

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области  
Средняя общеобразовательная школа «Центр образования» имени Героя Советского Союза  
В.Н. Федотова пос. Варламово муниципального района Сызранский Самарской области

Рассмотрено  
и принято на заседании МО  
физкультурно-спортивной  
направленности  
Протокол № 1 от 24.07.2023г.

Проверено,  
рекомендовано к  
утверждению  
Руководитель структурного  
подразделения «ДЮСШ»  
ГБОУ СОШ «Центр  
образования» пос.Варламово  
\_\_\_\_\_ Е.А.Фоменко

Утверждено к использованию в  
образовательном процессе  
Приказ № 991 от 24.07.2023 г  
Директор ГБОУ СОШ «Центр  
образования» пос. Варламово  
\_\_\_\_\_ И.Г. Парфенова

**Модульная дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа  
физкультурно-спортивной направленности  
«Футзал».**

Возраст обучающихся: 5-18 лет

Срок реализации: 1 год

Авторы – составители: педагоги  
дополнительного образования  
Авилкин Алексей Федорович  
Будников Максим Николаевич  
Фоменко Евгений Александрович

Сызранский район, 2023 г.

## Пояснительная записка

Программа «Футзал» является Модульной, составлена в соответствии с Нормативными основаниями для разработки **модульных дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ, включенных в систему ПФДО:**

- Федеральный закон от 29.12.2012 г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».

- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. № 996-р)

- распоряжение Правительства РФ «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей» от 31.03.2022 г. № 678-р;

- приказ Министерства просвещения РФ «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» от 27.07.2022 № 629.

- Приказ Министерства просвещения России от 9.11.2018 № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 4 июля 2014 года № 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей»

- Приказ министерства образования и науки Самарской области от 20.08.2019 г. № 262-од «Об утверждении Правил персонифицированного финансирования дополнительного образования детей в Самарской области на основе сертификата персонифицированного финансирования дополнительного образования детей, обучающихся по дополнительным общеобразовательным программам»

- Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ, направленных письмом Минобрнауки России от 18.11.2015 № 09-3242.

- «Методические рекомендации по разработке дополнительных общеобразовательных программ» (Приложение к письму министерства образования и науки Самарской области от 03.09.2015 № МО -16-09-01/826-ТУ)

Данная программа разработана на основе типовой учебно-тренировочной программы спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных школ олимпийского резерва.

Программа разработана на основе нормативно-правовых документов, регулирующих

деятельность, спортивных школ, в ней отражены основные принципы спортивной подготовки юных спортсменов, результаты научных исследований, опыт работы спортивных школ по футболу.

Программа служит основным документом для эффективного построения подготовки резервов квалифицированных футболистов и содействия успешному решению задач физического воспитания детей дошкольного и школьного возраста.

В процессе обучения у обучающихся формируется потребность в систематических занятиях физическими упражнениями, обучающиеся приобщаются к здоровому образу жизни, приобретают привычку заниматься физическим трудом, умственная нагрузка компенсируется у них физической. Занятия спортом дисциплинируют, воспитывают чувство коллективизма, волю, целеустремленность, способствуют поддержке при изучении общеобразовательных предметов, так как укрепляют здоровье.

**Направленность** программы «Футзал»: физкультурно-спортивная.

**Отличительная особенность программы.** Данная программа составлена с использованием специальной литературы по обучению футболу. В программе задействованы методики обучения игре в футбол, которые на данный момент являются наиболее современными и используются при подготовке футболистов. Программа позволяет варьировать нагрузку ребенка (в зависимости от его физических возможностей), не теряя результат обучения. В программе используются принципы наглядности, доступности и индивидуализации.

Новизна данной дополнительной образовательной программы заключается в том, что по форме организации образовательного процесса она является модульной.

**Актуальность** программы обусловлена тем, что появилась потребность у обучающихся разного возраста в личном физическом обучении и совершенствовании своего мастерства через соревновательную деятельность в данном виде спорта.

**Педагогическая целесообразность:** Программа предусматривает получение знаний о спортивно-оздоровительной деятельности, физическое совершенствование со спортивной направленностью, ознакомление со способами спортивно-оздоровительной деятельности.

**Цель программы:** развитие физических качеств, совершенствование двигательных умений и навыков в игре в футбол, подготовка юных спортсменов для реализации своих достижений в соревновательной деятельности.

**Задачи:**

- обучение основам техники и тактики игры;
- укрепление здоровья;
- воспитание потребности и умения самостоятельно заниматься;
- освоение знаний о физической культуре и спорте.

**Возраст детей:** 5-18 лет. Наполняемость – 10 – 15 обучающихся в группе.

**Сроки реализации:** программа рассчитана на 1 год обучения (126 часов в год – 3,5 академических часа в неделю).

**Формы обучения:** очная. Продолжительность учебного года: 36 недель. Данная дополнительная общеобразовательная программа рассчитана на полную реализацию в течение одного года.

В зависимости от поставленных задач на занятия используются различные методы обучения:

- словесные;
- наглядные.

**Формы организации деятельности:** коллективные (занятия), групповые (работа в парах), индивидуальные (работа с педагогом).

1. Проведение теоретических занятий;
2. Проведение практических занятий;
3. Организация и учет контрольных упражнений;
4. Участие в спортивных соревнованиях;
5. Осуществление санитарно-гигиенического и врачебно-медицинского обследования, восстановительно-профилактические мероприятия. Проведение воспитательных и культурно-массовых мероприятий (физкультурные и спортивные праздники).
6. Организация прохождения спортсменами судейской практики (помощь педагогу, проведение занятий с группой товарищей, судейство соревнований).

Основной принцип работы объединения – выполнение программных требований по физической, технической, тактической, теоретической подготовке, выраженных в количественных и качественных показателях. Основой подготовки обучающихся является универсальность в овладении технико-тактическими приемами игры. Для успешного овладения программным материалом, сочетаются занятия с самостоятельной работой, которая реализуется обучающимися в виде заданий, разработанных педагогом совместно с детьми.

В группах проводятся контрольные испытания по общей, специальной, физической и технической подготовке.

**Режим занятия:** занятия проводятся 1-3 раза в неделю по 0.5 - 2 часа. Продолжительность занятия 22-45 минут с обязательным перерывом 10 минут.

**Ожидаемые результаты:**

У обучающегося будут сформированы:

- навыки общения в процессе познания;

- навыки сотрудничества со взрослыми и сверстниками;
- установка на безопасный, здоровый образ жизни.

Обучающиеся получают возможность для формирования:

- самостоятельности и личной ответственности;
- принятия ценностей других людей;
- готовности к сотрудничеству.

Метапредметные результаты

### **Регулятивные**

- определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- соответствие с поставленной задачей и условиями ее реализации;
- различать способы и результат действия.
- определять под руководством педагога критерии оценивания задания.

### **Познавательные**

- самостоятельно или в сотрудничестве с педагогом выявлять причинно-следственные связи;
- совместно с педагогом или в групповой работе отбирать необходимые источники информации;
- планировать свою работу по изучению незнакомого материала;
- самостоятельно делать выводы.

### **Коммуникативные**

- сотрудничать в совместном решении проблемы (задачи), выполняя различные роли в группе;
- отстаивать свою точку зрения, соблюдая правила речевого этикета;
- участвовать в работе группы, распределять роли.
- вставать на позицию другого человека.

**Критерии и способы определения результативности, обучающиеся должны знать:**

- правила игры в футбол;
- правильность счёта по партиям, ведение счёта по протоколу;
- классификацию упражнений, применяемых в учебно-тренировочном процессе;
- положение о соревнованиях, способы проведения соревнований (круговой, с выбыванием, смешанный);
- обязанности судей.

— **обучающиеся должны уметь:**

- выполнять перемещения, передачи мяча
- выполнять прием и передачу мяча;
- выполнять прямую, боковую подачу на точность;
- выполнять обманные действия;
- выполнять падения.

**Способы определения результативности:**

- педагогическое наблюдение,
- выполнение нормативом ОФП,
- участие в соревнованиях.

Конвергентный подход в данной программе направлен на создание мотивации у обучающихся на выступление в социально – значимых соревнованиях, отбор воспитанников с высоким уровнем физических возможностей. Реализация данного подхода происходит с помощью способов и технологий, разработанных на основе методических рекомендаций по данному виду спорта «Футзал».

**Формы подведения итогов:**

соревнования, товарищеские матчи.

### Учебный план ДОП «Футзал»

№ п/п	Наименование модуля	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1.	Теория Общая физическая подготовка	42	7	35
2.	Специальная физическая подготовка Техническая подготовка Тактическая подготовка	42	-	42
3.	Инструкторская и судейская практика Соревнования Контрольные испытания	42	-	42
<b>ИТОГО:</b>		<b>126</b>	<b>7</b>	<b>119</b>

## СОДЕРЖАНИЕ

### 1. Модуль «Теория. Общая физическая подготовка» (42 часа)

**Цель модуля:** создание условий для формирования интереса к спортивным занятиям по виду «Футзал».

**Задачи модуля:**

изучить основные исторические аспекты возникновения футзала, как вида спорта в России и в мире;

- изучить правила игры в футзал;
- изучить гигиенические знания и навыки юного спортсмена;
- научить выполнять несложные спортивные движения, подготовительные для участия в игре «Футзал».

*Теоретическая часть 7 часов*

Гигиена. Режим дня. Гигиена сна, питание, одежды, обуви. Гигиенические требования к инвентарю. Сведения об использовании естественных факторов природы и закаливание организма. Меры профилактики. Массаж и самомассаж. Самоконтроль, предупреждение травматизма. Зависимость появления травм от неправильного отношения к гигиеническим требованиям. Связочный аппарат.

История возникновения игры в футзал. Достижения и успехи российских и зарубежных спортсменов. Характеристика игры. Инвентарь и уход за ним. Сведения о необходимом инвентаре и оборудовании для занятий футзалом, о правильном хранении и уходе за ним.

Строение организма. Основные функции.

Правила игры в футзал. Функции игроков, правила, расстановка.

*Практическая часть 35 часов*

Общая физическая подготовка направлена на выполнение требований, которые диктуют условия игры. ОФП должна способствовать развитию таких важных качеств, как быстрота реакции, подвижность, гибкость, прыгучесть выносливость стойкость. Немаловажное значение имеют природные задатки футзалистов.

ОФП включает в себя:

- Общеразвивающие упражнения без предметов: упражнения для рук и плечевого пояса, туловища, ног. Упражнения с сопротивлением: упражнения в парах. Упражнения для повышения быстроты бега. Прыжки с места, с разбега.
- Упражнения с предметами: упражнения со скакалкой, упражнения с набивными мячами.
- Строевые упражнения. Выполнение строевых команд, перестроений, поворотов,



движения строем, остановки.

- Гимнастика. Упражнения для мышц рук и плечевого пояса. Упражнения без предметов индивидуальные и в парах. На снарядах: висы, упоры, подтягивания, лазания. Для мышц туловища, ног, таза.

- Акробатика. Группировки в приседе, сидя, лежа на спине. Перекаты, кувырки вперед, назад. Стойки на лопатках. Мост. Прыжки через коня.

- Легкая атлетика. Бег с ускорением. Эстафетный бег с препятствиями, бег на 30, 60, 100, 200м. Прыжки с места в длину, вверх с разбега, тройной. Метание малого мяча с места в стену или щит на дальность отскока, точность. Метание гранаты, толкание ядра.

- Спортивные и подвижные игры. Ловля, передача мяча, ведения. «Гонка мячей», «Салки», «Невод», «Метко в цель», «Подвижная цель», «Мяч среднему», «Охотники и утки», «Перестрелка», «Чехарда». Пионербол, русская лапта и различные эстафеты.

#### **Формы подведения итогов:**

Тестирование, сдача нормативов ОФП.

#### **Учебно-тематический план модуля «Теория. Общая физическая подготовка»**

№ п/п	Наименование тем	Количество часов			Форма аттестации/ контроля
		всего	теория	практика	
1.	Тема : История развития футзала	2	2		Входящая диагностика, наблюдение, тестирование
2.	Тема: Броски набивного мяча	1,5		1,5	наблюдение, тестирование
3.	Тема: Развитие мышц плечевого пояса	2		2	наблюдение, тестирование
4.	Тема: Прыжки в длину с места	1,5		1,5	наблюдение, тестирование
5.	Тема: Бег	2		2	наблюдение, тестирование
6.	Тема: Стойка на лопатках	1,5		1,5	наблюдение, тестирование
7.	Тема: Разновидности прыжков	2	2		наблюдение, тестирование
8.	Тема: Группировки	1,5		1,5	наблюдение, тестирование

9.	Тема: Эстафеты с прыжками	2		2	наблюдение, тестирование
10.	Тема: Игра «В одно касание»	1,5		1,5	наблюдение, тестирование
11.	Тема: Бег 20 м	2		2	наблюдение, тестирование
12.	Тема: Игра «Гонка мячей»	1,5		1,5	наблюдение, тестирование
13.	Тема: Упражнения на скорость	2		2	наблюдение, тестирование
14.	Тема: Развитие мышц туловища	1,5		1,5	наблюдение, тестирование
15.	Тема: Метание мяча в цель	2		2	наблюдение, тестирование
16.	Тема: Развитие мышц туловища	1,5		1,5	наблюдение, тестирование
17.	Тема: Метание мяча в цель	2		2	наблюдение, тестирование
18.	Тема: Игра «Салки»	1,5		1,5	наблюдение, тестирование
19.	Тема: Игра «Мяч среднему»	2		2	наблюдение, тестирование
20.	Тема: Метание мяча с места	1,5	1,5		наблюдение, тестирование
21.	Тема: Разновидности прыжков	2		2	наблюдение, тестирование
22.	Тема: Группировки	1,5		1,5	наблюдение, тестирование
23.	Тема: Эстафеты с прыжками	2		2	наблюдение, тестирование
24.	Тема: Игра «В одно касание»	1,5	1,5		наблюдение, тестирование
	Итого:	42	7	35	

## **2. Модуль «Специальная физическая подготовка. Техническая и тактическая подготовка» (42 часа)**

**Цель модуля:** создание условий для выработки устойчивой внутренней мотивации к занятиям физической культурой и спортом, реализации способностей.

### **Задачи модуля:**

- уметь выполнять перемещения, передачи мяча
- уметь выполнять прием и передачу мяча;
- уметь выполнять прямую, боковую подачу на точность;
- уметь выполнять обманные действия;

- уметь выполнять падения.

### *Практическая часть 42 часа*

Специальная физическая подготовка основана на характерном общем развитии, ставит перед собой цель технически развить игрока при помощи игровых упражнений с мячом, сделать его игру быстрой, маневренной подвижной, здесь педагог использует упражнения с мячом, но при этом необходимо помнить о специальных заданиях: развить, улучшить координацию движений, скорость и так далее.

- Упражнения для развития силы: По сигналу бег на 5, 10, 15 м из исходного положения: сидя, лежа на спине, на животе. Перемещения приставными шагами. Бег с остановками и изменением направления, челночный бег. Ускорения, повороты в беге. Приседания на носках, повороты в стороны в наклоне, упражнения с отягощениями. Подвижные игры «День и ночь», «Вызов номера», «Попробуй унеси».

- Упражнения на развития выносливости: кроссы на местности, ходьба, лыжи, интенсивный или переменный бег.

- Упражнения на развития быстроты: повторный бег с предельной скоростью на различные отрезки, бег с переменной скоростью, бег прыжками, семенящий, с высоким подниманием бедер, прыжки в длину, бег с мячом.

- Упражнения на развития гибкости: наклоны вправо-влево, круговые вращения туловищем, круговые вращения коленями, согнутой в коленях ногой, наклоны вперед пружинистыми движениями, наклоны вперед из положения сидя

- Упражнения на развития ловкости и прыгучести: Кувырки вперед и назад из упора присев. Серии кувырков: один вперед, один назад. Кувырки вперед и назад через плечо. Продвижение прыжками между стойками (камнями, флажками). Прыжки через набивные мячи и другие препятствия. Бег между деревьями (стойками, мячами, флажками, камнями). Подбросьте мяч руками вверх, сделайте кувырок вперед, поймайте опускающийся мяч. То же, но после кувырка быстро встаньте, прыгните вверх и поймайте мяч. Жонглирование мячом ногами. Ведение мяча между предметами на различной скорости. Встаньте с партнером в 3 шагах друг от друга и жонглируйте мячом ногами. По сигналу третьего игрока легкими ударами направляйте мяч друг другу, приняв мяч, продолжайте жонглировать и т. д.

- Упражнения для развития качеств при приеме и передачи мяча.

Сгибание и разгибание колена, круговые вращения стопой ноги. Упор лежа на вытянутых руках «циркуль» на ногах, пальни рук на месте. Передвижение в положении полуприсяд. Броски набивного мяча.

- Упражнения для развития качеств, необходимых при выполнении подачи мяча. «Вертушка». Упражнения с резиновыми амортизаторами. Бег по диагонали, спиной вперед. Махи ногами большой амплитудой и максимальной быстротой. Броски из-за головы с максимальным прогибанием.

Техника игры состоит из применяемых во время игры ударов по мячу, остановок и ведения и бросков мяча.

- удары по мячу различными способами;
- остановки мяча различными способами;
- ведение мяча и обманные движения (финты);
- отбор мяча;
- вбрасывание мяча;
- техника игры вратаря.

Тактика игры в футзал, прежде всего, складывается из разумных и индивидуальных действий отдельных игроков. Умение выбрать место, отобрать или перехватить мяч у противника, обвести его, сделать передачу в нужный момент и в нужном направлении, нанести удар по чужим воротам.

Тактика игры состоит не только из коллективных, организованных действий всей команды или отдельных ее звеньев. Прежде всего, она складывается из разумных индивидуальных действий отдельных игроков

- одним из главных тактических действий является правильный выбор места, выход на главную позицию. Выбор места одинаково важен и для защитника, и для вратаря, и для нападающего;
- следующим не менее важным приемом является отбор мяча. Этим приемом должны владеть не только защитники и полузащитники, но и нападающие;
- точная и своевременная передача мяча, владения арсеналом ударов по мячу, овладение искусством точной, нацеленной передачи;
- ведение и обводка мяча, умение выиграть пространство, выйти на удобную позицию;
- умение хорошо бить со всех дистанций, с разных дистанций, с разных позиций и всеми возможными способами
- Тактика игры вратаря. Ловля и отбивание мяча, умение выбрать правильную позицию, сокращать соперникам «угол обстрела» ворот, руководить работой защитников;
- Тактика игры защитника. Определение сильных и слабых сторон своего подопечного и остальных нападающих команды противника, оборонять ворота, слушать вратаря;
- Тактика игры полузащитника. Стремиться стать хозяином середины поля. Игра в защите, участие в атаке чужих ворот, контролировать зону перед своими защитниками, быстро и

точно передавать мяч партнеру;

- Тактика игры нападающего. Умение индивидуально обыграть своего опекуна, умение владеть различными видами ударов.

**Формы подведения итогов:**

тестирование, выполнение нормативом ОФП, товарищеские встречи.

**Учебно-тематический план модуля «Специальная физическая подготовка.**

**Техническая подготовка. Тактическая подготовка»**

№ п/п	Наименование тем	Количество часов			Форма аттестации/ контроля
		всего	теория	практика	
1	Тема: Взаимодействие защитников с полузащитниками	2	2		наблюдение, тестирование
2	Тема: Удары по воротам на точность	1,5		1,5	наблюдение, тестирование
3	Тема: Ведение мяча с изменением направления	2		2	наблюдение, тестирование
4	Тема: Удар в прыжке с падением	1,5		1,5	наблюдение, тестирование
5	Тема: Игра в штрафной площадке	2		2	наблюдение, тестирование
6	Тема: Броски набивного мяча	1,5		1,5	наблюдение, тестирование
7	Тема: Встречная эстафета с мячом	2		2	наблюдение, тестирование
8	Тема: Упражнения для мышц ног	1,5		1,5	наблюдение, тестирование
9	Тема: Кувырки вперед	2		2	наблюдение, тестирование
10	Тема: Бег с ускорениями	1,5		1,5	наблюдение, тестирование
11	Тема: Челночный бег с мячами	2		2	наблюдение, тестирование
12	Тема: Стойка	1,5		1,5	наблюдение, тестирование
13	Тема: Прыжки на обеих ногах	2		2	наблюдение, тестирование
14	Тема: Остановка мяча шагом	1,5		1,5	наблюдение, тестирование
15	Тема: Эстафеты с бегом	2		2	наблюдение, тестирование

16	Тема: Ловля мяча	1,5		1,5	наблюдение, тестирование
17	Тема: Удар по мячу в прыжке	2		2	наблюдение, тестирование
18	Тема: Остановка катящегося мяча.	1,5		1,5	наблюдение, тестирование
19	Тема: Остановка мяча грудью	2		2	наблюдение, тестирование
20	Тема: Передачи	1,5		1,5	наблюдение, тестирование
21	Тема: Встречная эстафета с мячом	2		2	наблюдение, тестирование
22	Тема: Упражнения для мышц ног	1,5		1,5	наблюдение, тестирование
23	Тема: Кувырки вперед	2		2	наблюдение, тестирование
24	Тема: Бег с ускорениями	1,5		1,5	наблюдение, тестирование
	Итого:	42		42	

### **3. Модуль «Инструкторская и судейская практика. Соревнования. Контрольные испытания» (42 часа)**

**Цель модуля:** создание условий для реализации способностей, возможностей, потребностей и интересов, обучающихся средствами физической культуры и спорта, всестороннего совершенствования общих физических качеств в единстве с воспитанием личности.

**Задачи модуля:**

- углубленно изучить правила игры в футзал;
- изучить базовую технику футзала;
- обучать положительным взаимоотношениям в коллективе;
- формировать устойчивый интерес к занятиям спортом;
- развивать физические качества: гибкость, ловкость, силу и т.д.;
- развивать интеллектуальные качества;
- развивать технико – тактические умения и навыки спортсмена;
- воспитывать морально волевые качества в процессе занятий футзалом;
- формировать положительное отношение к спортивной деятельности и умению трудиться;
- воспитание культуры юного футзалиста.

Практическая часть 42 часа

В процессе овладения способностями инструктора необходимо последовательно осваивать следующие навыки и умения:

1. Построить группу и подать основные команды в движении.
2. Составить конспект и провести разминку в группе.
3. Определить и исправить ошибки в выполнении упражнений.
4. Провести тренировочное занятие в младших группах под наблюдением педагога.
5. Составить конспект и провести занятие с командой.
6. Провести подготовку команды своей группы к соревнованиям.
7. Руководить командой на соревнованиях.

Для получения звания судьи по спорту каждый занимающийся должен освоить следующие навыки и умения:

1. Составить положение о проведении первенства ОУ по футболу.
2. Участвовать в судействе учебных игр совместно с педагогом.
3. Провести судейство учебных игр в поле (самостоятельно).
4. Участвовать в судействе официальных соревнований.

#### **Формы подведения итогов:**

Тестирование, выполнение нормативом ОФП, матчевые встречи, соревнования.

### **Учебно-тематический план модуля «Инструкторская и судейская практика.**

#### **Соревнования. Контрольные испытания»**

№ п/п	Наименование тем	Количество часов			Форма аттестации/ контроля
		всего	теория	практика	
1.	Тема: Игра «Вызов номеров»	2		2	наблюдение, тестирование
2.	Тема: Отбор мяча	1,5		1,5	наблюдение, тестирование
3.	Тема: Прыжки вверх	2		2	наблюдение, тестирование
4.	Тема: Удары мяча головой	1,5		1,5	наблюдение, тестирование

5.	Тема: Бросок мяча подъемом	2		2	наблюдение, тестирование
6.	Тема: Удар по летящему мячу	1,5		1,5	наблюдение, тестирование
7.	Тема: Игра «Ловцы»	2		2	наблюдение, тестирование
8.	Тема: Упражнения с отягощениями	1,5		1,5	наблюдение, тестирование
9.	Тема: Передачи мяча различными способами	2		2	наблюдение, тестирование
10.	Тема: Тактические действия в защите	1,5		1,5	наблюдение, тестирование
11.	Тема: Броски и ловля набивного мяча	2		2	наблюдение, тестирование
12.	Тема: Упражнения на перекладине	1,5		1,5	наблюдение, тестирование
13.	Тема: Прыжки с толчком обеих ног	2		2	наблюдение, тестирование
14.	Тема: Упражнения на развитие силы	1,5		1,5	наблюдение, тестирование
15.	Тема: Игра «Вызов номеров»	2		2	наблюдение, тестирование
16.	Тема: Отбор мяча	1,5		1,5	наблюдение, тестирование
17.	Тема: Прыжки вверх	2		2	наблюдение, тестирование
18.	Тема: Удары мяча головой	1,5		1,5	наблюдение, тестирование
19.	Тема: Бросок мяча подъемом	2		2	наблюдение, тестирование
20.	Тема: Удар по летящему мячу	1,5		1,5	наблюдение, тестирование
21.	Тема: Штрафной удар	2		2	наблюдение, тестирование
22.	Тема: Эстафеты	1,5		1,5	наблюдение, тестирование
23.	Тема: Бег по сигналу	2		2	наблюдение, тестирование
24.	Тема: Двусторонняя учебная игра	1,5		1,5	наблюдение, тестирование
	Итого:	42		42	



## МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

Наименование модуля	Форма занятий	Дидактический материал	Техническое оснащение	Форма подведения итогов
<p>Теория Общая физическая подготовка Специальная физическая подготовка Техническая подготовка Тактическая подготовка Инструкторская и судейская практика Соревнования Контрольные испытания</p>	<p>Беседы, занятие поточным методом; работа по станциям; самостоятельные занятия; тестирование.</p>	<p>Литература по теме, слайды, карточки с заданием.</p>	<p>Наглядные пособия, мультимедийная техника, футбольные мячи, скакалки, гимнастические скамейки, гимнастическая стенка; гимнастические маты; резиновые амортизаторы, перекладины; мячи.</p>	<p>Викторина, опрос контрольные нормативы, учебно-тренировочная игра.</p>

## СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. МИНИ-ФУТБОЛ (ФУТЗАЛ). Упражнения по физической и технико-тактической подготовке. Учебное пособие. Автор: С.Н. Андреев. Издательство "СПОРТ" (2020 г.). 471 стр.
2. "Основы технологии планирования, контроля и учета спортивной подготовки в мини-футболе (футзале)". Авторы: Э.Г. Алиев, С.Н. Андреев. Издательство: "Спорт", 2019 год. 76 с.
3. "ОСНОВЫ ТЕХНОЛОГИИ ПОСТРОЕНИЯ ЦИКЛОВ СПОРТИВНОЙ ТРЕНИРОВКИ В МИНИ-ФУТБОЛЕ (футзале)". Авторы: Э.Г. Алиев, С.Н. Андреев. Издательство: "Спорт", 2019 год. 64 с.
4. Типовая учебно-тренировочная программа спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных школ олимпийского резерва (авторы-составители: М.А.Годик, Г.Л.Борзнов, Н.В.Котенко, В.Н. Малышев, Н.А.Кулин, С.А.Российский), 2021.

**Календарно-тематический план модуля «Теория. Общая физическая подготовка»**

№ п/п	Наименование тем	Количество часов			Дата
		всего	теория	практика	
1.	Тема : История развития футзала	2	2		
2.	Тема: Броски набивного мяча	1,5		1,5	
3.	Тема: Развитие мышц плечевого пояса	2		2	
4.	Тема: Прыжки в длину с места	1,5		1,5	
5.	Тема: Бег	2		2	
6.	Тема: Стойка на лопатках	1,5		1,5	
7.	Тема: Разновидности прыжков	2	2		
8.	Тема: Группировки	1,5		1,5	
9.	Тема: Эстафеты с прыжками	2		2	
10.	Тема: Игра «В одно касание»	1,5		1,5	
11.	Тема: Бег 20 м	2		2	
12.	Тема: Игра «Гонка мячей»	1,5		1,5	
13.	Тема: Упражнения на скорость	2		2	
14.	Тема: Развитие мышц туловища	1,5		1,5	
15.	Тема: Метание мяча в цель	2		2	
16.	Тема: Развитие мышц туловища	1,5		1,5	
17.	Тема: Метание мяча в цель	2		2	

18.	Тема: Игра «Салки»	1,5		1,5	
19.	Тема: Игра «Мяч среднему»	2		2	
20.	Тема: Метание мяча с места	1,5	1,5		
21.	Тема: Разновидности прыжков	2		2	
22.	Тема: Группировки	1,5		1,5	
23.	Тема: Эстафеты с прыжками	2		2	
24.	Тема: Игра «В одно касание»	1,5	1,5		
	Итого:	42	7	35	

**Календарно-тематический план модуля «Специальная физическая подготовка.  
Техническая подготовка. Тактическая подготовка»**

№ п/п	Наименование тем	Количество часов			Дата
		всего	теория	практика	
1	Тема: Взаимодействие защитников с полузащитниками	2	2		
2	Тема: Удары по воротам на точность	1,5		1,5	
3	Тема: Ведение мяча с изменением направления	2		2	
4	Тема: Удар в прыжке с падением	1,5		1,5	
5	Тема: Игра в штрафной площадке	2		2	
6	Тема: Броски набивного мяча	1,5		1,5	
7	Тема: Встречная эстафета с мячом	2		2	
8	Тема: Упражнения для мышц ног	1,5		1,5	

9	Тема: Кувырки вперед	2		2	
10	Тема: Бег с ускорениями	1,5		1,5	
11	Тема: Челночный бег с мячами	2		2	
12	Тема: Стойка	1,5		1,5	
13	Тема: Прыжки на обеих ногах	2		2	
14	Тема: Остановка мяча шагом	1,5		1,5	
15	Тема: Эстафеты с бегом	2		2	
16	Тема: Ловля мяча	1,5		1,5	
17	Тема: Удар по мячу в прыжке	2		2	
18	Тема: Остановка катящегося мяча.	1,5		1,5	
19	Тема: Остановка мяча грудью	2		2	
20	Тема: Передачи	1,5		1,5	
21	Тема: Встречная эстафета с мячом	2		2	
22	Тема: Упражнения для мышц ног	1,5		1,5	
23	Тема: Кувырки вперед	2		2	
24	Тема: Бег с ускорениями	1,5		1,5	
	Итого:	42		42	

**Календарно-тематический план модуля «Инструкторская и судейская практика.  
Соревнования. Контрольные испытания»**

№ п/п	Наименование тем	Количество часов			Дата
		всего	теория	практика	
1.	Тема: Игра «Вызов номеров»	2		2	
2.	Тема: Отбор мяча	1,5		1,5	
3.	Тема: Прыжки вверх	2		2	
4.	Тема: Удары мяча головой	1,5		1,5	
5.	Тема: Бросок мяча подъемом	2		2	
6.	Тема: Удар по летящему мячу	1,5		1,5	
7.	Тема: Игра «Ловцы»	2		2	
8.	Тема: Упражнения с отягощениями	1,5		1,5	
9.	Тема: Передачи мяча различными способами	2		2	
10.	Тема: Тактические действия в защите	1,5		1,5	
11.	Тема: Броски и ловля набивного мяча	2		2	
12.	Тема: Упражнения на перекладине	1,5		1,5	
13.	Тема: Прыжки с толчком обеих ног	2		2	
14.	Тема: Упражнения на развитие силы	1,5		1,5	
15.	Тема: Игра «Вызов номеров»	2		2	
16.	Тема: Отбор мяча	1,5		1,5	
17.	Тема: Прыжки вверх	2		2	
18.	Тема: Удары мяча головой	1,5		1,5	
19.	Тема: Бросок мяча подъемом	2		2	
20.	Тема: Удар по летящему мячу	1,5		1,5	
21.	Тема: Штрафной удар	2		2	

22.	Тема: Эстафеты	1,5		1,5	
23.	Тема: Бег по сигналу	2		2	
24.	Тема: Двусторонняя учебная игра	1,5		1,5	
	Итого:	42		42	

