


**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

Министерство образования Белгородской области

Управление образования администрации г. Белгорода

МБОУ СОШ № 33 г. Белгорода

РАССМОТРЕНО  
методическим объединением  
учителей

руководитель МО  
 / Билянина Л.В.

Протокол № 1  
от «31 августа» 2023г.

СОГЛАСОВАНО  
Заместитель директора  
МБОУ СОШ № 33

 / Лоза Н.И.

от «31» августа 2023г.

УТВЕРЖДАЮ  
Директор  
МБОУ СОШ № 33

 / Мамин О.В.

Приказ № 195  
от «31» августа 2023г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ МОДУЛЬ**

**«ФУТБОЛ ДЛЯ ВСЕХ»**

**ПО УЧЕБНОМУ ПРЕДМЕТУ**

**«ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»**

**НАЧАЛЬНОГО ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ**

для обучающихся 1-4 классов

Составитель:

Группа  
учителей  
физической  
культуры:

Билянина Л.В.  
Ткачев А.Н.

г.Белгород, 2023г.

## **СОДЕРЖАНИЕ**

<b>I.</b>	<b>ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА МОДУЛЯ «ФУТБОЛ ДЛЯ ВСЕХ»</b>	<b>4</b>
<b>II.</b>	<b>ЛИЧНОСТНЫЕ, МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ И ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ МОДУЛЯ</b>	<b>7</b>
<b>III.</b>	<b>СОДЕРЖАНИЕ МОДУЛЯ «ФУТБОЛ ДЛЯ ВСЕХ»</b>	<b>10</b>
	Раздел 1. Знания о футболе	
	Раздел 2. Способы физкультурной деятельности	
	Раздел 3. Физическое совершенствование	
<b>IV.</b>	<b>ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ МОДУЛЯ «ФУТБОЛ ДЛЯ ВСЕХ» НА УРОВНЕ НАЧАЛЬНОГО ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ</b>	<b>13</b>
<b>V.</b>	<b>ПЛАНИРУЕМЫЕ ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ НА УРОВНЕ НАЧАЛЬНОГО ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ</b>	<b>17</b>
<b>VI.</b>	<b>УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА</b>	<b>18</b>
	Приложение 1. Средства развития основных физических качеств футболиста	<b>22</b>
	Приложение 2. Рекомендации по определению уровня физической подготовленности обучающихся 1–4-х классов	<b>24</b>

## **I. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА МОДУЛЯ «ФУТБОЛ ДЛЯ ВСЕХ»**

Футбол – это одно из самых доступных, популярных и массовых средств физического развития и укрепления здоровья широких слоев населения. Футболом в России занимается более 2 млн человек. Игра занимает ведущее место в общей системе физического воспитания подрастающего поколения. Командный характер игры «футбол» воспитывает чувство дружбы, товарищества, взаимопомощи; развивает такие ценные моральные качества, как чувство ответственности, уважение к партнерам и соперникам, дисциплинированность, активность. Каждый обучающийся может проявить свои личные качества: самостоятельность, инициативу, творчество. Вместе с тем игра требует подчинения личных стремлений интересам коллектива. В процессе игровой деятельности необходимо овладевать сложной техникой и тактикой, развивать физические качества; преодолевать усталость, боль; вырабатывать устойчивость к неблагоприятным условиям внешней среды; строго соблюдать бытовой и спортивный режим и т.д. Все это способствует воспитанию волевых черт характера: смелости, стойкости, решительности, выдержки, мужества. Занятия футболом расширяют возможности эстетического воздействия на занимающихся, развивая у спортсменов стремление к физической красоте, к творческим проявлениям, к эстетически оправданному поведению. Сегодня красота футбола олицетворяется не только в демонстрации техники, в исполнительском мастерстве отдельных игроков, в эффективном завершении игровых эпизодов. Чувство прекрасного вызывают и сам процесс игры, его композиция, коллективизм и взаимодействия игроков.

Образовательный модуль «Футбол для всех» по учебному предмету «Физическая культура» для образовательных организаций, реализующих образовательные программы начального общего образования (далее – Модуль) разработан в соответствии с Федеральным законом от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», на основе федеральных государственных образовательных стандартов начального общего образования и с учетом примерных основных образовательных программ начального общего образования, Концепции преподавания учебного предмета «Физическая культура» в образовательных организациях Российской Федерации, реализующих основные общеобразовательные программы, утвержденной протоколом заседания коллегии Министерства просвещения Российской Федерации от 24 декабря 2018 г.

Модуль реализуется в соответствии с Федеральным законом Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (далее – Закон), который действует в интересах обучающихся образовательных организаций и утверждает:

- право образовательных организаций на самостоятельность в осуществлении образовательной деятельности и свободе в определении содержания образования, разработке и утверждении своих образовательных программ, выборе учебно-методического обеспечения, образовательных технологий по реализуемым ими образовательным программам (п. 1, п. 2, п.п. 6 п.3 ст.28 Закона);
- право педагогических работников на свободу выбора и использования педагогически обоснованных форм, средств, методов обучения и воспитания, а также право на творческую инициативу, разработку и применение авторских программ, методов обучения и воспитания в пределах реализуемой образовательной программы, отдельного учебного предмета, курса, дисциплины (модуля) (п.п.2 и 3 п. 3 ст. 47 Закона).

В содержании Модуля специфика футбола сочетается со всеми базовыми видами спорта, входящими в учебный предмет «Физическая культура» в общеобразовательной организации (легкая атлетика, гимнастика, спортивные игры и т.д.), предполагая доступность освоения учебного материала всеми возрастными категориям обучающихся независимо от уровня их физического развития и гендерных особенностей.

**Цель модуля** – формирование устойчивых мотивов и потребностей в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических и психических качеств, творческом

использовании средств физической культуры в организации здорового образа жизни подрастающего поколения с использованием средств игры «Футбол».

#### **Задачи модуля:**

1. Приобщение обучающихся к здоровому образу жизни и гармонии тела средствами футбола.
2. Формирование культуры движений, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей и корригирующей направленностью с использованием средств футбола.
3. Укрепление и сохранения здоровья, развитие основных физических качеств и повышение функциональных способностей организма.
4. Воспитание положительных качеств личности, соблюдение норм коллективного взаимодействия и сотрудничества в игровой и соревновательной деятельности в футболе.
5. Популяризация и увеличение числа занимающихся футболом.

Преимущество Модуля состоит в том, что используемые в процессе обучения технологии способствуют повышению общего уровня двигательной активности обучающихся младшего школьного возраста, служат важным фактором компенсации гиподинамии;

- содействуют укреплению опорно-двигательного аппарата и улучшению работы кровеносной и дыхательной систем организма;
- решают комплекс основных задач физического воспитания на ступени начального общего образования;
- создают оптимальные условия гармоничного развития личности, обеспечивая гибкость и вариативность содержания образовательной деятельности на всех ступенях образования в соответствии с индивидуальными особенностями и потребностям обучающихся;
- совершенствуют интеграцию уроков физической культуры, внеурочной деятельности, системы дополнительного образования физкультурно-спортивной направленности и деятельности школьного спортивного клуба;
- способствуют развитию основных физических качеств, игрового мышления обучающихся.

#### **Место учебного модуля в учебном плане.**

Модуль реализуется на уроках физической культуры в 1–4 классах общеобразовательной организации на протяжении всего учебного периода по 1 часу в неделю (п. 10.20 СанПиН 2.4.2.2821-10).

При планировании занятий футболом на уроках физической культуры, на уровне начального общего образования (1–4 классы) изучение базовых основ техники игры в футбол предполагается в объеме 135 часов (по 33 часа в 1 классе и по 34 часа в 2–4 классах).

Содержание Модуля расширяет и дополняет знания, полученные в результате освоения примерной рабочей программы учебного предмета «Физическая культура» для образовательных организаций, реализующих образовательные программы начального общего образования.

Педагог имеет возможность вариативно использовать учебный материал в разных частях урока по физической культуре с выбором различных элементов игры в футбол с учётом возраста и физической подготовленности обучающихся.

## **II. ЛИЧНОСТНЫЕ, МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ И ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ МОДУЛЯ**

В соответствии с требованиями к результатам освоения основной образовательной программы начального общего образования, Федерального государственного образовательного стандарта

начального общего образования (Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 6 октября 2009 г. № 373 «Об утверждении и введении в действие федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования»)(с изменениями и дополнениями от 31 декабря 2015 года) Модуль «Футбол для всех», направлен на достижение обучающимися личностных, метапредметных и предметных результатов по физической культуре.

**Личностные результаты** отражаются в индивидуальных качественных свойствах обучающихся, которые приобретаются в процессе освоения Модуля. Эти качественные свойства проявляются, прежде всего, в положительном отношении обучающихся к занятиям двигательной (физкультурной) деятельностью, накоплении необходимых знаний, а также в умении использовать ценности физической культуры для удовлетворения индивидуальных интересов и потребностей, достижения личностно значимых результатов в физическом совершенстве.

**Личностные результаты:**

- формирование чувства гордости за отечественных футболистов;
- развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение социальной роли обучающего;
- развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания во время игры в футбол;
- развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных игровых ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций во время игры в футбол;
- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;
- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.

**Метапредметные результаты** освоения модуля характеризуют уровень сформированности качественных универсальных способностей обучающихся, проявляющихся в активном применении знаний и умений в игровой деятельности. Приобретенные на базе освоения содержания Модуля, в единстве с освоением программного материала других образовательных дисциплин, универсальные способности потребуются как в рамках образовательной деятельности (умение учиться), так и в повседневной жизни обучающихся.

**Метапредметные результаты:**

- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств её осуществления с использованием игры в футбол;
- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с правилами и условиями игры в футбол; определять наиболее эффективные способы достижения игрового результата;
- определение общей цели и путей её достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной игровой деятельности;
- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учёта интересов сторон и сотрудничества;
- владение двигательными действиями и физическими упражнениями футбола и активное их использование в самостоятельно организованной физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельности.

**Предметные результаты** характеризуют опыт обучающихся в творческой двигательной деятельности, который приобретается и закрепляется в процессе освоения Модуля и проявляется в знаниях и способах двигательной деятельности, умениях творчески их применять при решении практических задач, связанных с организацией и проведением самостоятельных занятий футболом.

### **Предметные результаты:**

- формирование первоначальных представлений о развитии футбола, олимпийского движения;
- овладение умениями самостоятельно организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры на основе игры в футбол и т.д.);
- формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья (рост, масса тела и др.), показателями развития основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости);
- применение и изложение в доступной форме полученных знаний о физической культуре и футболе, грамотное использование понятийного аппарата;
- освоение правил поведения и безопасности во время занятий и соревнований по футболу;
- приобретение навыка правильно подбирать одежду и обувь для занятий и соревнований по футболу;
- приобретение важных двигательных навыков, необходимых для игры в футбол;
- овладение основными терминологическими понятиями спортивной игры;
- освоение некоторых навыков первичной технической подготовки футболиста (выполнение ударов по мячу ногами и головой, остановка мяча, ведение мяча и выполнение финтов, отбор мяча);
- знание о некоторых индивидуальных и групповых тактических действиях в атаке и в обороне;
- формирование общего представления о технике и тактике игры вратаря;
- применение во время игры в футбол всех основных технических элементов (техника перемещения, передача и ловля мяча).

## **III. СОДЕРЖАНИЕ МОДУЛЯ «ФУТБОЛ ДЛЯ ВСЕХ»**

### **РАЗДЕЛ 1. ЗНАНИЯ О ФУТБОЛЕ**

Техника безопасности во время занятий футболом. Правила игры в футбол. Физическая культура и спорт в России. Развитие футбола в России и за рубежом. Общее понятие о гигиене. Личная гигиена футболиста. Закаливание. Режим и питание спортсмена. Самоконтроль. Оказание первой медицинской помощи. Комплексы упражнений для развития основных физических качеств футболиста. Понятие о спортивной этике и взаимоотношениях между обучающимися. Игровые амплуа в футболе. Подбор общеразвивающих упражнений для разминки футболиста различного амплуа.

### **РАЗДЕЛ 2. СПОСОБЫ ФИЗКУЛЬТУРНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

Подготовка места занятий, выбор одежды и обуви для занятий футболом в зависимости от места проведения занятий. Организация и проведение подвижных игр с элементами футбола во время активного отдыха и каникул. Оценка техники осваиваемых основных упражнений с футбольным мячом, способы выявления и устранения ошибок в технике выполнения упражнений. Тестирование уровня физической подготовленности в футболе.

### РАЗДЕЛ 3. ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ

#### *Спортивно-оздоровительная деятельность*

**Комплексы подготовительных и специальных упражнений, формирующих двигательные умения и навыки футболиста.**

Подвижные игры (без мяча и с мячом): «Пятнашки» («салки»), «Спиной к финишу», «Собачки», «Собачки в квадрате», «Бой петухов», «Мяч в стенку», «Передачи мяча с перебежками», «Передачи мяча капитану», «Точный удар», «Футбольный слалом», «Кто быстрее?», «Нападающие тройки», «Быстрее к флажку», «Самый меткий», «Охотники за мячами», «Ловцы игрока без мяча», «Всадники», «Квадрат с водящими», «Футбол крабов», «В одни ворота», «Взять крепость», «Быстрый танец», «Бросок мяча ступнями», «Разорви цепь», «Обгони мяч», «Вызов номеров», «Только своему», «Салки в тройках», «Верни мяч головой капитану», «Отбери мяч» и др.

**Индивидуальные технические действия:**

**Техника передвижения:** бег обычный, спиной вперед, скрестным и приставным шагом, по прямой, с изменением направления и скорости.

**Прыжки:** вверх, вверх – вперед, вверх – назад, вверх – вправо, вверх – влево, толчком двумя ногами с места.

**Для вратарей** – прыжки в сторону с падением «перекатом».

**Удары по мячу:** внутренней стороной стопы, серединой подъема, внутренней частью подъема, внешней частью подъема, носком, резаный удар, удар-бросок стопой, с полуклета.

**Остановка мяча:** внутренней стороной стопы, подошвой, грудью.

**Ведение мяча.** Понятие о ведении мяча. Преимущества игроков, хорошо владеющих ведением мяча. Упражнения для разучивания ведения мяча.

**Обманные движения (финты):** «уходом», «уходом с ложным замахом на удар», «проброс мяча мимо соперника».

**Отбор мяча:** запрещенные приемы при отборе мяча. Отбор мяча накладыванием стопы, выбиванием, перехватом.

**Техника игры вратаря.** Стойка вратаря. Ловля катящегося и низколетающего мяча; полувысокого мяча; ловля мяча в прыжке. Ловля высоколетающего, полувысокого, летящего в стороне мяча. Отбивание катящегося и низколетающего в стороне мяча в выпаде. Отбивание мяча ладонями; кулаком или кулаками. Введение мяча в игру. Вбрасывание мяча из-за плеча, сбоку, снизу. Выбивание мяча ногой с рук.

**Тактические действия:**

Тактика игры и обороны: индивидуальные тактические способы ведения единоборства с соперником. Техника выполнения открывания, отвлечения соперника.

Техника выполнения приема «маневрирование». Передачи мяча и их предназначение. Способы передачи мяча. Удары по воротам.

Групповые тактические действия в атаке. Действия против соперника без мяча и с мячом.

Групповые действия в обороне и их основные способы.

Тактика игры вратаря: выбор места в воротах. Упражнения для разучивания приемов игры на выходах. Введение мяча в игру. Руководство действиями партнеров в обороне. Участие вратаря в атакующих действиях партнеров.

Учебные игры в футбол.

#### IV. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ МОДУЛЯ «ФУТБОЛ ДЛЯ ВСЕХ» НА УРОВНЕ НАЧАЛЬНОГО ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

Тематическое планирование	Характеристика и деятельность обучающихся
<b>Раздел 1. Знания о футболе</b>	
Техника безопасности во время занятий футболом. Правила игры в футбол. Физическая культура и спорт в России. Развитие футбола в России и за рубежом.	<p><i>Знать и соблюдать технику безопасности во время занятий футболом.</i></p> <p><i>Знать историю развития футбола в мире и России.</i></p> <p><i>Выявлять успехи российских футболистов на мировой арене.</i></p> <p><i>Знать параметры полей и их оборудование для занятий и соревнований по футболу.</i></p> <p><i>Применять правила игры в футбол для самостоятельных занятий.</i></p>
Общее понятие о гигиене. Личная гигиена. Закаливание. Режим и питание спортсмена. Самоконтроль. Оказание первой медицинской помощи.	<p><i>Знать и применять правила личной гигиены.</i></p> <p><i>Соблюдать режим дня и питания футболиста.</i></p> <p><i>Применять самоконтроль при занятиях футболом.</i></p> <p><i>Уметь оказывать первую медицинскую помощь при царапинах и ссадинах.</i></p>
Комплексы упражнений для развития основных физических качеств футболиста различного амплуа (приложение 1).	<p><i>Знать игровые амплуа в футболе.</i></p> <p><i>Знать название упражнений для развития физических качеств футболиста различного амплуа.</i></p> <p><i>Отбирать и составлять комплекс упражнений для развития основных физических качеств футболиста.</i></p>
Понятие о спортивной этике и взаимоотношениях между обучающимися.	<i>Проявлять толерантность к сверстникам</i>
<b>Раздел 2. Способы двигательной (физкультурной) деятельности</b>	
Подготовка места занятий, выбор одежды и обуви для занятий футболом в зависимости от места проведения занятий. Организация и проведение подвижных игр с элементами футбола во время активного отдыха и каникул.	<p><i>Уметь подбирать одежду, обувь для занятий футболом в зависимости от места проведения занятий.</i></p> <p><i>Организовывать и проводить подвижные игры с элементами футбола во время активного отдыха и каникул.</i></p>
Оценка техники осваиваемых основных упражнений с футбольным мячом, способы выявления и устранения ошибок в технике выполнения упражнений.	<p><i>Понимать выполнение основных упражнений с футбольным мячом.</i></p> <p><i>Описывать технику упражнений с футбольным мячом.</i></p> <p><i>Устранять ошибки в технике выполнения упражнений с футбольным мячом.</i></p>
Тестирование уровня физической	<i>Знать контрольные упражнения для</i>



Тематическое планирование	Характеристика и деятельность обучающихся
подготовленности в футболе.	определения уровня физической подготовленности футболиста. <i>Сравнивать</i> свои результаты выполнения контрольных упражнений с результатами других обучающихся.
<b>Раздел 3.Физическое совершенствование</b>	
<b><i>Общеразвивающие физические упражнения</i></b>	
Комплексы подготовительных и специальных упражнений, формирующих двигательные умения и навыки футболиста.	<i>Составлять</i> комплексы специальных упражнений технических действий футболиста.
<b><i>Спортивно-оздоровительная деятельность</i></b>	
Основные термины футбола. Приобретение двигательных навыков и технических навыков игры в футбол.	<i>Знать и применять</i> основные термины футбола в организации и проведении занятий по футболу. <i>Знать и уметь</i> выполнять различные технические элементы игры в футбол. <i>Применять</i> технические приемы игры в футбол в подвижных играх и игровых заданиях.
Подвижные игры (без мяча и с мячом).	<i>Знать и уметь</i> играть в подвижные игры с элементами футбола (без мяча и с мячом).
Подвижные игры (без мяча и с мячом): «Пятнашки» («салки»), «Спиной к финишу»,«Собачки», «Собачки в квадрате», «Бой петухов», «Мяч в стенку», «Передачи мяча с перебежками», «Передачи мяча капитану», «Точный удар», «Футбольный слалом», «Кто быстрее?», «Нападающие тройки», «Быстрее к флажку», «Самый меткий», «Охотники за мячами», «Ловцы игрока без мяча», «Всадники», «Квадрат с водящими», «Футбол крабов», «В одни ворота», «Взять крепость», «Быстрый танец», «Бросок мяча ступнями», «Разорви цепь», «Обгони мяч»,«Вызов номеров», «Только своему», «Салки в тройках», «Верни мяч головой капитану», «Отбери мяч» и др.	<i>Организовывать и проводить</i> подвижные игры. <i>Выполнять</i> игровые задания с футбольным мячом. <i>Моделировать</i> игровые ситуации в атаке и защите. <i>Проявлять</i> самостоятельность в организации подвижных игр. <i>Соблюдать</i> правила подвижных игр.
Базовые двигательные навыки, элементы и технические приёмы футбола. Общие и специальные подготовительные упражнения,	<i>Осваивать</i> простейшие базовые двигательные навыки и элементы футбола. <i>Описывать</i> технику разучиваемых упражнений.

Тематическое планирование	Характеристика и деятельность обучающихся
<p>развивающие основные качества, необходимые для овладения техникой и тактикой футбола (сила и быстрота мышц рук и ног, сила и гибкость мышц туловища, быстрота реакции и ориентировки в пространстве).</p> <p>Подводящие упражнения и элементы соревновательного направления.</p>	<p><i>Следить</i> за правильностью выполнения всех упражнений.</p> <p><i>Взаимодействовать</i> с партнерами во время занятий футболом.</p>
<p>Индивидуальные технические действия.</p> <p>Удары по мячу: внутренней стороной стопы, серединой подъема, внутренней частью подъема, внешней частью подъема, носком, резаный удар, удар-бросок стопой, с полулета.</p> <p>Остановка мяча: внутренней стороной стопы, подошвой, грудью.</p> <p>Ведение мяча. Понятие о ведении мяча. Преимущества игроков, хорошо владеющих ведением мяча. Упражнения для разучивания ведения мяча.</p> <p>Обманные движения (финты): «уходом», «уходом с ложным замахом на удар», «проброс мяча мимо соперника».</p> <p>Отбор мяча: запрещенные приемы при отборе мяча. Отбор мяча накладыванием стопы, выбиванием, перехватом.</p>	<p><i>Осваивать</i> знания об основных способах ударов по мячу.</p> <p><i>Знать</i> и <i>уметь</i> выполнять простейшие упражнения технических действий.</p> <p><i>Уметь</i> общаться и взаимодействовать со сверстниками во время проведения различных форм обучающих занятий (групповых, игровых, фронтальных).</p> <p><i>Следить</i> за правильностью выполнения всех упражнений.</p> <p><i>Демонстрировать</i> приобретённые знания и умения.</p>
<p>Техника игры вратаря. Стойка вратаря. Ловля катящегося и низколетящего мяча; полувысокого мяча; ловля мяча в прыжке. Ловля высоколетящего, полувысокого, летящего в стороне мяча.</p> <p>Отбивание катящегося и низколетящего в стороне мяча в выпаде. Отбивание мяча ладонями; кулаком или кулаками. Введение мяча в игру. Вбрасывание мяча из-за плеча, сбоку, снизу. Выбивание мяча ногой с рук.</p>	<p><i>Знать</i> и <i>уметь</i> демонстрировать технику игры вратаря.</p> <p><i>Уметь</i> выполнять технические элементы игры вратаря.</p>
<p>Тактика игры и обороны: индивидуальные тактические способы ведения единоборства с соперником. Техника выполнения открывания, отвлечения соперника.</p>	<p><i>Знать</i> и <i>уметь</i> выполнять индивидуальные тактические способы ведения единоборств.</p> <p><i>Владеть</i> техникой выполнения отрывания и отвлечения соперника.</p>
<p>Техника выполнения приема</p>	<p><i>Уметь</i> выполнять «маневрирование».</p>

Тематическое планирование	Характеристика и деятельность обучающихся
«маневрирование». Передачи мяча и их предназначение. Способы передачи мяча. Удары по воротам.	<i>Знать и уметь</i> применять виды и способы передачи мяча. <i>Уметь</i> выполнять удары по воротам.
Групповые тактические действия в атаке и обороне. Действия против соперника без мяча и с мячом.	<i>Применять</i> тактические действия в атаке. <i>Выполнять</i> групповые тактические действия в атаке и обороне. <i>Выбирать</i> действия против соперника без мяча и с мячом.
Тактика игры вратаря: выбор места в воротах. Упражнения для разучивания приемов игры на выходах. Введение мяча в игру. Руководство действиями партнеров в обороне. Участие вратаря в атакующих действиях партнеров.	<i>Владеть</i> тактикой игры вратаря. <i>Уметь</i> выбирать место в воротах. <i>Владеть</i> техникой введения мяча в игру. <i>Участвовать</i> в атакующих действиях партнеров по игре.
Учебные игры в футбол по упрощенным правилам.	<i>Знать</i> правила игры в футбол. <i>Применять</i> правила в футбол в соревновательной деятельности. <i>Демонстрировать</i> технические и тактические приемы игры по упрощенным правилам.

## V. ПЛАНИРУЕМЫЕ ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ НА УРОВНЕ НАЧАЛЬНОГО ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

### Выпускник научится:

- раскрывать основные понятия правила игры в футбол и применять их в процессе самостоятельных и совместных занятий физическими упражнениями со своими сверстниками, излагать особенности техники выполнения двигательных действий и физических упражнений игры «футбол»;
- руководствоваться правилами техники безопасности занятий футболом, правильного выбора обуви и формы одежды в зависимости от места проведения занятий;
- составлять комплексы физических упражнений для развития основных физических качеств футболиста;
- раскрывать и выполнять технические и тактические приемы в атаке и защите;
- выполнять общеразвивающие упражнения, целенаправленно воздействующие на развитие основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости и ловкости);
- выполнять удары по мячу различным способом;
- владеть техникой ведения, остановки и передачи мяча в футболе;
- выполнять обманные движения в футболе;
- выполнять основы тактики игры в атаке и защите;
- владеть техникой и тактикой игры вратаря;
- определять признаки положительного влияния занятий футболом на укрепление здоровья;
- выполнять контрольные упражнения футболиста (приложение 2)

## **VI. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА**

### **Учебно-методическая литература**

1. Алиев, Э.Г. Мини-футбол в школу / Э.Г. Алиев, А.Е. Власов // Физическая культура в школе. - 2008. - № 5. - С. 32-34.
2. Алиев, Э.Г. Организационно-педагогическое управление развитием мини-футбола в школе / Э.Г. Алиев // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. - 2007. - N 12 (34). - С. 3-5.
3. Врублевский, Е.П. Модели тактики игры в футболе / Е.П. Врублевский. – М.-Спорт, 2020. -168 с.
4. Нестеровский, Д.И. Теория и методика спортивных игр: учебник для студентов учреждений высшего образования / Нестеровский Д.И., Железняк Ю.Д., Иванов В.А., Голенко А.В., Левин В.С. /9-е изд., стереотипное. М.; Издательский центр «Академия», 2014. 464 с.
5. Озолин, Н.Г. Современная система спортивной тренировки / Н. Г. Озолин. - М.: Физкультура и спорт, 2018. - 479 с.

Адреса порталов и сайтов в помощь учителю физической культуры

1. Упражнения с мячом, 4 видеоурока <http://pro100video.com>
2. Программа подготовки юных футболистов «Football-ABC»
3. Круговая тренировка с направленностью физических упражнений на воспитание двигательной активности:
4. Методические указания [http://window.edu.ru/resource/146/53146/files/school\\_phis1.pdf](http://window.edu.ru/resource/146/53146/files/school_phis1.pdf)
5. Российский футбольный союз <https://rfs.ru/>
6. Учительский портал [www.uchportal.ru](http://www.uchportal.ru)
7. Российский футбольный союз <https://rfs.ru/>
8. [http://window.edu.ru/resource/492/53492/files/school\\_phis3.pdf](http://window.edu.ru/resource/492/53492/files/school_phis3.pdf)
9. <https://myschool.edu.ru/>
10. -РЭШ <https://resh.edu.ru/subject/9/>
11. <https://edsoo.ru/konstruktor-rabochih-programm/>

### **Материально-техническое обеспечение модуля**

Для характеристики количественных показателей используются следующие обозначения:

Д – демонстрационный экземпляр (не менее одного экземпляра на класс);

К – полный комплект (на каждого ученика класса);

Ф – комплект для фронтальной работы (не менее одного экземпляра на двух учеников);

П – комплект, необходимый для работы в группах (один экземпляр на 5-6 человек)

<b>№</b>	<b>Наименование спортивного оборудования и инвентаря</b>	<b>Количество</b>
1.	Ворота, трансформируемые для гандбола и мини-футбола(комплект)	Д

2.	Ворота для футбола	Д
3.	Табло игровое (электронное)	Д
4.	Насос для накачивания мячей с иглой	Д
5.	Жилетки игровые	К
6.	Сетка для хранения мячей	Д
7.	Конус игровой	П
8.	Мячи футбольные № 4, 5	К
9.	Карточки для судейств	К

**СРЕДСТВА РАЗВИТИЯ ОСНОВНЫХ ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ ФУТБОЛИСТА****1. Средства для развития быстроты.**

**Упражнения для развития стартовой скорости:** по сигналу рывки на 5-10 м из различных исходных положений: стоя, лицом и т.д. Эстафеты с элементами старта. Подвижные игры.

**Упражнения для развития дистанционной скорости:** бег змейкой между стойками, бег прыжками, эстафетный бег, обводка препятствий (на скорость), переменный бег на дистанцию 50-100м (15-20 мин с максимальной скоростью, 10-15 м медленно и т.д.).

**Упражнения для развития скорости:** бег с быстрым изменением способа передвижения, с изменением направления (до 180°), бег с изменением скорости, «челночный бег»: 2х10, 4х5, 4х10, 2х15 и т.п., выполнение элементов техники в быстром темпе, бег с «тенью».

Для вратарей: рывки из ворот (на 5-15м) на перехват или отбивание высоко летящего мяча, на прострел мяча, рывки на 2-3 м из различных положений с последующей ловлей или отбиванием мяча, ловля теннисного мяча.

**1. Средства для развития скоростно-силовых качеств.**

**Приседание с отягощением** (гантели, набивные мячи, штанга для подростков весом 40-70% веса спортсмена) с последующим быстрым выпрямлением.

**Прыжки на одной ноге, затем с отягощением.** Спрыгивание (40-80 см) с последующим прыжком вверх. Эстафеты с элементами бега, прыжков, переноса тяжестей. Вбрасывание набивного мяча на дальность, удары на дальность. Толчки плечом партнера, борьба за мяч.

**Для вратарей:** отталкивание от стены ладонями, пальцами, сгибание рук в лучезапястных суставах, с гантелями с кистевыми амортизаторами, сжимание теннисного мяча, ловля и броски набивного мяча (бросаемого одним или двумя партнерами с разных сторон), из упора лёжа хлопки ладонями, прыжки в сторону с толканием двумя ногами, приставными шагами и с отягощением.

**1. Средства для развития специальной выносливости.**

**Переменный бег,** кроссы с изменением скорости. Многократно повторяемые технико-тактические упражнения (повторные рывки с мячом с обводкой стоек, ударом по воротам).

**Игровые упражнения** с мячом с большой интенсивностью, тренировочные игры с увеличенной продолжительностью. **Для вратарей:** ловля мяча с падением при выполнении ударов по воротам с минимальным интервалом 3-5 игроками.

**1. Средства для развития для развития ловкости.**

**Прыжки с разбега** толчком одной и обеими ногами, доставая высоко повешенный мяч головой, руками, ногой, тоже самое с поворотом на 90-180°.

**Прыжки вверх с поворотом** с имитацией удара головой, ногами. Кувырок вперед и назад, в сторону через плечо.

**Жонглирование мячом,** чередуя удары бедром, стопой, головой.

**Парные и групповые упражнения** с ведением мяча, обводкой стоек, обманными движениями.

**Для вратаря:** прыжки с короткого разбега, доставая высоко подвешенный мяч руками, кулаком, тоже с поворотом на 180°. Упражнения со скакалкой. «Колесо» с места, с разбега. Кувырок назад в стойку. Переворот вперёд с разбега.

**РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ОПРЕДЕЛЕНИЮ УРОВНЯ  
ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1–4 КЛАССОВ**  
(основная медицинская группа)

**ПРИМЕРНАЯ СИСТЕМА ОЦЕНКИ УРОВНЯ ФИЗИЧЕСКОЙ  
ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ 7–10 ЛЕТ**

Физиче- ские способн- ости	Контрольно- е упражнение (тест)	Возраст, лет	Уровень					
			Мальчики			Девочки		
			Низкий	Средний	Высокий	Низкий	Средний	Высокий
Скоростные	Бег 30 м, с	7	7,5	7,3—	5,6	7,6	7,5—6,4	5,8
			7,1	6,2	5,4	7,3		5,6
		8	6,8		5,1	7,0	7,2—6,2	5,3
		9	6,6	7,0—	5,0	6,6	6,9—6,0	5,2
		10	и более	6,0 6,7— 5,7 6,5— 5,6	и менее	и более	6,5—5,6	и мене- е
Координационные	Челночный бег 3×10 м, с	7	11,2	10,8—	9,9	11,7	11,3—	10,2
			10,	10,3	9,1	11,2	10,6	
		8	4		8,8	10,8		9,7
		9	10,2	10,0—	8,6	10,4	10,7—	9,3
		10	9,9 и более	9,5 9,9— 9,3 9,5— 9,0	и менее	и более	10,1 10,3—9,7 10,0—9,5	9,1 и мене- е
Скоростно- силовые	Прыжок в длину с места, см	7	100	115—	155	90	110—	150
			110	135	165	100	130	155
		8	120		175	110		160
		9	130	125—	185	120	125—	170
		10	и мене- е	145 130— 150 140— 160	и более	и менее	140 135— 150 140— 155	и более

Выносливость	Шестиминутный бег, м	7 8 9 10	700 750 800 850 и менее	730— 900 800— 950 850— 1000 900— 1050	1100 1150 1200 1250 и более	500 550 600 650 и менее	600— 800 650— 850 700— 900 750— 950	900 950 1000 1050 и более
Гибкость	Наклон вперед из положения сидя, см	7 8 9 10	1 1 1 2 и менее	3—5 3—5 3—5 4—6	9 7,5 7,5 8,5 и более	2 2 2 3 и менее	6—9 6—9 6—9 7—10	11,5 12,5 13,0 14,0 и более
Силовые	Подтягивания на высокой перекладине и виса, количество раз (мальчики), на низкой перекладине и виса лежа, количество раз (девочки)	7 8 9 10	1 1 1 1	2—3 2—3 3—4 3—4	4 4 5 5 и более	2 3 3 4 и менее	4—8 6—10 7—11 8—13	12 14 16 18 и более
По специальной физической и технической подготовки	Бег 30 м с ведением мяча, с	7 8 9 10	8,4 7,9 7,9 7,8	8,2 7,7 7,7 7,6	8,0 7,5 7,5 7,4	-	-	-



Комплексное упражнение	Ведение 10	7	20,0	18,0	16,0			
	м, обводка	8	18,0	16,0	13			
	трех стоек,	9	16,0	13,0	10,5			
	поставленн	10	14,0	11,0	9,5			
	ых на							
	12-							
	метровом							
	отрезке, с							
	последующ							
	имударом в							
	цель							
	(2,5x1,2м)ср							
	асстояния							
	бмизтрех							
	попыток,с							

### Приложение 3

#### Футбольный словарь основных терминов.

**Автогол** – мяч, забитый/перенаправленный игроком в ворота собственной команды.

**Атака** – последовательные игровые действия команды с целью забить гол в ворота соперника.

**Бомбардир** – результативный нападающий игрок.

**Бутса** – обувь для игры в футбол с шипами на подошве.

**Быстрый гол** – гол, забитый в первые минуты матча.

**Ведение мяча** – перемещение игрока с мячом, дриблинг.

**Ворота** – конструкция прямоугольной формы, которая состоит из двух стоек и перекладины, располагающаяся по центру линии ворот на каждой половине поля, в которую команда стремится забить мяч.

**Вбрасывание мяча** – способ возобновления игры, выполняемый игроком с места у боковой линии, где мяч покинул поле от игрока противоположной команды.

**Вратарь** - игрок, имеющий право играть в мяч руками в пределах штрафной площади своей команды, отличающийся также от других игроков цветом формы; голкипер.

**Гетры** – часть обязательной экипировки игроков, закрывающая ногу от щиколотки до колена.

**Гол** – мяч, забитый в ворота команды, при условии, что перед этим мяч был в игре и не были нарушены Правила. Взятие ворот соперника.

**Голевая передача** (голевой пас) - пас игроку, непосредственно после которого был забит гол.

**Дивизион** – соревнования для команд, допущенных к участию по спортивному принципу.

**Дисквалификация** - лишение футболиста или команды права принимать участие в играх на определенный срок.

**Дополнительное время** - часть матча, состоящая из двух равных таймов не более 15 минут каждый, играемых после окончания двух таймов основного времени.

**Жеребьевка** - определение порядка выступления футбольных команд в соревновании; способ определения судьей команды, имеющей право на начальный удар; способ

определения судьей ворот, в которые будут выполняться удары с 11-метровой отметки для определения победителя матча.

**Забегание** — технический приём, при котором игрок без мяча пробегает мимо игрока с мячом и может получить от него пас.

**Защитник** — игрок линии защиты.

**Искусственный офсайд** — положение «вне игры», осознанно созданное игроками обороняющейся команды.

**Капитан** - игрок команды, носящий на рукаве повязку, который должен играть важную роль, помогая обеспечить уважение Правил и судейских решений, и который несет полную ответственность перед игрой посредством уважения судей и их решений. Капитан не имеет особого статуса и привилегий, однако он несет ответственность за поведение своей команды.

**Короткая передача** - пас игрока своему партнеру на расстояние до 15 метров.

**Ложный маневр** - обманные действия группы игроков в ходе тактической комбинации.

**Нападающий** - игрок линии атаки (форвард).

**Ничья** - результат матча, при котором обе команды не забили голов или забили одинаковое количество.

**Оборона** - командные действия игроков с целью недопущения попадания мяча в собственные ворота.

**Основное время** - два равных тайма по 45 минут каждый (время которых может быть сокращено при наличии договоренности между командами и судьей и соответствии регламенту соревнований).

**Отбор мяча** - игровое действие в борьбе за мяч с соперником, в результате которого владение мячом переходит к игроку противоположной команды.

**Офсайд** - положение «вне игры».

**Пас** - передача мяча от одного игрока команды другому игроку этой же команды.

**Пенальти** - удар с 11-метровой отметки, способ возобновления игры, когда наказываемое штрафным ударом нарушение совершено в штрафной площади обороняющейся команды; выполняется с 11-метровой отметки с соблюдением определенных условий процедуры выполнения.

**Переключина** - часть каркаса ворот, соединяющая между собой верхние точки двух стоек ворот.

**Перерыв** - промежуток времени между таймами матча.

**Перехват** - игровое действие футболиста команды соперника, в результате которого мяч, направленный игроком противоположной команды своему партнеру, оказывается у этого игрока соперника.

**Площадь ворот (вратарская площадь)** - ограниченная область вокруг ворот, расположенная внутри штрафной площади. Из нее выполняется удар от ворот.

**Предупреждение** - дисциплинарная санкция, применяемая судьей по отношению к игрокам и официальным лицам команды за различные нарушения Правил; обозначается показом желтой карточки

**Разбор игры** - обсуждение того, как проходила встреча с соперником.

**Свободный удар** – разновидность штрафного удара, при котором прямое попадание мяча в ворота без касания другого игрока не засчитывается голом.

**Стандартные положения** - способы возобновления игры командой: начальный удар, вбрасывание, удар от ворот, угловой удар, штрафной, свободный, 11-метровый удар.

**Створ ворот** - область пространства, ограниченная поверхностью земли, стойками и переключиной ворот.

**Стенка** - расположение игроков одной команды в ряд вплотную друг к другу с целью защиты своих ворот при некоторых стандартных положениях; расстояние от мяча до «стенки» составляет 9.15 м.

**Судья** - арбитр, рефери.

**Технический прием** – средство ведения игры.

**УЕФА**– Союз европейских футбольных ассоциаций (Union of European Football Associations).

**Финт** - обманное движение, обманный прием, исполненный футболистом.

**ФИФА (FIFA)** - руководящая организация, отвечающая за футбол во всем мире (сокращение от Fédération Internationale de Football Association – Международная Федерация Футбольных Ассоциаций).

**Фол** - нарушение Правил игры.

**Футбол** (англ. «foot» - нога, «ball» - мяч) - вид спорта; командная игра, в которой игроки стремятся ударами ноги забить мяч в ворота соперника.

**Центральный круг** (центр поля) — часть разметки футбольного поля в виде окружности радиусом 9.15 м вокруг центральной отметки поля.

**Штанга** (стойка ворот) - часть каркаса ворот, расположенная перпендикулярно поверхности поля; в верхней своей точке соединяется с перекладиной.

**Штрафная площадь** – ограниченная область, в пределах которой вратарь имеет право играть руками.

**Штрафной удар** - способ возобновления игры после определенного перечня нарушений Правил, с которого гол может быть забит ударом ноги по мячу напрямую в ворота соперника без касания другого игрока.

**Эмблема** - условное изображение, знак футбольного клуба, спортивной организации