
1	2	3	4
1.	Бег 30 м с высокого старта (с)	5,0	4,9
2.	Бег 30 м (6х5) (с)	11,9	11,2
3.	Прыжок в длину с места (см)	150	170
4.	Прыжок вверх, отталкиваясь двумя ногами с разбега (см)	35	45
5.	Метание набивного мяча массой 1 кг из-за головы двумя руками:	5,0	6,0
	- сидя (м)	7,5	9,5
	- в прыжке с места (м)		

### Техническая подготовленность

№ п/п	Содержание требований (вид испытаний)	Количественный показатель
1	2	3
1.	Передача мяча на точность	4
	Передачи мяча головой	
2.	Приём мяча с передачи партнера	3
3.	Чередование способов передачи и приёма мяча	3
4.	Удары по мячу	8

Экскурсии, походы, посещения соревнований. Экскурсии в музеи, на выставки. Посещение соревнований по футболу и другим видам спорта.

## 2.6. Методические материалы

### Дидактические материалы:

- Правила игры в футбол.
- Правила судейства в футболе.
- Положение о соревнованиях по футболу.

### Методические рекомендации:

- Рекомендации по организации безопасного ведения двусторонней игры.
- Рекомендации по организации подвижных игр с футбольным мячом.
- Рекомендации по организации работы с картотекой упражнений по футболу.
- Инструкции по охране труда.

**Контрольные испытания.** Сдача контрольных нормативов по общей, специальной физической и технической подготовленности.

### 2.6.1. Формы, методы и технологии обучения

- словесные методы – методы, создающие предварительное представление об изучаемом движении. К словесным методам относятся следующие формы речи: объяснение, рассказ, замечание, команда, распоряжение, указание, подсчет и др.;
- наглядные методы применяются главным образом в виде показа упражнений, учебных наглядных пособий, видеофильмов. Данные методы помогают создать конкретные представления об изучаемых действиях;

- практические методы: метод упражнений, игровой и соревновательный методы. Основным является метод упражнений, который предусматривает многократное повторение движений. Разучивание упражнений осуществляется двумя способами: в целом и по частям.

Программа «Футзал» направлена на реализацию следующих принципов:

- принцип модификации, основанный на выборе средств, методов и форм организации занятий, учитывающих возрастно-половые и индивидуальные особенности детей.
- принцип сознательности и активности, основанный на формировании у детей осмысленного отношения к выполнению поставленных задач.
- принцип доступности, основанный на индивидуальном подходе к обучающимся, который создает благоприятные условия для развития личностных способностей.
- принцип последовательности обеспечивает перевод двигательного умения в двигательный навык.

Начало работы по разделу включает знакомство с теоретическим материалом. Затем следует практическая часть занятия.

Различного вида игры и упражнения способствуют совершенствованию деятельности основных физиологических систем организма (нервной, сердечно - сосудистой, дыхательной), улучшению физического развития, физической подготовленности детей, воспитанию положительных морально-волевых качеств. Очень ценно, что занятия играми способствуют воспитанию у обучающихся положительных черт характера, создают благоприятные условия для воспитания дружеских отношений в коллективе, взаимопомощи.

### **Методы, способы и приемы стимулирования и мотивации детской деятельности**

#### **Эмоциональные методы:**

- Поощрение;
- Порицание;
- Создание ситуации успеха;
- Стимулирующее оценивание.

#### **Познавательные методы:**

- Познавательный интерес;
- Выполнение творческих заданий;
- Развивающая кооперация.

#### **Волевые методы:**

- Предъявление учебных требований;
- Информация об обязательных результатах обучения;
- Познавательные затруднения;
- Прогнозирование деятельности.

#### **Социальные методы:**

- Создание ситуации взаимопомощи;
- Поиск контактов и сотрудничества;
- Заинтересованность в результатах.

При обучении используются основные методы организации и осуществления учебно-познавательной работы, такие как словесные, наглядные, практические, индуктивные и

проблемно-поисковые. Выбор методов (способов) обучения зависит о психофизиологических, возрастных особенностей детей, темы и формы занятий. При этом в процессе обучения все методы реализуются в теснейшей взаимосвязи. Методика проведения занятий предполагает постоянное создание ситуаций успешности, радости от преодоления трудностей в освоении изучаемого материала. С первых занятий учащиеся приучаются к технике безопасности, противопожарной безопасности, к правильной организации собственного труда, рациональному использованию рабочего времени, грамотному использованию спортивного инвентаря и спортивных снарядов. В основу программы легли определенные педагогические принципы: принцип субъектности познающего сознания. Педагог и учащийся определяются активными субъектами образования.

Принцип дополнительности - монолог педагога уступает место смысловому диалогу, взаимодействию, партнерству, ориентация на реальную свободу развивающейся личности. Принцип открытости учебной и воспитательной информации. Мир знаний "открывается" перед учащимся благодаря работе его сознания, как главной личной ценности. Педагог не "преподносит" знания в готовом для понимания виде, а придает им контекст открытия. Принцип уважения к личности ребенка в сочетании с разумной требовательностью к нему предполагает, что требовательность является своеобразной мерой уважения к личности ребенка. Разумная требовательность всегда целесообразна, если продиктована потребностями воспитательного процесса и задачами развития личности. Принцип сознательности и активности учащихся предполагает создание условий для активного и сознательного отношения учащихся к обучению, условий для осознания учащимися правильности и практической ценности получаемых знаний, умений и навыков. Принцип дифференцированного и индивидуального подхода в обучении предполагает необходимость учета индивидуальных возможностей и возрастных психофизиологических особенностей каждого учащегося при выборе темпа, методов и способа обучения. Принцип преемственности, последовательности и систематичности заключается в такой организации учебного процесса, при которой каждое занятие является логическим продолжением ранее проводившейся работы, позволяет закреплять и развивать достигнутое, поднимать учащегося на более высокий уровень развития. Принцип доступности и пассивности заключается в применении основного правила дидактики "от простого к сложному, от известного к неизвестному".

#### **Материально-технические условия:**

Основной учебной базой для проведения занятий является спортивный зал ОУ с футзальной разметкой площадки, футзальными стойками.

#### **Спортивный инвентарь:**

футзальные мячи – 15 – 20 штук;

набивные мячи - на каждого обучающегося;

перекладины для подтягивания в висе – 5 штук;

гимнастические скакалки для прыжков на каждого обучающегося;

футзальная сетка;

гимнастические маты;

баскетбольные и теннисные мячи – 10 – 15 штук;

#### **Спортивные снаряды:**

гимнастические скамейки – 3- 5 штук;

гимнастическая стенка – 6 пролетов.

## **2.7. Список литературы для педагога**

1. Банников А.М., Костюков ВВ. Пляжный футзал (тренировка, техника, тактика). - Краснодар, 2001.
2. Футзал: поурочная учебная программа для ДЮСШ и СДЮШОР. -М., 1982 (ГНП), 1983 (УТТ), 1985 (ГСС).
3. Футзал / Под ред. А.В. Беляева, М.В. Савина. - М., 2000.
4. Железняк Ю.Д. К мастерству в футзале. - М., 1978.
5. Железняк Ю.Д. Юный футзалист. - М., 1988.
6. Железняк Ю.Д., Ивойлов А.В. Футзал. - М., 1991.
7. Железняк Ю.Д., Кунянский В.А. У истоков мастерства. - М., 1998.
8. Марков К. К. Руководство тренера по футзалу. - Иркутск, 1999.
9. Марков К. К. Тренер - педагог и психолог. - Иркутск, 1999.
10. Матвеев Л. П. Основы общей теории спорта и системы подготовки спортсменов в олимпийском спорте. - Киев, 1999.
11. Настольная книга учителя физической культуры / Под ред. Л.Б. Кофма-на. - М, 1998.
12. Никитушкин В.Г., Губа В.П. Методы отбора в игровые виды спорта. -М., 1998.
13. Основы управления подготовкой юных спортсменов / Под ред. М.Я. Набатниковой. - М, 1982.
14. Платонов В. Н. Общая теория подготовки спортсменов в олимпийском спорте. - Киев, 1997.
15. Система подготовки спортивного резерва. - М., 1999.
16. Современная система спортивной подготовки /Под ред. Ф.П. Суслова, В.Л. Сыча, Б.Н. Шустина. - М., 1995.

## **2.8. Список литературы для учащихся и родителей**

- 1.Твой олимпийский учебник: Учебн. Пособие для учреждений образования России. - 15-е издание. В.С.Родиченко и др.-М, ФиС 2005.144 с.
- 2.Клещев Ю.Н. Юный футзалист. М.:Физкультура и спорт. 1989.
- 3.Фурманов А.Г. Футзал на лужайке, в парке, во дворе. М.:Физкультура и спорт. 1982

### Календарно-тематический план

дополнительной общеобразовательной программы «Футзал»

#### Модуль 1. Объём учебных часов - 16

№ п/п	Дата проведения занятия	Тема занятия (элементы содержания)	Всего, часы	теория	практика	Примечание
1.		Инструктаж по технике безопасности. История футбола	1	0,5	0,5	
2.		Остановка, передача мяча. (Стойка игрока. Перемещение в стойке боком, лицом. Остановка и передача мяча на месте. Учебная игра)	1	0,5	0,5	
3.		Остановка, передача мяча. (Стойка игрока. Перемещение в стойке боком, лицом. Остановка и передача мяча на месте. Учебная игра)	1	1		
4.		Остановка, передача мяча. (Стойка игрока. Перемещение в стойке боком, лицом.	1		1	

		Остановка и передача мяча на месте. Учебная игра)				
5.		Ведение мяча (Ведение мяча внешней частью и средней частью подъёма. Игра «Квадрат». Учебная игра)	1	1		
6.		Ведение мяча (Ведение мяча внешней частью и средней частью подъёма. Игра «Квадрат». Учебная игра)	1		1	
7.		Ведение мяча (Ведение мяча носком, внутренней стороной стопы. Игра «Квадрат». Учебная игра)	1		1	
8.		Ведение мяча (Ведение мяча носком, внутренней стороной стопы. Игра «Квадрат». Учебная игра)	1		1	
9.		Ведение мяча (Ведение мяча с изменением направления. Игра «Квадрат». Учебная игра)	1		1	
10.		Ведение мяча (Ведение мяча с изменением направления. Игра «Квадрат». Учебная игра)	1		1	
11.		Остановка мяча (Остановка опускающегося мяча. Развитие двигательных качеств. Учебная игра.)	1	1		
12.		Остановка мяча (Остановка опускающегося мяча. Развитие двигательных	1		1	

		качеств. Учебная игра.)				
13.		Остановка мяча (Остановка мяча бедром и лбом. Элементы акробатики. Учебная игра.)	1		1	
14.		Остановка мяча (Остановка мяча бедром и лбом. Элементы акробатики. Учебная игра.)	1		1	
15.		Остановка мяча (Остановка мяча бедром и лбом. Элементы акробатики. Учебная игра.)	1	1		
16.		Остановка мяча (Остановка мяча грудью. Жонглирование. Учебная игра.)	1		1	

**Модуль 2. Объём учебных часов - 18**

17.		Остановка мяча (Остановка мяча грудью. Жонглирование. Учебная игра.)	1		1	
18.		Удары по мячу (Удары по мячу внешней стороной стопы и внешней частью подъёма. 6-10 минутный бег. Учебная игра.)	1		1	
19.		Удары по мячу (Удары по мячу внешней стороной стопы и внешней частью подъёма. 6-10 минутный бег. Учебная игра.).	1		1	
20.		Удары по мячу (Техника игры вратаря. Учебная игра.)	1	1		
21.		Удары по мячу (Техника игры вратаря. Учебная игра.)	1		1	

22.		Удары по мячу (Техника игры вратаря. Учебная игра.)	1		1	
23.		Удары по мячу (Удары по катящемуся мячу. «Квадрат». СФП. Учебная игра.)	1			
24.		Удары по мячу (Удары по катящемуся мячу. «Квадрат». СФП. Учебная игра.)	1		1	
25.		Удары по мячу (Удары по катящемуся мячу. «Квадрат». СФП. Учебная игра.)	1		1	
26.		Удары по мячу (Удары по катящемуся мячу. «Квадрат». СФП. Учебная игра.)	1		1	
27.		Удары по мячу  (Удары по мячу с полулёта. Элементы акробатики. Учебная игра.)	1	1		
28.		Удары по мячу  (Удары по мячу с полулёта. Элементы акробатики. Учебная игра.)	1		1	
29.		Удары по мячу  (Удары по мячу головой. Эстафеты. Учебная игра.)	1	0,5	0,5	
30.		Удары по мячу  (Обманные движения (финты). Игра «Квадрат». Учебная игра)	1		2	
31.		Удары по мячу  (Обманные движения (финты). Игра «Квадрат». Учебная игра)	1		1	



32.	Действия в защите и в нападении  (Индивидуальные действия в защите и в нападении. Тактика вратаря. Учебная игра)	1	0,5	0,5	
33.	Действия в защите и в нападении  (Индивидуальные действия в защите и в нападении. Тактика вратаря. Учебная игра)	1		1	
34.	Действия в защите и нападении  (Групповые действия в защите и в нападении. Учебная игра.)	1		1	
35.	Удары по мячу  (Обманные движения (финты). Игра «Квадрат». Учебная игра)				
36.	Тактика вратаря. Учебная игра)				
	<b>Итого: 34 часа</b>				