

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования, науки и молодежной политики

Краснодарского края

администрация муниципального образования городской округ город-

курорт Сочи Краснодарского края

СОШ №100

РАССМОТРЕНО

методическим
объединением учителей
развивающего цикла

Сумина О.С
Протокол №1 от «28» 08
2023 г.

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора
по УМР

Иванченко О.В
Протокол №1 от «29» 08
2023 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор

Пинязева С.А
Приказ №705 от «29» 08
2023 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

учебного модуля «Футбол»

для обучающихся 1 классов

г.Сочи 2023

ПРОГРАММА МОДУЛЯ «ФУТБОЛ»

Пояснительная записка

Учебный модуль «Футбол» (далее – модуль по футболу, футбол) на уровне начального общего образования разработан с целью оказания методической помощи учителю физической культуры в создании рабочей программы по учебному предмету «Физическая культура» с учётом современных тенденций в системе образования и использования спортивно-ориентированных форм, средств и методов обучения по различным видам спорта.

Футбол – самая популярная и доступная игра, которая является эффективным средством физического воспитания, содействует всестороннему физическому, интеллектуальному, нравственному развитию обучающихся, укреплению здоровья, привлечению обучающихся к систематическим занятиям физической культурой и спортом, их личностному и профессиональному самоопределению.

Футбол позволяет обучающимся понимать принципы взаимовыручки, проявлять волю, терпение и развивать чувство ответственности. В процессе игры формируется командный дух, познаются основы взаимодействия друг с другом. Футбол – командная игра, в которой каждому члену команды надо научиться выстраивать отношения с другими игроками. Психологический климат в команде играет определяющую роль и оказывает серьезное влияние на результат. Футбол дает возможность выработать коммуникативные навыки, развить чувство сплочённости и желание находить общий язык с партнером, а также решать конфликтные ситуации.

Систематические занятия футболом оказывают на организм обучающихся всестороннее влияние: повышают общий объём двигательной активности, совершенствуют функциональную деятельность организма, обеспечивая правильное физическое развитие.

Модуль «Футбол» рассматривается как средство физической подготовки, освоения технической и тактической стороны игры как для мальчиков, так и для девочек, повышает умственную работоспособность, снижает заболеваемость и утомление у обучающихся, возникающее в ходе учебных занятий.

Целями изучения модуля «Футбол» являются: 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».

Задачами изучения модуля «Футбол» являются:

всестороннее гармоничное развитие детей, увеличение объёма их двигательной активности;

формирование общих представлений о виде спорта «футбол», его возможностях и значении в процессе укрепления здоровья, физическом развитии и физической подготовке обучающихся;

развитие основных физических качеств и повышение функциональных возможностей организма обучающихся, укрепление их физического, нравственного, психологического и социального здоровья, обеспечение культуры безопасного поведения средствами футбола;

ознакомление и обучение физическим упражнениям общеразвивающей и корригирующей направленности посредством освоения технических действий в футболе;

ознакомление и освоение знаний об истории и развитии футбола, основных понятиях и современных представлениях о футболе, его возможностях и значениях в процессе развития и укрепления здоровья, физическом развитии обучающихся;

обучение двигательным умениям и навыкам, техническим действиям в футболе в образовательной деятельности, физкультурно-оздоровительной деятельности и при организации самостоятельных занятий по футболу;

воспитание социально значимых качеств личности, норм коллективного взаимодействия и сотрудничества в игровой деятельности средствами футбола;

удовлетворение индивидуальных потребностей обучающихся в занятиях физической культурой и спортом средствами футбола;

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

выявление, развитие и поддержка одарённых детей в области спорта.

Место и роль модуля «Футбол». Модуль «Футбол» доступен для освоения всем обучающимся, независимо от уровня их физического развития и гендерных особенностей, и расширяет спектр физкультурно-спортивных направлений в общеобразовательных организациях. Расширяет и дополняет компетенции обучающихся, полученные в результате обучения и формирования новых двигательных действий средствами футбола, их использования в прикладных целях для увеличения объёма двигательной активности и оздоровления в повседневной жизни.

Интеграция модуля по футболу поможет обучающимся в освоении содержательных компонентов и модулей по легкой атлетике, подвижным спортивным играм, гимнастике, а также в освоении программ в рамках

внеурочной деятельности, дополнительного образования, деятельности школьных спортивных клубов, подготовке обучающихся к выполнению норм ГТО и участию в спортивных мероприятиях.

Учебный модуль «Футбол» может быть реализован в следующих *вариантах*: при самостоятельном планировании учителем физической культуры процесса освоения обучающимися учебного материала по футболу с выбором различных элементов футбола, с учётом возраста и физической подготовленности обучающихся (с соответствующей дозировкой и интенсивностью);

в виде целостного последовательного учебного модуля, изучаемого за счёт части учебного плана, формируемой участниками образовательных отношений из перечня, предлагаемого образовательной организацией, включающей, в частности, учебные модули по выбору обучающихся, родителей (законных представителей) несовершеннолетних обучающихся, в том числе предусматривающие удовлетворение различных интересов обучающихся (при организации и проведении уроков физической культуры с 3-х часовой недельной нагрузкой рекомендуемый объём в 1 классе – 33 часа, во 2, 3, 4 классах – по 34 часа);

в виде дополнительных часов, выделяемых на спортивно-оздоровительную работу с обучающимися в рамках внеурочной деятельности, деятельности школьных спортивных клубов (рекомендуемый объём в 1 классе – 33 часа, во 2, 3, 4 классах – по 34 часа).

Содержание модуля «Футбол»

Знания о футболе.

История зарождения футбола, как вида спорта, в мире и в Российской Федерации.

Легендарные отечественные и зарубежные игроки, тренеры.

Достижения сборных команд страны по футболу на чемпионатах Европы, мира и Олимпийских играх.

Футбольный словарь терминов и определений. Спортивные дисциплины вида спорта «Футбол».

Состав футбольной команды, функции игроков в команде, роль капитана команды.

Правила безопасности и культура поведения во время посещения соревнований по футболу, правила поведения во время занятий футболом.

Футбол, как средство укрепления здоровья, закаливания и развития физических качеств.

Правила личной гигиены во время занятий футболом. Требование к

спортивной одежде и обуви, спортивному инвентарю.

Способы самостоятельной деятельности.

Соблюдение личной гигиены, требований к спортивной одежде и обуви для занятий футболом.

Первые внешние признаки утомления. Способы самоконтроля за физической нагрузкой, соблюдение питьевого режима.

Уход за спортивным инвентарем и оборудованием при занятиях футболом.

Основы организации самостоятельных занятий футболом.

Организация и проведение подвижных игр с элементами футбола со сверстниками в активной досуговой деятельности.

Составление комплексов различной направленности: утренней, корригирующей и дыхательной гимнастики, упражнений для профилактики плоскостопия и развития физических качеств.

Причины возникновения ошибок при выполнении технических приёмов и способы их устранения.

Тестирование уровня физической и технической подготовленности в футболе. Физическое совершенствование.

Комплексы общеразвивающих и корригирующих упражнений с мячом и без мяча. Техника передвижения и специально-беговые упражнения.

Комплексы специальных упражнений для развития физических качеств, технических приёмов и упражнений на частоту движений ног.

Подвижные игры без мячей и с мячами. Подвижные игры и эстафеты специальной направленности с элементами футбола.

Индивидуальные технические действия с мячом:

ведение мяча ногой – внутренней частью подъема, внешней частью подъема, средней частью подъема, внутренней стороной стопы;

развороты с мячом – подошвой, внешней стороной стопы, внутренней стороной стопы;

удары по мячу ногой – внутренней стороной стопы, средней частью подъема, внутренней частью подъема;

остановка мяча ногой – подошвой, внутренней стороной стопы;

обманные движения («финты») – «остановка» мяча ногой, «уход» в сторону.

Игровые упражнения в парах, в тройках и тактические действия (в процессе учебной игры и соревновательной деятельности). Игра в футбол по упрощенным правилам.

Учебные игры, участие в фестивалях и соревновательных по футболу.

Тестовые упражнения по физической и технической подготовленности обучающихся в футболе.

Планируемые результаты

Содержание учебного модуля «Футбол» направлено на достижение обучающимися личностных, метапредметных и предметных результатов обучения. Личностные результаты

При изучении учебного модуля «Футбол» на уровне начального общего образования у обучающихся будут сформированы следующие личностные результаты:

проявление патриотизма, чувства гордости, уважения к Отечеству через знания истории о достижениях сборных команд страны по футболу на чемпионатах мира, Европы и Олимпийских играх и современного состояния развития футбола Российской Федерации;

проявление уважительного отношения к сверстникам, культуры общения и взаимодействия, терпимости и толерантности в достижении общих целей при совместной деятельности на принципах доброжелательности и взаимопомощи, умение не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;

проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях, дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленных целей;

понимание установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям;

проявление осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам, моральной компетентности в решении проблем в процессе занятий физической культурой, игровой и соревновательной деятельности по футболу.

Метапредметные результаты

При изучении учебного модуля «Футбол» на уровне начального общего образования у обучающихся будут сформированы следующие метапредметные результаты:

формирование способности понимать цели и задачи учебной деятельности, поиска средств и способов её осуществления;

умение планировать пути достижения целей с учетом наиболее эффективных способов решения задач средствами футбола в учебной, игровой, соревновательной и досуговой деятельности, соотносить двигательные действия с планируемыми результатами в футболе, определять и корректировать способы действий в рамках предложенных условий;

умение владеть основами самоконтроля, самооценки, выявлять, анализировать и находить способы устранения ошибок при выполнении технических приёмов футбола;

умение организовывать совместную деятельность с учителем и сверстниками, работать индивидуально и в группе.

Предметные результаты

При изучении учебного модуля «Футбол» на уровне начального общего образования у обучающихся будут сформированы следующие предметные результаты:

понимание о роли и значении занятий футболом, как средством укрепления здоровья, закаливания, развития физических качеств человека;

соблюдение правил личной гигиены, безопасного поведения во время занятий футболом и посещения соревнований по футболу, требования к спортивной одежде и обуви, спортивному инвентарю для занятий футболом;

формирование навыков систематического наблюдения за своим физическим состоянием, показателями физического развития и основных физических качеств;

организация самостоятельных занятий футболом, подвижных игры специальной направленности с элементами футбола со сверстниками;

выполнение комплексов общеразвивающих и корригирующих упражнений, упражнений на развитие быстроты, ловкости, гибкости, специальных упражнений для формирования технических действий футболиста;

выполнение различных видов передвижений: бег, прыжки, остановки, повороты с изменением скорости, темпа и дистанции в учебной, игровой и соревновательной деятельности;

выполнение индивидуальных технических приемов владения мячом: ведение, развороты, удары по мячу ногой, остановка и (или) прием мяча, обманные движения («финты»);

выполнение тактических комбинаций: в парах, в тройках и тактических действия (в процессе учебной игры и соревновательной деятельности);

выполнение контрольно-тестовых упражнений по общей и специальной физической подготовленности, технической подготовки обучающихся;

умение излагать правила и условия подвижных игр, игровых заданий, эстафет;

участие в учебных играх и фестивалях в уменьшенных

составах, на уменьшенной площадке, по упрощенным правилам;

участие в соревновательной деятельности на внутришкольном, районном, муниципальном, городском, региональном, всероссийском уровнях;

проявление волевых, социальных качеств личности, организованности, ответственности в учебной, игровой и соревновательной деятельности;

проявление уважительных отношений к одноклассникам, культуры общения и взаимодействия, терпимости и толерантности в достижении общих целей в учебной и игровой деятельности на занятиях футболом.

Календарно-тематическое планирование для учащихся 1 класса футбол (33 часа)

№ урока	Тема урока	Кол-во часов	план	факт	план	факт	Оборудование	Основные виды деятельности обучающихся (на уровне универсальных учебных действий)
1	2	3	4	5	4	5	6	7
I четверть – 8 часов								
Раздел 1. Знания о футболе-1 час								
1	История зарождения футбола.	1					ЭЦОР, учебники	<i>Знать и пересказывать</i> факты истории зарождения футбола.
Раздел 2. Способы двигательной (физкультурной) деятельности-2 часа								
2.	Соблюдение личной гигиены, требований к спортивной одежде и обуви для занятий футболом.	1						<i>Знать и соблюдать</i> правила личной гигиены при занятиях футболом.
3.	Первые внешние признаки утомления. Способы самоконтроля за физической нагрузкой.	1						<i>Знать и определять</i> внешние признаки утомления. <i>Измерять</i> ее разными способами и <i>уметь</i> ее регулировать.
Раздел 3. Физическое совершенствование- 29 часов.								
4.	Комплексы общеразвивающих упражнений с мячом и без мяча.	1					Футбольная площадка, ф/б мяч, конусы, свисток.	Описывать технику ведения футбольного мяча; удара по неподвижному и катящемуся мячу; отбора мяча; вбрасывания мяча из-за боковой линии.
5.	Комплексы специальной разминки перед соревнованиями.	1						Осваивать технику ведения футбольного мяча; удара по неподвижному и катящемуся мячу; отбора мяча; вбрасывания мяча из-за боковой линии.
6.	Комплексы корригирующей гимнастики с использованием специальных футбольных упражнений.	1						Соблюдать правила техники безопасности
7.	Комплексы специальных упражнений для формирования технических приемов игрока.	1						

8.	Способы индивидуального регулирования физической нагрузки с учетом уровня физического развития и функционального состояния.	1						
II четверть – 8 часов								
9.	Подвижные игры без мяча и с мячом, эстафеты с элементами футбола.	1					Футбольная площадка, ф/б мяч, конусы, свисток	Описывать технику ведения футбольного мяча; удара по неподвижному и катящемуся мячу; отбора мяча; вбрасывания мяча из-за боковой линии.
10.	Подвижные игры: «Кто дальше бросит?», «Попади в цель», «Пятнашки», «Лиса и куры»,	1					Мячи, фишки, свисток	Осваивать технику ведения футбольного мяча; удара по неподвижному и катящемуся мячу; отбора мяча; вбрасывания мяча из-за боковой линии.
11.	Подвижные игры специальной направленности: «Реакция и быстрота движений», «Техника старта, остановки	1					Мячи, фишки, свисток	Соблюдать правила техники безопасности
12.	Эстафеты на развитие физических и специальных качеств	1					Мячи, фишки, свисток	
13.	Техника передвижения: бег, прыжки, остановки, повороты.	1					Фишки, свисток	
14.	Бег приставными шагами, скрестными, спиной вперед, обычный, семенящий, с ускорением	1					Фишки, свисток	
15.	Челночный, на различные дистанции, и различной скоростью	1					Фишки, свисток	
16.	Прыжки- толчком двумя ногами, толчком одной ногой, многоскоки	1					Фишки, свисток	
III четверть – 10 часов								
17	Индивидуальные технические приемы владения мячом: ведение,	1					Футбольная площадка, ф/б мяч,	Описывать технику ведения футбольного мяча; удара по

	удары, остановки, финты, отбор мяча						конусы,свисток.	неподвижному и катящемуся мячу; отбора мяча; вбрасывания мяча из-за боковой линии.
18	Ведение внутренней частью подъема, средней частью подъема, внутренней стороной стопы, в ходьбе, в беге по прямой, по кругу, восьмеркой, между стоек	1						Осваивать технику ведения футбольного мяча; удара по неподвижному и катящемуся мячу; отбора мяча; вбрасывания мяча из-за боковой линии.
19	Удары ведущей ногой(внутренней стороной стопы, внутренней частью подъема, средней частью подъема) по прямой, на короткие и средние расстояния	1						Соблюдать правила техники безопасности
20	Остановки мяча ногой подошвой, внутренней стороной стопы, средней частью подъема, бедром, внутренней частью подъема	1						
21	Обманные движения (финты)	1						
22	Отбор мяча: во время приема мяча соперником, во время ведения мяча; ударом ногой, остановкой ногой; в выпаде	1						
23	Выполнение ударов: начального, углового, штрафного, свободного	1						
24	Вбрасывание мяча из-за боковой линии	1						
25	Техника владения мячом игры вратаря: стойка вратаря	1						
26	Ловля мяча, отбивание мяча, переводы мяча, броски мяча	1						
IV четверть – 7 часов								
27	Элементарные тактические комбинации: в парах, в тройках	1					Футбольная площадка, ф/б мяч, конусы,свисток	Описывать технику ведения футбольного мяча; удара по неподвижному и катящемуся мячу; отбора мяча; вбрасывания мяча из-за боковой линии.
28	Забегания, смещения; тактические действия с учетом игровых амплуа в команде	1						Осваивать технику ведения футбольного мяча; удара по неподвижному и катящемуся мячу; отбора мяча; вбрасывания мяча из-за боковой линии.

29	Коллективное ведение игры в футбол по упрощенным правилам	1						мяча из-за боковой линии. Соблюдать правила техники безопасности
30	Коллективное ведение игры в футбол по упрощенным правилам	1						
31	Коллективное ведение игры в футбол по упрощенным правилам	1						
32	Коллективное ведение игры в футбол по упрощенным правилам	1						
Раздел 1. Знания о футболе-1 час.								
33	Легендарные отечественные и зарубежные футболисты, тренеры.	1					ЭЦОР, учебники	<i>Приводить примеры легендарных отечественных и зарубежных футболистов, тренеров. Характеризовать их вклад в развитие футбола.</i>