# КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе физкультурно-спортивной направленности «Юный футболист» 1 год обучения

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| №п/п | Тема | Количество часов | Дата проведения | Дистанционный образовательный ресурс |
|  |  Инструктаж по технике безопасности на занятиях по футболу. Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой. Бег в сочетании с ходьбой. | 2 | 1 неделя сентября | <https://ohrana-tryda.com/node/60> <https://yandex.ru/video/preview/?filmId=12136062278116329964&text=Остановка+катящегося+мяча+внутренней+стороной+стопы+и+подошвой>.  |
|  | История Олимпийских игр. Развитие футбола в России.Упражнение «контроль мяча». Игра. | 2 | 2 неделя сентября | <https://studopedia.ru/13_19947_tema---fizicheskaya-kultura-i-sport-v-rossii.html> <https://mcbzimovniki.ru/index.php/2-materialy/2819-istoriya-rossijskogo-futbola>  |
|  | Ведение мяча с изменением направления. Упражнение «квадрат». Двусторонняя учебная игра. | 2 | 3 неделя сентября | <https://yandex.ru/video/preview/?filmId=13637067609527307943&reqid=1600200593595934-290819102557217474400102-sas1-8214&suggest_reqid=120977753146395298705915702575673&text=ведение+мяча+с+изменением+направления+в+футболе>  |
|  | Специальные беговые упражнения. Челночный бег, изучение упражнения «квадрат», футбол. | 2 | 4 неделя сентября | [https://yandex.ru/video/preview?text=изучение%20упражнения%20«квадрат»%20в%20футболе&path=wizard&parent-reqid=1600161283178465-1683274018070981544200228-prestable-app-host-sas-web-yp-182&wiz\_type=vital&filmId=1522796159935013579](https://yandex.ru/video/preview?text=изучение%20упражнения%20)  |
|  |  Бег. Специальные беговые упражнения, прыжковые упражнения, изучение упражнения «контроль мяча», футбол. | 2 | 1 неделя октября | [https://yandex.ru/video/preview/?filmId=1824017673628690127&text=упражнения+«контроль+мяча»%2C+футбол](https://yandex.ru/video/preview/?filmId=1824017673628690127&text=упражнения+).  |
|  | Бег. Специальные беговые упражнения . Прыжковые упражнения. Остановка мяча, ведение мяча левой, правой ногой. Футбол. | 2 | 2 неделя октября | <https://yandex.ru/video/preview/?filmId=12136062278116329964&text=Остановка+мяча%2C+ведение+мяча+левой%2C+правой+ногой.+Футбол>.  |
|  |  Бег. Специальные беговые упражнения. Ведение мяча с изменением направления. Упражнение «квадрат». Футбол. | 2 | 3 неделя октября | <https://yandex.ru/video/preview/?filmId=13637067609527307943&text=ведение+мяча+с+изменением+направления+в+футболе>  |
|  | Бег. Специальные беговые упражнения . Бег с из-менением направления, скорости. Упражнение «квадрат». Футбол. | 2 | 4 неделя октября | [https://yandex.ru/video/preview?text=изучение%20упражнения%20«квадрат»%20в%20футболе&path=wizard&parent-reqid=1600161283178465-1683274018070981544200228-prestable-app-host-sas-web-yp-182&wiz\_type=vital&filmId=1522796159935013579](https://yandex.ru/video/preview?text=изучение%20упражнения%20)  |
|  | Бег. Специальные беговые упражнения . Челночный бег, прыжки через барьер. Футбол. | 2 | 1 неделя ноября | <https://yandex.ru/video/preview/?filmId=12038112888503785285&text=Челночный+бег+в+футболе>  |
|  | Бег. Специальные беговые упражнения. Рывки по диагонали. Упражнение «контроль мяча». Игра | 2 | 2 неделя ноября | [https://yandex.ru/video/preview/?filmId=1824017673628690127&text=Упражнение+«контроль+мяча»+в+футболе](https://yandex.ru/video/preview/?filmId=1824017673628690127&text=Упражнение+)  |
|  | Бег. Специальные беговые упражнения. Отработка техники передвижения и владения мячом: остановка, прием мяча. | 2 | 3 неделя ноября | <https://yandex.ru/video/preview/?filmId=15848733136285655671&text=прием+мяча+в+футболе>  |
|  | Отработка техники передвижения и владения мячом: остановка, прием мяча.  | 2 | 4 неделя ноября | <https://yandex.ru/video/preview/?filmId=15848733136285655671&text=прием+мяча+в+футболе>  |
|  | Передвижение спиной вперед, повороты, удары по мячу внутренней частью стопы, ведение мяча по кругу. | 2 | 5 неделя ноября | <https://yandex.ru/video/preview/?filmId=1375526596614091125&text=удары+по+мячу+внутренней+частью+стопы+футбол>  |
|  | Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой. Бег в сочетании с ходьбой. | 2 | 1 неделя декабря | <https://yandex.ru/video/preview/?filmId=12136062278116329964&text=Остановка+катящегося+мяча+внутренней+стороной+стопы+и+подошвой>.  |
|  | Обучение ударом по неподвижному мячу, чеканка мяча. | 2 | 2 неделя декабря | <https://yandex.ru/video/preview/?filmId=13730386140238368360&text=Обучение+ударом+по+неподвижному+мячу>  |
|  | Длительный бег Подтягивание, приседание, пресс. Ударом по неподвижному мячу | 2 | 3 неделя декабря | <https://yandex.ru/video/preview/?filmId=13730386140238368360&text=Обучение+ударом+по+неподвижному+мячу> |
|  | Отработка ударов по мячу из различных положений, комбинации ударов. | 2 | 4 неделя декабря | <https://yandex.ru/video/preview?text=комбинации%20ударов.в%20футболе&path=wizard&parent-reqid=1600194379214646-22489234448517401800279-production-app-host-vla-web-yp-276&wiz_type=vital&filmId=15287805362097686525>  |
|  | Ведение мяча с изменением направления. Упражнение «квадрат». Двусторонняя учебная игра. | 2 | 3 неделя января | <https://yandex.ru/video/preview/?filmId=13637067609527307943&text=ведение+мяча+с+изменением+направления+в+футболе> |
|  | Бег в медленном темпе. СБУ. Общеразвивающие упражнения с набивным мячом, игра в гандбол. | 2 | 4 неделя января | <http://fizkultura-na5.ru/komleksy-oru/primernyj-kompleks-oru-s-nabivnym-myachom.html>  |
|  | Ведение мяча с изменением скорости. Ведение мяча внешней стороной стопы. Футбол. | 2 | 5 неделя января | [https://yandex.ru/video/search?text=5+класс+ведение+мяча+с+изменением+скорости+в+футболе](https://yandex.ru/video/search?text=5+%D0%BA%D0%BB%D0%B0%D1%81%D1%81+%D0%B2%D0%B5%D0%B4%D0%B5%D0%BD%D0%B8%D0%B5+%D0%BC%D1%8F%D1%87%D0%B0+%D1%81+%D0%B8%D0%B7%D0%BC%D0%B5%D0%BD%D0%B5%D0%BD%D0%B8%D0%B5%D0%BC+%D1%81%D0%BA%D0%BE%D1%80%D0%BE%D1%81%D1%82%D0%B8+%D0%B2+%D1%84%D1%83%D1%82%D0%B1%D0%BE%D0%BB%D0%B5)  |
|  | Эстафета на закрепление и совершенствование технических приемов. | 2 | 1 неделя февраля | [https://yandex.ru/video/search?text=Эстафеты%20в%20футболе](https://yandex.ru/video/search?text=%D0%AD%D1%81%D1%82%D0%B0%D1%84%D0%B5%D1%82%D1%8B%20%D0%B2%20%D1%84%D1%83%D1%82%D0%B1%D0%BE%D0%BB%D0%B5)  |
|  | Бег. Специальные беговые упражнения. Повторный бег 4х20м., челночный бег 5х18 м. Игра. | 2 | 2 неделя февраля | <https://yandex.ru/video/preview/?filmId=12038112888503785285&text=Челночный+бег+в+футболе> |
|  | Ведение мяча до центра с последующим ударом по воротам, изучение новых технических приемов. | 2 | 3 неделя февраля | [https://yandex.ru/video/search?text=Ведение%20мяча%20с%20последующим%20ударом%20по%20воротам%2C](https://yandex.ru/video/search?text=%D0%92%D0%B5%D0%B4%D0%B5%D0%BD%D0%B8%D0%B5%20%D0%BC%D1%8F%D1%87%D0%B0%20%D1%81%20%D0%BF%D0%BE%D1%81%D0%BB%D0%B5%D0%B4%D1%83%D1%8E%D1%89%D0%B8%D0%BC%20%D1%83%D0%B4%D0%B0%D1%80%D0%BE%D0%BC%20%D0%BF%D0%BE%20%D0%B2%D0%BE%D1%80%D0%BE%D1%82%D0%B0%D0%BC%2C)  |
|  | Обводка с помощью обманных движений, отработка изученных ударов. | 2 | 4 неделя февраля | [https://yandex.ru/video/search?text=Обводка%20с%20помощью%20обманных%20движений%2C%20](https://yandex.ru/video/search?text=%D0%9E%D0%B1%D0%B2%D0%BE%D0%B4%D0%BA%D0%B0%20%D1%81%20%D0%BF%D0%BE%D0%BC%D0%BE%D1%89%D1%8C%D1%8E%20%D0%BE%D0%B1%D0%BC%D0%B0%D0%BD%D0%BD%D1%8B%D1%85%20%D0%B4%D0%B2%D0%B8%D0%B6%D0%B5%D0%BD%D0%B8%D0%B9%2C%20) |
|  |  Ведение мяча с активным сопротивлением защитников, удар по неподвижному мячу внутренней стороной стопы. | 2 | 1 неделя марта | <https://yandex.ru/video/preview/?filmId=17940147751995069887&text=Ведение+мяча+с+активным+сопротивлением+защитников+футбол> |
|  | Отработка паса внутренней стороной стопы на месте в парах. Футбол. | 2 | 2 неделя марта | <https://yandex.ru/video/preview/?filmId=12371342478342732675&reqid=1600194789240929-1293592186638794215900101-vla1-2901&suggest_reqid=120977753146395298748733901834666&text=паса+внутренней+стороной+стопы>  |
|  | Игры на закрепление тактических действий, силовые упражнения | 2 | 3 неделя марта | <https://yandex.ru/video/preview/?filmId=11825348306760297088&text=силовые+упражнения+для+футболистов>  |
|  | Ведение мяча с активным сопротивлением защитников, удар по неподвижному мячу внутренней стороной стопы. | 2 | 5 неделя марта | <https://yandex.ru/video/preview/?filmId=8253234342044919427&p=1&reqid=1600195110650054-1750627451588463214300101-vla1-1556&suggest_reqid=120977753146395298751249994284213&text=ведение+мяча+с+активным+сопротивлением+защитников+футболистов>  |
|  |  Изучение индивидуальных тактических действий в защите. Двусторонняя учебная игра. | 2 | 1 неделя апреля | <https://yandex.ru/video/preview/?filmId=16405284539098105647&reqid=1600195276501058-1411473944075944598500101-vla1-1454&suggest_reqid=120977753146395298752876768155469&text=изучение+индивидуальных+тактических+действий+в+защите+футбол>  |
|  |  Развитие координационных способностей. Ведение с ударом по воротам, упражнение «квадрат». | 2 | 2 неделя апреля | [https://yandex.ru/video/search?text=Ведение%20с%20ударом%20по%20воротам%2Cфутбол](https://yandex.ru/video/search?text=%D0%92%D0%B5%D0%B4%D0%B5%D0%BD%D0%B8%D0%B5%20%D1%81%20%D1%83%D0%B4%D0%B0%D1%80%D0%BE%D0%BC%20%D0%BF%D0%BE%20%D0%B2%D0%BE%D1%80%D0%BE%D1%82%D0%B0%D0%BC%2C%D1%84%D1%83%D1%82%D0%B1%D0%BE%D0%BB) |
|  | Изучение финтов, применение при сопротивлении защитника. Удары по воротам. Игра. | 2 | 3 неделя апреля | <https://yandex.ru/video/preview/?filmId=699513685618704196&reqid=1600195458616439-465065372089865794900105-man2-5615&suggest_reqid=120977753146395298756314948384326&text=Изучение+финтов%2C+применение+при+сопротивлении+защитника.футбол>  |
|  | Удары – с разбега, с места, с подачи партнера, с одного шага. Игра. | 2 | 4 неделя апреля | <https://yandex.ru/video/preview/?filmId=13932416663922951317&text=Удары+–+с+разбега%2C+с+места%2C+с+подачи+партнера%2C>+  |
|  | Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой. Бег в сочетании с ходьбой. | 2 | 1 неделя мая | [https://yandex.ru/video/search?text=Остановка+катящегося+мяча+внутренней+стороной+стопы](https://yandex.ru/video/search?text=%D0%9E%D1%81%D1%82%D0%B0%D0%BD%D0%BE%D0%B2%D0%BA%D0%B0+%D0%BA%D0%B0%D1%82%D1%8F%D1%89%D0%B5%D0%B3%D0%BE%D1%81%D1%8F+%D0%BC%D1%8F%D1%87%D0%B0+%D0%B2%D0%BD%D1%83%D1%82%D1%80%D0%B5%D0%BD%D0%BD%D0%B5%D0%B9+%D1%81%D1%82%D0%BE%D1%80%D0%BE%D0%BD%D0%BE%D0%B9+%D1%81%D1%82%D0%BE%D0%BF%D1%8B) |
|  | Упражнение змейка с ударом по воротам. Футбол. | 2 | 2 неделя мая | [https://yandex.ru/video/search?text=Упражнение%20змейка%20с%20ударом%20по%20воротам.%20](https://yandex.ru/video/search?text=%D0%A3%D0%BF%D1%80%D0%B0%D0%B6%D0%BD%D0%B5%D0%BD%D0%B8%D0%B5%20%D0%B7%D0%BC%D0%B5%D0%B9%D0%BA%D0%B0%20%D1%81%20%D1%83%D0%B4%D0%B0%D1%80%D0%BE%D0%BC%20%D0%BF%D0%BE%20%D0%B2%D0%BE%D1%80%D0%BE%D1%82%D0%B0%D0%BC.%20) |
|  | Удары внешней, внутренней частью стопы. Удары по воротам с передачи. | 2 | 3 неделя мая | [https://yandex.ru/video/search?text=Удары%20внешней%2C%20внутренней%20частью%20стопы.%20](https://yandex.ru/video/search?text=%D0%A3%D0%B4%D0%B0%D1%80%D1%8B%20%D0%B2%D0%BD%D0%B5%D1%88%D0%BD%D0%B5%D0%B9%2C%20%D0%B2%D0%BD%D1%83%D1%82%D1%80%D0%B5%D0%BD%D0%BD%D0%B5%D0%B9%20%D1%87%D0%B0%D1%81%D1%82%D1%8C%D1%8E%20%D1%81%D1%82%D0%BE%D0%BF%D1%8B.%20) |
|  | Ведение мяча до центра с последующим ударом по воротам, изучение новых технических приемов. Игра. | 2 | 4 неделя мая | <https://yandex.ru/video/preview/?filmId=1000980344498250048&text=ударом+по+воротам>  |
|  | **ИТОГО:** | **72 часа** |  |  |