|  |
| --- |
| **Календарно-тематическое планирование** **по мини-футболу на 2022-2023 учебный год****Индивидуальная работа** |
| № | Название разделов, тем | Кол-во часов | Примерные даты проведения |
| 1 | **Теоретическая подготовка:**Инструктаж по ТБ на занятиях по мини-футболу.Гигиенические требования к занимающимся спортом.Влияние физических упражнений на организм спортсмена.Профилактика травматизма в спорте.Основы техники игры и техническая подготовка.Физические качества и физическая подготовка.Правила игры в мини-футбол. | **1****1****1****1****2****1****1** | 01,04.09 09.1013.1111.1223.10;04.1227.11 |
|  |  | **8** |  |
| 2 | **Общая физическая подготовка.**Строевые упражнения.Упражнения для всех групп мышц.Упражнения для развития силы.Упражнения для развития быстроты.Упражнения для развития гибкости.Упражнения для развития ловкости.Упражнения типа «полоса препятствий».Упражнения для развития скоростно-силовых качеств.Упражнения для развития общей выносливости. | **2****4****6****6****4****6****6****8****8** | 06.09; 15.0929.09, 11.1020.10. 15.0130.10, 12.0213.11 17.1129.11, 08.0404.12, 08.12, 18.12, 27.1225.09; 11.03 02.12, 06.05 |
|  |  | **50** |  |
| 3 | **Специальная физическая подготовка.**Упражнения для развития быстроты движения и прыгучести.Упражнения для выполнения качеств, необходимых для выполнения ведения, остановки, передачи, удара по мячу.Упражнения для развития игровой ловкости.Развитие специальной выносливости. | **6****6****8****6** | 08.09; 20.09; 02.10, 13.10, 23.10; 15.0408.11, 20.11, 19.02, 13.0501,12, 11.12, 20.12, 29.12, 22.01, 18.03 |
|  |  | **26** |  |
| 4 | **Техническая подготовка.**Передвижение футболиста.Ведение мяча.Остановка мяча.Передачи мяча.Удары по мячу. | **8****8****8****8****8** | 11.09 22.09; 09.10. 18.09; 25.0304.10, 16.10, 22.0425.10, 10.11, 20.0506.11, 22.11; 29.0104.12, 3.12, 22.12, 26.02 |
|  |  | **40** |  |
| 5 | **Тактическая подготовка.**Тактические действия в защите.Тактические действия в нападении.Игра 4х2, 3х2, 2х1, 3х3, 4х4, 4х3 | **8****8****8** |  13.09;25.09; 06.10; 27.11, 04.0318.10; 27.10; 25.12, 15.11; 24.11; 29.04, 06.12, 15.12, 27.05 |
|  |  | **24** |  |
| 6 | **Интегральная подготовка (**соревнования, товарищеские встречи). | **10** |  В течение года. |
| 7 | Контрольные испытания, зачеты. | **4** | 25.09; 02.10; 15.04; 22.04;  |
|  | Всего | **162** |  |

Подготовил: учитель по физической культуре

Канзафаров Наиль Салихович