‌‌ Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение

Мулымская средняя общеобразовательная школа

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| РАССМОТРЕНО  на заседании  Методического совета  Приказ №1  от «31» августа 2023 г. | СОГЛАСОВАНО  на заседании  Педагогического совета  Приказ №1  от «31» августа 2023 г. | УТВЕРЖДЕНО  Директором школы  Приказ №382-од  от «31» августа 2023 г. |

**АДАПТИРОВАННАЯ РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**ВАРИАНТ 7**

**ОСНОВНОГО ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ**

**Учебного предмета**

**«ФУТБОЛ В ШКОЛЕ»**

(для 5 класса)

Составила:

Учитель: Журавлева Е.А.

п. Мулымья‌ 2023‌​

1. **Пояснительная записка.**

Футбол - вид спорта, который способствуют всестороннему физическому, интеллектуальному, нравственному развитию обучающихся, укреплению здоровья, привлечению школьников к систематическим занятиям физической культурой и спортом, их личностному и профессиональному самоопределению. Во время образовательной деятельности постоянно меняется комплекс упражнений, чередуются нагрузки, в разном порядке и с разными интервалами следуют упражнения, отличающиеся по характеру, напряжённости и длительности. Борьба за мяч связана с ходьбой, бегом и резкими остановками, быстрым стартом и ускорениями, прыжками, ударами по мячу и даже акробатическими приёмами. Ещё игроку необходимо уметь удерживать равновесие, ориентироваться в пространстве, чувствовать темп, быть гибким, координированным и ловким. Сформировать эти навыки возможно только в том случае, когда во время занятий применяются элементы из других видов спорта.

Футбол — командная игра, каждому члену команды надо уметь выстраивать отношения с другими игроками. Умение или неумение идти на контакт и договариваться имеет серьёзное влияние на результат деятельности, а психологический климат в команде нередко играет определяющую роль в итоге игры. Поэтому футбол — это еще и возможность выработать коммуникативные навыки. Ведь игра не состоится без сотрудничества и сплочённости, желания находить общий язык и решать конфликтные ситуации.

Постоянно изменяющиеся сочетания движений, действий и отдыха, резкая перемена обстановки связаны с тем, что необходимо следить за движущимся мячом, в доли секунды оценивать ситуацию и тут же реагировать на неё точным движением. Причём как лично, так и в совместных действиях. Значит, важна быстрота ответной реакции, способствующая стремительному выполнению движений.

Психологи рекомендуют занятия командными видами спорта для развития лидерских качеств. Футбол располагает к этому, потому что здесь ребёнок может проявлять инициативу и принимать решения, которые могут повлиять на исход игры. Взаимодействие с другими детьми научит его ответственности не только за себя, но и за работу коллектива, а также позволит проявить себя и стать капитаном команды.

Футбол - игра, где формируются важные черты характера, развиваются многие навыки: умение общаться, способность выдерживать физическую нагрузку, формирует определённый образ мышления, умение

быстро реагировать и самостоятельно принимать решения. Даже если в дальнейшем обучающийся не выберет спортивную карьеру, приобретённые качества будут полезны для достижения высоких результатов не только в спорте, но и в жизни.

Занятия футболом для детей и подростков имеют оздоровительную направленность, повышают уровень функционирования сердечно- сосудистой, дыхательной, костно-мышечной и других систем организма человека, а также предполагают длительное время нахождения на свежем воздухе, что в сочетании с физическими упражнениями является формой закаливания и благотворно влияет на укрепление здоровья, снижение заболеваемости, повышение устойчивость организма к меняющимся погодным условиям и повышение уровня работоспособности детей.

Целью предмета «Футбол в школе» (далее – урок) является формирование у обучающихся навыков общечеловеческой культуры и социального самоопределения, устойчивой мотивации к сохранению и укреплению собственного здоровья, ведению здорового образа жизни через занятия физической культурой и спортом с использованием средств вида спорта

«футбол».

Задачи урока:

всестороннее гармоничное развитие детей и подростков, увеличение объёма их двигательной активности;

укрепление физического, психологического и социального здоровья обучающихся, развитие основных физических качеств и повышение функциональных возможностей их организма, обеспечение культуры безопасного поведения на занятиях по футболу;

освоение знаний о физической культуре и спорте в целом, истории развития футбола в частности;

формирование общих представлений о футболе, о его возможностях и значении в процессе укрепления здоровья, физическом развитии и физической подготовки обучающихся;

формирование образовательного фундамента, основанного как на знаниях и умениях в области физической культуры и спорта, так и на соответствующем культурном уровне развития личности обучающегося, создающем необходимые предпосылки для его самореализации;

формирование культуры движений, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей и корригирующей направленностью, техническими приемами вида спорта «футбол»;

воспитание положительных качеств личности, норм коллективного взаимодействия и сотрудничества;

развитие положительной мотивации и устойчивого учебно- познавательного интереса к предмету «Физическая культура», удовлетворение индивидуальных потребностей обучающихся в занятиях физической культурой и спортом;

популяризация футбола среди подрастающего поколения, привлечение обучающихся, проявляющих повышенный интерес и способности к занятиям футболом, в школьные спортивные клубы, секции, к участию в соревнованиях;

выявление, развитие и поддержка одарённых детей в области спорта.

Преимущество модуля состоит в том, что используемые в образовательной деятельности технологии футбола решают комплекс основных задач физического воспитания на всех уровнях общего образования;

создают оптимальные условия развития личности, обеспечивают гибкость и вариативность содержания образовательной деятельности в соответствии с индивидуальными особенностями и потребностям обучающихся;

являются действенным средством укрепления здоровья детей и подростков в общеобразовательной организации;

формируют навыки собственной безопасности и культуры поведения при занятиях физической культурой и спортом;

расширяют принцип возможности интеграции уроков физической культуры с формами дополнительного физкультурного образования на основе футбола;

являясь действенным средством укрепления здоровья детей и подростков в школе, подготовки обучающихся к сдаче норм ВФСК ГТО и подготовки юношей к службе в Вооруженных Силах страны, формируют навыки собственной безопасности в экстремальных ситуациях современного мегаполиса.

Процесс реализации урока, позволяет планомерно реализовывать поставленную цель и последовательно решать задачи физического и социального воспитания детей и подростков. В настоящее время набирает популярность женский футбол, в связи с этим, урок могут осваивать не только мальчики/юноши, но и девочки/девушки.

Урок реализуется в соответствии с Федеральным законом Российской Федерации от 29.12.2012 № 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 и 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).

Урок учитывает федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования, а также направлена на реализацию цели и задач Концепции преподавания учебного предмета «Физическая культура» в образовательных организациях Российской Федерации, реализующих основные общеобразовательные программы, утвержденной протоколом заседания коллегии Министерства просвещения Российской Федерации от 24.12.2018 г. №ПК-1вк.

Урок «Футбол в школе» реализуется в 5 классе 1 час в неделю, 34 часа в год.

# ПЛАНИРУЕМЫЕ ЛИЧНОСТНЫЕ, МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ

**И ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УРОКА «ФУТБОЛ В ШКОЛЕ»**

Урок «Футбол в школе» направлен на достижение обучающимися личностных, метапредметных и предметных результатов.

Личностные результаты формируются за счёт освоения урока и направлены на готовность и способность обучающихся к духовно- нравственному развитию и саморазвитию и личностному самоопределению, формированию основ гражданственности, мотивации к обучению и познанию средствами футбола, накоплению необходимых знаний, ценностных установок, отражающих их индивидуально-личностные позиции, социальные компетенции, личностные качества.

Метапредметные результаты включают сформированные на базе освоения урока, в единстве с программным материалом образовательных дисциплин, межпредметные понятия и универсальные компетенции для их активного применения в учебной, познавательной и социальной практике, самостоятельность планирования и осуществления учебной деятельности, сотрудничества с педагогами и сверстниками, построение индивидуальной образовательной траектории.

Предметные результаты характеризуют опыт обучающихся, который приобретается, закрепляется и совершенствуется в процессе освоения Модуля, проявляется в знаниях и способах двигательной деятельности, умениях творчески их применять при решении практических задач, связанных с организацией и проведением самостоятельных занятий средствами футбола, с учебной, игровой и соревновательной деятельностью по футболу и в сфере физической культуры и спорта в целом.

Планируемые личностные результаты ***на уровне основного общего образования:***

воспитание патриотизма, уважения к Отечеству через знание истории и современного состояния развития футбола, включая региональный, всероссийский и международный уровни;

формирование готовности обучающихся к саморазвитию и самообразованию, мотивации и осознанному выбору индивидуальной траектории образования средствами футбола профессиональных предпочтений в области физической культуры и спорта;

формирование осознанного, уважительного и доброжелательного отношения в команде, со сверстниками и педагогами;

владение умением вести дискуссию, обсуждать содержание и результаты совместной деятельности, находить компромиссы при принятии общих решений;

формирование нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам; положительных качеств личности;

моральной компетентности в решении проблем в процессе занятий физической культурой, игровой и соревновательной деятельности по футболу;

формирование ценности здорового и безопасного образа жизни; усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в учебной, соревновательной, досуговой деятельности и чрезвычайных ситуациях;

Планируемые метапредметные результаты ***на уровне основного общего образования:***

умение самостоятельно определять цели своего обучения средствами футбола, ставить и формулировать для себя новые задачи в обучении, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности в физкультурно-спортивном направлении;

умение самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения задач в учебной, игровой, соревновательной и досуговой деятельности, оценивать правильность выполнения задач, собственные возможности их решения;

умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результатов в учебной, игровой и соревновательной деятельности, определять способы действий в рамках предложенных условий, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;

владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;

умение создавать, применять и преобразовывать графические пиктограммы физических упражнений в двигательные действия и наоборот; схемы для тактических, игровых задач;

умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в групп; находить общее решение и разрешать конфликтные ситуации на основе

согласования позиций и учёта интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение;

формирование компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий; соблюдение норм информационной избирательности, этики и этикета.

Планируемые предметные результаты ***на уровне основного общего образования:***

знания о влиянии занятий футболом: на укрепление здоровья, повышение функциональных возможностей основных систем организма и развитие физических качеств; на индивидуальные особенности физического развития и физической подготовленности организма;

знание роли главных футбольных организаций мира, Европы, страны, региона; общих сведений о ведущих футбольных отечественных и зарубежных клубах, выдающихся отечественных и зарубежных футболистах и тренерах, внесших общий вклад в развитие и становление современного футбола;

понимание роли и значения футбольных проектов в развитии и популяризации футбола для школьников; участие в футбольных проектах («Футбол в школе», «Кожаный мяч», «День массового футбола»); участие в физкультурно-соревновательной деятельности;

характеристика разных стратегий, тактик и стилей игры команд мирового и отечественного футбола;

понимание основных направлений развития спортивного (футбольного) маркетинга, развитие интереса в области спортивного футбольного маркетинга, стремление к профессиональному самоопределению;

знание современных правил организации и проведения соревнований по футболу; правил судейства, роли и обязанностей судейской бригады; осуществление судейства учебных игр в качестве судьи, помощника судьи, секретаря;

применение и соблюдение правил игры в футбол в процессе учебной и соревновательной деятельности; применение правил соревнований и судейской терминологии в судейской практике и игре;

умение проектировать, организовывать и проводить различные части урока в качестве помощника учителя; подвижные игры и эстафеты с элементами футбола, во время самостоятельных занятий и досуговой деятельности со сверстниками;

умение характеризовать средства общей и специальной физической подготовки, основные методы обучения техническим приемам;

освоение и демонстрация техники ударов по мячу ногой, головой различными способами, остановок, ведения мяча в различных сочетаниях приемов техники передвижения с техникой владения мячом, различных обманных движений (финтов), отбора и вбрасывания мяча, технических приемов и тактических действий вратаря; применение изученных технических приемов в учебной, игровой и досуговой деятельности;

знание, моделирование и демонстрация индивидуальных, групповых и командных действий в тактике нападения и защиты с учетом игровых амплуа, наиболее выгодных позиций, игровых ситуаций; применение изученных тактических действий в учебной, игровой соревновательной и досуговой деятельности;

проявление заинтересованности и познавательного интереса к освоению технико-тактических основ футбола; умение отслеживать правильность двигательных действий и выявлять ошибки в технике и тактике игры в футбол;

знание и применение правил безопасности при занятиях футболом, правомерного поведения во время соревнований по футболу в качестве зрителя, болельщика;

знание и применение способов самоконтроля в учебной и соревновательной деятельности, средств восстановления после физической нагрузки, приемов массажа и самомассажа после физической нагрузки и/или во время занятий футболом;

составление и выполнение индивидуальных комплексов общеразвивающих, оздоровительных и корригирующих упражнений, упражнений для развития физических качеств футболиста, проведение закаливающих процедур;

соблюдение требований к местам проведения занятий футболом, правил ухода за спортивным оборудованием, инвентарем, футбольным полем;

знание основных методов и мер предупреждения травматизма во время занятий футболом; выявление факторов риска и предупреждение травмоопасные ситуации; умение оказания первой помощи при травмах и повреждениях во время занятий футболом;

способность планировать и проводить самостоятельные занятия по освоению новых двигательных действий (элементов футбола) и развитию основных специальных физических качеств футболиста, контролировать и анализировать эффективность этих занятий;

знание и соблюдение: основ сбалансированного питания и суточного пищевого рациона футболистов; составление рациона питания; основ организации здорового образа жизни средствами футбола, методов профилактики вредных привычек и асоциального ведомого (отклоняющегося) поведения;

выполнение контрольно-тестовых упражнений по общей, специальной и технической подготовке футболистов; знание методов тестирования физических качеств, умение оценивать показатели физической подготовленности, анализировать результаты тестирования, сопоставлять со среднестатистическими показателями; проведение тестирования уровня физической подготовленности в футболе со сверстниками.

# СОДЕРЖАНИЕ УРОКА «ФУТБОЛ В ШКОЛЕ»

**РАЗДЕЛ 1. ЗНАНИЯ О ФУТБОЛЕ**

История зарождения футбола. История развития современного футбола в мире, в России, в регионе. Развитие футбольного клубного движения на международном и всероссийском уровнях. Выдающие футбольные клубы, их история и традиции. Легендарные отечественные и зарубежные футболисты, тренеры. Достижения отечественной сборной команды на Чемпионатах Европы, Чемпионатах мира, Олимпийских играх. Главные организации, осуществляющие управление футболом в регионе, России, Европе, мире, роль и основные функции Общероссийской общественной организации «Российский футбольный союз» (РФС), ФИФА и УЕФА.

Спортивные дисциплины (разновидности) футбола. Первые правила игры в футбол. Размеры и обустройство футбольного поля, технические требования к инвентарю и оборудованию. Состав футбольной команды, игровые амплуа (функции игроков). Роль капитана команды. Судейская бригада, обязанности и функции. Жесты судьи. Современные правила соревнований по футболу. Основные футбольные термины и определения.

Официальный календарь соревнований (международных, всероссийских, региональных). Спортивно-массовые мероприятия по футболу для школьников. Школьная спортивная лига по футболу, проекты:

«Кожаный мяч», «Колосок», «Мини-футбол – в школу», «Футбол в школе» и

«День массового футбола» для школьников, проводимых в регионе и России. Классификация футбольных упражнений: подготовительные,

общеразвивающие, специальные и корригирующие. Понятия

и характеристика технических приемов в футболе, их названия и

методы выполнения. Характеристика тактики игры в футбол и ее компонентов.

Правила безопасного поведения (техники безопасности) во время занятий футболом. Требования к местам проведения занятий футболом, инвентарю и оборудованию. Правила безопасного правомерного поведения на стадионе в качестве зрителя, фаната-болельщика. Гигиенические основы образовательной, тренировочной и досуговой двигательной деятельности юного футболиста. Режим дня юного футболиста. Правила личной гигиены, требования к спортивной одежде и обуви для занятий футболом. Правила ухода за инвентарем и оборудованием. Характерные травмы футболистов и меры и мероприятия по их предупреждению.

Влияние занятий футболом на укрепление здоровья, повышение

функциональных возможностей основных систем организма и развитие

физических качеств. Правильное сбалансированное питание футболиста. Формирование навыков здорового образа жизни средствами футбола, Способы самоконтроля за физической нагрузкой во время занятий футболом.

Влияние занятий футболом на формирование положительных качеств личности человека (воли, смелости, трудолюбия, честности, сознательности, выдержки, решительности, настойчивости, этических норм поведения). Основы психологической подготовки футболистов. Способы и методы профилактики пагубных привычек, асоциального и созависимого поведения. Антидопинговое поведение.

**РАЗДЕЛ 2. СПОСОБЫ ФИЗКУЛЬТУРНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

Основы организации самостоятельных занятий футболом. Организация и проведение подвижных игр с элементами футбола во время досуговой деятельности со своими сверстниками, во время активного отдыха и каникулярного времени. Подвижные игры с элементами футбола и их правила. Подготовка мест для занятий футболом. Организация и проведение подвижных игр специальной направленности с элементами футбола.

Специальные физические упражнения футболиста, их роль и место в формировании технического мастерства. Комплексы футбольных упражнений общеразвивающего, подготовительного и специального воздействия. Упражнения и комплексы с различной оздоровительной направленностью. Составление комплексов утренней гигиенической гимнастики (далее – УГГ), корригирующей гимнастики с элементами футбола. Проведение общеразвивающих упражнений с элементами футбола и включение их в разминку.

Выполнения контрольно-тестовых упражнений по общей и специальной физической подготовке. Причины возникновения ошибок при выполнении технических приёмов футболиста и способы их устранения. Основы анализа собственной игры и игры команды соперников. Осуществление функций судьи, помощника судьи, судьи секретаря во время учебных и товарищеских игр.

Способы индивидуального регулирования физической нагрузки с учетом уровня физического развития и функционального состояния. Первые внешние признаки утомления во время занятий футболом. Средства восстановления после больших физических нагрузок, после соревновательной деятельности. Характерные травмы футболистов, методы и меры предупреждения травматизма во время занятий.

Составление индивидуальных планов (траекторий роста) физической подготовленности. Способы самостоятельного освоения двигательных

действий, подбор подготовительных и специальных упражнений. Способы планирования и распределения занятий технической подготовки по футболу. Оценка техники осваиваемых упражнений и движений по эталонному образцу, внутренним ощущениям, способы выявления и исправления технических ошибок.

Основные направления развития спортивного менеджмента и маркетинга в футболе. Технологии предупреждения и нивелирования конфликтных ситуации во время занятий футболом, решения спорных и проблемных ситуаций.

**РАЗДЕЛ 3. ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ**

Комплексы упражнений для воспитания специальных физических качеств футболиста. Комплексы общеразвивающих упражнений с мячом и без мяча. Комплексы корригирующей гимнастики с использованием специальных футбольных упражнений. Футбольная разминка, ее роль, назначение, средства. Комплексы специальной разминки перед соревнованиями.

Подвижные игры, эстафеты и комплексы на развитие физических качеств (ловкости, гибкости, силы, выносливости, быстроты и скоростных способностей). Подвижные игры специальной направленности. Эстафеты с предметами и без предметов на развитие общих физических и специальных физических качеств футболиста.

Комплексы упражнений, формирующие двигательные умения и навыки, технические приемы футболиста.

Специальные упражнения по развитию тактического мышления:

«Рациональное расположение на площадке при организации атакующих действий», «Расположение игроков на футбольном поле при коллективной организации оборонительных действий».

Способы передвижения: бег, прыжки, остановки, повороты с мячом и без мяча. Бег: приставными шагами, скрестными, спиной вперед, обычный, семенящий, с ускорением, челночный, на различные дистанции и с различной скоростью.

Прыжки: толчком двумя ногами, толчком одной ногой, многоскоки, с двух на две, в длину, в высоту, с подтягиванием бедра на месте и с продвижением вперед.

Остановки: прыжком, выпадом, стопорящим движением двух ног. Повороты: на одной ноге, прыжком, выпадом, на 900, 1800, 3600.

Индивидуальные технические приемы владения мячом: ведение, удары, остановки, финты, отбор мяча.

Ведение: внутренней частью подъема, средней частью подъема, внутренней стороной стопы, в ходьбе, в беге по прямой, по кругу, восьмеркой.

Удары ногой: внутренней стороной стопы, внутренней/внешней частью подъема, средней частью подъема; по прямой, на короткие и средние расстояния; по лежачему, катящемуся, летящему навстречу мячу; по различным траекториям низом, верхом; удары после остановки, рывков.

Удары серединой лба – на месте, в движении.

Остановки мяча ногой: подошвой, внутренней стороной стопы, средней частью подъема, бедром, грудью, внутренней частью подъема.

Остановки туловищем: грудью, животом; стоя на месте, летящего навстречу мяча в движении.

Финты: «уходом» выпадом, переносом ноги через мяч; «ударом ногой» с уходом или «убиранием мяча», с остановкой, с пропусканием мяча; с остановкой мяча ногой, туловищем.

Отбор мяча: во время приема мяча соперником, во время ведения мяча; ударом ногой, остановкой ногой; в выпаде.

Вбрасывание мяча из-за боковой линии.

Выполнение контрольно-тестовых упражнений по технической подготовке.

Техника владения мячом игры вратаря: ловля мяча, отбивание мяча, переводы мяча, броски мяча.

Тактические действия (индивидуальные и групповые) -элементарные тактические комбинации: в парах, в тройках, группах, линиях; забегания, смещения, линия защиты; тактические действия с учетом игровых амплуа в команде; быстрые переключения в действиях - от нападения к защите и от защиты к нападению.

Учебные игры в футбол.

Участие в соревновательной деятельности.

IV. **Учебно-тематическое планирование урока «Футбол» 5 класс.**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Тема занятия** | **Элементы содержания** | **Требования к уровню подготовки обучающихся** |
|  |  |  |  |
| 1 | Техника ведения мяча. | Правила безопасного поведения во время занятий футболом. Подвижная игра «Приветствие». Комплексы специальных упражнений для формирования технических приемов (приложение № 3). Подвижная игра «Догонялки вокруг конусов». Игра 4х4 «Футбол» ворота мини-футбольные. | Знать, рассказывать и соблюдать правила техники безопасности во время занятий футболом. Знать перечень спортивной одежды и обуви для занятий футболом. Выполнять ведение мяча (внутренней, внешней, средней частью подъема). |
| 2 | Техника ведения мяча. Техника передачи и остановки мяча. | Правила ухода за инвентарем, спортивным оборудованием, футбольным полем. Подвижная игра «Кто быстрее» (с ведением). Комплекс упражнений на координацию. Упражнение «Передачи и остановка мяча со сменой положения мест вперед». Игра 4х4 «Футбол» ворота мини-футбольные. | Знать и соблюдать правила ухода за инвентарем, спортивным оборудованием, футбольным полем. Выполнять ведение, передачи и остановку мяча. |
| 3 | Техника ведения мяча. Техника передачи и остановки мяча. | Правила личной гигиены, требования к спортивной одежде и обуви для занятий футболом. Правила ухода за спортивным инвентарем и оборудованием. Комплексы специальных упражнений для формирования технических приемов (приложение № 3). Комплекс беговых упражнений и способы передвижения. Упражнение «Передача и остановка мяча со сменой положения мест назад». Игра 4х4 «Футбол» ворота мини-футбольные. | Знать и соблюдать правила личной гигиены. Уметь подбирать спортивную одежду и обувь для занятий футболом. Выполнять ведение, передачи и остановку мяча. |
| 4 | Техника ведения мяча. Техника передачи и остановки мяча. | Самоконтроль и его роль в учебной и соревновательной деятельности. Первые признаки утомления. Средства восстановления после физической нагрузки, приемы массажа и самомассажа после физической нагрузки и/или во время занятий футболом. Комплекс общеразвивающих упражнений с футбольным мячом. Подвижная игра «Кто быстрее»  (с ведением). Упражнение «Передача мяча в тройках через центр». Игра 4х4 «Футбол» ворота мини-футбольные. | Применять правила самоконтроля в учебной и соревновательной деятельности. Формулировать роль самоконтроля в учебной и соревновательной деятельности. Знать первые признаки утомления. Знать и применять средства и методы восстановления организма после физической нагрузки. Выполнять ведение, передачи и остановку мяча. |
| 5 | Техника передачи и остановки мяча. | Контроль за физической нагрузкой, самоконтроль физического развития; анализ свои показатели и сопоставление. Их со среднестатистическими данными. Комплексы специальных упражнений для формирования технических приемов (приложение № 3). Упражнения на частоту беговых движений в виде эстафеты. Упражнение «Передачи и остановка мяча со сменой положения мест вперед». Игра 4х4 «Футбол» ворота мини-футбольные. | Осуществлять контроль за физической нагрузкой, контролировать физическое развитие (дневник самоконтроля) анализировать показатели и сопоставлять со среднестатистическими. Выполнять передачи и остановки мяча. |
| 6 | Техника ведения мяча и развороты с мячом | Подвижная игра «Четыре квадрата». Эстафета с элементами футбола (ведение и развороты). Упражнение «Передача мяча в треугольнике». Игра 4х4 «Футбол» ворота мини-футбольные. Контрольно-тестовое упражнение (ведение мяча, развороты и бег 30 м.). | Выполнять контрольно-тестовые упражнения ведение мяча и развороты с мячом. Бег 30 м. |
| 7 | Техника ведения мяча и финт «Переступание через мяч» | Влияние занятий футболом на формирование положительных качеств личности человека. Подвижная игра «Догонялки вокруг конусов». Упражнение финт «Переступание через мяч». Подвижная игра «Один в один». Игра 4х4 «Футбол» ворота мини-футбольные. | Знать, раскрывать и анализировать значение занятий футболом на формирование положительных качеств личности человека (воли, смелости, трудолюбия, честности, сознательности, выдержки, решительности, настойчивости, этических норм поведения). |
| 8 | Техника ведения мяча и финты. Техника передачи и остановки мяча. | Общие сведения о ведущих футбольных отечественных и зарубежных клубах, их традициях. Названия и роль главных футбольных организаций мира, Европы, страны, региона. Подвижная игра «Зеркало» (с/зал). Подвижная игра «Четыре квадрата» (улица). Упражнение «Передачи и остановка мяча со сменой положения мест вперед». Упражнение «Передача мяча в тройках через центр». Игра 4х4 «Футбол» ворота мини-футбольные. | Знать общие сведения о ведущих отечественных и зарубежных футбольных клубах, их традициях. Знать названия и роль главных футбольных организаций мирового, всероссийского и регионального уровней. Выполнять ведение и финты с мячом, а также передачи и остановку мяча. |
| 9 | Техника ведения мяча и финты. Техника передачи и остановки мяча. | Выдающиеся отечественные и зарубежные футболисты, тренеры, внесшие общий вклад в развитие и становление современного футбола. Подвижная игра «Зеркало». Упражнение «Передача и остановка мяча со сменой положения мест назад». Игра «1х1 – передачи на точность». Игра 4х4 «Футбол» ворота мини-футбольные. | Знать достижения отечественных и зарубежных футболистов –победителей, призеров европейских, мировых первенств и Олимпийских игр, выдающихся тренеров. Знать их вклад в развитие и становление современного футбола. Выполнять ведение и финты с мячом, а также передачи и остановку мяча. |
| 10 | Техника ведения мяча и финты. Техника передачи и остановки мяча. | Официальный календарь соревнований и физкультурных мероприятий по футболу, проводимых в Российской Федерации, в регионе для обучающихся образовательных организаций, на международном уровне. Комплекс общеразвивающих упражнений с футбольным мячом. Подвижная игра «Четыре квадрата». Упражнение «Передача мяча в треугольнике». Подвижная игра «Один в один». | Знать, понимать и уметь рассказывать роли и значении футбольных проектов в развитии и популяризации футбола для школьников. Участвовать в футбольных проектах для образовательных организаций и обучающихся. Выполнять ведение и финты с мячом, а также передачи и остановку мяча. |
| 11 | Техника ведения мяча и финты. Техника передачи и остановки мяча. | Подвижная игра «Финты корпусом» (в кругу). Подвижная игра «Выбивной». Упражнение «Передача мяча в тройках через центр». Игра 4х4 «Футбол» ворота мини-футбольные. Контрольно-тестовое упражнение (финты). | Организовывать и проводить различные части урока в качестве помощника учителя. Организовывать самостоятельно и принимать участие со сверстниками в различных играх с элементами футбола. Выполнять ведение и финты с мячом, а также передачи и остановку мяча. Выполнять контрольно-тестовые упражнения. |
| 12 | Техника передачи и остановки мяча. | Правила судейства соревнований по футболу; роль и обязанности судейской бригады. Комплекс упражнений на координацию с футбольным мячом. Упражнение «Короткие передачи в движении вперед спиной». Игра «1х1 – передачи на точность». Игровое упражнение 1х1 с завершением. | Знать состав судейской коллегии, обслуживающей соревнования по футболу и основные функции. Знать и понимать жесты судьи. Выполнять передачи и остановку мяча. |
| 13 | Техника передачи и остановки мяча. | Правила ухода за инвентарем, спортивным оборудованием, футбольным полем. Комплекс беговых упражнений и способы передвижения. Игра «Выбивной». Упражнение «Передачи и остановка мяча со сменой положения мест вперед». Упражнение «Передача и остановка мяча со сменой положения мест назад». Игра 3х3 + вратари или 3х3 без вратарей. | Знать и соблюдать правила ухода за инвентарем, спортивным оборудованием, футбольным полем. Выполнять передачи и остановку мяча. |
| 14 | Техника передачи и остановки мяча. | Выдающиеся отечественные и зарубежные футболисты, тренеры, внесшие общий вклад в развитие и становление современного футбола. Игра «Кто быстрее» (с ведением). Упражнение «Передача мяча в тройках через центр». Упражнение «Короткие передачи в движении вперед спиной». Игровое упражнение 1х1 с завершением. Игра 3х3 + вратари или 3х3 без вратарей. | Знать достижения отечественных и зарубежных футболистов –победителей, призеров европейских, мировых первенств и Олимпийских игр, выдающихся тренеров. Знать их вклад в развитие и становление современного футбола. Выполнять передачи и остановку мяча. |
| 15 | Техника передачи и остановки мяча. | Подвижная игра «Снайперы» (мяч в руках). Подвижная игра «Выбивной». Подвижная игра «1х1 – передачи на точность». Подвижная игра «Один в один». Контрольно-тестовое упражнение (передача мяча). | Самостоятельно организовывать проводить подвижные игры, эстафеты с элементами футбола, соблюдать правила подвижных игр и эстафет, преодолевать трудности в ходе спортивной борьбы, управлять своими эмоциями, проявлять культуру общения и взаимодействия в процессе игровой и соревновательной деятельности по футболу. Выполнять контрольно-тестовое упражнение. |
| 16 | Техника передачи и приема мяча. Техника отбора мяча. | Общие сведения о ведущих футбольных отечественных и зарубежных клубах, их традициях. Названия и роль главных футбольных организаций мира, Европы, страны, региона. Эстафета с элементами футбола. Подвижная игра «1х1 прием мяча с уходом в сторону». Подвижная игра «Ведение, дриблинг, финты-переход границы». Игровое упражнение 2х1 + вратарь (с разными заданиями). | Знать общие сведения о ведущих отечественных и зарубежных футбольных клубах, их традициях. Знать названия и роль главных футбольных организаций мирового, всероссийского и регионального уровней. Выполнять передачи, прием и отбор мяча. |
| 17 | Техника передачи и приема мяча. Техника отбора мяча. | Подвижная игра «Догонялки вокруг конусов». Подвижная игра «1х1 прием мяча с уходом в сторону». Игровое упражнение 1х1 с завершением. Игра 3х3 + вратари или 3х3 без вратарей. | Проектирование (с помощью учителя), организация и проведение общеразвивающей и специальной разминки футболиста; применять во время самостоятельных занятий футболом. Выполнять передачи, прием и отбор мяча. |
| 18 | Техника передачи и приема мяча. Техника отбора мяча. | Выдающиеся отечественные и зарубежные футболисты, тренеры, внесшие общий вклад в развитие и становление современного футбола. Упражнения на частоту беговых движений в виде эстафеты. Подвижная игра «Зеркало». Подвижная игра «1х1 прием мяча с уходом в сторону». Подвижная игра «Один в один». | Знать достижения отечественных и зарубежных футболистов –победителей, призеров европейских, мировых первенств и Олимпийских игр, выдающихся тренеров. Знать их вклад в развитие и становление современного футбола. Выполнять передачи, прием и отбор мяча. |
| 19 | Техника передачи и приема мяча. Техника отбора мяча. | Самоконтроль и его роль в учебной и соревновательной деятельности. Первые признаки утомления. Средства восстановления после физической нагрузки, приемы массажа и самомассажа после физической нагрузки и/или во время занятий футболом. Подвижная игра «Хвостики» (с мячом). Упражнение «Передача мяча в тройках через центр». Подвижная игра «1х1 прием мяча с уходом в сторону». Игровое упражнение 2х1 + вратарь (с разными заданиями). | Применять правила самоконтроля в учебной и соревновательной деятельности. Формулировать роль самоконтроля в учебной и соревновательной деятельности. Знать первые признаки утомления. Знать и применять средства и методы восстановления организма после физической нагрузки. Выполнять передачи, прием и отбор мяча. |
| 20 | Техника передачи и остановки/прием мяча. Техника отбора мяча. | Комплекс упражнений на координацию с футбольным мячом. Упражнение «Передача и остановка мяча со сменой положения мест назад». Подвижная игра «Ведение, дриблинг, финты-переход границы». Игра 3х3 + вратари или 3х3 без вратарей. Контрольно-тестовое упражнение (остановка/прием мяча) | Организовывать и проводить различные части урока в качестве помощника учителя. Организовывать самостоятельно и принимать участие со сверстниками в различных играх с элементами футбола. Выполнять контрольно-тестовое упражнение. |
| 21 | Техника отбора мяча корпусом (обучение). | Контроль за физической нагрузкой, самоконтроль физического развития; анализ свои показатели и сопоставление. Их со среднестатистическими данными. Комплекс беговых упражнений и способы передвижения. Подвижная игра «Выбивной». Упражнение «Отбор мяча корпусом». Игра «Старты с ударом по воротам» (без удара по воротам отбор мяча корпусом и ведение мяча вперед 3-5 м.). | Осуществлять контроль за физической нагрузкой, контролировать физическое развитие (дневник самоконтроля), анализировать показатели и сопоставлять со среднестатистическими. Выполнять отбор мяча корпусом. |
| 22 | Техника передачи мяча и отбора мяча корпусом. | Выдающиеся отечественные и зарубежные футболисты, тренеры, внесшие общий вклад в развитие и становление современного футбола. Комплекс общеразвивающих упражнений с футбольным мячом. Подвижная игра «1х1 – передачи на точность. Игровое упражнение 1х1 с завершением. | Знать достижения отечественных и зарубежных футболистов –победителей, призеров европейских, мировых первенств и Олимпийских игр, выдающихся тренеров. Знать их вклад в развитие и становление современного футбола. Выполнять передачу мяча и отбор мяча корпусом. |
| 23 | Техника отбора мяча. | Правила личной гигиены, требования к спортивной одежде и обуви для занятий футболом. Правила ухода за спортивным инвентарем и оборудованием. Подвижная игра «Дом». Подвижная игра «1х1 прием мяча с уходом в сторону». Подвижная игра «Ведение, дриблинг, финты-переход границы». Подвижная игра «Один в один». | Знать и соблюдать правила личной гигиены. Уметь подбирать спортивную одежду и обувь для занятий футболом. Выполнять отбор мяча различными способами. |
| 24 | Техника отбора мяча. | Влияние занятий футболом на формирование положительных качеств личности человека. Упражнения на частоту беговых движений в виде эстафеты. Подвижная игра «Ведение, дриблинг, финты-переход границы». Игра 3х3 + вратари или 3х3 без вратарей. | Знать, раскрывать и анализировать значение занятий футболом на формирование положительных качеств личности человека (воли, смелости, трудолюбия, честности, сознательности, выдержки, решительности, настойчивости, этических норм поведения). Выполнять отбор мяча различными способами. |
| 25 | Техника отбора мяча. | Подвижная игра «Зеркало». Подвижная игра «1х1 прием мяча с уходом в сторону». Игровое упражнение 2х1 + вратарь (с разными заданиями). Контрольно-тестовое упражнение отбор мяча корпусом. | Выполнять контрольно-тестовое упражнение (отбор мяча корпусом). |
| 26 | Техника передачи и отбора мяча. | Комплекс упражнений на координацию с футбольным мячом и без мяча. Упражнение «Передача мяча в тройках через центр». Игровое упражнение 1х1 с завершением. Игра 3х3 + вратари или 3х3 без вратарей. | Организовывать и проводить различные части урока в качестве помощника учителя. Выполнять передачи и отбор мяча. |
| 27 | Техника удара по мячу внутренней и средней частью подъема (обучение) | Выдающиеся отечественные и зарубежные футболисты, тренеры, внесшие общий вклад в развитие и становление современного футбола. Подвижная игра «Кто быстрее» (с ведением). Упражнение «Удары по мячу с места и короткого разбега». Упражнение «Обвод стоек и удар по воротам». Игра 4х4 «Футбол» ворота мини-футбольные. | Знать достижения отечественных и зарубежных футболистов –победителей, призеров европейских, мировых первенств и Олимпийских игр, выдающихся тренеров. Знать их вклад в развитие и становление современного футбола. Выполнять удары по мячу внутренней и средней частью подъема. |
| 28 | Техника удара по мячу внутренней и средней частью подъема. | Подвижная игра «Охота три цвета». Упражнение «Обвод стоек и удар по воротам». Упражнение «Удар по ворота после комбинации «Стенка». Игра 4х4 «Футбол» ворота мини-футбольные. | Самостоятельно организовывать проводить подвижные игры, эстафеты с элементами футбола, соблюдать правила подвижных игр и эстафет, преодолевать трудности в ходе спортивной борьбы, управлять своими эмоциями, проявлять культуру общения и взаимодействия в процессе игровой и соревновательной деятельности по футболу. Выполнять удары по мячу внутренней и средней частью подъема. |
| 29 | Техника удара по мячу внутренней и средней частью подъема. | Эстафеты специальной направленности (с элементами футбола). Упражнение «Удар по ворота после комбинации «Стенка». Игра 2 х Вратарь. Игра 4х4 «Футбол» ворота мини-футбольные. Контрольно-тестовые упражнения (прыжок в длину с места и челночный бег). | Выполнять удары по мячу внутренней и средней частью подъема. Выполнять контрольно-тестовые упражнения. |
| 30 | Техника удара по мячу внутренней и средней частью подъема. | Самоконтроль и его роль в учебной и соревновательной деятельности. Первые признаки утомления. Средства восстановления после физической нагрузки, приемы массажа и самомассажа после физической нагрузки и/или во время занятий футболом. Подвижная игра «Догонялки вокруг конусов». Старты 1х1 с ударом по воротам. Игра 2 х Вратарь. Игра 4х4 «Футбол» ворота мини-футбольные. | Применять правила самоконтроля в учебной и соревновательной деятельности. Формулировать роль самоконтроля в учебной и соревновательной деятельности. Знать первые признаки утомления. Знать и применять средства и методы восстановления организма после физической нагрузки. Выполнять удары по мячу внутренней и средней частью подъема. |
| 31 | Техника удара по мячу внутренней и средней частью подъема. | Подвижная игра «1х1 прием мяча с уходом в сторону». Упражнение «Обвод стоек и удар по воротам». Старты 1х1 с ударом по воротам. Игра 4х4 «Футбол» ворота мини-футбольные. | Проектирование (с помощью учителя), организация и проведение общеразвивающей и специальной разминки футболиста; применять во время самостоятельных занятий футболом. Выполнять удары по мячу внутренней и средней частью подъема. |
| 32 | Техника удара по мячу внутренней и средней частью подъема. | Выдающиеся отечественные и зарубежные футболисты, тренеры, внесшие общий вклад в развитие и становление современного футбола. Подвижная игра «Четыре квадрата». Упражнение «Удар по ворота после комбинации «Стенка». Игра 2 х Вратарь. Игра 4х4 «Футбол» ворота мини-футбольные. | Знать достижения отечественных и зарубежных футболистов –победителей, призеров европейских, мировых первенств и Олимпийских игр, выдающихся тренеров. Знать их вклад в развитие и становление современного футбола. Выполнять удары по мячу внутренней и средней частью подъема. |
| 33 | Техника удара по мячу внутренней и средней частью подъема. | Упражнение «Передача мяча в треугольнике». Игра 2 х Вратарь. Упражнение «Обвод стоек и удар по воротам». Игра 4х4 «Футбол» ворота мини-футбольные. Контрольно-тестовое упражнение удар по мячу. | Выполнять контрольно-тестовое упражнение удары по мячу внутренней и средней частью подъема. |
| 34 | Техника удара по мячу внутренней и средней частью подъема. | Подвижная игра «Четыре конуса». Старты 1х1 с ударом по воротам. Упражнение «Удар по ворота после комбинации «Стенка». Игра 4х4 «Футбол» ворота мини-футбольные. | Самостоятельно организовывать проводить подвижные игры, эстафеты с элементами футбола, соблюдать правила подвижных игр и эстафет, преодолевать трудности в ходе спортивной борьбы, управлять своими эмоциями, проявлять культуру общения и взаимодействия в процессе игровой и соревновательной деятельности по футболу. Выполнять удары по мячу внутренней и средней частью подъема. |

**V.ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ**.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Тема урока** | **Количество часов** | **Дата изучения** |
| 1 | Правила безопасного поведения во время занятий футболом. Подвижная игра и эстафеты специальной направленности (с элементами футбола, «Догонялки вокруг конусов», 4х4 «Футбол». Комплексы специальных упражнений для формирования технических приемов | 1 |  |
| 2 | Правила ухода за инвентарем, спортивным оборудованием, футбольным полем. Упражнения на координацию с мячом и частоту беговых движений в виде эстафеты. Подвижная игра «Кто быстрее», 4х4 «Футбол»  Передачи и остановка мяча со сменой положения мест вперед. | 1 |  |
| 3 | Техника передвижения и специально-беговые упражнения Правила личной гигиены, требования к спортивной одежде и обуви для занятий футболом. Правила ухода  за спортивным инвентарем и оборудованием Комплексы специальных упражнений для формирования технических приемов Передачи и остановка мяча со сменой положения мест назад Игра 4х4 «Футбол». | 1 |  |
| 4 | Комплекс общеразвивающих упражнений и корригирующей гимнастики с мячом и без мяча. Самоконтроль и его роль в учебной и соревновательной деятельности. Первые признаки утомления. Средства восстановления после физической нагрузки. Подвижная игра «Кто быстрее», 4х4 «Футбол». Передачи мяча в тройках через центр. | 1 |  |
| 5 | Контроль за физической нагрузкой, самоконтроль физического развития; анализ своих показателей и сопоставление их  со среднестатистическими данными. Упражнения на координацию с мячом и частоту беговых движений в виде эстафеты  Комплексы специальных упражнений для формирования технических приемов. Передачи и остановка мяча со сменой положения мест вперед. Игра 4х4 «Футбол». | 1 |  |
| 6 | Контрольно-тестовые упражнения по физической культуре модулю «футбол». Подвижная игра и эстафеты специальной направленности. Подвижная игра «Кто быстрее», «Четыре квадрата», 4х4 «Футбол». Передачи мяча в треугольнике. | 1 |  |
| 7 | Влияние занятий футболом на формирование положительных качеств личности человека. Подвижная игра «Догонялки вокруг конусов», «Один в один», 4х4 «Футбол». Финт «Переступание через мяч» | 1 |  |
| 8 | Общие сведения о ведущих футбольных отечественных и зарубежных клубах, их традициях. Названия и роль главных футбольных организаций мира, Европы, страны, региона. Передачи мяча в тройках через центр. Подвижная игра «Зеркало», «Четыре квадрата», 4х4 «Футбол». Передачи и остановка мяча  со сменой положения мест вперед. | 1 |  |
| 9 | Выдающиеся отечественные и зарубежные футболисты, тренеры, внесшие общий вклад в развитие и становление современного футбола. Передачи и остановка мяча со сменой положения мест назад. Подвижная игра «Зеркало», «1х1 – передачи на точность», 4х4 «Футбол». Передачи мяча в треугольнике. | 1 |  |
| 10 | Официальный календарь соревнований и физкультурных мероприятий по футболу, проводимых в Российской Федерации, в регионе для обучающихся образовательных организаций, на международном уровне. Комплекс общеразвивающих упражнений и корригирующей гимнастики с мячом и без мяча. Передачи мяча в треугольнике. Подвижная игра «Четыре квадрата», «Один в один». | 1 |  |
| 11 | Организация и проведение различных частей урока, занятия, различных форм двигательной активности со средствами футбола. Передачи мяча в тройках через центр. Контрольно-тестовые упражнения по физической культуре. Подвижная игра и эстафеты специальной направленности. Подвижная игра «Выбивной», 4х4 «Футбол». | 1 |  |
| 12 | Правила судейства соревнований по футболу; роль и обязанности судейской бригады. Подвижная игра «1х1 – передачи на точность». Упражнения на координацию с мячом и частоту беговых движений в виде эстафеты. Передачи мяча в треугольнике. Игровое упражнение 1х1  с завершением. | 1 |  |
| 13 | Техника передвижения и специально-беговые упражнения. Правила ухода за инвентарем, спортивным оборудованием, футбольным полем. Подвижная игра «Выбивной», «3х3 + вратари или 3х3 без вратарей».  Передачи и остановка мяча со сменой положения мест вперед. Игровое упражнение 2х1 + вратарь. | 1 |  |
| 14 | Выдающиеся отечественные и зарубежные футболисты, тренеры, внесшие общий вклад в развитие и становление современного футбола Подвижная игра «Кто быстрее», «3х3 + вратари или 3х3 без вратарей». Передачи мяча в тройках через центр Передачи мяча в треугольнике Игровое упражнение 1х1 с завершением, Игровое упражнение 2х1 + вратарь. | 1 |  |
| 15 | Организация подвижных игр и эстафет с элементами футбола со сверстниками. Контрольно-тестовые упражнения по физической культуре модулю «футбол». Подвижная игра и эстафеты специальной направленности (с элементами футбола). Подвижная игра «Выбивной», «1х1 – передачи на точность», «Один в один». | 1 |  |
| 16 | Общие сведения о ведущих футбольных отечественных и зарубежных клубах, их традициях. Названия и роль главных футбольных организаций мира, Европы, страны, региона. Подвижная игра «1х1 прием мяча с уходом в сторону», «Ведение, дриблинг, финты-переход границы». | 1 |  |
| 17 | Игровое упражнение 1х1 с завершением. Игра 3х3 + вратари или 3х3 без вратарей. Организация и проведение общеразвивающей и специальной разминки футболиста. Подвижная игра «Догонялки вокруг конусов», «1х1 прием мяча с уходом в сторону» и с завершением. | 1 |  |
| 18 | Выдающиеся отечественные и зарубежные футболисты, тренеры, внесшие общий вклад в развитие и становление современного футбола. Упражнения на координацию с мячом и частоту беговых движений в виде эстафеты. Подвижная игра и эстафеты специальной направленности (с элементами футбола) Подвижная игра «Зеркало», «1х1 прием мяча с уходом в сторону», «Один в один» | 1 |  |
| 19 | Самоконтроль и его роль в учебной и соревновательной деятельности. Первые признаки утомления. Средства восстановления после физической нагрузки Передачи мяча в тройках через центр. Подвижная игра «1х1 прием мяча с уходом в сторону». | 1 |  |
| 20 | Организация и проведение различных частей урока, занятия, различных форм двигательной активности со средствами футбола. Контрольно-тестовые упражнения по физической культуре модулю «футбол». Упражнения на координацию с мячом и частоту беговых движений в виде эстафеты. Передачи и остановка мяча со сменой положения мест назад. Подвижная игра «Ведение, дриблинг, финты-переход границы», «3х3 + вратари или 3х3 без вратарей». | 1 |  |
| 21 | Техника передвижения и специально-беговые упражнения. Контроль за физической нагрузкой, самоконтроль физического развития; анализ своих показателей и сопоставление их  со среднестатистическими данными. Подвижная игра «Выбивной». Упражнение «Отбор мяча корпусом». | 1 |  |
| 22 | Выдающиеся отечественные и зарубежные футболисты, тренеры, внесшие общий вклад в развитие и становление современного футбола. Комплекс общеразвивающих упражнений и корригирующей гимнастики с мячом и без мяча. Подвижная игра «1х1 – передачи на точность». Игровое упражнение 1х1 с завершением. | 1 |  |
| 23 | Подвижная игра и эстафеты специальной направленности. Правила личной гигиены, требования к спортивной одежде и обуви для занятий футболом. Правила ухода  за спортивным инвентарем и оборудованием. Подвижная игра «1х1 прием мяча с уходом в сторону», «Ведение, дриблинг, финты-переход границы», «Один в один». | 1 |  |
| 24 | Влияние занятий футболом на формирование положительных качеств личности человека. Упражнения на координацию с мячом и частоту беговых движений в виде эстафеты. Подвижная игра «Ведение, дриблинг, финты-переход границы», «3х3 + вратари или 3х3 без вратарей». | 1 |  |
| 25 | Подвижная игра «1х1 прием мяча с уходом в сторону». Контрольно-тестовые упражнения по физической культуре модулю «футбол». Подвижная игра «Зеркало». Игровое упражнение 2х1 + вратарь. | 1 |  |
| 26 | Организация и проведение различных частей урока, занятия, различных форм двигательной активности со средствами футбола. Передачи мяча в тройках через центр. Упражнения на координацию с мячом и частоту беговых движений в виде эстафеты. Игровое упражнение 1х1 с завершением. Игра 3х3 + вратари или 3х3 без вратарей. | 1 |  |
| 27 | Выдающиеся отечественные и зарубежные футболисты, тренеры, внесшие общий вклад в развитие и становление современного футбола. Подвижная игра «Кто быстрее», 4х4 «Футбол». Удары по мячу с места и короткого разбега. Обводка стоек и удар по воротам. | 1 |  |
| 28 | Подвижная игра и эстафеты специальной направленности (с элементами футбола) Обводка стоек и удар по воротам. Удар по воротам после комбинации «стенка» Игра 4х4 «Футбол». | 1 |  |
| 29 | Контрольно-тестовые упражнения по физической культуре модулю «футбол». Подвижная игра и эстафеты специальной направленности. Удар по воротам после комбинации «стенка». Игра 2 х Вратарь, 4х4 «Футбол». | 1 |  |
| 30 | Подвижная игра «Догонялки вокруг конусов». Старты 1х1 с ударом по воротам. Самоконтроль и его роль в учебной и соревновательной деятельности. Первые признаки утомления. Средства восстановления после физической нагрузки. Организация и проведение общеразвивающей и специальной разминки футболиста. Контрольно-тестовые упражнения по физической культуре модулю «футбол». Игра 2 х Вратарь, 4х4 «Футбол». | 1 |  |
| 31 | Обводка стоек и удар по воротам. Подвижная игра «1х1 прием мяча с уходом в сторону».  Игра 4х4 «Футбол». | 1 |  |
| 32 | Выдающиеся отечественные и зарубежные футболисты, тренеры, внесшие общий вклад в развитие и становление современного футбола. Передачи мяча в треугольнике. Удар по воротам после комбинации «стенка». Подвижная игра «Четыре квадрата», 2 х Вратарь, 4х4 «Футбол». | 1 |  |
| 33 | Контрольно-тестовые упражнения по физической культуре модулю «футбол». Передачи мяча в треугольнике. Обводка стоек и удар по воротам. Игра 2 х Вратарь, 4х4 «Футбол». | 1 |  |
| 34 | Старты 1х1 с ударом по воротам. Удар по воротам после комбинации «стенка».  Организация подвижных игр и эстафет с элементами футбола со сверстниками. Подвижная игра и эстафеты специальной направленности. Игра 4х4 «Футбол». | 1 |  |
|  | ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ | 34 |  |

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

**Учебно – методическая литература**

* 1. Андреев С., Гарагуля Т. Основы технической подготовки вратаря в мини-футболе. М.:// Советский спорт, 2011
  2. Андреев С. Н. Мини-футбол. – М.://Физкультура и спорт, 1978.
  3. Андреев С.Н., Левин В.С. Мини-футбол. Подготовка футболистов в спортивных школах и любительских командах. Методическое пособие. – Липецк: //«ГУ «РОГ», 2004.
  4. Анисимова М.В., Бегун И.С., Водяницкая О.И., Тяпин А.Н. Методические рекомендации для учителей физической культуры. - Москва // 2012.
  5. Варюшин В. В. Тренировка юных футболистов. – М.://Физкультура и спорт, 1980.
  6. Варюшин В.В., Лопачев. Р.Ю. Первые шаги в футболе. М.: Искусство, наука, спорт, 2013 -120с.
  7. Врублевский Е., Костюкевич В., Модели тактики игры в футболе. - М.;// Спорт, 2020.
  8. Гиффорд К. Футбол. Детская энциклопедия. // Росмен, 2018.
  9. Грибачева М.А., Круглыхин В.А. Программа интегративного курса физического воспитания для учащихся начальной школы на основе футбола. М.,//Человек, 2012.
  10. Еремеев С. Мой любимый футбол. -М.// Мир образования, 2019. 11.Заваров А. Футбол для начинающих.-ПитерСПб.;// 2015.

1. Космина И.П., А.П. Паршиков, Ю.П. Пузырь. - М.:// Советский спорт, 2003 -256с.
2. Качании Л., Горский Л. Тренировка футболистов. – М.://Физкультура и спорт, 1984.
3. Киркендалл Д. (пер.Борич С.Э.) Анатомия футбола. //Попурри ООО, 2012.
4. Курзаева Л.В., Овчинникова И.Г. Управление качеством образования и современные средства оценивания результатов обучения// Флинта. 2015.
5. Массовый футбол. Организационно-методическое пособие для преподавателей уроков физической культуры в общеобразовательных учреждениях и тренеров-преподавателей детско-юношеских спортивных школ. Общероссийская общественная организация «Российский футбольный союз», Москва 2012.
6. Лапшин О.Б. Учим играть в футбол. Планы уроков.-М.;//Человек, 2018.
7. Мельников И.В., Футбол. Уроки лучшей игры. – М;// АСТ, 2015. 19.Менсон Ж.Я люблю футбол.//Клевер,2018.
8. Методические рекомендации преподавания физической культуры в образовательных учреждениях города Москвы. – М.:// ЦОМОФВ, 2009.
9. Мойер Р. Силовые тренировки в футболе.-М.;// Спорт, 2016. 22.Москаленко Р. Спортивная энциклопедия. -

М.://СпортАкадемПресс,2011.

1. Погадаев Г.И. Физическая культура. Футбол для всех 10-11 кл.

Учебное пособие. -М.://Дрофа, 2019.

1. Разуваев Ю.В. Дополнительная предпрофессиональная программа по футболу, Дзержинск 2015.
2. Севастьянова Е.С. Дополнительная предпрофессиональная программа по футболу, Сенгилей, 2018.
3. Сучилин А. А. Футбол во дворе. – М.://Физкультура и спорт, 1978. 29.Федеральный стандарт спортивной подготовки. Футбол. // Спорт, 2016. 30.Чарльз.Т Футбол для детей. 101 тренировка для начинающего

футболиста. Издательство Э.Спорт для детей, 2017.

31.Цирин Б. Я., Лукашин Ю. С. Футбол. – М.://Физкультура и Спорт, 1982.

# Список литературы для педагога:

1.Андреев С. Н. Мини – футбол. – М.://Физкультура и спорт». 2008. 2.Алиев Э., Андреев С., Губа В. Мини-футбол, Учебник.

-М.://Советский спорт. 2012.

1. Врублевский Е.П., Модели тактики игры в футбол. -М.; // Спорт, 2020
2. Грамм А., Книга-тренер. Правила. Физическая подготовка. Техника.Стратегия.Мастерство. М.; Эксмо, 2020
3. Губа В., Лексаков А. Теория и методика футбола.Учебник. -М.;// Спорт, 2020.
4. Губа В., Футбол. Программа для футбольных академий.-М;// Человек, 2015.
5. Сто одно упражнение для юных футболистов. Малькольм Кук, А.С.Т. Астрель. Москва 2003 г.
6. Качании, Горский - Тренировка футболистов 1994 г. 1-е издание

9. Кузнецов А.А. Футбол. Настольная книга детского тренера, Москва 2010.

10.Сучилин А. А. Футбол во дворе -//Физкультура и спорт, 1994. 11.Скуридина А.А. Методические мелочи. Уметь. Хотеть. Мочь // журнал

«Спорт в школе», 2011, № 7.

1. Цирин Б. Я., Лукашин Ю. С. Футбол. – //Физкультура и Спорт, 2002, 2- ое исправленное и дополненное издание – (Азбука спорта).
2. Швыков И.А., Футбол в школе. – М.: //Терра-Спорт, Олимпия Пресс, 2002.
3. Методические рекомендации преподавания физической культуры в образовательных учреждениях города Москвы, 2009.
4. Жан-Люк Чесно, Жерар Дюро. Футбол. Обучение базовой технике.

М.:// ТВТ Дивизион, 2006, - 198с.

1. 500 игр и эстафет. Научная ред.ак. Кузина В.В. и пр. Полиевского С.А. М.://Физкультура и спорт, 2000.

# Список литературы для обучающихся:

1. Андреев С.Н . Футбол – твоя игра. – М.: //Просвещение, 1989. – 144 стр.
2. Андреев С.Н. Играйте в мини-футбол. - М.; Советский спорт, 1989 – 47с.
3. Башкиров, В.Ф. Профилактика травм у спортсменов***/*** Башкиров В.Ф. - М.: //ФиС, 1987.
4. Каменченко П. Олтаржевский Г., Легенды. История российского футбола в фотографиях. – М.; //Красивая книга, 2018
5. Лоран Николе, Это футбол. Игра изменившая мир.- М;// Самокат, 2018
6. 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.
7. Сергиенко, Л.П. Спортивный отбор: теория и практика / Сергиенко Л.П. – М.; «Советский спорт», 2013.
8. Старостин Н. Вайнштейн А. Футбол сквозь годы. М:// Центрполиграф, 2018.
9. Симонян Н.П. Футбол-только ли игра? -М.;// Человек, 2018
10. Шакур М.Т. Как научиться играть в футбол. Финты звезд. //Харвест, 2020

# Адреса порталов и сайтов в помощь учителю физической культуры

1. Большая олимпийская энциклопедия: <http://slovari.yandex.ru/dict/olympic>
2. Газета «Здоровье детей» Издательского дома «Первое сентября: <http://zdd.1september.ru/>
3. Газета «Спорт в школе» Издательского дома «Первое сентября»: <http://spo.1september.ru/>
4. Круговая тренировка с направленностью физических упражнений на воспитание двигательной активности: Методические указания: <http://window.edu.ru/resource/146/53146/files/school_phis1.pdf>
5. Методические рекомендации по проведению уроков физической культуры общеобразовательных школ на основе футбола (1-4 классы): <https://rfs.ru/projects/russian-football/nasha-smena/documents>
6. Раздел «Футбол в школе» официального сайта Российского футбольного союза»: https://rfs.ru/
7. Олимпийская энциклопедия Журнал «Физкультура и спорт» <http://www.fismag.ru/><http://www.olimpizm.ru/>
8. Он-лайн справочник: [http://www.fizkult-ura.ru/ ФизкультУРА](http://www.fizkult-ura.ru/%C3%82%C2%A0%C3%90%C2%A4%C3%90%C2%B8%C3%90%C2%B7%C3%90%C2%BA%C3%91%C6%92%C3%90): сайт о различных видах спорта, статьи о методике, здоровье, видеоматериалы.
9. Педагогическая библиотека: [www.pedlib.ru](http://www.pedlib.ru/)
10. Педагогическая газета (молодой ресурс): [www.pedgazeta.ru](http://www.pedgazeta.ru/)
11. Сайт «Я иду на урок физкультуры»: <http://spo.1september.ru/urok/> <http://fizkultura-na5.ru/>
12. Уникальный образовательный портал в помощь учителю[www.zavuch.info](http://www.zavuch.info/)
13. Уроки здоровья [http://window.edu.ru/resource/492/53492/files/school\_phis3.pdf\](http://window.edu.ru/resource/492/53492/files/school_phis3.pdf/)
14. Учительский портал: [www.uchportal.ru](http://www.uchportal.ru/)
15. <https://www.minsport.gov.ru/sport/podgotovka/82/5502/>
16. <http://ducperevoz.ucoz.ru/programm/programma_futbol_bezhaev.pdf>
17. <http://ds31.centerstart.ru/>
18. [http://www.iron-health.ru/programmy-trenirovok/metodika-razvitiy](http://www.iron-health.ru/programmy-trenirovok/metodika-razvitiya-vzryvnoj-sily-nog.html) [a- vzryvnoj-sily-nog.html](http://www.iron-health.ru/programmy-trenirovok/metodika-razvitiya-vzryvnoj-sily-nog.html)
19. <http://www.fizkulturavshkole.ru/>
20. <https://nsportal.ru/shkola/raznoe/library/2016/10/14/metodicheskiy-material>

[https://infourok.ru/dopolnitelnaya-obscheobrazovatelnay](https://infourok.ru/dopolnitelnaya-obscheobrazovatelnaya-obscherazvivayuschaya-programma-po-futbolu-1186790.html) [a-obscherazvivayuschaya-programma-po-futbolu-1186790.html](https://infourok.ru/dopolnitelnaya-obscheobrazovatelnaya-obscherazvivayuschaya-programma-po-futbolu-1186790.html)

1. [https://dussh56.jimdo.com/образование/образовательны](https://dussh56.jimdo.com/%C3%90%C2%BE%C3%90%C2%B1%C3%91%E2%82%AC%C3%90%C2%B0%C3%90%C2%B7%C3%90%C2%BE%C3%90%C2%B2%C3%90%C2%B0%C3%90%C2%BD%C3%90%C2%B8%C3%90%C2%B5/%C3%90%C2%BE%C3%90%C2%B1%C3%91%E2%82%AC%C3%90%C2%B0%C3%90%C2%B7%C3%90%C2%BE%C3%90%C2%B2%C3%90%C2%B0%C3%91%E2%80%9A%C3%90%C2%B5%C3%90)

[е- предпрофессиональные-программы/футбол/](https://dussh56.jimdo.com/%C3%90%C2%BE%C3%90%C2%B1%C3%91%E2%82%AC%C3%90%C2%B0%C3%90%C2%B7%C3%90%C2%BE%C3%90%C2%B2%C3%90%C2%B0%C3%90%C2%BD%C3%90%C2%B8%C3%90%C2%B5/%C3%90%C2%BE%C3%90%C2%B1%C3%91%E2%82%AC%C3%90%C2%B0%C3%90%C2%B7%C3%90%C2%BE%C3%90%C2%B2%C3%90%C2%B0%C3%91%E2%80%9A%C3%90%C2%B5%C3%90)

# Материально-технического обеспечение внеурочной деятельности «Футбол в школе»

Требования к помещению мини-футбольное поле, открытая спортивная площадка и/или спортивный зал, площадь которых должна быть не менее 4 м2 на одного занимающегося, высота потолка должна составлять не менее 6 метров.

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)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | **Наименование спортивного оборудования и инвентаря** | **Количество** |
| 1. | ворота, трансформируемые для футбола и мини-  футбола(комплект) | Д |
| 2. | ворота складные малые для подвижных игр 1,2 x 0,8 м,  (комплект) | Д |
| 3. | табло игровое (электронное/перекидное) | Д |
| 4. | насос для накачивания мячей с иглой | Д |
| 5. | манишки двухцветные | К |
| 6. | сетка для хранения мячей | Д |
| 7. | конус игровой | П |
| 8. | комплект фишек (трех разных контрастных цветов) | К |
| 9. | мячи футбольные № 4, 5 | К |
| 10. | мячи баскетбольные №5 | Ф |
| 11. | мячи волейбольные | Ф |
| 12. | скакалки | К |
| 13. | стойки для обводки | П |
| 14. | обручи | Ф |
| 15. | рулетка 3мм. | Д |
| 16. | секундомер | Д |
| 17. | свисток | Д |
| 18. | карточки для судейства, | Д |
| 19. | планшет магнитный | Д |