**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**
**Министерство образования и науки Пермского края**
**Управление образования администрации Уинского муниципального округа**
**МБОУ "Уинская СОШ"**

| **РАССМОТРЕНО** | **СОГЛАСОВАНО** | **УТВЕРЖДЕНО** |
|---|---|---|
| На педагогическом совете | Руководитель ШМО | Приказом директора |
| _____М.М. Киприянова | _____/ Т.И. Галина / | МБОУ «Уинская СОШ» |
| Протокол | Протокол | №252 от 31.08.2026 |
| №1 от 31.08.2026 г. | №1 от 31.08.2026 | _____М.М. Киприянова |

# РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

## Футбол

для обучающихся 2-3 классов

с.Уинское, 2026г.

## Пояснительная записка

Программа направлена на укрепление здоровья и физической подготовленности обучающихся. В ней отражены основные принципы подготовки обучающихся, результаты научных исследований, опыт работы школьных спортивных секций и спортивных школ по футболу. Программа предназначена для организации работы спортивных секций в школьных спортивных клубах (далее – ШСК), реализующих образовательные программы начального общего образования. Футбол – командная игра, но на начальном этапе подготовки командные задачи вторичны. На первый план выходит индивидуальное обучение техническим приемам и развитие координационных способностей обучающихся. В футболе будущего особенно востребованными окажутся игроки, индивидуальное техническое мастерство которых позволит им эффективно играть в зонах, насыщенных соперниками. Программа составлена с учетом нормативно-правовых документов, определяющих основную направленность: - Федеральный закон от 29.12.2012 г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»; - Федеральный закон от 14.12.2007 г. № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации». Данная программа имеет физкультурно-спортивную направленность. Уровень программы – ознакомительный.

**Актуальность и педагогическая целесообразность программы**. Программа обосновывается потребностью привлечения детей к систематически регулярным занятиям спортом и физической культурой, усилением образовательной направленности спортивных секций в школе. Кроме того, обходимо изменять содержание и формы физкультурного образования, превращать его в действенную меру формирования личности и укрепления здоровья согласно требованиям Государственного образовательного стандарта. Программа служит основным документом для эффективного построения подготовки обучающихся и содействия успешному решению задач физического воспитания детей младшего школьного возраста. В данной программе представлен программный материал для практических занятий по физической, технической и тактической подготовке по футболу. Учебная программа построена с учетом возрастных особенностей, занимающихся в группе. Возраст обучающихся детей 6–8 лет. Весь учебный материал программы распределён в соответствии с возрастным принципом комплектования учебной группы по футболу и рассчитан на последовательное и постепенное расширение теоретических знаний, практических умений и навыков.

## Новизна и отличительные особенности программы.

Данная программа соответствует современным требованиям, так как учитывает специфику дополнительного образования и охватывает значительное количество желающих заниматься этим видом спорта, предъявляя посильные требования к занимающимся в процессе обучения. Программа даёт возможность детям на ранней стадии обучения приобщаться к здоровому образу жизни, обеспечивая тем самым всесторонний подход к гармоничному воспитанию человека средствами футбола. Программа направлена на удовлетворение индивидуальных потребностей,

самовыражения и личностного роста ребенка, от «массового» образования к проектированию пространства персонального образования для самореализации личности, поиска и обретения человеком самого себя, на оздоровление и разностороннее физическое развитие детей, а не на подготовку мастеров высокого класса, выявление и поддержку одаренных детей. В непосредственной работе с детьми юного возраста используется преимущественно индивидуальный подход, где происходит сохранение самоценности детства и сохраняется сама природа школьника. Ведущими видами детской деятельности становятся: игровая, коммуникативная, двигательная, познавательно-исследовательская, продуктивная и другие. Мальчики и девочки 6–8 лет приходят на занятия по футболу, и важно учебный процесс выстроить таким образом, чтобы дети полюбили футбол и занятия спортом. История футбола (как и история человечества) знает один путь решения этих вопросов: детям должно быть интересно в футболе, но заниматься при этом они должны в соответствии с законами спорта и футбола. Именно игра и игровые упражнения должны стать для начинающих основными учебными средствами. На начальном этапе мальчики и девочки могут заниматься футболом в смешанных группах или по гендерной принадлежности. Связано это с тем, что 5 уровень физической подготовленности у разнополых детей одного и того же возраста одинаков. Хотя причины этого равенства различны. Генетически мальчики сильнее, но скорость возмужания у них медленнее, чем у девочек. Два этих фактора, пересекаясь один с другим, обозначают равенство двигательных возможностей девочек и мальчиков одного и того же возраста до 12–13 лет, то есть до начала пубертатного скачка.

## Характеристика вида спорта

**«Футбол».** Футбол (от англ. foot — ступня, ball — мяч) — самый популярный командный вид спорта в мире, целью в котором является забить мяч в ворота соперника большее число раз, чем это сделает команда соперника в установленное время. Мяч в ворота можно забивать ногами или любыми другими частями тела (кроме рук). Точной даты возникновения футбола неизвестно, но можно с уверенностью сказать, что история футбола насчитывает не одно столетие и затронула немало стран. Игры с мячом были популярны на всех континентах, об этом говорят повсеместные находки археологов. В Древнем Китае существовала игра, известная как «Цуцзюй», упоминания о которой были датированы вторым веком до нашей эры. По заявлению ФИФА в 2004 году именно она считается наиболее древней из предшественников современного футбола. В Японии подобная игра носила название «Кемари» (в некоторых источниках «Кенатт»). Первое упоминание о Кемари встречается в 644 году нашей эры. В Кэмари играют и в наше время в синтоистских святилищах во время фестивалей. В Австралии мячи делали из шкур крыс, мочевых пузырей крупных животных, из скрученных волос. К сожалению, правил игры не сохранилось. В Северной Америке тоже существовал предок футбола, игра называлась «pasuckuakohowog», что означает «они собрались, чтобы поиграть в мяч ногами». Обычно игры проходили на пляжах, мяч пытались забить в ворота шириной около полумили, само же поле было в два раз длиннее. Число участников игры доходило до 1000 человек. Первые правила игры в футбол

были введены 7 декабря 1863 года Футбольной ассоциацией Англии. Сегодня правила футбола устанавливает Международный совет футбольных ассоциаций (IFAB), в который входят ФИФА (4 голоса), а также представители английской, шотландской, североирландской и валлийской футбольных ассоциаций. В Российской Империи игра в футбол появилась в 1880 году. Игра была взята от английских моряков и рабочих иностранцев, которые в то время работали на заводах. Первые клубы Российской Империи зародились в Одессе, Риге, Николаеве и Санкт-Петербурге, а спустя пару лет и в Москве. В Петербурге состоялся первый футбольный матч между командами «Кружка любителей спорта» и «Василеостровского общества футболистов». Уже в начале 20 века в крупных городах Российской империи – одна за другой появляются футбольные лиги. 19 января 1912 года произошло образование первого официального футбольного органа страны «Всероссийского футбольного союза». 6 Футбол на летних Олимпийских играх, именуемый Олимпийским футбольным турниром, включался во все летние Олимпийские игры как соревновательный вид спорта для мужчин, за исключением 1896 и 1932 годов. Впервые женский футбол был включен в программу Олимпийских игр в 1996 году, которая проходила в г. Атланте (США).

## Цели и задачи программы.

**Цели:** получение детьми удовольствия от двигательной активности, физическое, нравственное и психологическое развитие обучающихся на основе их двигательной и творческой деятельности. Формирование здорового образа жизни, привлечение детей к систематическим занятиям физической культурой и спортом.

## Основные задачи программы:

*обучающие*: - предоставление знаний о развитии физической культуры, спорта и футбола в России; - предоставление знаний об истории зарождения футбола о легендарных отечественных и зарубежных футболистах, тренерах; - формирование знаний по футбольным терминам и определениям; - формирование знаний по правилам безопасного поведения во время занятий футболом; - влияние физических упражнений на организм человека; - формирование знаний о режиме дня при занятиях футболом, соблюдение личной гигиены, требований к спортивной одежде и обуви для занятий футболом.

*воспитательные:* - воспитание устойчивого интереса к систематическим занятиям футболом; - формирование желания к ведению образа жизни; - воспитание привычки к самостоятельным занятиям футболом в свободное время.

*развивающие:* - обеспечение всесторонней физической подготовки с развитием быстроты, ловкости и координации движений; - овладение основными техническими элементами в футболе; - овладение основами индивидуальной, групповой тактики игры в футбол; - освоение процесса игры в соответствии с правилами футбола; - развитие умений ориентироваться в пространстве; - укрепление здоровья средствами общей и специальной физической подготовки.

## Адресат программы.

Программа ознакомительного уровня рассчитана для всех интересующихся футболом мальчиков и девочек от 6 до 8 лет (включительно), не имеющих медицинских противопоказаний к занятиям футболом. Продолжительность обучения на ознакомительном уровне рассчитана на 1 год, минимальный возраст детей для зачисления - 6 полных лет. Группы могут быть смешанными или формируются по гендерной принадлежности обучающихся. Разница в возрасте детей в группе не должно превышать более 2 лет. Наполняемость учебных групп максимум 25, минимум 18 человек. Наполняемость групп может быть изменена на основании норм, утвержденных локальным актом образовательной организации, количество обучающихся не может быть меньше 12 и не более 25 человек.

**Формы и режим реализации программы**.

Форма организации занятий – очная, групповая. Форма проведения занятия (вид): учебно-тренировочные занятия, комплексные занятия, интегрированные занятия, открытые занятия, соревновательные.

Формы организации деятельности обучающихся на занятии: фронтальная, в парах, групповая, малогрупповая, индивидуальная. Основными формами обучения являются: групповые и индивидуальные занятия, также могут быть учебные занятия; работа по индивидуальным планам; участие в физкультурно-массовых мероприятиях; восстановительные мероприятия; тестирование и контроль, промежуточная и итоговая аттестация. Образовательная организация вправе осуществлять реализацию дополнительной общеразвивающей программы или её частей с применением электронного обучения, дистанционных образовательных технологий, организуя учебные занятия в виде онлайн-курсов, обеспечивающих для обучающихся независимо от их места нахождения и организации, в которой они осваивают программу, достижение и оценку результатов обучения путем организации образовательной деятельности в электронной информационно-образовательной среде, к которой предоставляется открытый доступ через информационно телекоммуникационную сеть "Интернет", предусмотренные Федеральным законом от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании» в Российской Федерации и руководствуясь приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 23 августа 2017 г. № 816 «Об утверждении порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ».

Учебный процесс проводится в соответствии с расписанием, где указывается еженедельный график проведения занятий по группам, утвержденный приказом директора образовательной организации на учебный год, согласованный педагогическим советом в целях установления наиболее благоприятного режима учебного процесса и отдыха обучающихся.

Срок обучения по программе во 2 классе-1 час в неделю- 34 учебных часа; в 3 классе -1 час в неделю 34 учебных часа.

## ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ НА УРОВНЕ НАЧАЛЬНОГО ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

### ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Личностные результаты освоения программы на уровне начального общего образования достигаются в единстве учебной и воспитательной деятельности в соответствии с традиционными российскими социокультурными и духовно-нравственными ценностями, принятыми в обществе правилами и нормами поведения и способствуют процессам самопознания, самовоспитания и саморазвития, формирования внутренней позиции личности.

В результате изучения физической культуры на уровне начального общего образования у обучающегося будут сформированы следующие личностные результаты:

становление ценностного отношения к истории и развитию физической культуры народов России, осознание ее связи с трудовой деятельностью и укреплением здоровья человека; формирование нравственно-этических норм поведения и правил межличностного общения во время подвижных игр и спортивных соревнований, выполнения совместных учебных заданий; проявление уважительного отношения к соперникам во время соревновательной деятельности, стремление оказывать первую помощь при травмах и ушибах; уважительное отношение к содержанию национальных подвижных игр,

этнокультурным формам и видам соревновательной деятельности; стремление к формированию культуры здоровья, соблюдению правил

здорового образа жизни; проявление интереса к исследованию индивидуальных особенностей физического развития и физической подготовленности, влияния занятий физической культурой и спортом на их показатели.

### МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

В результате изучения физической культуры на уровне начального общего образования у обучающегося будут сформированы познавательные универсальные учебные действия, коммуникативные универсальные учебные действия, регулятивные универсальные учебные действия, совместная деятельность.

### 2 КЛАСС

По окончании 2 класса у обучающегося будут сформированы следующие универсальные учебные действия:

**Познавательные универсальные учебные действия**

**Базовые логические и исследовательские действия:** характеризовать понятие «физические качества», называть физические

качества и определять их отличительные признаки; понимать связь между закаливающими процедурами и укреплением

здоровья;

выявлять отличительные признаки упражнений на развитие разных

физических качеств, приводить примеры и демонстрировать их выполнение; обобщать знания, полученные в практической деятельности, составлять индивидуальные комплексы упражнений физкультминуток и утренней зарядки, упражнений на профилактику нарушения осанки; вести наблюдения за изменениями показателей физического развития и физических качеств, проводить процедуры их измерения.

**Коммуникативные универсальные учебные действия Общение:**

объяснять назначение упражнений утренней зарядки, приводить соответствующие примеры ее положительного влияния на организм обучающихся (в пределах изученного); исполнять роль капитана и судьи в подвижных играх, аргументированно высказывать суждения о своих действиях и принятых решениях; выполнять небольшие сообщения по истории возникновения подвижных игр и спортивных соревнований, планированию режима дня, способам измерения показателей физического развития и физической подготовленности.

**Регулятивные универсальные учебные действия Самоорганизация и самоконтроль:**

соблюдать правила поведения на уроках физической культуры с учетом их учебного содержания, находить в них различия (легкоатлетические, гимнастические и игровые уроки, занятия лыжной и плавательной подготовкой); выполнять учебные задания по освоению новых физических упражнений и развитию физических качеств в соответствии с указаниями и замечаниями учителя; взаимодействовать со сверстниками в процессе выполнения учебных заданий, соблюдать культуру общения и уважительного обращения к другим обучающимся; контролировать соответствие двигательных действий правилам подвижных игр, проявлять эмоциональную сдержанность при возникновении ошибок.

**3 КЛАСС**

По окончании 3 класса у обучающегося будут сформированы следующие универсальные учебные действия:

**Познавательные универсальные учебные действия**

**Базовые логические и исследовательские действия:**

понимать историческую связь развития физических упражнений с трудовыми действиями, приводить примеры упражнений древних людей в современных спортивных соревнованиях; объяснять понятие «дозировка нагрузки», правильно применять способы ее регулирования на занятиях физической культурой; понимать влияние дыхательной и зрительной гимнастики на предупреждение развития утомления при выполнении физических и умственных нагрузок; обобщать знания, полученные в практической деятельности, выполнять правила поведения на уроках физической культуры, проводить закаливающие процедуры, занятия по предупреждению нарушения осанки; вести наблюдения за динамикой показателей физического

развития и физических качеств в течение учебного года, определять их приросты по учебным четвертям (триместрам).

**Коммуникативные универсальные учебные действия Общение:**

организовывать совместные подвижные игры, принимать в них активное участие с соблюдением правил и норм этического поведения; правильно использовать строевые команды, названия упражнений и способов деятельности во время совместного выполнения учебных заданий; активно участвовать в обсуждении учебных заданий, анализе выполнения физических упражнений и технических действий из осваиваемых видов спорта; выполнять небольшие сообщения по результатам выполнения учебных заданий, организации и проведения самостоятельных занятий физической культурой.

**Регулятивные универсальные учебные действия Самоорганизация и самоконтроль:**

контролировать выполнение физических упражнений, корректировать их на основе сравнения с заданными образцами; взаимодействовать со сверстниками в процессе учебной и игровой деятельности, контролировать соответствие выполнения игровых действий правилам подвижных игр; оценивать сложность возникающих игровых задач, предлагать их совместное коллективное решение.

## I. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ ФУТБОЛ

### 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 $90^0$, $180^0$, $360^0$.

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 частьюподъема, 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.

# Тематическое планирование 2 класс

| Вид подготовки, название раздела программы, тема | Всего часов | Количество часов первого года обучения | | Форма аттестации (контроля) по разделам, темам |
|---|---|---|---|---|
| | | теория | практика | |
| **Теоретическая подготовка** | **3** | **3** | | **беседа** |
| **Введение.** Техника безопасности. Физическая культура, спорт, футбол в России | 1 | 1 | | |
| Влияние физических упражнений на организм человека Гигиена, врачебный контроль и самоконтроль | 1 | 1 | | |
| Правила игры, организация соревнований. Основы техники и тактики игры футбол | 1 | 1 | | |
| **Общая физическая подготовка** | **4** | | **4** | **диагностика** |
| Комплексы общеразвивающих упражнений с мячом | 2 | | 2 | |
| Подвижные игры и эстафеты без мяча | 2 | | 2 | |
| **Специальная физическая подготовка** | **5** | | **5** | **диагностика** |
| Техника передвижения. Комплексы упражнений на координацию и частоту/быстроту беговых движений ногами | 2 | | 2 | |
| Подвижные игры и эстафеты с элементами футбола (с мячом и без мяча) | 3 | | 3 | |
| **Техническая подготовка** | **12** | | **12** | **диагностика** |
| Элементы владения футбольным мячом | | | | |
| Ведение мяча (по прямой, с изменением направления движения), развороты: | 8 | | 8 | |
| *- внешней частью подъема стопы* | *1* | | *1* | |
| *- средней частью подъема стопы* | *1* | | *1* | |
| *- внутренней частью подъема стопы* | *1* | | *1* | |
| *- внутренней стороной стопы* | *1* | | *1* | |
| Удары и передачи по мячу: | 1 | | 1 | |
| *- внутренней стороной стопы (по неподвижному мячу и катящемуся)* | *1* | | *1* | |
| *- внутренней частью подъема стопы (по неподвижному мячу)* | *1* | | *1* | |
| Остановка мяча: | 4 | | 4 | |
| *- внутренней стороной стопы* | *2* | | *2* | |
| *- подошвой* | *2* | | *2* | |
| **Тактическая подготовка** | **5** | | **5** | **диагностика** |
| Нападение и защита в игровых заданиях 1х1, 2х1,2х2, 3х3 | 5 | | 5 | |
| **Учебные игры и соревнования** | **4** | | **4** | **соревнования** |

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| **Контрольные и итоговое занятия** | **1** | | **1** | **аттестация** |
| **ИТОГО** | **34** | **3** | **31** | |

## Тематическое планирование 3 класс

| **Вид подготовки, название раздела программы, тема** | **Всего часов** | **Количество часов первого года обучения** | | **Форма аттестации (контроля) по разделам, темам** |
|---|---|---|---|---|
| | | **теория** | **практика** | |
| **Теоретическая подготовка** | **3** | **3** | | **беседа** |
| **Введение.** Техника безопасности. Физическая культура, спорт, футбол в России | 1 | 1 | | |
| Влияние физических упражнений на организм человека Гигиена, врачебный контроль и самоконтроль | 1 | 1 | | |
| Правила игры, организация соревнований. Основы техники и тактики игры футбол | 1 | 1 | | |
| **Общая физическая подготовка** | **4** | | **4** | **диагностика** |
| Комплексы общеразвивающих упражнений с мячом | 2 | | 2 | |
| Подвижные игры и эстафеты без мяча | 2 | | 2 | |
| **Специальная физическая подготовка** | **5** | | **5** | **диагностика** |
| Техника передвижения. Комплексы упражнений на координацию и частоту/быстроту беговых движений ногами | 2 | | 2 | |
| Подвижные игры и эстафеты с элементами футбола (с мячом и без мяча) | 3 | | 3 | |
| **Техническая подготовка** | **12** | | **12** | **диагностика** |
| Элементы владения футбольным мячом | | | | |
| Ведение мяча (по прямой, с изменением направления движения), развороты: | 8 | | 8 | |
| *- внешней частью подъема стопы* | *1* | | *1* | |
| *- средней частью подъема стопы* | *1* | | *1* | |
| *- внутренней частью подъема стопы* | *1* | | *1* | |
| *- внутренней стороной стопы* | *1* | | *1* | |
| Удары и передачи по мячу: | 1 | | 1 | |
| *- внутренней стороной стопы (по неподвижному мячу и катящемуся)* | *1* | | *1* | |
| *- внутренней частью подъема стопы (по неподвижному мячу)* | *1* | | *1* | |
| Остановка мяча: | 4 | | 4 | |
| *- внутренней стороной стопы* | *2* | | *2* | |
| *- подошвой* | *2* | | *2* | |
| **Тактическая подготовка** | **5** | | **5** | **диагностика** |

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| Нападение и защита в игровых заданиях 1х1, 2х1,2х2, 3х3 | 5 | | 5 | |
| **Учебные игры и соревнования** | **4** | | **4** | **соревнования** |
| **Контрольные и итоговое занятия** | **1** | | **1** | **аттестация** |
| **ИТОГО** | **34** | **3** | **31** | |

**ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 2 КЛАСС**

| № п/п | Тема урока | Количество часов | | | Дата изучения | Электронные цифровые образовательные ресурсы |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Всего | Контрольные работы | Практические работы | | |
| 1 | Техника передвижения (бег лицом и спиной вперёд с изменением направления и скорости) | 1 | | | | |
| 2 | Техника передвижения (бег лицом вперёд, приставными и скрестными шагами с изменением направления и скорости) | 1 | | | | |
| 3 | Техника передвижения (прыжки толчком одной и двумя ногами). | 1 | | | | |
| 4 | Техника передвижения (остановки выпадом, повороты переступанием, прыжком) | 1 | | | | |
| 5 | Техника ведения мяча внутренней и внешней стороной стопы (обучение). | 1 | | | | |
| 6 | Техника передвижения (разными способами). Техника ведения мяча | 1 | | | | |

| | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | внутренней и внешней стороной стопы. | | | | | |
| 7 | Техника передвижения (разными способами). Техника ведения мяча серединой и внешней частью подъема (обучение). | 1 | | | | |
| 8 | Техника ведения мяча (внутренней и внешней стороной стопы). | 1 | | | | |
| 9 | Техника ведения мяча (средней и внешней частью подъема). | 1 | | | | |
| 10 | Техника передвижения. Техника ведения мяча (средней и внешней частью подъема). | 1 | | | | |
| 11 | Техника ведения мяча (разными способами) | 1 | | | | |
| 12 | Техника передвижения. Техника разворотов внешней и внутренней стороной стопы (обучение). | 1 | | | | |

| | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 13 | Техника ведения мяча. Техника разворотов подошвой (обучение | 1 | | | | |
| 14 | Техника ведения мяча развороты разными способами. | 1 | | | | |
| 15 | Техника разворота с мячом разными способами. | 1 | | | | |
| 16 | Техника передачи мяча внутренней стороной стопы (обучение). | 1 | | | | |
| 17 | Техника остановка мяча подошвой (обучение). | 1 | | | | |
| 18 | Техника передачи мяча внутренней стороной стопы и техника остановка мяча подошвой. | 1 | | | | |
| 19 | Техника передачи мяча внутренней стороной стопы и техника остановка мяча подошвой. | 1 | | | | |
| 20 | Техника передачи мяча внутренней стороной стопы и техника остановка мяча подошвой. | 1 | | | | |

| | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 21 | Техника передачи мяча внутренней стороной стопы и техника остановка мяча подошвой. | 1 | | | | |
| 22 | Техника передачи мяча внутренней стороной стопы и техника остановка мяча подошвой | 1 | | | | |
| 23 | Техника передачи мяча внутренней стороной стопы и техника остановка мяча подошвой. | 1 | | | | |
| 24 | Техника передачи мяча внутренней стороной стопы и техника остановка мяча подошвой. | 1 | | | | |
| 25 | Техника передачи мяча внутренней стороной стопы и техника остановка мяча подошвой. | 1 | | | | |
| 26 | Техника ведения мяча разными способами. | 1 | | | | |
| 27 | Техника удара по мячу средней частью подъема (обучение) | 1 | | | | |

| | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 28 | Техника удара по мячу средней частью подъема | 1 | | | | |
| 29 | Техника удара по мячу средней частью подъема | 1 | | | | |

| | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 30 | Техника удара по мячу средней частью подъема | 1 | | | | |
| 31 | Техника удара по мячу средней частью подъема | | | | | |
| 32 | Техника удара по мячу средней частью подъема | | | | | |
| 33 | Техника удара по мячу средней частью подъема | | | | | |
| 34 | Техника удара по мячу средней частью подъема | | | | | |

## 3 КЛАСС

| № п/п | Тема урока | Количество часов | | | Дата изучения | Электронные цифровые образовательные ресурсы |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Всего | Контрольные работы | Практические работы | | |
| 1 | Техника ведения мяча (средней и внешней частью подъема) | 1 | | | | |
| 2 | Техника ведения мяча (с изменением направления движения) | 1 | | | | |
| 3 | Техника ведения мяча (с изменением направления движения) | 1 | | | | |
| 4 | Техника ведения мяча (с изменением направления и скорости движения) | 1 | | | | |
| 5 | Техника ведения мяча (с изменением направления и скорости движения) | 1 | | | | |

| | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 6 | Техника ведения мяча (с изменением направления и скорости движения) | 1 | | | | |
| 7 | Техника финт «Ложная остановка» (обучение) | 1 | | | | |
| 8 | Техника финты «Ложная остановка» и «Уход с мячом в сторону» (обучение) | 1 | | | | |
| 9 | Техника финты «Ложная остановка» и «Уход с мячом в сторону» | 1 | | | | |
| 10 | Техника финты «Ложная остановка» и «Уход с мячом в сторону» | 1 | | | | |
| 11 | Техника финты «Ложная остановка» и «Уход с мячом в сторону» | 1 | | | | |
| 12 | Техника финты «Ложная остановка» и «Уход с мячом в сторону» | 1 | | | | |

| | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 13 | Техника остановка мяча внутренней стороной стопы (обучение) | 1 | | | | |
| 14 | Техника остановка мяча внутренней стороной стопы | 1 | | | | |
| 15 | Техника остановка мяча внутренней стороной стопы | 1 | | | | |

| | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 16 | Техника остановка мяча внутренней стороной стопы | 1 | | | | |
| 17 | Техника передача и остановка мяча внутренней стороной стопы | 1 | | | | |
| 18 | Техника отбора мяча накладыванием стопы (обучение) | 1 | | | | |

| | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 19 | Техника отбора мяча накладыванием стопы | 1 | | | | |
| 20 | Техника остановка мяча внутренней стороной стопы | 1 | | | | |
| 21 | Техника отбора мяча выбиванием ногой (обучение) | 1 | | | | |
| 22 | Техника отбора мяча выбиванием ногой | 1 | | | | |
| 23 | Техника отбора мяча накладыванием стопы и выбиванием ногой | 1 | | | | |

| | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 24 | Техника отбора мяча накладыванием стопы и выбиванием ногой | 1 | | | | |
| 25 | Техника отбора мяча накладыванием стопы и выбиванием ногой | 1 | | | | |

| | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 26 | Техника отбора мяча накладыванием стопы и выбиванием ногой | 1 | | | | |
| 27 | Техника удара по мячу внутренней частью подъема | 1 | | | | |
| 28 | Техника удара по мячу внутренней частью подъема | 1 | | | | |
| 29 | Техника удара по мячу внутренней частью подъема | 1 | | | | |
| 30 | Техника удара по мячу внутренней частью подъема | 1 | | | | |
| 31 | Техника удара по мячу внутренней частью подъема | 1 | | | | |
| 32 | Техника удара по мячу внутренней частью подъема | 1 | | | | |

| | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 33 | Техника удара по мячу внутренней частью подъема | 1 | | | | |
| 34 | Техника удара по мячу внутренней частью подъема | 1 | | | | |

## Учебно-методическое обеспечение программы

Нормативно-правовые акты:

1. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
2. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным программам».
3. Приказ Министерства спорта Российской Федерации и Министерства просвещения Российской Федерации от 17.02.2021 г. № 86/59 «Об утверждении Межотраслевой программы развития школьного спорта до 2024 года».
4. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 29 декабря 2010 г. № 189 «Об утверждении СанПиН 2.4.2.2821- 10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в образовательных учреждениях».
5. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 04.07.2014 г. № 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.2.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей».
6. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ нового поколения (включая разноуровневые программы) в области физической культуры и спорта. ФГБУ ФЦОМОФВ, Москва 2021 г.

Используемая литература:

1. Годик М.А., Мосягин С. М., Швыков И.А., Котенко Н. В., Поурочная программа подготовки юных футболистов 6–9 лет, РА «Квартал», Нижний Новгород, 2012 г.

2. Грибачева М. А., Круглыхин В.А. Программа интегративного курса физического воспитания, Москва, 2011 г.

3. Грибачева М. А., Анисимова М. В., Примерная рабочая программа учебного предмета «Физическая культура» (Модуль «Футбол») для образовательных организаций, реализующих образовательные программы начального общего, основного общего и среднего общего образования, Москва, 2020 г.

4. Иванов О.Н., Типовая программа спортивной подготовки для групп спортивнооздоровительного этапа и этапа начальной подготовки

(мальчики и девочки 5- 6, 7-9 лет) по виду спорта «Футбол» - Москва: ФиС, 2020 г.

5. Колодницкий Г.А. Внеурочная деятельность учащихся. Москва «Просвещение» 2011 г.

6. Кузнецов А. Футбол. Настольная книга детского тренера I этап (8–10 лет). Москва «Олимпия, Человек» 2007 г.

7. Лапшин О. Б. Теория и методика подготовки юных футболистов. Москва 2010 г. 29

8. Полишкис М.С., Выжгин В.А. «Футбол». Учебник для институтов физической культуры. Физкультура, образование и наука, Москва, 1999 г.

9. Сотников А. Я., Каширина Л. А. Учебно-тренировочная программа по футболу для детей 6–7 лет с методическими рекомендациями, Красноярск, 2012 г.

Рекомендуемая литература:

1. Варюшин В. В., Лопачев Р.Ю. Первые шаги в футболе. Методическое пособие. Искусство наука и спорт, 2010 г.

2. Лексаков А.В., Полишкис М.М., Российский С.А., Соколов А. И. Комплекс упражнений для тренировки юных футболистов. Учебно-методическое пособие. РФС. Москва. 2015 г.

3. Методические рекомендации по проведению уроков физической культуры в образовательных школах на основе футбола в режиме продлённого дня 1–4 класс. РФС. Москва. 2021 г.

4. Методические рекомендации по реализации модуля «Футбол» учебного предмета «Физическая культура» в общеобразовательных организациях. Раздел «Знания о футболе» 1–4 класс. РФС. Москва 2021 г.

5. Шагин Н. И. Специальные подвижные игры в многолетней подготовке юных футболистов. Учебно-методическое пособие. РФС. Москва. 2020 г.

**Перечень интернет-ресурсов**

1.https://www.minsport.gov.ru/sport/podgotovka/82/5502/ - Федеральные стандарты

2. http://ducperevoz.ucoz.ru/programm/programma_futbol_bezhaev.pdf - Модуль «Футбол»

3. http://www.fizkulturavshkole.ru/ - Физкультура в школе

4. https://www.rfs.ru/projects/russian-football/nasha-smena# - Методика РФС

5. https://fc-zenit.ru/video/academy-lessons/ - Академия «Зенит»
6.https://www.youtube.com/playlist?list=PLEM5PAFWBmabCIzVEH1hSTPLWm2ZyoIT – Академия «Краснодар»