

**Комунальний заклад вищої освіти
«Вінницький гуманітарно-педагогічний коледж»**



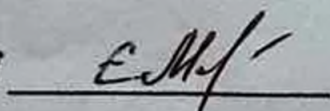
Заступник директора з виховної роботи
Терлюк
«21» жовтня 2024 р.

**ПЛАН РОБОТИ
СПОРТИВНОЇ СЕКЦІЇ З МІНІ-ФУТБОЛУ (ЮНАКИ) НА I-II ПІВРІЧЧЯ
2024-2025 н.р.**

№ п/п	Тема і зміст заняття	Кількість годин	Календарні строки виконання
1.	Технічна безпека при занятті гри у міні-футболу. Техніка гри.	2 год.	01.10.2024
2.	Техніко-тактичні дії в парах.	2 год.	03.10.2024
3.	Техніко-Тактичні дії в трійках.	2 год.	08.10.2024
4.	Двобічна гра.	2 год.	10.10.2024
5.	Індивідуальні дії: маневрування на полі: "відкривання" для прийому м'яча, відволікання суперника, створення чисельної переваги на окремій ділянці поля за рахунок швидкісного маневрування по фронту атаки та підключення з глибини оборони.	2 год.	15.10.2024
6.	Удосконалення техніки прийому і передачі м'яча на довгу відстань.	2 год.	17.10.2024
7.	Групові дії: взаємодія з партнерами під час організації атаки; правильна взаємодія на останній стадії розвитку атаки поблизу воріт суперника; вдосконалення ігрових та стандартних ситуацій.	2 год.	22.10.2024
8.	Двобічна гра.	2 год.	24.10.2024
9.	Техніко-тактичні дії в нападі.	2 год.	29.10.2024
10.	Групові дії: створення чисельної переваги в обороні; уміння взаємодіяти в обороні під час виконання суперником стандартних комбінацій; організація і побудова "стінки".	2 год.	31.10.2024
11.	Індивідуальні дії: вдосконалення "закривання", "перехоплення" та відбору м'яча.	2 год.	05.11.2024
12.	Двобічна гра.	2 год.	07.11.2024
13.	Техніко-тактичні дії в захисті (гра в меншості).	2 год.	12.11.2024
14.	Удосконалення техніки володіння м'ячем. Гра в «Квадрат».	2 год.	14.11.2024
15.	Контрольна гра.	2 год.	19.11.2024
16.	Удосконалення техніки володіння м'ячем. Удари по нерухомому м'ячу на точність одним із вивчених способів у гандбольні або задану половину футбольних воріт з відстані 10 м (з-за меж штрафного майданчика).	2 год.	21.11.2024
17.	Удосконалення техніки володіння м'ячем. Удари внутрішньою стороною стопи у стінку чи в іншу ціль з відстані 10-15 м, підкидаючи м'яч і не даючи йому впасти.	2 год.	26.11.2024
18.	Відволікальні дії (фінти) "відходом" проти нерухомої перешкоди. Двобічна гра.	2 год.	28.11.2024
19.	Технічна безпека при занятті гри у міні-футболу. Техніка гри.	2 год.	2025
20.	Комплекс ЗФП.	2 год.	2025

21.	Удосконалення техніки володіння м'ячем. Вдосконалення швидкості організації атак, виконуючи повздовжні та діагональні, середні та довгі передачі; створення чисельної переваги в атаці за рахунок підключення захисників.	2 год.	2025
22.	Колове тренування (спеціально-підготовчі вправи).	2 год.	2025
23.	Удосконалення техніки володіння м'ячем. Тактична підготовка.	2 год.	2025
24.	Контрольна гра.	2 год.	2025
25.	Удосконалення техніки володіння м'ячем. Техніко-тактичні дії в нападі (гра в більшості).	2 год.	2025
26.	Удосконалення техніки володіння м'ячем. Техніко-тактичні дії в захисті (гра в меншості).	2 год.	2025
27.	Двобічна гра.	2 год.	2025
28.	Удосконалення техніки володіння м'ячем. Тактична підготовка (відпрацювання варіантів введення м'яча від воріт).	2 год.	2025
29.	Удосконалення техніки володіння м'ячем. Тактична підготовка (відпрацювання стандартних положень-аути).	2 год.	2025
30.	Удосконалення техніки володіння м'ячем. Тактична підготовка (відпрацювання стандартних положень-кутові удари).	2 год.	2025
31.	Удосконалення техніки володіння м'ячем. Тактична підготовка (відпрацювання стандартних положень-штрафні удари).	2 год.	2025
32.	Контрольна гра.	2 год.	2025
33.	Удосконалення техніко-тактичних дій в нападі.	2 год.	2025
34.	Удосконалення техніко-тактичних дій в захисті.	2 год.	2025
35.	Колове тренування (спеціально-підготовчі вправи).	2 год.	2025
36.	Двобічна гра.	2 год.	2025
37.	Удосконалення командних взаємодій під час переходу від атаки до оборони.	2 год.	2025
38.	Удосконалення командних взаємодій під час переходу від оборони до атаки.	2 год.	2025
39.	Вправи на координацію рухів: вправи в рівновазі; гімнастичні вправи на 8 рахунків і більше; рухливі ігри на координацію рухів; спортивні ігри гандбол, баскетбол, волейбол з елементами футболу; елементи акробатики.	2 год.	2025
40.	Удосконалення техніко-тактичних дій в нападі.	2 год.	2025
41.	Удосконалення техніко-тактичних дій в захисті.	2 год.	2025
42.	Контрольна гра.	2 год.	2025

Керівник спортивної секції

 Є.М. Мельник