Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
Игринская средняя общеобразовательная школа № 3

ПРИНЯТО
на заседании
педагогического совета
Протокол № 1
от «30» августа 2024 г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ
Игринской СОШ № 3
_____ О.А.Зуева
Приказ № 107 о/д
от «30» августа 2024 г.

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ИГРИНСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 3

Подписано цифровой подписью: МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ИГРИНСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 3
DN: c=RU, st=Удмуртская Республика, street=Пугачева, 36, l=п. Игра, title=Директор, o=МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ИГРИНСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 3, 1.2.643.100.1=120D3130323138303036373236323 9, 1.2.643.100.3=120B303733393838303133303 6, 1.2.643.100.4=120A3138303930303239323 7, 1.2.643.3.131.1.1=120C3138303930343137363534 38, email=rono-igra@mail.ru, givenName=Ольга Аркадьевна, sn=Зуева, cn=МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ИГРИНСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 3
Дата: 2024.10.23 11:00:11 +04'00'

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа

Минифутбол

(Физкультурно-спортивной направленности)
Возраст детей: 12-16 лет
Срок реализации: 1 год

Составитель: Невоструев Алексей Викторович,
педагог дополнительного образования

Игра, 2024

Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Минифутбол» разработана в соответствии Дополнительные общеобразовательные общеразвивающие программы разрабатываются в соответствии с Федеральным законом от 29.12.2012 № 273 ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»; Приказом Министерства просвещения РФ № 629 от 27 июля 2022 года «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»; Постановление Главного санитарного врача 28.09.2020 г №28 «Об утверждении СанПин 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»; Письмо от 18 ноября 2015 г № 09-3242 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ»; Порядок применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ от 23.08.2017 г №816;-Устав и локальный акт МБОУ Игринской СОШ № 3 «О проектировании ДООП».

Направленность: физкультурно-спортивная.

Актуальность. Программа реализуется в соответствии с социальным заказом и запросами учащихся и их родителей, выявленными на основе результатов анкетирования. В целях обеспечения физического развития и формирования личности ребенка многие родители хотят направить своих детей на занятия в объединения дополнительного образования.

Родители и учащиеся отметили важность приобщения, наличия потребности детей в личном физическом совершенствовании, мастерства игры в футбол через соревновательную деятельность в данном виде спорта.

Цель программы: Овладение навыками игры в футбол.

Задачи:

1. Обучить простейшим организационным навыкам, необходимых понятий и теоретических сведений по физической культуре и спорту, в частности футболу;
2. Воспитать психологические особенности в общении и коллективном взаимодействии средствами и методами командно-игровой деятельности в футбол;
3. Сформировать привычку к занятиям физической культурой и спортом как коллективно, так и самостоятельно.

Отличительные особенности программы. Программа дополняет школьные учебные предметы по физкультуре, основам безопасности жизнедеятельности, физике.

Адресат программы. Программа курса рассчитана для учащихся возрастом 12 - 16 лет. Наполняемость групп – 15 человек.

Уровень программы:

№	Уровень	Год обучения	Уровень освоения
1	Стартовый	1 год	Программа включает в себя основы физической подготовки, обеспечивая физическое гармоничное развитие, воспитывает командный дух

Объем программы: Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Футбол» рассчитана на 1 год обучения 144 часов.

Формы организации образовательного процесса: групповые и индивидуальные. Виды деятельности: лекции, практические занятия, соревнования, спортивные состязания. Условия, формы и технологии реализации программы «Футбол» учитывает возрастные и индивидуальные особенности учащихся.

Программа базируется на основных принципах дополнительного образования:

- выбор различных видов деятельности, в которых происходит личностное и профессиональное самоопределение учащихся;
- вариативность содержания и форм организации образовательного процесса;
- адаптивность к возникающим изменениям.

Педагогический процесс основывается на принципе индивидуального подхода к каждому ребенку. Задача индивидуального подхода – наиболее полное выявление персональных способов развития возможностей учащегося, формирование его личности и возраст учащихся. Индивидуальный подход помогает отстающему учащемуся наиболее успешно усвоить материал и стимулирует его творческие способности, а для учащихся, чей уровень подготовки превышает средний показатель по группе, позволяет построить индивидуальный образовательный маршрут.

В ходе реализации программы образовательный процесс организуется в очной форме. Возможно обучение и с использованием дистанционных образовательных технологий и (или) электронное обучение. Программа подготовки предполагает очные дистанционные занятия на платформе Сферум.

Занятия проводятся в группах и индивидуально, сочетая принцип группового обучения с индивидуальным подходом. После зачисления учащегося ему в соответствии с графиком учебного процесса по электронной почте или личным сообщением в социальной сети «ВКонтакте» (по договоренности педагога и учащихся) высылаются тексты заданий и методические рекомендации по их выполнению, высылаются лекции, рекомендации по поиску информации, практические задания. Присланные решения рецензируются педагогом дополнительного образования и вместе со следующим заданием и возможным вариантом решения высылаются учащемуся. В случае каких-то затруднений или необходимости всем учащимся предоставляется право получения индивидуальной консультации, они могут обратиться за консультациями к педагогу по электронной почте или используя видеосвязь.

Сроки реализации. Программа рассчитана на 1 года обучения.

Режим занятий: 1 год обучения - 2 раза в неделю по 2 академических часа (144 часа в год).

Формы контроля: беседа, опрос, анализ, тестирование, учебно-познавательная игра, рефлексия, презентация проекта.

Ожидаемые образовательные результаты.

Метапредметные

– умение формулировать собственное мнение и позицию;

– умение планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации;

Личностные

– умение удовлетворить потребность в саморазвитии;

– желание участвовать в коллективной работе и командной игре;

– формирование мотивации к обучению;

Предметные

– умение выполнять объемы тренировочных нагрузок, предусмотренных программными требованиями;

– владение базовой и специальной техникой, скоростными, кондиционными и координационными упражнениями.

Условия реализации программы предполагают единство целей, содержания, форм и методов, обеспечивающих успешность процесса социальной адаптации учащихся к современному социуму.

Материально-техническое обеспечение: спортивный зал, спортивный инвентарь, ноутбук.

Информационно-методическое обеспечение: специализированная литература, иллюстрации.

Кадровое обеспечение: учитель физической культуры высшей квалификационной категории.

Учебный план программы 1 года обучения

№	Тема занятий	Количество часов			Форма контроля\аттестация
		всего	теория	практика	
1.	Введение в программу. Инструктажи по ТБ в учреждении (вводный, повторный и итоговый) и на тренировках (улица, спортзал)	2	2	-	Беседа
2.	Понятие о технике и тактике игры в футбол	6	2	4	Беседа
3.	Правила игры в футбол	4	2	2	Беседа
4.	Предупреждение травматизма, оказание первой медицинской помощи	6	2	4	Наблюдение
5.	Правила соревнований, участие в спортивном турнире	10	2	8	Результат турнира
6.	Специальная и общая физическая подготовка	56	12	44	Выполнение нормативов
7.	Технические и тактические приемы	56	12	44	Наблюдение
8.	Подведение итогов, планирование летней исследовательской и тренировочной деятельности	4	2	2	Составление графика
Итого		144	36	108	

Содержание программы 1 года обучения

Раздел 1. Введение в программу.

Теоретическая часть: Введение в программу. Инструктажи по ТБ в учреждении (вводный, повторный и итоговый) и на тренировках (улица, спортзал).

Формы контроля: беседа.

Раздел 2. Понятие о технике и тактике игры в футбол.

Теоретическая часть: Знакомство с понятиями, способствующими обучению техническими и тактическими приёмами игры.

Практическое задание: Отработка понятийного аппарата.

Формы контроля: беседа.

Раздел 3. Правила игры в футбол.

Теоретическая часть: Изучение теории – правил игры в футбол.

Практическое задание: Игра в настольный футбол.

Формы контроля: беседа.

Раздел 4. Предупреждение травматизма, оказание первой медицинской помощи.

Теоретическая часть: Правила поведения во время и вне игры, предупреждающие травматизм.

Практическое задание: Отработка оказания первой помощи.

Формы контроля: наблюдение.

Раздел 5. Правила соревнований, участие в спортивном турнире.

Теоретическая часть: Нормативно-правовая база игры в футбол.

Практическое задание: участие в футбольном турнире.

Формы контроля: Результат турнира.

Раздел 6. Специальная и общая физическая подготовка.

Теоретическая часть: Изучение комплексов упражнений, которые способствуют формированию общей культуры движений, подготавливают организм к физической деятельности, развивают определённые двигательные качества.

Практическое задание: Отработка комплексов упражнений.

Формы контроля: выполнение нормативов.

Раздел 7. Технические и тактические приемы.

Теоретическая часть: Обучение техническим и тактическим приемам игры в футбол.

Практическое задание: Отработка приемов на стадионе и в зале.

Формы контроля: наблюдение.

Раздел 8. Подведение итогов, планирование летней исследовательской и тренировочной деятельности.

Теоретическая часть: Особенности планирования летних тренировок. Итоги за год каждого члена объединения.

Практическое задание: планирование летней исследовательской и тренировочной деятельности.

Формы контроля: составление графика.

Методическое обеспечение 1 года обучения

№ п/п	Раздел	Форма занятий	Приемы, методы	Дидактический материал	Техническое оснащение	Форма контроля
1	Введение в программу. Инструктажи по ТБ в учреждении (вводный, повторный и итоговый) и на тренировках (улица, спортзал)	Занятие - игра	Игровая деятельность, инструктаж	Информационные плакаты	Ноутбук	Беседа
2	Понятие о технике и тактике игры в футбол	Беседа, практическая работа	Обсуждение, уточнение Словесные, наглядные	Иллюстрации	Спортивный инвентарь	Беседа
3	Правила игры в футбол	Беседа, практическая работа	Обсуждение, уточнение Словесные, наглядные	Книги, иллюстрации	Спортивный инвентарь	Беседа
4	Предупреждение травматизма, оказание первой медицинской помощи	Рассказ, презентация	Работа с книгой	Иллюстрации	Аптечка	Наблюдение
5	Правила соревнований, участие в спортивном турнире	Занятие практикум, групповые упражнения	Словесные, наглядные, обсуждение, проблемно-поисковый	Нормативно-правовые акты	Ноутбук	Результат турнира
6	Специальная и общая физическая подготовка	Рассказ, презентация, групповые упражнения	Демонстративно-наглядный	Книги, иллюстрации, презентация	Спортивный инвентарь	Выполнение нормативов
7	Технические и тактические приемы	Беседа, презентация, групповые упражнения	Обсуждение, уточнение	Иллюстрации, презентация	Спортивный инвентарь	Наблюдение
8	Подведение итогов, планирование летней исследовательской и тренировочной деятельности	Лекция	Обсуждение	Презентация	Ноутбук	Составление графика

Воспитательный компонент программы

Воспитательный компонент программы разработан в соответствии с Федеральным законом от 31.07.2020 № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся.

Воспитательная работа осуществляется в рамках реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Футбол» и имеет 2 важные составляющие – индивидуальную работу с каждым учащимся и формирование детского коллектива.

Цель: Создание условий для формирования социально-активной, творческой, нравственно и физически здоровой личности учащегося, способной на сознательный выбор жизненной позиции, а также к духовному и физическому самосовершенствованию, саморазвитию в социуме.

Задачи:

1. Способствовать развитию личности, способной формировать собственное мировоззрение и систему базовых ценностей.
2. Сформировать умение самостоятельно оценивать происходящее и использовать накапливаемый опыт в целях самосовершенствования и самореализации в процессе жизнедеятельности учащихся.
3. Развивать систему отношений в коллективе через разнообразные формы активной социальной деятельности.

Результат воспитания – это достигнутая цель, те изменения в личностном развитии учащихся, которые они приобрели в процессе воспитания.

Планируемые результаты:

- Проявление творческой активности учащихся в различных сферах социально значимой деятельности;
- Развитие мотивации личности к познанию и творчеству;
- Формирование позитивной самооценки, умение противостоять действиям и влияниям, представляющим угрозу для жизни, физического и нравственного здоровья, духовной безопасности личности.

Формы работы направлены на работу с коллективом учащихся и родительской общественностью.

Работа с коллективом учащихся:

– развитие творческого, культурного, коммуникативного потенциала учащихся в процессе участия в совместной общественно – полезной деятельности;

– формирование навыков по этике и психологии общения, технологии социального и творческого проектирования;

– обучение практическим умениям и навыкам организаторской деятельности, самоорганизации, формированию ответственности за себя и других;

– содействие формированию активной гражданской позиции;

– воспитание сознательного отношения к труду, к природе, к своему городу.

Работа с родителями:

– организация системы индивидуальной и коллективной работы с родителями (тематические беседы, собрания, индивидуальные консультации), в том числе в формате он-лайн;

– содействие сплочению родительского коллектива и вовлечение в жизнедеятельность творческого объединения (организация и проведение открытых занятий для родителей, тематических и концертных мероприятий, походов в течение года);

– публикация информационных (просветительских) статей для родителей по вопросам воспитания детей в группе творческого объединения в социальной сети «ВКонтакте».

Направления воспитательной работы:

1. Физическое воспитание (соревнования, состязания, турниры).

2. Формирование коммуникативной культуры (презентация, защита творческих и исследовательских работ внутри творческого объединения, организация совместных творческих проектов).

3. Интеллектуальное воспитание (участие в конкурсах и играх различного уровня и направленности).

4. Самоопределение и профессиональная ориентация (беседа, анкетирование, работа педагога-психолога).

Контрольно-измерительные материалы

Нормативы

№ п/п	Физические способности	Контрольное упражнение (тест)	Возраст (лет)	Уровень		
				Низкий	Средний	Высокий
1.	Координаци-онные	Челночный бег 4х9 м (сек.)	10 16	10.8 10.5	10.4 10.2	10.0 8.9
2.	Скоростно-силовые	Прыжок в длину с места (см.)	10 16	150 160	170 180	190 210

Общая физическая подготовка

Утренняя гимнастика. Общеразвивающие упражнения с предметами и без предметов (упражнения для рук и плечевого пояса, для мышц шеи, для туловища, для ног, с сопротивлением). Упражнения с предметами: с набивным мячом, с гантелями, со скакалкой, с малыми мячами). Строевые упражнения: понятие о строе, шеренге, колонне и т.д., перестроения, повороты, изменения скорости движения. Бег 30, 60, 100 м., кроссы, 6 и 12-минутный бег, спортивная ходьба. Упражнения на формирование правильной осанки, с удержанием груза на голове. Упражнения для мышц ног, туловища. Упражнение в висах и упорах. Акробатические упражнения: кувырки вперед, назад, перекаты и перевороты. Упражнения с мячом. Броски мяча друг другу двумя руками от груди, из-за головы снизу. Подбрасывание мяча вверх, и ловля его; то же, с поворотом кругом. Легкоатлетические упражнения. Бег с ускорением. Бег с высокого старта. Прыжки с разбега в длину. Прыжки с места в длину. Спортивные игры и эстафеты: с мячом, бегом, прыжками, метанием, сопротивлением, на внимание, координацию. Упражнения на формирование правильной осанки. Упражнения с набивным мячом. Упрощённые правила игры в пионербол, баскетбол, ручной мяч, волейбол.

Специальная физическая подготовка

Специальные упражнения для развития быстроты. Упражнения для развития стартовой скорости. Упражнения для развития дистанционной скорости. Ускорения на 15, 30 м. Бег «змейкой» между расставленными в различном положении стойками для обводки. Бег с быстрым изменением скорости. Упражнения на развитие быстроты. Старты из различных положений с последующим ускорением. Бег с максимальной скоростью по прямой, с остановками (по свистку, хлопку, заданному сигналу), с ускорением, «рывками», изменением направления передвижения. Бег в максимальном темпе. Бег и ходьба спиной вперёд с изменением темпа и направления движения (по прямой, по кругу и «змейкой»). Бег с максимальной скоростью с поворотами на 180° и 360°. Прыжки через скакалку в максимальном темпе. Прыжки по разметкам на правой (левой) ноге, между стоек, спиной вперёд. Прыжки вверх на обеих ногах и одной ноге с продвижением вперёд. Удары по мячу в стенку в максимальном темпе. Ведение мяча с остановками и ускорениями, «дриблинг» мяча с изменением направления движения. Упражнения на развитие силы. Комплексы упражнений с дополнительным отягощением на основные мышечные группы. Упражнения на развитие выносливости. Равномерный бег на средние и длинные дистанции. Повторные ускорения с уменьшающимся интервалом отдыха. Повторный бег на короткие дистанции с максимальной скоростью и уменьшающимся интервалом отдыха. Специальные упражнения для развития ловкости. Прыжки с разбега толчком одной и двух ног, стараясь достать головой высоко подвешенный мяч; то же, выполняя в прыжке поворот направо и налево.

Имитация ударов ногами по воображаемому мячу в прыжке. Держание мяча в воздухе (жонглирование), чередуя удары различными частями стопы, бедром, головой. Подвижные игры: «Живая цель», «Салки мячом».

Техническая подготовка

Техника передвижения. Анализ выполнения технических приёмов и их применения в конкретных игровых условиях: ударов по мячу внутренней и внешней частью подъёма, внутренней стороной стопы, ударов серединой лба; остановок мяча подошвой, внутренней стороной стопы и грудью; ведение мяча внутренней и внешней частью подъёма, внутренней стороной стопы; обманных движений (ложная и действительная фазы движения); удары по мячу ногой. Удары правой и левой ногой: внутренней стороной стопы, внутренней и внешней частью подъёма по неподвижному и катящемуся навстречу справа или слева мячу; направляя мяч в обратном направлении и стороны. Выполнение ударов после остановки, ведения и рывка, посылая мяч низом и верхом на короткое и среднее расстояние. Удар по летящему мячу внутренней стороной стопы. Удары на точность. Удары по мячу головой. Удары серединой лба без прыжка и в прыжке, с места и с разбега, по летящему навстречу мячу: направляя мяч в обратном направлении и в стороны, посылая мяч верхом и вниз, на среднее и короткое расстояние. Удары на точность. Ведение мяча. Ведение внешней частью, внутренней частью подъёма и внутренней стороной стопы: правой, левой ногой и поочерёдно; по прямой, меняя направления, между стоек и движущихся партнёров; изменяя скорость. Остановка мяча. Передача мяча. Обманные движения (финты). Обучение финтам. Отбор мяча. Перехват мяча. Отбор мяча в единоборстве с соперником. Вбрасывание мяча. Вбрасывание мяча из-за боковой линии. Техника игры вратаря. Основная стойка вратаря. Передвижение в воротах без мяча и в сторону приставным, скрестным шагом и скачками на двух ногах. Ловля летящего навстречу и несколько в сторону от вратаря мяча на высоте груди и живота без прыжка и в прыжке. Отбивание мяча одним кулаком без прыжка и в прыжке (с места и с разбега).

Тактическая подготовка

Понятие о тактике и тактической комбинации. Характеристика игровых действий: вратаря, защитников, полузащитников и нападающих. Коллективная и индивидуальная игра, их сочетание. Индивидуальные и групповые тактические действия. Командная тактика игры. *Тактика нападения*. Индивидуальные действия без мяча. Правильное расположение на футбольном поле. Умение ориентироваться, реагировать соответствующим образом на действие партнёров и соперника. Выбор момента и способа передвижения для «открывания» на свободное место с целью получения мяча. Индивидуальные действия с мячом. Целесообразное использование изученных способов ударов по мячу. Применение необходимого способа остановок в зависимости от направления, траектории и скорости мяча. Определение игровой ситуации, целесообразной для использования ведения мяча, выбор способа и направления ведения. Групповые действия. Взаимодействие двух и более игроков. Умение точно и своевременно выполнить передачу в ноги партнёру, на свободное место, на удар; короткую или среднюю передачи, низом или верхом. Комбинация «игра в стенку». *Тактика защиты.* Индивидуальные действия. Правильно выбирать позицию по отношению опекаемого игрока и противодействовать получению им мяча, т. е. осуществлять «закрывание». Выбор момента и способа действия (удар или остановка) для перехвата мяча. Умение оценить игровую ситуацию и осуществить отбор мяча изученным способом. Групповые действия. Противодействие комбинации «стенка». Взаимодействие игроков при розыгрыше противником стандартных комбинаций. Тактика вратаря. Уметь выбрать

правильную позицию в воротах при различных ударах в зависимости от «угла удара», разыгрывать удар от своих ворот, ввести мяч в игру (после ловли) открывшемуся партнёру, занимать правильную позицию при угловом, штрафном и свободном ударах вблизи своих ворот.

Принципы оказания первой помощи.

1. Не навреди.
2. Сохрани свою жизнь.
3. Мысли мгновенно и на пять шагов вперёд
4. Постоянно учись и нарабатывай практические навыки.

Обучение приёмам оказания первой помощи.

1. Для всех поступающих на работу работников рабочих профессий организуется обучение приёмам оказания первой помощи в течении первого месяца.

2. Эти же работники проходят периодическое, ежегодное обучение приёмам оказания первой помощи пострадавшим.

Перечень состояний, при которых оказывается первая помощь.

1. Отсутствие сознания.
2. Остановка дыхания и кровообращения.
3. Наружные кровотечения.
4. Инородные тела в верхних дыхательных путях.
5. Травмы различных областей тела.
6. Ожоги.
7. Отморожения.
8. Отравления.

Перечень мероприятий по оказанию первой помощи пострадавшим.

1. Мероприятия по оценке обстановки.

1.1.Определение угрозы для собственной жизни.

1.2.Определение угрозы для жизни пострадавшего.

1.3.Устранение угрожающих факторов.

1.4.Прекращение действия угрожающих факторов на пострадавшего.

1.5.Оценка количества пострадавших.

1.6.Извлечение пострадавшего из труднодоступных мест.

1.7.Перемещение пострадавшего.

2. Вызов скорой помощи и других служб.
3. Определение наличия сознания у пострадавшего.
4. Мероприятия по восстановлению проходимости верхних дыхательных путей и определению признаков жизни.

4.1.Запрокидывание головы с подъемом подбородка.

4.2.Выдвижение нижней челюсти.

4.3.Определение наличия дыхания.

4.4.Определение наличия кровообращения, проверка пульса.

5. Мероприятия по проведению сердечно-легочной реанимации.

5.1.Давление руками на грудину пострадавшего.

5.2.Искусственное дыхание «Рот ко рту».

5.3.Искусственное дыхание «Рот к носу».

5.4.Искусственное дыхание с помощью устройств для искусственного дыхания.

6. Мероприятия по поддержанию проходимости дыхательных путей.

6.1.Придание устойчивого бокового положения.

6.2.Запрокидывание головы с подъёмом подбородка.

6.3.Выдвижение нижней челюсти.

7. Мероприятия по обзорному осмотру пострадавшего и временной остановке наружного кровотечения.

7.1.Обзорный осмотр пострадавшего на наличие кровотечения.

7.2.Пальцевое прижатие артерии.
7.3.Наложение жгута.
7.4.Максимальное сгибание конечности в суставе.
7.5.Прмое давление на рану.
7.6.Наложение давящей повязки на рану.
8. Наложение повязок.
9. Проведение иммобилизации.
10 .Фиксация шейного отдела позвоночника.
11. Прекращение воздействия опасных химических веществ.
12. Местное охлаждение при ожогах и других воздействиях высоких температур.
13. Термоизоляция при отморожениях.
14. Придание телу пострадавшего оптимального положения.
15. Контроль состояния пострадавшего.
16. Передача пострадавшего бригаде скорой медицинской помощи.

Календарный график на 144 часов

Сентябрь			Октябрь				Ноябрь					Декабрь			
Недели \ даты			Недели \ даты				Недели \ даты					Недели \ даты			
1	2	3	1	2	3	4	5	1	2	3	4	1	2	3	4
9-14	16-21	23-28	30-5	7-12	14-19	21-26	28-02	4-9	11-16	18-23	25-30	2-7	9-14	16-21	23-28
4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
12			32					48				64			

Январь				Февраль				Март				Апрель				Май			
Недели \ даты				Недели \ даты				Недели \ даты				Недели \ даты				Недели \ даты			
1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
6-11	13-18	20-25	27-1	3-8	10-15	17-22	24-1	3-9	10-15	17-22	24-29	31-5	7-12	14-19	21-26	28-3	5-10	12-17	19-24
4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
80				96				112				128				144			

Список источников и литературы

Литература для педагога

1. С.Н. Анреев, В.С. Левин. Мини - футбол. Подготовка футболистов в спортивных школах и любительских командах», Методическое пособие. - Издательство: «ГУ «РОГ», Липецк, 2004, 496с.
2. С.Н. Андреев, Э.Г. Алиев. Мини - футбол в школе. - Издательство: «Советский спорт», 2006, 224с.
3. В.Л. Мутко, С.Н. Андреев, Э.Г. Алиев. «Мини-футбол – игра для всех. Учебно – методическое пособие. - Издательство: «Советский спорт», 2007 год, 264 с.
4. М. Мукиан, Д. Дьюрст. Шаг за шагом. Все о тренировке юного футболиста. - Издательство: «Советский спорт», 2007 год, 264 с.

Литература для учащихся

1. А.В. Сычёв «Акробатические упражнения в школьной программе». - Тамбов, 1995.
2. М.В. Видякин «Внеклассные мероприятия в средней школе». - Волгоград. «Учитель», 2004.
3. Т.В. Рыбкина «Спортивный час в группах продлённого дня». - Тамбов, 1996.
4. Каргина, З.А. Особенности воспитательной работы в системе дополнительного образования детей [Электронный ресурс]. – URL:https://pandia.ru/text/77/456/934.php(дата обращения: 27.05.2021 г.)
5. Программа воспитания: что это такое, зачем нужна и как разработать [Электронный ресурс]. –URL:https://eduregion.ru/k-zhurnal/programma-vospitaniya-chto-eto-takoe/(дата обращения: 27.05.2021 г.)