

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Ильичевская средняя общеобразовательная школа»**

«Рассмотрено»
Управляющий Совет
Протокол № 1 от 31.08.2024 г.

«Согласовано»
Зам. директора по ВР
МБОУ «Ильичевская СОШ»
Байкука А.Е. 

«Утверждаю»
Директор МБОУ «Ильичевская
СОШ»
Саломатов К.Г. 
Приказ № 40/8-ОД от 02.09.2024 г.

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
физкультурно-спортивной направленности**

**«Футбол»
(модуль 1 класс)**

Возраст обучающихся: 6-8 лет
Срок реализации: 1 год
Количество часов в неделю: 1
Количество часов за год: 36

Автор-составитель: Солдатов Игорь
Владимирович, педагог
дополнительного образования

Распределение учебного материала в течение учебного года для 1 класса.

Разделы, темы и виды деятельности	Номера уроков с начала года																																	
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	
Раздел 1. Знания о футболе (приложение 1)																																		
История зарождения футбола (Модуль)			+										+										+											
Легендарные отечественные и зарубежные футболисты, тренеры (Модуль)				+														+												+				
Футбольный словарь терминов и определений (Модуль)																									+									
Правила безопасного поведения во время занятий футболом (Модуль)	+																																	
Режим дня при занятиях футболом. Правила личной гигиены во время занятий футболом (Модуль)																+																		
Раздел 2. Способы двигательной деятельности (приложение 2) (Модуль)																																		
Соблюдение личной гигиены, требований к спортивной одежде и обуви для занятий футболом(Модуль)		+							+													+						+						
Контрольно-тестовые упражнения по общей физической, специальной и технической подготовке(Модуль)						+					+				+					+					+				+			+		

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33
Раздел 3. Физическое совершенствование (Модуль)																																	
Подвижные игры без мяча и с мячом (Модуль)	+			+								+							+				+										
Подвижные игры специальной направленности с мячом (Модуль)		+			+			+		+			+		+		+				+				+		+		+		+		
Комплексы общеразвивающих упражнений и корригирующей гимнастики с мячом и без мяча (Модуль)									+					+								+											
Тема 1 – Техника передвижений (Модуль): бег лицом вперед, бег спиной вперед, приставными шагами, скрестными шагами, прыжки, остановки, повороты																																	
Эстафеты специальной направленности и с элементами футбола (Модуль)			+	+									+				+			+			+			+							
Подвижная игра «Зеркало»	+				+						+																						
Подвижная игра «Минное поле»		+				+										+																	
Тема 2 – Индивидуальные технические приемы владения мячом (Модуль): ведение мяча внешней, средней, внутренней частями подъема, внутренней стороной стопы																																	
Комплексы специальных упражнений для формирования технических приемов (Модуль). Примерный комплекс (приложение № 3)	+	+	+			+	+	+		+	+	+		+	+	+		+	+	+		+			+		+		+		+		
Подвижная игра «Догонялки»								+			+						+																
Подвижная игра «Минное поле» с ведением мяча										+			+						+		+			+			+						
Подвижная игра «Замри-отомри»																									+					+			+

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33
Ведение мяча по прямой							+								+										+								
Движение с мячом в разных направлениях											+			+			+					+				+		+			+		
Ведение мяча и обводка стоек																+				+	+			+					+				
Игра 1х1 на площадке 6х6 м								+	+								+				+		+				+						
Игра 2х2; 3х3 без вратаря (в малые ворота).			+	+	+	+	+							+														+	+	+	+	+	+

Раздел 3. В зависимости от имеющейся инфраструктуры школы, уровня физической (технической) подготовленности учащихся, количества учащихся в классе и климатических условий региона учитель может упрощать упражнения или использовать другие упражнения, соответствующие теме урока

Раздел 1 «Знания о футболе» реализуется: в процессе урока, в виде классного часа, домашнего задания, презентации, беседы, лекции, интегрированного урока

Тематика занятий и требования к формируемым знаниям для 1 класса

№	Тема	Требования к знаниям школьника
1	История зарождения футбола	Знать и пересказывать факты истории зарождения футбола
2	Легендарные отечественные и зарубежные футболисты, тренеры	Приводить примеры легендарных отечественных и зарубежных футболистов, тренеров. Характеризовать их вклад в развитие футбола
3	Футбольный словарь терминов и определений	Знать, понимать, применять в образовательной, тренировочной, игровой деятельности футбольные термины и определения
4	Правила безопасного поведения во время занятий футболом	Знать, рассказывать и соблюдать правила техники безопасности во время занятий футболом. Знать перечень спортивной одежды и обуви для занятий футболом
5	Режим дня при занятиях футболом. Правила личной гигиены во время занятий футболом	Знать и рассказывать режим дня, правила личной гигиены при занятиях футболом

Раздел 2 «Способы двигательной активности» реализуется в виде выполнения самостоятельных практических занятий и упражнений; индивидуальных теоретических занятий, а также наблюдения и тестирования в основной и/или заключительной части урока (занятия) продолжительностью 7-10 минут

Тематика занятий и требования к формируемым умениям для 1 класса

№	Тема	Требования к умениям школьника
1	Соблюдение личной гигиены, требований к спортивной одежде и обуви для занятий футболом	Знать и соблюдать правила личной гигиены при занятиях футболом
2	Контрольно-тестовые упражнения по общей физической, специальной и технической подготовке	Характеризовать показатели физической подготовки (общей, специальной, технической). Знать и выполнять контрольно-тестовые упражнения по общей, специальной и технической подготовке. Проявлять физические качества. Оценивать показатели физической подготовленности

Примерный комплекс специальных упражнений для формирования технических приемов игрока, которые применяются преимущественно в подготовительной части урока (занятия). На начальном этапе подготовки рекомендуется использовать в основной части урока (занятия). Общая продолжительность 6-8 минут

1. Носок ноги на мяче, вес тела на опорной ноге; стоя на месте, перекатывать мяч вокруг себя носком ноги по часовой стрелке и против часовой стрелки; выполнять поочередно правой и левой ногой.
2. Носок ноги на мяче, вес тела на опорной ноге; стоя на месте, перекатывать мяч вокруг себя, чередуя различные части стопы: подошву, внутреннюю сторону, внешнюю сторону, носок.
3. Перемещения мяча касаниями внутренней стороной стопы: правой ногой – влево, левой ногой – вправо; 1 касание влево + 1 касание вправо; 2 касания влево + 2 касания вправо и т.д.
4. Повтор упражнения №3, но перемещения мяча осуществляются подошвой.
5. Ведение мяча внутренней стороной стопы попеременно правой и левой ногой: по прямой, по дуге, по окружности, зигзагообразно, с обводкой фишек или конусов и т.п.
6. Ведение мяча (3-4 касания, различными способами в различных направлениях) – остановка подошвой. Правой и левой ногой.
7. Мяч перед игроком, покатить мяч подошвой правой ноги к себе, убрать влево внутренней стороной правой стопы; затем то же самое повторить левой ногой.
8. Мяч перед игроком, покатить мяч подошвой правой ноги к себе, убрать вправо внешней стороной правой стопы; затем то же самое повторить левой ногой.
9. Мяч перед игроком, покатить мяч подошвой правой ноги, быстро развернуться, остановить мяч подошвой; затем то же самое повторить левой ногой.
10. Мяч перед игроком, покатить мяч подошвой правой ноги по кругу, разворачиваясь на опорной ноге, сделать круг и вернуться в исходное положение; затем то же самое повторить левой ногой.
11. Жонглирование (подбивание мяча ногой через отскок об пол или подбивание мяча ногой и поймать мяч в руки)

Учебно-тематическое планирование модуля «Футбол» 1 класс.

№	Тема занятия	Элементы содержания	Требования к уровню подготовки обучающихся
1	Техника передвижения (бег лицом вперед с изменением направления и скорости)	Правила безопасного поведения во время занятий футболом. Подвижная игра «Волк во рву». Комплексы специальных упражнений для формирования технических приемов. Игра «Зеркало».	Знать, рассказывать и соблюдать правила техники безопасности во время занятий футболом. Знать перечень спортивной одежды и обуви для занятий футболом. Выполнять в упражнениях и подвижных играх бег лицом вперед с изменением направления и скорости.
2	Техника передвижения (бег спиной вперед)	Соблюдение личной гигиены, требований к спортивной одежде и обуви для занятий футболом. Подвижная игра «Уход с финтом в сторону от соперника». Комплексы специальных упражнений для формирования технических приемов. Игра «Минное поле».	Знать и соблюдать правила личной гигиены при занятиях футболом. Выполнять в упражнениях и подвижных играх бег спиной вперед.
3	Техника передвижения (бег приставными шагами и скрестный шаг)	История зарождения футбола. Комплексы специальных упражнений для формирования технических приемов. Эстафета. Игра 3х3 без вратарей (в малые ворота).	Знать и пересказывать факты истории зарождения футбола. Выполнять в упражнениях и подвижных играх бег приставными шагами и скрестный шаг.
4	Техника передвижения (прыжки толчком двумя ногами и одной ногой)	Легендарные отечественные и зарубежные футболисты, тренеры. Подвижная игра «Охота на зайцев». Эстафета. Игра 3х3 без вратарей (в малые ворота).	Приводить примеры легендарных отечественных и зарубежных футболистов, тренеров. Характеризовать их вклад в развитие футбола. Выполнять в упражнениях и подвижных играх прыжки толчком двумя ногами.
5	Техника передвижения (прыжки толчком одной ногой)	Подвижная игра «Опека и преследование». Подвижная игра «Зеркало». Игра 3х3 без вратарей (в малые ворота).	Выполнять в упражнениях и подвижных играх прыжки толчком одной ногой.
6	Техника передвижения (бег различными способами и прыжки)	Комплексы специальных упражнений для формирования технических приемов. Подвижная игра «Минное поле». Контрольно-тестовые упражнения (техника передвижения). Игра 3х3 без вратарей (в малые ворота).	Выполнять в упражнениях и подвижных играх бег прыжки различными способами. Выполнять контрольно-тестовые упражнения.
7	Техника ведения мяча (внешней частью подъема)	Комплексы специальных упражнений для формирования технических приемов. «Ведение мяча по прямой». Игра 3х3 без вратарей (в малые ворота).	Выполнять ведение мяча внешней частью подъема.
8	Техника передвижения (остановка выпадом)	Подвижная игра «Развлечение, игровое состязание». Комплексы специальных упражнений для формирования технических приемов. Игра 1х1 на площадке 6х6.	Выполнять в упражнениях и подвижных играх остановку выпадом.
9	Техника ведения мяча (средней частью подъема)	Соблюдение личной гигиены, требований к спортивной одежде и обуви для занятий футболом. Комплексы общеразвивающих упражнений с мячом. Подвижная игра «Догонялки». Игра 1х1 на площадке 6х6.	Знать и соблюдать правила личной гигиены при занятиях футболом. Выполнять ведение мяча средней частью подъема.

10	Техника ведение мяча (внешней частью подъема)	Подвижная игра «Легкий бег, игра, упражнения на гибкость и растягивание». Комплексы специальных упражнений для формирования технических приемов. Подвижная игра «Минное поле» с ведением мяча.	Выполнять ведение мяча внешней частью подъема.
11	Техника ведения мяча (внешней частью и серединой подъема)	Комплексы специальных упражнений для формирования технических приемов. «Движение с мячом в разных направлениях». Подвижная игра «Зеркало». Контрольно-тестовые упражнения (техника ведения мяча).	Выполнять ведение мяча внешней частью и серединой подъема. Выполнять контрольно-тестовые упражнения.
12	Техника ведение мяча (внутренней стороной стопы)	Подвижная игра «Охотники и волки». Комплексы специальных упражнений для формирования технических приемов. Подвижная игра «Догонялки».	Выполнять ведение мяча внутренней стороной стопы.
13	Техника передвижения (повороты переступанием, прыжком, на опорной ноге)	История зарождения футбола. Подвижная игра «Финты корпусом». Эстафета. Подвижная игра «Минное поле» с ведением мяча.	Знать и пересказывать факты истории зарождения футбола. Выполнять в упражнениях и подвижных играх повороты переступанием, прыжком, на опорную ногу.
14	Техника ведения мяча (различными способами)	Комплексы общеразвивающих упражнений с мячом. Комплексы специальных упражнений для формирования технических приемов. «Движение с мячом в разных направлениях». Игра 3х3 без вратаря (в малые ворота).	Выполнять ведение мяча различными способами.
15	Техника ведения мяча (различными способами)	Комплексы специальных упражнений для формирования технических приемов. «Ведение мяча по прямой». Подвижная игра «Уход с финтом в сторону от соперника». Контрольно-тестовые упражнения (техника ведения мяча, прыжок в длину с места).	Правильной выполнять ведение мяча различными способами. Выполнять контрольно-тестовые упражнения.
16	Техника передвижения. Техника ведения мяча(различными способами).	Режим дня при занятиях футболом. Правила личной гигиены во время занятий футболом. Комплексы специальных упражнений для формирования технических приемов. «Ведение мяча и обвод стояк». Подвижная игра «Минное поле».	Знать и рассказывать режим дня, правила личной гигиены при занятиях футболом. Выполнять и использовать в упражнениях, подвижных играх различные способы передвижения и ведения мяча.
17	Техника передвижения. Техника ведения мяча(различными способами).	«Движение с мячом в разных направлениях». Эстафета. Подвижная игра «Опека и преследование».	Выполнять и использовать в упражнениях, подвижных играх различные способы передвижения и ведения мяча.
18	Техника ведения мяча(различными способами).	Легендарные отечественные и зарубежные футболисты, тренеры. Комплексы специальных упражнений для формирования технических приемов. Подвижная игра «Догонялки». Игра 1х1 на площадке 6х6.	Приводить примеры легендарных отечественных и зарубежных футболистов, тренеров. Характеризовать их вклад в развитие футбола. Выполнять ведения мяча различными способами.
19	Техника ведения мяча(различными способами).	Подвижная игра «Колдовское царство». Комплексы специальных упражнений для формирования технических приемов.	Выполнять ведение мяча различными способами.

	способами).	приемов. Подвижная игра «Минное поле» с ведением мяча.	
20	Техника передвижения. Техника ведения мяча(различными способами).	Комплексы специальных упражнений для формирования технических приемов. «Ведение мяча и обвод стояк». Эстафета. Контрольно-тестовые упражнения (челночный бег).	Выполнять и использовать в упражнениях, подвижных играх различные способы передвижения и ведения мяча. Выполнять контрольно-тестовые упражнения.
21	Техника ведения мяча(различными способами).	Подвижная игра «Развлечение, игровое состязание». «Ведение мяча и обвод стояк». Подвижная игра «Минное поле» с ведением мяча.	Выполнять ведение мяча различными способами.
22	Техника ведения мяча(различными способами).	Соблюдение личной гигиены, требований к спортивной одежде и обуви для занятий футболом. Комплексы общеразвивающих упражнений с мячом.«Движение с мячом в разных направлениях». Игра 1х1 на площадке 6х6.	Знать и соблюдать правила личной гигиены при занятиях футболом. Выполнять ведение мяча различными способами.
23	Техника передвижения. Техника ведения мяча(различными способами).	История зарождения футбола. Подвижная игра «Волки-зайцы». Комплексы специальных упражнений для формирования технических приемов. Эстафета.	Знать и пересказывать факты истории зарождения футбола. Выполнять и использовать в упражнениях, подвижных играх различные способы передвижения и ведения мяча.
24	Техника ведения мяча(различными способами).	Подвижная игра «Минное поле» с ведением мяча. «Ведение мяча и обвод стояк».Игра 3х3 без вратарей на малые ворота.	Выполнять ведение мяча различными способами.
25	Техника ведения мяча(различными способами).	Подвижная игра «Легкий бег, игра, упражнения на гибкость и растягивание». «Бег с мячом по прямой». Подвижная игра «Замри-отомри». Контрольно-тестовые упражнения (ведение).	Выполнять ведение мяча различными способами. Выполнять контрольно-тестовые упражнения.
26	Техника передвижения. Техника ведения мяча(различными способами).	Футбольный словарь терминов и определений. «Движение с мячом в разных направлениях». Комплексы специальных упражнений для формирования технических приемов. Эстафета.	Знать, понимать, применять в образовательной, тренировочной, игровой деятельности футбольные термины и определения. Выполнять и использовать в упражнениях, подвижных играх различные способы передвижения и ведения мяча.
27	Техника ведения мяча(различными способами).	Подвижная игра «Финты корпусом». Подвижная игра «Минное поле» с ведением мяча. Игра 1х1 на площадке 6х6.	Выполнять ведение мяча различными способами.
28	Техника ведения мяча(различными способами).	Соблюдение личной гигиены, требований к спортивной одежде и обуви для занятий футболом. «Движение с мячом в разных направлениях». Комплексы специальных упражнений для формирования технических приемов. Игра 2х2 без вратарей на малые ворота.	Знать и соблюдать правила личной гигиены при занятиях футболом. Выполнять ведения мяча различными способами.
29	Техника ведения мяча(различными способами).	Подвижная игра «Уход с финтом в сторону от соперника». «Ведение мяча и обвод стояк».Игра 3х3 без вратарей на	Выполнять ведения мяча различными способами. Выполнять контрольно-тестовые упражнения.

	способами).	малые ворота. Контрольно-тестовые упражнения (жонглирование).	
30	Техника ведения мяча(различными способами).	Легендарные отечественные и зарубежные футболисты, тренеры. Комплексы специальных упражнений для формирования технических приемов. Подвижная игра «Замри-отомри». Игра 2х2 без вратарей на малые ворота.	Приводить примеры легендарных отечественных и зарубежных футболистов, тренеров. Характеризовать их вклад в развитие футбола. Выполнять ведение мяча различными способами.
31	Техника ведения мяча(различными способами).	Подвижная игра «Опека и преследование». «Движение с мячом в разных направлениях». Игра 3х3 без вратарей на малые ворота.	Выполнять ведение мяча различными способами.
32	Техника ведения мяча(различными способами).	Комплексы специальных упражнений для формирования технических приемов. Контрольно-тестовые упражнения (ведение, обвод фишек и удар по малым воротам. Игра 3х3 без вратарей на малые ворота.	Выполнять ведение мяча различными способами. Выполнять контрольно-тестовые упражнения.
33	Техника ведения мяча(различными способами).	Подвижная игра «Замри-отомри». Игра 3х3 без вратарей на малые ворота.	Выполнять ведение мяча различными способами.

В зависимости от имеющейся инфраструктуры школы, уровня физической (технической) подготовленности учащихся, количества учащихся в классе и климатических условий региона учитель может реализовывать один или несколько элементов содержания урока, а также менять и упрощать упражнения из числа имеющихся в данном разделе или использовать другие упражнения, но с учетом темы урока данного раздела.