**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**М****инистерство образования и науки Хабаровского края**

**Управление образования, молодежной политики и спорта Амурского муниципального района Хабаровского края**

**МБОУ СОШ п.Тейсин**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| РАССМОТРЕНО  Педсовет №1  Гавриленко О.В.  Приказ №50-Д  от «26» 05 2025 г. | СОГЛАСОВАНО  Зам. директора по УР  Гавриленко О.В.  Приказ №50-Д  от «26» 05 2025 г. | УТВЕРЖДЕНО  И.о. директора школы  Муратова Т.В.  Приказ №50-Д  от «26» 05 2025 г. |

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

(ID 6679332)

**ВНЕУРОЧНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ**

**«ФУТБОЛ»**

для обучающихся 1-4 классов

**пос.Тейсин2025г.**

**ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ Футбол

Данная программа позволяет решать задачи физического воспитания обучающихся, формируя целостное представление о физической культуре, ее возможностях в повышении работоспособности и улучшении состояния здоровья, а главное — воспитывая личность, способную к самостоятельной, творческой деятельности.

Содержание курса «Футбол» направлено на воспитание высоконравственны, творческих, компетентных и успешных граждан России, способных к активной самореализации в общественной и профессиональной деятельности, умело использующих ценности физической культуры и спорта для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации учебной деятельности и организации здорового образа жизни.

ЦЕЛИ ИЗУЧЕНИЯ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ Футбол

**Цель программы**:

Решение оздоровительных, образовательных и развивающих задач физического воспитания при освоении учащимися игры в футбол.

Достижение цели возможно через решение следующих **задач**:

* Обучать двигательным действиям, нацеленным на развитие основных физических качеств и повышение функциональных возможностей организма.
* Развивать основные физические качества: быстроту, ловкость, гибкость, выносливость, силу.
* Совершенствование жизненно-важных навыков и умений в беге, прыжках, метании и плавании;
* Привитие интереса к занятиям по футболу;
* Воспитание спортивного трудолюбия и волевых качеств;
* Изучение основных приемов техники игры и простейших тактических действий в нападении и защите;
* Приобретение начального опыта участия в соревнованиях;
* Воспитывать личность обучающегося с установкой на здоровый образ жизни, способной к сотрудничеству в физкультурно-оздоровительной деятельности.

МЕСТО КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ Футбол В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЕ

Занятия по программе «Футбол» включают в себя теоретическую и практическую часть.

Теоретическая часть занятий включает в себя информацию о технике безопасности во время занятий и тактическую подготовку.

Практическая часть включает в себя общую физическую подготовку, специальную физическую подготовку и участия в соревнованиях.

Содержание программы включает в себя четыре раздела:

1. Общая физическая подготовка
2. Специальная подготовка.
3. Основы знаний.
4. Соревнования

Программа «Футбол» для младших школьников рассчитана на 4 года обучения (135часа). Программа предполагает проведение занятий со школьниками 1 час в неделю. Продолжительность занятий 40 минут.

**СОДЕРЖАНИЕ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ Футбол**

Содержание программы (первый год обучения)

***Тема 1. Вводное занятие(1ч)***

Общие правила техники безопасности на занятиях. Возникновение игры «футбол»

**Тема 2.Общая физическая подготовка.(15ч)**

Двигательные качества футболиста: быстрота, ловкость

*Практические занятия:*

Беговые упражнения: бег с высоким подниманием бедра, прыжками и ускорением, с изменяющимся направлением движения (змейкой, по кругу, спиной вперед), из разных исходных положений и с разным положением рук. Бег на дистанцию 20 м, бег на дистанцию 1 км, челночный бег 3х10.

Прыжковые упражнения: прыжки на месте, с продвижением вперед и назад, левым и правым боком, в длину и высоту с места;

Силовая подготовка: отжимания, поднимание туловища из положения лёжа, подтягивания. упоры

***Тема 3. Специальная подготовка(13ч)***

Расположение игроков на поле.

*Практические занятия:*

Передача, приём, остановка, ведение мяча.

***Тема 4. Основы знаний(1ч)***

Основные правила игры в футбол: игра рукой, удар по ногам, разметка площадки, гол, ворота.

***Тема 5. Соревнования(3ч)***

Продолжительность игры.

*Практические занятия.*

Игра по упрощенным правилам.

**Содержание программы (второй год обучения)**

***Тема 1. Вводное занятие (1ч)***

Общие правила техники безопасности на занятиях. Особенности формы футболиста.

**Тема 2.Общая физическая подготовка.(13ч)**

Развитие двигательных действий: бег, остановка.

*Практические занятия:*

Комплексы общеразвивающих упражнений без мяча и с мячом.

Беговые упражнения: бег с высоким подниманием бедра, ускорение, скоростные рывки с изменением направления движения. Бег на дистанцию 30 м, бег на дистанцию 1 км, челночный бег 5х10.

Прыжковые упражнения: прыжки с продвижением вперед и назад, левым и правым боком;

Силовая подготовка: отжимания, поднимание туловища из положения лёжа, подтягивания. упоры

***Тема 3. Специальная подготовка(16ч)***

Действие игроков на поле.

*Практические занятия:*

Остановка катящегося мяча правой и левой ногой. Ведение мяча. Удары по неподвижному мячу серединой подъема. Техника игры вратаря: ловля и отбивание мяча.

***Тема 4. Основы знаний(1ч)***

Основные правила игры в футбол: нарушение правил и наказание.

***Тема 5. Соревнования(3ч)***

Жесты судьи.

*Практические занятия.*

Игра по упрощенным правилам.

**Содержание программы (третий год обучения)**

***Тема 1. Вводное занятие (1ч)***

Общие правила техники безопасности на занятиях. Критерии выбора позиции игрока.

**Тема 2.Общая физическая подготовка.(13ч)**

Координационные способности.

*Практические занятия:*

Комплексы упражнений без мяча и с мячом, направленные на развитие: координационных способностей.

Беговые упражнения: ускорение, бег с изменением направления движения. Бег на дистанцию 30 м, бег на дистанцию 1 км, челночный бег 5х10.

Прыжки через скамейку, правым, левым боком.

Силовая подготовка: отжимания, поднимание туловища из положения лёжа.

***Тема 3. Специальная подготовка(16ч)***

Скоростно-силовые способности.

*Практические занятия:*

Игра вратаря. Удары по катящемуся мячу. Ведение мяча одной ногой по прямой, змейкой, восьмеркой, челноком. Ведение мяча попеременно правой и левой ногой по прямой, змейкой, восьмеркой, челноком.

***Тема 4. Основы знаний(1ч)***

Предупреждение травматизма.

***Тема 5. Соревнования(3ч)***

Таблица соревнований.

*Практические занятия.*

Игра футбол.

**Содержание программы (четвёртый год обучения)**

***Тема 1. Вводное занятие (1ч)***

Общие правила техники безопасности на занятиях. Особенности позиции (амплуа).

**Тема 2.Общая физическая подготовка.(13ч)**

Развитие скоростных способностей.

*Практические занятия:*

Бег: обычный, с изменением скорости(ускорение, рывки), с изменением направления (с поворотом, зигзагообразно).

Прыжки через скамейку, правым, левым боком.

Силовая подготовка: отжимания, поднимание туловища из положения лёжа, подтягивание

***Тема 3. Специальная подготовка(16ч)***

Выполнение технических приемов с мячом.

*Практические занятия:*

Введение мяча в игру броском двумя руками из-за боковой линии. Ведение одновременно двух мячей. Передачи мяча правой и левой ногой, обводка. Комбинации из освоенных элементов. Жонглирование мячом одной ногой, попеременно правой и левой ногами.

***Тема 4. Основы знаний(1ч)***

Оказание первой помощи.

***Тема 5. Соревнования(3ч)***

Судейство по футболу.

*Практические занятия.*

Игра футбол.

**ПЛАНИРУЕМЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

Программа по внеурочной деятельности «Футбол» способствует формированию личностных, регулятивных, познавательных и коммуникативных учебных действий.

**В сфере познавательных универсальных учебных действий будут являться умения:**

* ориентироваться в понятиях «здоровый образ жизни», «физкультурно-оздоровительная деятельность», «спортивно-оздоровительная деятельность», характеризовать значение соревнований по футболу;
* раскрывать понятия: физическое качество (сила, быстрота, гибкость, выносливость, ловкость), техника выполнения упражнения, действий;
* ориентироваться в тактических действиях в футболе;
* выявлять связь занятий футболом с досуговой и урочной деятельностью;
* характеризовать роль и значение занятий футболом в режиме труда и отдыха; планировать и корректировать физическую нагрузку в зависимости от индивидуальных особенностей, состояния здоровья, физического развития, физической подготовленности;
* осуществлять поиск информации о соревнованиях по футболу,

**В сфере личностных универсальных учебных действий будет формироваться:**

* установка на здоровый образ жизни;
* основы своей этнической принадлежности в форме осознания «Я» как представителя народа в процессе знакомства с историей физической культуры РФ;
* ориентация в нравственном содержании и смысле как собственных поступков, так и поступков окружающих людей в игровой и соревновательной деятельности;
* знание основных моральных норм во время проведения тренировочных занятий , соревнований и ориентации на их выполнение;

**В сфере регулятивных универсальных учебных действий будут являться умения:**

* организовывать места занятий физическими упражнениями в сотрудничестве с учителем;
* соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий;
* адекватно воспринимать предложения и оценку учителя, товарищей, родителей и других людей во время соревнований, индивидуальных и групповых заданий;
* оценивать правильность выполнения действия;
* адекватно воспринимать предложения и оценку учителя, товарищей, родителей и других людей;
* самостоятельно адекватно оценивать правильность выполнения упражнений, заданий учителя и вносить коррективы в исполнение по ходу реализации и после.

**Коммуникативные универсальные учебные действия:**

Обучающийся научится:

* учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве ;
* договариваться и приходить к общему решению в работе по группам, микрогруппам, парам, командной деятельности;
* контролировать действия партнёра в парных упражнениях;
* осуществлять взаимный контроль и оказывать помощь при сдаче нормативов;
* задавать вопросы, необходимые для выполнения технико- тактических действий в тренировочной, игровой и соревновательной деятельности

**Осуществление контроля за реализацией программы включает в себя**:

* соревнования по футболу;
* отчёт о проведении соревнований, составление протоколов;
* участие в соревнованиях муниципального уровня и др.;

Результатом освоения программы «Футбол» будет являться формирование таких качеств личности как организованность, толерантность, целеустремлённость, любознательность, коммуникабельность дружелюбие, организаторские способности, потребность в здоровом образе жизни, стремление к победе.

Данная программа может быть использована учителями физической культуры, педагогами дополнительного образования.

**Обучающиеся получат знания:**

1) об особенностях правил футбола;

2) о физических качествах и правилах их тестирования;

3) основы личной гигиены, причины травматизма при занятиях футболом и правила его предупреждения;

4) основы судейства игры футбол.

**Обучающиеся научатся**:

1) выполнять по физической подготовке в соответствии с возрастом;

2) владеть тактико-техническими приемами футбола;

3) уметь организовать самостоятельные занятия футболом, а также, с группой товарищей;

4) организовывать и проводить соревнования по футболу в классе, во дворе, в оздоровительном лагере и другое.

**Обучающиеся получат возможность научиться:**

- контролировать и регулировать функциональное состояние организма при выполнении

физических упражнений, добиваться оздоровительного эффекта и совершенствования

физических кондиций;

- управлять своими эмоциями;

- владеть игровыми ситуациями на поле;

- уметь владеть техникой передвижений, остановок, поворотов, а также техникой ударов по

воротам.

- значение правильного режима дня юного спортсмена;

- разбор и изучение правил игры в футбол;

- роль капитана, вратаря команды, их права и обязанности;

- правила использования спортивного инвентаря.

**ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ**

**1-4 КЛАСС**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№**  **п/п** | **Раздел** | **1 год** | | **2 год** | | **3 год** | | **4 год** | |
| теория | практ | теория | практ | теория | практ | теория | практ |
| **1.** | **Вводное занятие** | 1 |  | 1 |  | 1 |  | 1 |  |
| **2.** | **Общая физическая подготовка** |  | 15 |  | 13 |  | 13 |  | 13 |
| **3.** | **Специальная подготовка** |  | 13 |  | 16 |  | 16 |  | 16 |
| **4.** | **Основы знаний** | 1 |  | 1 |  | 1 |  | 1 |  |
| **5.** | **Соревнования** |  | 2 |  | 3 |  | 3 |  | 3 |
| **Всего** | | 2 | 31 | 2 | 32 | 2 | 32 | 2 | 32 |
| **Итого** | | 33 | | 34 | | 34 | | 34 | |

**I год обучения**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№**  **п/п** | **Разделы, темы** | **Всего часов** | **Количество часов по программе** | |
| **Теория** | **Практика** |
| 1. **Вводное занятие** | | | | |
| **1.1** | Возникновение игры «футбол» | 1 | 1 |  |
|  | **II. Общая физическая подготовка (15ч)** | | | |
| **2.1** | Беговые упражнения | 5 |  | 5 |
| **2.2** | Прыжковые упражнения | 5 |  | 5 |
| **2.3** | Силовая подготовка | 5 |  | 5 |
| **III.Специальная подготовка(13ч)** | | | | |
| **3.1** | Передача мяча, приём мяча | 6 |  | 6 |
| **3.2** | Остановка, ведение мяча | 7 |  | 7 |
| **IV. Основы знаний (1ч)** | | | | |
| **4.1** | Основные правила игры | 1 | 1 |  |
| **V. Соревнования (3ч)** | | | | |
| **5.1** | Игра по упрощённым правилам | 3 |  | 3 |

**Учебно-тематический план**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| №  **п/п** | **Дата** | **Наименование раздела, темы** | **Количество часов** | | |
| **всего** | **теория** | **Практика** |
| 1 |  | Правила техники безопасности. Учебная игра. | 1 | 0,5 | 0,5 |
| 2 |  | Стойка игрока. Учебная игра | 1 | - | 1 | |
| 3 |  | Перемещение в стойке боком, лицом. Учебная игра. | 1 | - | 1 | |
| 4 |  | Остановка и передача мяча на месте. Учебная игра | 1 | - | 1 | |
| 5 |  | Остановка и передача мяча в движении. Учебная игра | 1 | - | 1 | |
| 6 |  | Ведение мяча. Учебная игра. | 1 | - | 1 | |
| 7 |  | Учебная игра. | 1 | - | 1 | |
| 8 |  | Развитие двигательных качеств. Учебная игра. | 1 | - | 1 | |
| 9 |  | Игра «Квадрат». Учебная игра. | 1 | - | 1 | |
| 10 |  | Остановка мяча внутренней поверхностью стопы. Учебная игра. | 1 | - | 1 | |
| 11 |  | Остановка мяча внешней поверхностью стопы. Учебная игра. | 1 | - | 1 | |
| 12 |  | Остановка мяча грудью. Учебная игра. | 1 | - | 1 | |
| 13 |  | Остановка мяча лбом. Учебная игра. | 1 | - | 1 | |
| 14 |  | Учебная игра. | 1 | - | 1 | |
| 15 |  | Игра «Квадрат». | 1 | - | 1 | |
| 16 |  | Техника игры вратаря. Учебная игра. | 1 | - | 1 | |
| 17 |  | Удары по мячу носком, пяткой. Учебная игра. | 1 | - | 1 | |
| 18 |  | Удары по катящемуся мячу. Учебная игра. | 1 | - | 1 | |
| 19 |  | Учебная игра. | 1 | - | 1 | |
| 20 |  | Совершенствование навыков остановки мяча. Учебная игра. | 1 | - | 1 | |
| 21 |  | Совершенствование навыков передачи мяча. Учебная игра. | 1 | - | 1 | |
| 22 |  | Эстафеты с ведением мяча. Учебная игра. | 1 | - | 1 | |
| 23 |  | Обучение ударам по мячу. Учебная игра. | 1 | - | 1 | |
| 24 |  | Развитие двигательных качеств. Учебная игра. | 1 | - | 1 | |
| 25 |  | Ведение мяча с изменением направления.  Учебная игра. | 1 | - | 1 | |
| 26 |  | Отбор мяча. Учебная игра. | 1 | - | 1 | |
| 27 |  | Учебная игра. | 1 | - | 1 | |
| 28 |  | Эстафеты с ведением и передачей мяча. Учебная игра. | 1 | - | 1 | |
| 29 |  | Удары мяча по воротам. Учебная игра | 1 | - | 1 | |
| 30 |  | Игра «совершенствование навыков передачи мяча». Учебная игра | 1 | - | 1 | |
| 31 |  | Игра «пятнажки». Учебная игра | 1 | - | 1 | |
| 32 |  | Игра «Квадрат». Учебная игра | 1 | - | 1 | |
| 33 |  | Совершенствование полученных навыков. Учебная игра. | 1 | - | 1 | |
|  |  | Всего | 33 | 0,5 | 32,5 | |

**II год обучения**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№**  **п/п** | **Разделы, темы** | **Всего часов** | **Количество часов по программе** | |
| **Теория** | **Практика** |
| 1. **Вводное занятие** | | | | |
| **1.1** | Особенности формы футболиста | 1 | 1 |  |
|  | **II. Общая физическая подготовка (13ч)** | | | |
| **2.1** | Беговые упражнения | 5 |  | 5 |
| **2.2** | Прыжковые упражнения | 5 |  | 5 |
| **2.3** | Силовая подготовка | 3 |  | 3 |
| **III.Специальная подготовка(16ч)** | | | | |
| **3.1** | Ловля, приём мяча | 8 |  | 8 |
| **3.2** | Остановка, ведение мяча, удары | 8 |  | 8 |
| **IV. Основы знаний (1ч)** | | | | |
| **4.1** | Нарушения правил игры | 1 | 1 |  |
| **V. Соревнования (3ч)** | | | | |
| **5.1** | Игра по упрощённым правилам | 3 |  | 3 |

**Учебно-тематический план**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| №  **п/п** | **Дата** | **Наименование раздела, темы** | **Количество часов** | | |
| **всего** | **теория** | **Практика** |
| 1. |  | Правила техники безопасности. Учебная игра. | 1 | 0,5 | 0,5 |
| 2. |  | Стойка игрока. Учебная игра. | 1 | - | 1 | |
| 3 |  | Перемещение в стойке боком, лицом. Учебная игра. | 1 | - | 1 | |
| 4 |  | Остановка и передача мяча на месте. Учебная игра | 1 | - | 1 | |
| 5 |  | Остановка и передача мяча в движении. Учебная игра | 1 | - | 1 | |
| 6 |  | Ведение мяча с изменением направления.  Учебная игра. | 1 | - | 1 | |
| 7 |  | Учебная игра. | 1 | - | 1 | |
| 8 |  | Развитие двигательных качеств. Учебная игра. | 1 | - | 1 | |
| 9 |  | Игра «Квадрат». Учебная игра. | 1 | - | 1 | |
| 10 |  | Остановка мяча внутренней поверхностью стопы. Учебная игра. | 1 | - | 1 | |
| 11 |  | Остановка мяча внешней поверхностью стопы. Учебная игра. | 1 | - | 1 | |
| 12 |  | Остановка мяча грудью. Учебная игра. | 1 | - | 1 | |
| 13 |  | Остановка мяча лбом. Учебная игра. | 1 | - | 1 | |
| 14 |  | Учебная игра. | 1 | - | 1 | |
| 15 |  | Игра «Квадрат». | 1 | - | 1 | |
| 16 |  | Техника игры вратаря. Учебная игра. | 1 | - | 1 | |
| 17 |  | Удары по мячу носком, пяткой. Учебная игра. | 1 | - | 1 | |
| 18 |  | Удары по катящемуся мячу. Учебная игра. | 1 | - | 1 | |
| 19 |  | Учебная игра. | 1 | - | 1 | |
| 20 |  | Совершенствование навыков остановки мяча. Учебная игра. | 1 | - | 1 | |
| 21 |  | Совершенствование навыков передачи мяча. Учебная игра. | 1 | - | 1 | |
| 22 |  | Обучение остановки мяча бедром. Учебная игра. | 1 | - | 1 | |
| 23 |  | Обучение ударам по мячу. Учебная игра. | 1 | - | 1 | |
| 24 |  | Развитие двигательных качеств. Учебная игра. | 1 | - | 1 | |
| 25 |  | Вбрасывание. Учебная игра. | 1 | - | 1 | |
| 26 |  | Отбор мяча. Учебная игра. | 1 | - | 1 | |
| 27 |  | Учебная игра. | 1 | - | 1 | |
| 28 |  | Тактика вратаря. Учебная игра. | 1 | - | 1 | |
| 29 |  | Совершенствование ударов мячом по воротам. Учебная игра | 1 | - | 1 | |
| 30 |  | Игра «Квадрат». Учебная игра | 1 | - | 1 | |
| 31 |  | Совершенствование навыков передачи мяча. Учебная игра. | 1 | - | 1 | |
| 32 |  | Игра «пятнашки». Учебная игра | 1 | - | 1 | |
| 33 |  | Игра «групповой квадрат». Учебная игра. | 1 | - | 1 | |
| 34 |  | Совершенствование полученных навыков. Учебная игра. | 1 | - | 1 | |
|  |  | Всего | 33 | 0,5 | 32,5 | |

**III год обучения**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№**  **п/п** | **Разделы, темы** | **Всего часов** | **Количество часов по программе** | |
| **Теория** | **Практика** |
| 1. **Вводное занятие** | | | | |
| **1.1** | Позиции игроков на поле | 1 | 1 |  |
|  | **II. Общая физическая подготовка (13ч)** | | | |
| **2.1** | Беговые упражнения | 5 |  | 5 |
| **2.2** | Прыжковые упражнения | 5 |  | 5 |
| **2.3** | Силовая подготовка | 3 |  | 3 |
| **III.Специальная подготовка(16ч)** | | | | |
| **3.1** | Ловля мяча. | 4 |  | 8 |
| **3.2** | Остановка, ведение мяча, удары | 12 |  | 8 |
| **IV. Основы знаний (1ч)** | | | | |
| **4.1** | Предупреждение травматизма | 1 | 1 |  |
| **V. Соревнования (3ч)** | | | | |
| **5.1** | Игра в футбол | 3 |  | 3 |

**Учебно-тематический план**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| №  **п/п** | **Дата** | **Наименование раздела, темы** | **Количество часов** | | |
| **всего** | **теория** | **Практика** |
| 1 |  | Правила техники безопасности. Учебная игра. | 1 | 0,5 | 0,5 |
| 2 |  | Стойка игрока. Учебная игра | 1 | - | 1 | |
| 3 |  | Перемещение в стойке боком, лицом. Учебная игра. | 1 | - | 1 | |
| 4 |  | Остановка и передача мяча на месте. Учебная игра | 1 | - | 1 | |
| 5 |  | Игра «Квадрат». Учебная игра | 1 | - | 1 | |
| 6 |  | Ведение мяча с изменением направления.  Игра «Квадрат». | 1 | - | 1 | |
| 7 |  | Развитие двигательных качеств. Учебная игра | 1 | - | 1 | |
| 8 |  | Остановка мяча лбом. Учебная игра. | 1 | - | 1 | |
| 9 |  | Остановка мяча грудью. Учебная игра. | 1 | - | 1 | |
| 10 |  | Техника игры вратаря. Учебная игра. | 1 | - | 1 | |
| 11 |  | Удары по катящемуся мячу. Учебная игра. | 1 | - | 1 | |
| 12 |  | Развитие двигательных качеств. Учебная игра. | 1 | - | 1 | |
| 13 |  | Удары по мячу носком, пяткой. Учебная игра. | 1 | - | 1 | |
| 14 |  | Удары по мячу головой. Учебная игра. | 1 | - | 1 | |
| 15 |  | Обманные движения (финты). Игра «Квадрат». | 1 | - | 1 | |
| 16 |  | Вбрасывание. Учебная игра. | 1 | - | 1 | |
| 17 |  | Отбор мяча. Учебная игра. | 1 | - | 1 | |
| 18 |  | Тактика вратаря. Учебная игра. | 1 | - | 1 | |
| 19 |  | Развитие двигательных качеств. Учебная игра. | 1 | - | 1 | |
| 20 |  | Совершенствование навыков остановки мяча. Учебная игра. | 1 | - | 1 | |
| 21 |  | Совершенствование навыков передачи мяча. Учебная игра. | 1 | - | 1 | |
| 22 |  | Обучение остановки мяча бедром. Учебная игра. | 1 | - | 1 | |
| 23 |  | Обучение ударам по мячу. Учебная игра. | 1 | - | 1 | |
| 24 |  | Совершенствование навыков удара по мячу с лета. Учебная игра. | 1 | - | 1 | |
| 25 |  | Обучение отбору мяча у соперника. Учебная игра. | 1 | - | 1 | |
| 26 |  | Учебная игра. | 1 | - | 1 | |
| 27 |  | Остановка и передача мяча в движении. Учебная игра. | 1 | - | 1 | |
| 28 |  | Совершенствование ударов мячом по воротам. Учебная игра. | 1 | - | 1 | |
| 29 |  | Игра «Квадрат». Учебная игра | 1 | - | 1 | |
| 30 |  | Совершенствование навыков передачи мяча. Учебная игра. | 1 | - | 1 | |
| 31 |  | Игра «пятнашки». Учебная игра | 1 | - | 1 | |
| 32 |  | Игра «групповой квадрат». Учебная игра. | 1 | - | 1 | |
| 33 |  | Игра «вратарь». Учебная игра. | 1 | - | 1 | |
| 34 |  | Совершенствование полученных навыков. Учебная игра. | 1 | - | 1 | |
|  |  | Всего | 34 | 0,5 | 33,5 | |

**IV год обучения**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№**  **п/п** | **Разделы, темы** | **Всего часов** | **Количество часов по программе** | |
| **Теория** | **Практика** |
| 1. **Вводное занятие** | | | | |
| **1.1** | Особенности позиций (амплуа) | 1 | 1 |  |
|  | **II. Общая физическая подготовка (13ч)** | | | |
| **2.1** | Беговые упражнения | 5 |  | 5 |
| **2.2** | Прыжковые упражнения | 5 |  | 5 |
| **2.3** | Силовая подготовка | 3 |  | 3 |
| **III.Специальная подготовка(16ч)** | | | | |
| **3.1** | Ловля мяча, передача мяча | 8 |  | 8 |
| **3.2** | Ведение мяча, удары, повороты. | 8 |  | 8 |
| **IV. Основы знаний (1ч)** | | | | |
| **4.1** | Оказание первой помощи | 1 | 1 |  |
| **V. Соревнования (3ч)** | | | | |
| **5.1** | Игра в футбол. Судейство | 3 |  | 3 |

**Учебно-тематический план**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| №  **п/п** | **Дата** | **Наименование раздела, темы** | **Количество часов** | | |
| **всего** | **теория** | **Практика** |
| 1 |  | Правила техники безопасности. Учебная игра. | 1 | 0,5 | 0,5 |
| 2 |  | Стойка игрока. Учебная игра | 1 | - | 1 | |
| 3 |  | Перемещение в стойке боком, лицом. Учебная игра. | 1 | - | 1 | |
| 4 |  | Остановка и передача мяча на месте. Учебная игра | 1 | - | 1 | |
| 5 |  | Игра «Квадрат». Учебная игра | 1 | - | 1 | |
| 6 |  | Ведение мяча с изменением направления.  Игра «Квадрат». | 1 | - | 1 | |
| 7 |  | Развитие двигательных качеств. Учебная игра | 1 | - | 1 | |
| 8 |  | Остановка мяча лбом. Учебная игра. | 1 | - | 1 | |
| 9 |  | Остановка мяча грудью. Учебная игра. | 1 | - | 1 | |
| 10 |  | Техника игры вратаря. Учебная игра. | 1 | - | 1 | |
| 11 |  | Удары по катящемуся мячу. Учебная игра. | 1 | - | 1 | |
| 12 |  | Развитие двигательных качеств. Учебная игра. | 1 | - | 1 | |
| 13 |  | Удары по мячу носком, пяткой. Учебная игра. | 1 | - | 1 | |
| 14 |  | Удары по мячу головой. Учебная игра. | 1 | - | 1 | |
| 15 |  | Обманные движения (финты). Игра «Квадрат». | 1 | - | 1 | |
| 16 |  | Отбор мяча. Учебная игра. | 1 | - | 1 | |
| 17 |  | Вбрасывание. Учебная игра. | 1 | - | 1 | |
| 18 |  | Индивидуальные действия в защите и в нападении. Тактика вратаря. Учебная игра. | 1 | - | 1 | |
| 19 |  | Групповые действия в защите и в нападении. Учебная игра. | 1 | - | 1 | |
| 20 |  | Совершенствование навыков остановки мяча. Учебная игра. | 1 | - | 1 | |
| 21 |  | Совершенствование навыков передачи мяча. Учебная игра. | 1 | - | 1 | |
| 22 |  | Обучение остановки мяча бедром. Учебная игра. | 1 | - | 1 | |
| 23 |  | Обучение ударам по мячу. Учебная игра. | 1 | - | 1 | |
| 24 |  | Совершенствование навыков удара по мячу с лета. Учебная игра. | 1 | - | 1 | |
| 25 |  | Обучение отбору мяча у соперника. Учебная игра. | 1 | - | 1 | |
| 26 |  | Обучение розыгрышу мяча в стандартных положениях (штрафной). Учебная игра. | 1 | - | 1 | |
| 27 |  | Остановка и передача мяча в движении. Учебная игра. | 1 | - | 1 | |
| 28 |  | Совершенствование ударов мячом по воротам. Учебная игра. | 1 | - | 1 | |
| 29 |  | Игра «Квадрат». Учебная игра | 1 | - | 1 | |
| 30 |  | Совершенствование навыков передачи мяча. Учебная игра. | 1 | - | 1 | |
| 31 |  | Игра «пятнашки». Учебная игра | 1 | - | 1 | |
| 32 |  | Игра «групповой квадрат». Учебная игра. | 1 | - | 1 | |
| 33 |  | Игра «вратарь». Учебная игра. | 1 | - | 1 | |
| 34 |  | Совершенствование полученных навыков. Учебная игра. | 1 | - | 1 | |
|  |  | Всего | 34 | 0,5 | 33,5 | |

**Материально- техническое обеспечение образовательного процесса**

Даная программа предполагает использование спортивного инвентаря (на 1 группу):

- гимнастические коврики - 15 шт

- мячи футбольные -15 шт

- скакалки -15 шт

- футбольные ворота -2 шт

- фишки переносные -20 шт

- утяжелители на ноги -15 шт

- накидки -20 шт

- стойки футбольные -10 шт

Список литературы

1. Акимов А.М. Игра футбольного вратаря. – М.: ФиС, 1978.
2. Буйлин Ю.Ф., Курамшин Ю.Ф. Теоретическая подготовка юных спортсменов. – М.: ФиС, 1985.
3. Бриль М.С. Отбор в спортивных играх. – М.: ФиС, 1980.
4. Гриндлер К. и др. Физическая подготовка футболистов. – М.: ФиС, 1976.
5. Правила игры в футбол. М.: ФиС (последний выпуск).
6. Рогальский Н., Дегель Э. Футбол для юношей. – М.: ФиС, 1981.
7. Голомазов С. В., Чирва П. Г. «Теория и практика футбол» 2008 г.
8. Колодницкий Г. А., Кузнецов В. С., Маслов М. В. «Внеурочная деятельность учащихся. Футбол: пособие для учителей и методистов». – М. : Просвещение, 2011. – 95 с.
9. Учебник футбола/ М. Кук, Д. Шоулдер – М: Астрель, 2012.
10. В.И. Лях Пособие для учителей общеобразовательных организаций. Москва
11. «Просвещение» 2014г.

**ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ**

**1 КЛАСС**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Тема урока** | **Количество часов** | | | **Электронные цифровые образовательные ресурсы** |
| **Всего** | **Контрольные работы** | **Практические работы** |
| **ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ** | | 0 | 0 | 0 |  |

**2 КЛАСС**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Тема урока** | **Количество часов** | | | **Электронные цифровые образовательные ресурсы** |
| **Всего** | **Контрольные работы** | **Практические работы** |
| **ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ** | | 0 | 0 | 0 |  |

**3 КЛАСС**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Тема урока** | **Количество часов** | | | **Электронные цифровые образовательные ресурсы** |
| **Всего** | **Контрольные работы** | **Практические работы** |
| **ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ** | | 0 | 0 | 0 |  |

**4 КЛАСС**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Тема урока** | **Количество часов** | | | **Электронные цифровые образовательные ресурсы** |
| **Всего** | **Контрольные работы** | **Практические работы** |
| **ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ** | | 0 | 0 | 0 |  |