

Управление образования администрации Кемеровского городского округа
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Общеобразовательная школа-интернат психолого-педагогической поддержки №27»

Утверждаю:
Директор МБОУ «ОШИ №27»
С. А. Гордеева
Приказом № *16* от «*22*» *сентября* 20*23* г.



Учебно-тренировочный процесс

ШСК «Мини – футбол»

№ занятия	Раздел	Тема	Кол-во часов			Формы/Способы контроля
			Всего	Теория	Практика	
Сентябрь (8)						
1	Работа с мячами	Вводное занятие, набор группы, техника безопасности, охрана труда.	16	2		Текущий контроль
2	Теоретические занятия	История развития футбола в СССР и России		2		Текущий контроль
3	Обследование	Контроль физического развития, мед обследование		2		Текущий контроль
4	Обследование	Гигиена, врачебный контроль и самоконтроль			2	Текущий контроль
5	Теоретические занятия	Физические основы тренировки судейство		2		Текущий контроль
6	Теоретические занятия	Понятие о технике мини –футбола, характеристика основных приемов игры Правила игры, судейство		2		Текущий контроль
7	Теоретические занятия	Анализ технических приемов в атаке и обороне	2 2	2		Текущий контроль
8	Работа с мячами. СФП	Рывки из различных положений.			2	Текущий контроль

		Остановки, смена направления, скорости, способа движения				
Октябрь (8)						
9	СФП	Игры салки, вороньворобьи. Остановки, смена направления, скорости, способа движения	16		2	Текущий контроль
10	СФП	Повторная пробежка 10м ,2х10м, 4х5м, 4х10м, 2х15м 5х30м: Беговые упр. бег поднимая колено семенящий бег, захлест голени. многоскок .			2	Текущий контроль
11	СФП	Бег с высоким подниманием бедра с переходом на бег с захлестом и переход на ускорение			2	Текущий контроль
12	СФП	Бег с изменением скорости, приставным шагом. Прыжки различным способом Быстрота			2	Текущий контроль
13	СФП	Бег со сменой спиной и лицом вперед Развитие быстроты			2	Текущий контроль
14	СФП	Защитная стойка, стойка вратаря Развитие быстроты			2	Текущий контроль

15	СФП	Защитная стойка в парах, передвигаясь стремятся осалить рукой в голень Развитие быстроты		2	Текущий контроль
16	Работа с мячами	Удар внутренней стороной стопы по неподвижному и катящемуся мячу. Развитие быстроты		2	Текущий контроль

Ноябрь (8)

17	Работа с мячами. СФП	Удар серединой подъёма по неподвижному и катящемуся мячу Развитие быстроты	16	2	Текущий контроль
18	Работа с мячами. СФП	Удар внутренней частью подъёма по неподвижному и катящемуся мячу. Развитие ловкости		2	Текущий контроль
19	Работа с мячами. СФП	Удар откидка подошвой Развитие ловкости		2	Текущий контроль
20	Работа с мячами. СФП	Удар бросок стопой Развитие ловкости		2	Текущий контроль
21	Работа с мячами. СФП	Удар с лета внутренней стороной стопы. Развитие ловкости		2	Текущий контроль
22	Работа с мячами. СФП	Удар с лета серединой подъёма Развитие ловкости		2	Текущий контроль
23	Работа с мячами.	Удар с лета		2	Текущий

	СФП	внутренней частью подъёма Развитие ловкости				контроль
24	Работа с мячами. СФП	Прием (остановка) мячей внутренней часть стопы Развитие ловкости			2	Текущий контроль

Декабрь (8)

25	Работа с мячами. СФП	Прием (остановка) низко летящих мячей внутренней частью стопы Развитие ловкости	16		2	Текущий контроль
26	Работа с мячами. СФП	Прием (остановка) катящегося мяча подошвой. Развитие скоростной силы			2	Текущий контроль
27	Работа с мячами. СФП	Прием (остановка) опускающегося мяча подошвой . Развитие скоростной силы			2	Текущий контроль
28	Работа с мячами. СФП	Прием (остановка) опускающегося мяча серединой подъема . Развитие скоростной силы			2	Текущий контроль
29	Работа с мячами. СФП	Прием (остановка) прямо летящего мяча грудью в опорном положении . Развитие скоростной силы			2	Текущий контроль
30	Работа с мячами. СФП	Прием (остановка) опускающегося мяча бедром Развитие			2	Текущий контроль

		скоростной силы				
31	Работа с мячами. СФП	Прием (остановка) мяча внешней стороной стопы Развитие скоростной силы			2	Текущий контроль
32	Работа с мячами. СФП	Ведение мяча внутренней стороной стопы Развитие скоростной силы			2	Текущий контроль Текущий контроль
Январь (8)						
33	Работа с мячами. СФП	Ведение мяча серединой подъёма. Развитие скоростной силы	16		2	Текущий контроль
34	Работа с мячами. СФП	Ведение мяча внутренней частью подъёма. Развитие гибкости. Инструктаж по технике безопасности, охрана труда.			2	Текущий контроль
35	Работа с мячами. СФП	Ведение мяча носком. Развитие гибкости			2	Текущий контроль
36	Работа с мячами. СФП	Ведение мяча внешней стороной стопы. Развитие гибкости			2	Текущий контроль
37	Работа с мячами. СФП	Ведение мяча подошвой Развитие гибкости			2	Текущий контроль
38	Работа с мячами. СФП	Ведение мяча различными способами с изменением			2	Текущий контроль

		направления Развитие гибкости			
39	Работа с мячами. СФП	Ведение мяча различными способами с изменением скорости. Развитие гибкости		2	Текущий контроль
40	Работа с мячами. СФП	Обманные движения без мяча Развитие гибкости		2	Текущий контроль

Февраль(6)

41	Работа с мячами. СФП	Финт остановкой мяча подошвой Развитие гибкости	14	2	Текущий контроль
42	Работа с мячами. СФП	Комбинация изученных технических приемов с мячом Развитие выносливости		2	Текущий контроль
43	Работа с мячами. СФП	Комплексное выполнение технических способов перемещения в сочетании с техническими приемами с мячом Развитие выносливости		2	Текущий контроль
44	Работа с мячами. СФП	Отбор мяча накладыванием стопы Развитие выносливости		2	Текущий контроль
45	Работа с мячами. СФП	Отбор мяча выбиванием Развитие		2	Текущий контроль

		выносливости			
46	Работа с мячами. СФП	Тактика: открывание игры 1x1,2x2. 3x3 «квадрат» 1x2,2x4		2	Текущий контроль
Март (9)					
47	Работа с мячами. СФП	Передачи мяча 1x1,2x2. 3x3 «квадрат» 1x2,2x4	18	2	Текущий контроль
48	Работа с мячами. СФП	Ведение и обводка 1x1,2x2. 3x3 «квадрат» 1x2,2x4		2	Текущий контроль
49	Работа с мячами. СФП	Удары по воротам 1x1,2x2. 3x3 «квадрат» 1x2,2x4		2	Текущий контроль
50	Работа с мячами. СФП	Комбинация «игра в одно касание» между двумя игроками 1x1,2x2. 3x3 «квадрат» 1x2,2x4		2	Текущий контроль
51	Работа с мячами. СФП	Комбинация «стенка» Развитие выносливости		2	Текущий контроль
52	Работа с мячами. СФП	Комбинация при введении мяча с центра. Развитие выносливости		2	Текущий контроль
53	Работа с мячами. СФП	Комбинация при введении мяча из -за боковой линии Развитие выносливости		2	Текущий контроль
54	Работа с мячами. СФП	Комбинация при введении мяча Вратарем Развитие		2	Текущий контроль

		выносливости			
55	Работа с мячами. СФП	Действие в обороне; опека игрока без мяча Развитие выносливости		2	Текущий контроль
Апрель (8)					
56	Работа с мячами. СФП	Опека игрока с мячом Развитие выносливости	16	2	Текущий контроль
57	Работа с мячами. СФП	Разбор игроков команды соперника развитие ловкости		2	Текущий контроль
58	Работа с мячами. СФП	Подстраховка развитие ловкости		2	Текущий контроль
59	Работа с мячами. СФП	Персональная оборона развитие быстроты		2	Текущий контроль
60	Работа с мячами. СФП	Зонная оборона развитие быстроты		2	Текущий контроль
61	Работа с мячами. СФП	Понятие о тактике мини футбола, Характеристика тактических действий		2	Текущий контроль
62	Работа с мячами. СФП	Комбинация изученных технических приемов с мячом и перемещений Тестирование техники владения приемами		2	Текущий контроль
63	Работа с мячами. СФП	Участие в соревнованиях тактика - передачи,открывание		2	Текущий контроль
Май (5)					
64	Работа с мячами.	Участие в	10	2	Текущий

	СФП	соревнованиях тактика - передачи,открывание				контроль
65	Работа с мячами. СФП	Участие в соревнованиях тактика - передачи,открывание			2	Текущий контроль
66	Работа с мячами. СФП	Участие в соревнованиях тактика - удары по воротам			2	Текущий контроль
67	Обследование	Контроль физического развития, мед обследование			2	Текущий контроль
68	Теоретические знания	Подведение итогов			2	Промежуточная диагностика за 1- ый год обучения