

МУ «Департамент образования Мэрии города Грозного»  
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Математическая школа №1 имени Х.И. Ибрагимова» г. Грозного  
(МБОУ «МШ №1 им. Х.И. Ибрагимова» г. Грозного)

МУ «Сольжа-Г1алин Мэрин дешаран Департамент»  
Сольжа-Г1алин муниципальни бюджетни йукъардешаран учреждени  
«Х.И. Ибрагимовн цАрах Математически школа №1»  
(Сольжа-Г1алин МБЙУ «Х.И. Ибрагимовн цАрах МШ №1»)

РАССМОТРЕНА

на заседании методического  
совета

Протокол № 1  
от «30» 08 2024 г.

Согласовано на заседании  
педагогического совета

Протокол № 1  
от «30» 08 2024 г.



**Дополнительная общеобразовательная  
общеразвивающая программа  
«Мини-футбол»**  
Уровень программы: стартовый  
Направленность программы: физкультурно-спортивная

Возрастная категория обучающихся: 7 - 17 лет

Срок реализации программы: 1 год

Составитель:  
Узбаев Мансур Султанович,  
педагог дополнительного образования

г. Грозный, 2024 г.

Программа прошла внутреннюю экспертизу и рекомендована к реализации в МБОУ  
«МШ №1 им. Х.И. Ибрагимова» г. Грозного

Экспертное заключение (рецензия) №\_\_\_ от «\_\_\_» \_\_\_\_\_ 2024 г.

Эксперт: Крымсултанова Аминат Захировна, методист

## **Раздел 1. Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы**

### **1.1. Нормативно-правовые основы разработки дополнительных общеобразовательных программ:**

- Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с последующими изменениями);
- Приказ Министерства просвещения РФ от 07 июля 2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Приказ Министерства просвещения РФ от 3 сентября 2019 г. № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;
- Постановление Главного санитарного врача РФ от 28.09.2020г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Письмо Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015г. №09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»);
- Распоряжение правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678-р об утверждении Концепции развития дополнительного образования до 2030 года;
- Положение о дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе МБОУ «МШ№1 им. Х.И. Ибрагимова» г. Грозного.

**1.2. Направленность** программы по содержанию является физкультурно-спортивной, по функциональному назначению - досуговой, по форме организации - кружковой, по времени реализации - годичной.

**1.3. Уровень освоения программы** стартовый. Программой предусматривается приобретение детьми теоретических сведений, овладение основными приемами техники и тактики, приобретение навыков участия в соревнованиях и в организации самостоятельных занятий.

**1.4. Актуальность программы** – программа направлена на всестороннее физическое развитие и способствует совершенствованию многих необходимых в жизни двигательных и морально-волевых качеств.

**1.5. Отличительные особенности программы** в том, что она учитывает специфику дополнительного образования и охватывает значительно больше желающих заниматься этим видом спорта, предъявляя посильные требования в процессе обучения. С каждым годом учебные нагрузки в школах возрастают, а

возможности активного отдыха ограничены. Очень важно, чтобы после уроков ребенок имел возможность снять физическое утомление и эмоциональное напряжение посредством занятий в спортивном зале веселыми и разнообразными подвижными и спортивными играми.

Наиболее интересной и физически разносторонней является игра мини-футбол, в которой развиваются все необходимые для здорового образа жизни качества (выносливость, быстрота, сила, координация движений, ловкость, точность, прыгучесть и др.), а также формируются личные качества ребенка (общительность, воля, целеустремленность, умение работать в команде).

## **1.6. Цель и задачи программы.**

**Цель программы:** углубленное изучение спортивной игры футбол

**Задачи программы:** укрепление здоровья, содействие правильному физическому развитию, приобретение необходимых теоретических знаний, овладение основными приемами техники и тактики игры

### ***Образовательные:***

- формирование необходимых теоретических знаний;
- обучение технике и тактике игры;
- обучение приемам и методам контроля физической нагрузки при самостоятельных занятиях.

### ***Воспитательные:***

- воспитание моральных и волевых качеств;
- выработка организаторских навыков и умения действовать в коллективе, воспитание ответственности, дисциплинированности, взаимопомощи;
- формирование у учащихся устойчивого интереса к занятиям футболом;
- формирование потребности к ведению здорового образа жизни, укреплению здоровья.

### ***Развивающие:***

- развитие физических способностей (силовых, скоростных, скоростно-силовых, координационных, выносливости, гибкости);
- повышение технической и тактической подготовленности в данном виде спорта;
- совершенствование навыков и умений игры.

## **1.7. Категория учащихся.**

Программа рассчитана на детей 7-14 лет, не имеющих специальных знаний и навыков в данном виде спорта. Приём осуществляется в начале учебного года по желанию детей и заявлению родителей.

### 1.8. Сроки реализации и объем программы.

Срок реализации программы – 1 год. Объем программы – 144 часов. Ежегодно план работы повторяется с учётом динамики развития физической подготовки обучающихся.

### 1.9. Формы обучения и организации образовательной деятельности, режим занятий.

Форма обучения: очная.

Занятия проводятся в разновозрастных группах, численный состав группы – 20 человек.

Режим занятий: 2 раза в неделю по 2 часа

Продолжительность занятий – 45 минут, перерыв 10 минут.

### 1.10. Планируемые результаты освоения программы.

#### **Предметные результаты:**

*В результате обучения по программе учащиеся:*

Будут знать правила игры в футбол

#### **Метапредметные результаты:**

Будут владеть базовыми приемами игры в футбол

#### **Результаты развивающей деятельности.**

Планируемые результаты данной группы ориентированы на развитие ключевых компетенций, а также психических свойств личности учащихся в соответствии с обозначенными задачами.

#### **Личностные результаты:**

приобретенные знания и умения в практической и игровой деятельности, в повседневной жизни для включения занятий спортом в активный отдых и досуг.

## Раздел 2. Содержание программы.

### 2.1. Учебный план

| № п/п                     | Название раздела/темы                       | <u>Кол-во часов</u> |          |                     | Формы аттестации/контроля |
|---------------------------|---|---------------------|----------|---------------------|---------------------------|
|                           |   | Всего               | Теория   | Практика            |                           |
| 1                         | <b>Общая физическая подготовка</b>          | <b>48</b>           | <b>6</b> | <b>29</b>           |                           |
|                           | <b>1. Упражнения для развития силы</b>      | <b>6</b>            | <b>1</b> | <b>5</b>            |                           |
|                           | Силы мышц рук                               | 2                   | 1        | 1                   | Опрос                     |
|                           | Силы мышц ног                               | 2                   | 0        | 2                   | Наблюдение, опрос         |
|                           | Силы мышц туловища (брюшного пресса, спины) | 2                   | 0        | 2                   | Опрос, наблюдение         |
|                           | <b>2. Упражнения для развития быстроты</b>  | <b>8</b>            | <b>0</b> | <b>8</b>            |                           |
| ОРУ для развития быстроты | 2   | 0                   | 2        | Практическая работа |                           |

|   |   |           |          |           |                                 |
|---|---|-----------|----------|-----------|---------------------------------|
|   | Упражнения для разгибателей туловища              | 2         | 0        | 2         | Оперативный контроль            |
|   | Упражнения для разгибателей ног                   | 2         | 0        | 2         | Наблюдение. Текущий контроль    |
|   | Упражнения общего воздействия                     | 2         | 0        | 2         | Наблюдение. Практическая работа |
|   | <b>3. Упражнения для развития гибкости</b>        | <b>12</b> | <b>2</b> | <b>10</b> |                                 |
|   | Гибкости плечевого сустава                        | 4         | 1        | 4         | Наблюдение. Практическая работа |
|   | Гибкости спины                                    | 4         | 1        | 4         | Практическая работа             |
|   | Гибкости ног                                      | 4         | 0        | 2         | Этапный контроль                |
|   | <b>4. Упражнения для развития ловкости</b>        | <b>3</b>  | <b>1</b> | <b>2</b>  | Опрос, наблюдение               |
|   | <b>5. Акробатические упражнения</b>               | <b>8</b>  | <b>2</b> | <b>6</b>  | Практическая работа             |
|   | Кувырки   | 4         | 1        | 3         | Наблюдение, опрос               |
|   | Перекаты, перевороты                              | 4         | 1        | 3         | Опрос, наблюдение               |
|   | <b>6. Беговые упражнения</b>                      | <b>8</b>  | <b>2</b> | <b>6</b>  | Оперативный контроль            |
|   | Бег (30м.)  | 4         | 2        | 2         | Практическая работа             |
|   | Бег (60м.)  | 4         | 2        | 2         | Оперативный контроль            |
|   | <b>7. Подвижные игры</b>                          | <b>3</b>  | <b>1</b> | <b>2</b>  | Наблюдение. Текущий контроль    |
| 2 | <b>Специальная физическая подготовка</b>          | <b>48</b> | <b>0</b> | <b>48</b> |                                 |
|   | Упражнения для развития быстроты                  | 10        | 0        | 10        | Этапный контроль                |
|   | Упражнения для развития скоростно-силовых качеств | 10        | 0        | 10        | Наблюдение. Практическая работа |
|   | Упражнения для вратарей                           | 10        | 0        | 10        | Практическая работа             |
|   | Упражнения для развития специальной выносливости  | 10        | 0        | 10        | Оперативный контроль            |
|   | Упражнения для развития ловкости                  | 8         | 0        | 8         | Беседа                          |
| 3 | <b>Техническая подготовка</b>                     | <b>48</b> | <b>0</b> | <b>48</b> |                                 |
|   | Техника передвижений                              | 6         | 0        | 6         | Наблюдение, опрос               |
|   | Удары по мячу ногами                              | 6         | 0        | 6         | Опрос, наблюдение               |
|   | Удары по мячу головой                             | 6         | 0        | 6         | Оперативный контроль            |
|   | Остановка мяча                                    | 6         | 0        | 6         | Практическая                    |

|  |            |           |            |                                 |
|--|------------|-----------|------------|---------------------------------|
|  |            |           |            | работа                          |
| Ведение мяча   | 6          | 0         | 6          | Практическая работа             |
| Обманные движения (финты)  | 6          | 0         | 6          | Наблюдение. Текущий контроль    |
| Отбор мяча   | 6          | 0         | 6          | Наблюдение. Практическая работа |
| Вбрасывания мяча из-за боковой   | 3          | 0         | 3          | Этапный контроль                |
| Техника игры вратаря   | 3          | 0         | 3          | Наблюдение. Практическая работа |
| <b>Контрольные испытания:<br/>(контрольно-переводные нормативы по<br/>ОФП, СФП, ТТП)</b> | <b>2</b>   | <b>0</b>  | <b>2</b>   | Оперативный контроль            |
| <b>Учебные и тренировочные игры:</b>   | <b>2</b>   | <b>0</b>  | <b>2</b>   |                                 |
| <b>ВСЕГО ЧАСОВ:</b>  | <b>144</b> | <b>24</b> | <b>120</b> |                                 |

## 2.2. Содержание учебного плана

### 1. Общая физическая подготовка

**Теория:** Значение ОФП – важного фактора укрепления здоровья и повышения функциональных способностей организма. Правильность выполнения упражнений для развития гибкости, ловкости, акробатических, беговых упражнений и подвижных игр. Краткая характеристика средств и методов ОФП. Утренняя зарядка, разминка перед тренировкой и игрой.

**Практика:** Занятия в тренажерном зале. Гимнастические упражнения: упражнения без предметов, упражнения для мышц рук и плечевого пояса, упражнения для мышц ног и таза. Упражнения с предметами: со скакалками и мячами. Упражнения на гимнастических снарядах. Акробатические упражнения: перекаты, кувырки, стойки. Прыжки, бег, кроссовая подготовка, подвижные игры (баскетбол, ручной мяч, волебол). Легкоатлетическая подготовка (развитие скорости, развитие специальной выносливости).

### 2. Специальная физическая подготовка

**Практика:** Упражнения для развития быстроты, упражнения для развития скоростно-силовых качеств, упражнения для вратарей, упражнения для развития специальной выносливости, упражнения для развития ловкости.

### 3. Техническая подготовка

**Практика:** Техника передвижений, удары по мячу ногой, удары по мячу головой, остановка мяча, ведение мяча, обманные движения (финты), отбор мяча, вбрасывания мяча из-за боковой, техника игры вратаря. 4. Контрольные испытания Практика: контрольно-переводные нормативы по ОФП, СФП, ТТП - весеннее тестирование, учебные и тренировочные игры.

### Раздел 3. Формы аттестации и оценочные материалы.

*Входной контроль* – проверка физической подготовленности обучающихся.

*Текущий контроль* – проводится на каждом занятии в форме наблюдения за выполнением приемов и методов в игре.

*Промежуточная аттестация* – соревнования по футболу.

*Итоговая аттестация* – тестирование на овладение техникой игры в футбол.

| Упражнения   |            |                  |              |                  |
|--|------------|------------------|--------------|------------------|
|  | Творческий | Продвину-<br>тый | Базов-<br>ый | Минимал-<br>ьный |
| <b>ОФП:</b>  |            |                  |              |                  |
| 1. бег 30м (сек.)  | Более 7,0  | 7,0              | 7,5          | 8.0              |
| 2. бег 300м(сек.)  | Более 75,0 | 75,0             | 85,0         | 90,0             |
| 3. прыжки в длину с места (см.)                            | Более 155  | 155              | 145          | 140              |
| <b>СФП:</b>  |            |                  |              |                  |
| 4. бег 30м с ведением мяча (сек.)                          | Более 8,0  | 8,0              | 9,0          | 10,0             |
| 5. Вбрасывание мяча на дальность (м.)                      | Более 8    | 8                | 7            | 6                |
| <b>Техническая подготовка:</b>                             |            |                  |              |                  |
| 6. Удары по мячу на точность(число показаний из 10 ударов) | Более 3    | 3                | 2            | 1                |
| 7. жонглирование мячом (кол-во раз)                        | Более 4    | 4                | 2            | 1                |

### Раздел 4. Комплекс организационно-педагогических условий реализации программы

#### 4.1. Материально-техническое обеспечение программы

##### *Оборудование футбольного поля:*

- Мяч мини-футбольный соревновательный (1 ед.)
- Мяч мини-футбольный тренировочный (1 ед.)
- Манишки тренировочные (30 ед.)
- Бутсы для футзала (30 ед.)
- Сетка для переноски мячей (1 ед.)
- Ворота футбольные уменьшенные переносные (2 ед.)
- Ворота футзальные (2 ед.)

#### 4.2. Кадровое обеспечение программы

Программа реализуется педагогом дополнительного образования, имеющим образование, соответствующее направленности дополнительной общеобразовательной программы, осваиваемой учащимися.



### 4.3. Учебно-методическое обеспечение

| Название учебной темы                       | Форма занятий  | Название и форма методического материала | Методы и приемы организации учебно-воспитательного процесса |
|---|--|--|---|
| Тема 1. Вводное занятие<br>Инструктаж по ТБ | Теоретическая подготовка   | Инструкции по ТБ.                        | Словесный<br>Наглядный                                      |
| Тема 2. Общая физическая подготовка.        | Теоретическая подготовка.<br>Практическая работа                     | Методические пособия                     | Словесный<br>Наглядный<br>Репродуктивный                    |
| Тема 3. Специальная физическая подготовка   | Практическая работа.<br>Индивидуальная.<br>Теоретическая подготовка. | Методические пособия                     | Наглядный<br>Репродуктивный                                 |
| Тема 4. Техническая подготовка              | Индивидуальная.<br>Теоретическая подготовка.<br>Практическая работа  | Методические пособия                     | Наглядный<br>Репродуктивный                                 |

### СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ:

1. Волков Л.В. Теория и методика детского и юношеского спорта. – Киев: Олимпийская литература, 2002.
2. Гладышева А.А. Морфологические основы физического воспитания юных спортсменов. - Сб. докл. II Всес. конф. по проб. юнош. спорта. - М.: 1971.
3. Давыдов В.В. Проблемы развивающего обучения: Опыт теоретического и экспериментального психологического исследования. -- М.: Педагогика, 1986. - 240 с.
4. Каменская Е. Н. Педагогика: учебное пособие / Е.Н. Каменская. – М.: Дашков и К°, 2007. – 320 с
5. Кузнецов А.А. Футбол. Настольная книга детского тренера. - М.: Олимпия; Человек, 2007.
6. Промский, Н. Ковеня, «Футзал» - современный метод подготовки, г.Кострома, 2016 г.
7. Цирик Б., «Игровые упражнения в тренировке футболистов» 2016 г.
8. С. Андреев, «Мини-футбол», издат. «Физкультура и спорт», 2015 г.

9. В. Варюшкин, «Тренировка юных футболистов» изд. «Физическая культура» РФС, Москва, 2017 г.
10. М. Годик, С. Мосягин, И. Швыков «Поурочная программа подготовки юных футболистов», Москва, 2014 г.
11. «Футбол – обучение базовой техники», Москва 2016 г., Национальная академия футбола «Уроки футбола» час.1,2,3
12. Ф. Иорданская, «Мониторинг физической и функциональной подготовленности футболистов в условиях учебно-тренировочного процесса», изд. «Советский спорт», 2016 г.
13. Основы управления подготовкой юных спортсменов. Под общей редакцией Набатниковой М.Я., М.: ФиС, 2012 г.
14. Юный футболист. Учебное пособие для тренеров. Под общей редакцией Лаптева А.П. и Сучилина А.А. М.: ФиС, 2013г.
15. Теоретическая подготовка юных спортсменов. Пособие для тренеров спортивных школ. Под общей ред. Буйлина Ю.В. и Курамшина Ю.В. М.: ФиС, 2011 г.

**Список литературы, рекомендуемой для учащихся и их родителей (законных представителей):**

1. Дьячков В.М. Физическая подготовка спортсмена. - М.: ФиС, 2001.
2. Верхошанский Ю.В. Основы специальной силовой подготовки в спорте. - М.: ФиС, 2000.
- 3.Верхошанский Ю.В. Основы специальной физической подготовки спортсменов. - М.: ФиС, 1988.
4. Зациорский В.М. Физические качества спортсменов. -М.: ФиС, 2003.
5. Матвеев Л.П. «Теория и методика физической культуры». М.: ФиС.2001г.
6. Назаренко Л.Д. Оздоровительные основы физических упражнений. – М.: Владос-пресс, 2003.
7. Спортивная гимнастика. Программа. – М.: Советский спорт, 2005

#### 4.4. Календарный учебный график.

| № п/п | Дата планируемого проведения занятия | Дата фактического проведения занятия | Время проведения занятия | Форма занятия                        | Кол-во часов | Тема занятия   | Место проведения                             | Форма контроля                |
|-------|--------------------------------------|--------------------------------------|--------------------------|--------------------------------------|--------------|--|--|-------------------------------|
| 1     |                                      |                                      | 14:00-17:00              | Теоретическая подготовка             | 2            | Вводное занятие. Инструктаж по ТБ                          | МБОУ «МШ №1 им. Х.И. Ибрагимова» г. Грозного | Тестирование, самопрезентация |
| 2     |                                      |                                      | 14:00-17:00              | Групповая. Теоретическая подготовка  | 2            | Упражнения для силы мышц рук                               | МБОУ «МШ №1 им. Х.И. Ибрагимова» г. Грозного | Наблюдение                    |
| 3     |                                      |                                      | 14:00-17:00              | Групповая. Теоретическая подготовка. | 2            | Упражнения для силы мышц ног                               | МБОУ «МШ №1 им. Х.И. Ибрагимова» г. Грозного | Наблюдение                    |
| 4     |                                      |                                      | 14:00-17:00              | Групповая. Теоретическая подготовка  | 2            | Упражнения для силы мышц туловища (брюшного пресса, спины) | МБОУ «МШ №1 им. Х.И. Ибрагимова» г. Грозного | Наблюдение                    |
| 5     |                                      |                                      | 14:00-17:00              | Групповая. Теоретическая подготовка. | 2            | Упражнения для силы мышц рук                               | МБОУ «МШ №1 им. Х.И. Ибрагимова» г. Грозного | Наблюдение                    |
| 6     |                                      |                                      | 14:00-17:00              | Групповая. Теоретическая подготовка. | 2            | Упражнения для силы мышц ног                               | МБОУ «МШ №1 им. Х.И. Ибрагимова» г. Грозного | Наблюдение                    |

|    |  |  |             |  |   |  |   |                        |
|----|--|--|-------------|--|---|--|---|------------------------|
| 7  |  |  | 14:00-17:00 | Групповая.<br>Теоретическая<br>подготовка.                           | 2 | Упражнения для<br>силы мышц<br>туловища<br>(брюшного пресса,<br>спины) | МБОУ «МШ №1<br>им. Х.И.<br>Ибрагимова» г.<br>Грозного | Наблюдение             |
| 8  |  |  | 14:00-17:00 | Групповая.<br>Теоретическая<br>подготовка.<br>Практическая<br>работа | 2 | ОРУ для развития<br>быстроты   | МБОУ «МШ №1<br>им. Х.И.<br>Ибрагимова» г.<br>Грозного | Наблюдение             |
| 9  |  |  | 14:00-17:00 | Групповая.<br>Теоретическая<br>подготовка.<br>Практическая<br>работа | 2 | Упражнения для<br>разгибателей<br>туловища                             | МБОУ «МШ №1<br>им. Х.И.<br>Ибрагимова» г.<br>Грозного | Наблюдение             |
| 10 |  |  | 14:00-17:00 | Групповая.<br>Теоретическая<br>подготовка.<br>Практическая<br>работа | 2 | Упражнения для<br>разгибателей ног                                     | МБОУ «МШ №1<br>им. Х.И.<br>Ибрагимова» г.<br>Грозного | Наблюдение             |
| 11 |  |  | 14:00-17:00 | Индивидуальная,<br>групповая.<br>Практическая<br>работа              | 2 | Упражнения<br>общего<br>воздействия                                    | МБОУ «МШ №1<br>им. Х.И.<br>Ибрагимова» г.<br>Грозного | Самооценка, наблюдение |
| 12 |  |  | 14:00-17:00 | Индивидуальная,<br>групповая.<br>Практическая<br>работа              | 2 | Упражнения для<br>гибкости<br>плечевого сустава                        | МБОУ «МШ №1<br>им. Х.И.<br>Ибрагимова» г.<br>Грозного | Самооценка, наблюдение |
| 13 |  |  | 14:00-17:00 | Индивидуальная,<br>групповая.<br>Практическая<br>работа              | 2 | Упражнения для<br>гибкости спины                                       | МБОУ «МШ №1<br>им. Х.И.<br>Ибрагимова» г.<br>Грозного | Самооценка, наблюдение |
| 14 |  |  | 14:00-17:00 | Индивидуальная,<br>групповая.  | 2 | Упражнения для<br>гибкости ног   | МБОУ «МШ №1<br>им. Х.И.                               | Самооценка, наблюдение |

|    |  |  |             |  |   |   |  |                          |
|----|--|--|-------------|--|---|---|--|--------------------------|
| 15 |  |  | 14:00-17:00 | Практическая работа<br>Индивидуальная, групповая.<br>Практическая работа | 2 | Упражнения для гибкости плечевого сустава | МБОУ «МШ №1 им. Х.И. Ибрагимова» г. Грозного | Самооценка, наблюдение   |
| 16 |  |  | 14:00-17:00 | Групповая.<br>Практическая работа  | 2 | Упражнения для гибкости спины             | МБОУ «МШ №1 им. Х.И. Ибрагимова» г. Грозного | Наблюдение, тестирование |
| 17 |  |  | 14:00-17:00 | Групповая.<br>Практическая работа  | 2 | Упражнения для гибкости ног               | МБОУ «МШ №1 им. Х.И. Ибрагимова» г. Грозного | Наблюдение, тестирование |
| 18 |  |  | 14:00-17:00 | Групповая.<br>Практическая работа  | 2 | Упражнения для развития ловкости          | МБОУ «МШ №1 им. Х.И. Ибрагимова» г. Грозного | Наблюдение, тестирование |
| 19 |  |  | 14:00-17:00 | Индивидуальная<br>Групповая.<br>Практическая работа                      | 2 | Упражнения для развития ловкости          | МБОУ «МШ №1 им. Х.И. Ибрагимова» г. Грозного | Наблюдение               |
| 20 |  |  | 14:00-17:00 | Индивидуальная<br>Групповая.<br>Практическая работа                      | 2 | Упражнения для развития ловкости          | МБОУ «МШ №1 им. Х.И. Ибрагимова» г. Грозного | Наблюдение               |

|    |  |  |             |  |   |                                     |   |            |
|----|--|--|-------------|--|---|-------------------------------------|---|------------|
| 21 |  |  | 14:00-17:00 | Индивидуальная<br>Групповая.<br>Практическая<br>работа | 2 | Упражнения для<br>развития ловкости | МБОУ «МШ №1<br>им. Х.И.<br>Ибрагимова» г.<br>Грозного | Наблюдение |
| 22 |  |  | 14:00-17:00 | Индивидуальная<br>Групповая.<br>Практическая<br>работа | 2 | Кувырки                             | МБОУ «МШ №1<br>им. Х.И.<br>Ибрагимова» г.<br>Грозного | Наблюдение |
| 23 |  |  | 14:00-17:00 | Индивидуальная<br>Групповая.<br>Практическая<br>работа | 2 | Перекаты,<br>перевороты             | МБОУ «МШ №1<br>им. Х.И.<br>Ибрагимова» г.<br>Грозного | Наблюдение |
| 24 |  |  | 14:00-17:00 | Индивидуальная<br>Групповая.<br>Практическая<br>работа | 2 | Кувырки                             | МБОУ «МШ №1<br>им. Х.И.<br>Ибрагимова» г.<br>Грозного | Наблюдение |
| 25 |  |  | 14:00-17:00 | Индивидуальная<br>Групповая.<br>Практическая<br>работа | 2 | Перекаты,<br>перевороты             | МБОУ «МШ №1<br>им. Х.И.<br>Ибрагимова» г.<br>Грозного | Наблюдение |
| 26 |  |  | 14:00-17:00 | Индивидуальная<br>Групповая.<br>Практическая<br>работа | 2 | Бег (30м.)                          | МБОУ «МШ №1<br>им. Х.И.<br>Ибрагимова» г.<br>Грозного | Наблюдение |
| 27 |  |  | 14:00-17:00 | Индивидуальная<br>Групповая.<br>Практическая<br>работа | 2 | Бег (60м.)                          | МБОУ «МШ №1<br>им. Х.И.<br>Ибрагимова» г.<br>Грозного | Наблюдение |

|    |  |  |             |  |   |                |   |                   |
|----|--|--|-------------|--|---|----------------|---|-------------------|
| 28 |  |  | 14:00-17:00 | Индивидуальная<br>Групповая.<br>Практическая<br>работа | 2 | Бег (30м.)     | МБОУ «МШ №1<br>им. Х.И.<br>Ибрагимова» г.<br>Грозного | Наблюдение, опрос |
| 29 |  |  | 14:00-17:00 | Индивидуальная<br>Групповая.<br>Практическая<br>работа | 2 | Бег (60м.)     | МБОУ «МШ №1<br>им. Х.И.<br>Ибрагимова» г.<br>Грозного | Наблюдение, опрос |
| 30 |  |  | 14:00-17:00 | Индивидуальная<br>Групповая.<br>Практическая<br>работа | 2 | Подвижные игры | МБОУ «МШ №1<br>им. Х.И.<br>Ибрагимова» г.<br>Грозного | Наблюдение, опрос |

|    |  |  |  |  |   |                |   |                   |
|----|--|--|--|--|---|----------------|---|-------------------|
| 31 |  |  |  | Индивидуальная<br>Групповая.<br>Практическая<br>работа | 2 | Подвижные игры | МБОУ «МШ №1<br>им. Х.И.<br>Ибрагимова» г.<br>Грозного | Наблюдение, опрос |
| 32 |  |  |  | Индивидуальная<br>Групповая.<br>Практическая<br>работа | 2 | Подвижные игры | МБОУ «МШ №1<br>им. Х.И.<br>Ибрагимова» г.<br>Грозного | Наблюдение, опрос |
| 33 |  |  |  | Индивидуальная<br>Групповая.<br>Практическая<br>работа | 2 | Подвижные игры | МБОУ «МШ №1<br>им. Х.И.<br>Ибрагимова» г.<br>Грозного | Наблюдение, опрос |



|    |  |  |  |  |   |   |   |                   |
|----|--|--|--|--|---|---|---|-------------------|
| 34 |  |  |  | Индивидуальная<br>Групповая.<br>Практическая<br>работа | 2 | Подвижные игры  | МБОУ «МШ №1<br>им. Х.И.<br>Ибрагимова» г.<br>Грозного | Наблюдение, опрос |
| 35 |  |  |  | Индивидуальная<br>Групповая.<br>Практическая<br>работа | 2 | Подвижные игры  | МБОУ «МШ №1<br>им. Х.И.<br>Ибрагимова» г.<br>Грозного | Наблюдение, опрос |
| 36 |  |  |  | Индивидуальная<br>Групповая.<br>Практическая<br>работа | 2 | Подвижные игры  | МБОУ «МШ №1<br>им. Х.И.<br>Ибрагимова» г.<br>Грозного | Наблюдение, опрос |
| 37 |  |  |  | Индивидуальная<br>Групповая.<br>Практическая<br>работа | 2 | Упражнения для<br>развития быстроты                         | МБОУ «МШ №1<br>им. Х.И.<br>Ибрагимова» г.<br>Грозного | Наблюдение        |
| 38 |  |  |  | Индивидуальная<br>Групповая.<br>Практическая<br>работа | 2 | Упражнения для<br>развития<br>скоростно-<br>силовых качеств | МБОУ «МШ №1<br>им. Х.И.<br>Ибрагимова» г.<br>Грозного | Наблюдение        |

|    |  |  |  |                                      |   |   |   |                        |
|----|--|--|--|--------------------------------------|---|---|---|------------------------|
| 39 |  |  |  | Групповая.<br>Практическая<br>работа | 2 | Упражнения для<br>вратарей                                  | МБОУ «МШ №1<br>им. Х.И.<br>Ибрагимова» г.<br>Грозного | Наблюдение, самооценка |
| 40 |  |  |  | Групповая.<br>Практическая<br>работа | 2 | Упражнения для<br>развития<br>специальной<br>выносливости   | МБОУ «МШ №1<br>им. Х.И.<br>Ибрагимова» г.<br>Грозного | Наблюдение, самооценка |
| 41 |  |  |  | Групповая.<br>Практическая<br>работа | 2 | Упражнения для<br>развития ловкости                         | МБОУ «МШ №1<br>им. Х.И.<br>Ибрагимова» г.<br>Грозного | Наблюдение, самооценка |
| 42 |  |  |  | Групповая.<br>Практическая<br>работа | 2 | Упражнения для<br>развития быстроты                         | МБОУ «МШ №1<br>им. Х.И.<br>Ибрагимова» г.<br>Грозного | Наблюдение, самооценка |
| 43 |  |  |  | Групповая.<br>Практическая<br>работа | 2 | Упражнения для<br>развития<br>скоростно-<br>силовых качеств | МБОУ «МШ №1<br>им. Х.И.<br>Ибрагимова» г.<br>Грозного | Наблюдение, самооценка |
| 44 |  |  |  | Групповая.<br>Практическая<br>работа | 2 | Упражнения для<br>вратарей                                  | МБОУ «МШ №1<br>им. Х.И.<br>Ибрагимова» г.<br>Грозного | Наблюдение, самооценка |
| 45 |  |  |  | Групповая.<br>Практическая<br>работа | 2 | Упражнения для<br>развития<br>специальной<br>выносливости   | МБОУ «МШ №1<br>им. Х.И.<br>Ибрагимова» г.<br>Грозного | Наблюдение, самооценка |
| 46 |  |  |  | Групповая.<br>Практическая<br>работа | 2 | Упражнения для<br>развития ловкости                         | МБОУ «МШ №1<br>им. Х.И.                               | Наблюдение, самооценка |

|    |  |  |   |   |   |   |  |  |  |                   |
|----|--|--|---|---|---|---|--|--|--|-------------------|
|    |  |  |   |   |   | Ибрагимова» г.<br>Грозного                            |  |  |  | Наблюдение        |
| 47 |  |  | Групповая.<br>Практическая<br>работа                                | 2 | Упражнения для<br>развития быстроты                         | МБОУ «МШ №1<br>им. Х.И.<br>Ибрагимова» г.<br>Грозного |  |  |  | Наблюдение        |
| 48 |  |  | Групповая.<br>Практическая<br>работа                                | 2 | Упражнения для<br>развития<br>скоростно-<br>силовых качеств | МБОУ «МШ №1<br>им. Х.И.<br>Ибрагимова» г.<br>Грозного |  |  |  | Наблюдение        |
| 49 |  |  | Групповая.<br>Практическая<br>работа                                | 2 | Упражнения для<br>вратарей                                  | МБОУ «МШ №1<br>им. Х.И.<br>Ибрагимова» г.<br>Грозного |  |  |  | Наблюдение        |
| 50 |  |  | Групповая.<br>Теоретическая<br>подготовка<br>Практическая<br>работа | 2 | Упражнения для<br>развития<br>специальной<br>выносливости   | МБОУ «МШ №1<br>им. Х.И.<br>Ибрагимова» г.<br>Грозного |  |  |  | Наблюдение, опрос |
| 51 |  |  | Групповая.<br>Теоретическая<br>подготовка<br>Практическая<br>работа | 2 | Упражнения для<br>развития ловкости                         | МБОУ «МШ №1<br>им. Х.И.<br>Ибрагимова» г.<br>Грозного |  |  |  | Наблюдение, опрос |
| 52 |  |  | Индивидуальная<br>Групповая.<br>Практическая<br>работа              | 2 | Упражнения для<br>развития быстроты                         | МБОУ «МШ №1<br>им. Х.И.<br>Ибрагимова» г.<br>Грозного |  |  |  | Наблюдение        |

|    |  |  |  |  |   |   |   |            |
|----|--|--|--|--|---|---|---|------------|
| 53 |  |  |  | Индивидуальная<br>Групповая.<br>Практическая<br>работа | 2   | Упражнения для<br>развития<br>скоростно-<br>силовых качеств | МБОУ «МШ №1<br>им. Х.И.<br>Ибрагимова» г.<br>Грозного | Наблюдение |
| 54 |  |  | Индивидуальная<br>Групповая.<br>Практическая<br>работа | 2  | Упражнения для<br>вратарей                                | МБОУ «МШ №1<br>им. Х.И.<br>Ибрагимова» г.<br>Грозного       | Наблюдение  |            |
| 55 |  |  | Индивидуальная<br>Групповая.<br>Практическая<br>работа | 2  | Упражнения для<br>развития<br>специальной<br>выносливости | МБОУ «МШ №1<br>им. Х.И.<br>Ибрагимова» г.<br>Грозного       | Наблюдение  |            |
| 56 |  |  | Индивидуальная<br>Групповая.<br>Практическая<br>работа | 2  | Упражнения для<br>развития ловкости                       | МБОУ «МШ №1<br>им. Х.И.<br>Ибрагимова» г.<br>Грозного       | Наблюдение  |            |

|    |  |  |  |  |   |   |   |            |
|----|--|--|--|--|---|---|---|------------|
| 57 |  |  |  | Индивидуальная<br>Групповая.<br>Практическая<br>работа | 2 | Упражнения для<br>развития<br>быстроты<br>работы            | МБОУ «МШ №1<br>им. Х.И.<br>Ибрагимова» г.<br>Грозного | Наблюдение |
| 58 |  |  |  | Индивидуальная<br>Групповая.<br>Практическая<br>работа | 2 | Упражнения для<br>развития<br>скоростно-<br>силовых качеств | МБОУ «МШ №1<br>им. Х.И.<br>Ибрагимова» г.<br>Грозного | Наблюдение |
| 59 |  |  |  | Индивидуальная<br>Групповая.<br>Практическая<br>работа | 2 | Упражнения для<br>врагтей                                   | МБОУ «МШ №1<br>им. Х.И.<br>Ибрагимова» г.<br>Грозного | Наблюдение |
| 60 |  |  |  | Индивидуальная<br>Групповая.<br>Практическая<br>работа | 2 | Упражнения для<br>развития<br>специальной<br>выносливости   | МБОУ «МШ №1<br>им. Х.И.<br>Ибрагимова» г.<br>Грозного | Наблюдение |

|    |  |  |  |  |   |                                     |   |                        |
|----|--|--|--|--|---|-------------------------------------|---|------------------------|
| 61 |  |  |  | Индивидуальная<br>Групповая.<br>Практическая<br>работа | 2 | Упражнения для<br>развития ловкости | МБОУ «МШ №1<br>им. Х.И.<br>Ибрагимова» г.<br>Грозного | Наблюдение             |
| 62 |  |  |  | Групповая  | 2 | Упражнения для<br>развития быстроты | МБОУ «МШ №1<br>им. Х.И.<br>Ибрагимова» г.<br>Грозного | Самооценка, наблюдение |
| 63 |  |  |  | Групповая  | 2 | Остановка мяча                      | МБОУ «МШ №1<br>им. Х.И.<br>Ибрагимова» г.<br>Грозного | Самооценка, наблюдение |
| 64 |  |  |  | Индивидуальная   | 2 | Ведение мяча                        | МБОУ «МШ №1<br>им. Х.И.<br>Ибрагимова» г.<br>Грозного | Самооценка, опрос      |
| 65 |  |  |  | Индивидуальная   | 2 | Обманные<br>движения (финт)         | МБОУ «МШ №1<br>им. Х.И.<br>Ибрагимова» г.<br>Грозного | Самооценка, опрос      |

|    |  |  |                |            |   |   |                   |
|----|--|--|----------------|------------|---|---|-------------------|
| 66 |  |  | Индивидуальная | 2          | Отбор мяча  | МБОУ «МШ №1<br>им. Х.И.<br>Ибрагимова» г.<br>Грозного | Самооценка, опрос |
| 67 |  |  | Индивидуальная | 2          | Вбрасывания мяча<br>из-за боковой   | МБОУ «МШ №1<br>им. Х.И.<br>Ибрагимова» г.<br>Грозного | Самооценка, опрос |
| 68 |  |  | Индивидуальная | 2          | Техника игры<br>врагара   | МБОУ «МШ №1<br>им. Х.И.<br>Ибрагимова» г.<br>Грозного | Самооценка, опрос |
| 69 |  |  | Индивидуальная | 2          | Контрольные<br>испытания:<br>(контрольно-<br>переводные<br>нормативы по<br>ОФП, СФП, ТТП -<br>весеннее<br>тестирование) | МБОУ «МШ №1<br>им. Х.И.<br>Ибрагимова» г.<br>Грозного | Самооценка, опрос |
| 70 |  |  | Индивидуальная | 2          | Учебные и<br>тренировочные<br>игры:   | МБОУ «МШ №1<br>им. Х.И.<br>Ибрагимова» г.<br>Грозного | Самооценка, опрос |
| 71 |  |  | Индивидуальная | 2          | Контрольные<br>испытания:<br>(контрольно-<br>переводные<br>нормативы по   | МБОУ «МШ №1<br>им. Х.И.<br>Ибрагимова» г.<br>Грозного | Самооценка, опрос |
| 72 |  |  | Индивидуальная | 2          | Учебные и<br>тренировочные<br>игры  | МБОУ «МШ №1<br>им. Х.И.<br>Ибрагимова» г.<br>Грозного | Самооценка, опрос |
|    |  |  | <b>Итого:</b>  | <b>144</b> |   |   |                   |