

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
КУЙБЫШЕВСКОГО РАЙОНА
"СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 3"

РАССМОТРЕНА

Руководитель ШМО Салмин В.Е.,
протокол №1 от «31» августа 2026 г.

СОГЛАСОВАНА

Заместитель директора по УВР
Сидорова Т.Н.
«31» августа 2026 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

учебного курса «Модуль по видам спорта «Футбол»
для обучающихся 1 классов

г. Куйбышев, 2026

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА МОДУЛЯ «ФУТБОЛ»

Футбол – это одно из самых доступных, популярных и массовых средств физического развития и укрепления здоровья широких слоев населения. Футболом в России занимается более 2 млн человек. Игра занимает ведущее место в общей системе физического воспитания подрастающего поколения. Командный характер игры «футбол» воспитывает чувство дружбы, товарищества, взаимопомощи; развивает такие ценные моральные качества, как чувство ответственности, уважение к партнерам и соперникам, дисциплинированность, активность. Каждый обучающийся может проявить свои личные качества: самостоятельность, инициативу, творчество. Вместе с тем игра требует подчинения личных стремлений интересам коллектива. В процессе игровой деятельности необходимо овладевать сложной техникой и тактикой, развивать физические качества; преодолевать усталость, боль; вырабатывать устойчивость к неблагоприятным условиям внешней среды; строго соблюдать бытовой и спортивный режим и т.д. Все это способствует воспитанию волевых черт характера: смелости, стойкости, решительности, выдержки, мужества.

Занятия футболом расширяют возможности эстетического воздействия на занимающихся, развивая у спортсменов стремление к физической красоте, к творческим проявлениям, к эстетически оправданному поведению. Сегодня красота футбола олицетворяется не только в демонстрации техники, в исполнительском мастерстве отдельных игроков, в эффективном завершении игровых эпизодов. Чувство прекрасного вызывают и сам процесс игры, его композиция, коллективизм и взаимодействия игроков.

Образовательный модуль «Футбол для всех» по учебному предмету

«Физическая культура» для образовательных организаций, реализующих образовательные программы начального общего образования (далее –Модуль) разработан в соответствии с Федеральным законом от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ

«Об образовании в Российской Федерации», на основе федеральных государственных образовательных стандартов начального общего образования и с учетом примерных основных образовательных программ начального общего образования, Концепции преподавания учебного предмета «Физическая культура» в образовательных организациях Российской Федерации, реализующих основные общеобразовательные программы, утвержденной протоколом заседания коллегии Министерства просвещения Российской Федерации от 24 декабря 2018 г.

Модуль реализуется в соответствии с Федеральным законом Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (далее – Закон), который действует в интересах обучающихся образовательных организаций и утверждает:

– право образовательных организаций на самостоятельность в осуществлении образовательной деятельности и свободе в определении

содержания образования, разработке и утверждении своих образовательных программ, выборе учебно-методического обеспечения, образовательных технологий по реализуемым ими образовательным программам (п. 1, п. 2, п.п. 6 п.3 ст.28 Закона);

– право педагогических работников на свободу выбора и использования педагогически обоснованных форм, средств, методов обучения и воспитания, а также право на творческую инициативу, разработку и применение авторских программ, методов обучения и воспитания в пределах реализуемой образовательной программы, отдельного учебного предмета, курса, дисциплины (модуля) (п.п.2 и 3 п. 3 ст. 47 Закона).

В содержании Модуля специфика футбола сочетается со всеми базовыми видами спорта, входящими в учебный предмет «Физическая культура» в общеобразовательной организации (легкая атлетика, гимнастика, спортивные игры и т.д.), предполагая доступность освоения учебного материала всеми возрастными категориям обучающихся независимо от уровня их физического развития и гендерных особенностей.

Цель модуля – формирование устойчивых мотивов и потребностей в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических и психических качеств, средствами физической культуры

в организации здорового образа жизни подрастающего поколения с использованием средств игры «Футбол».

Задачи модуля:

1. Приобщение обучающихся к здоровому образу жизни и гармонии тела средствами футбола.
2. Формирование культуры движений, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей и корригирующей направленностью с использованием средств футбола.
3. Укрепление и сохранения здоровья, развитие основных физических качеств и повышение функциональных способностей организма.
4. Воспитание положительных качеств личности, соблюдение норм коллективного взаимодействия и сотрудничества в игровой и соревновательной деятельности в футболе.
5. Популяризация и увеличение числа занимающихся футболом.

Преимущество Модуля состоит в том, что используемые в процессе обучения технологии

способствуют повышению общего уровня двигательной активности обучающихся младшего школьного возраста, служат важным фактором компенсации гиподинамии;

содействуют укреплению опорно-двигательного аппарата и улучшению работы кровеносной и дыхательной систем организма;

решают комплекс основных задач физического воспитания на ступени начального общего образования;

создают оптимальные условия гармоничного развития личности,

обеспечивая гибкость и вариативность содержания образовательной деятельности на всех ступенях образования в соответствии с индивидуальными особенностями и потребностям обучающихся;

совершенствуют интеграцию уроков физической культуры, внеурочной деятельности, системы дополнительного образования физкультурно-спортивной направленности и деятельности школьного спортивного клуба;

способствуют развитию основных физических качеств, игрового мышления обучающихся.

Место учебного модуля в учебном плане.

Модуль может реализовываться на уроках физической культуры в 1–4 классах общеобразовательной организации на протяжении всего учебного периода по 1 часу в неделю (п. 10.20 СанПиН 2.4.2.2821-10).

При планировании занятий футболом на уроках физической культуры, на уровне начального общего образования (1–4 классы) изучение базовых основ техники игры в футбол предполагается в объеме **135 часов** (по 33 часа в 1 классе и по 34 часа в 2–4 классах).

Содержание Модуля расширяет и дополняет знания полученные в результате освоения примерной рабочей программы учебного предмета «Физическая культура» для образовательных организаций, реализующих образовательные программы начального общего образования.

Педагог имеет возможность вариативно использовать учебный материал в разных частях урока по физической культуре с выбором различных элементов игры в футбол с учётом возраста и физической подготовленности обучающихся.

ЛИЧНОСТНЫЕ, МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ И ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ МОДУЛЯ

В соответствии с требованиями к результатам освоения основной образовательной программы начального общего образования, Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования (Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 6 октября 2009 г. № 373 «Об утверждении и введении в действие федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования» (с изменениями и дополнениями от 31 декабря 2015 года) Модуль «Футбол для всех», направлен на достижение обучающимися личностных, метапредметных и предметных результатов по физической культуре.

Личностные результаты отражаются в индивидуальных качественных свойствах обучающихся, которые приобретаются в процессе освоения Модуля. Эти качественные свойства проявляются, прежде всего, в положительном отношении обучающихся к занятиям двигательной (физкультурной) деятельностью, накоплении необходимых знаний, а также в умении использовать ценности физической культуры для удовлетворения индивидуальных интересов и потребностей, достижения личностно значимых результатов в физическом совершенстве.

Личностные результаты:

- формирование чувства гордости за отечественных футболистов;
- развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение социальной роли обучающего;
- развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания во время игры в футбол;
- развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных игровых ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций во время игры в футбол;
- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;
- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.

Метапредметные результаты освоения модуля характеризуют уровень сформированности качественных универсальных способностей обучающихся, проявляющихся в активном применении знаний и умений в игровой деятельности. Приобретенные на базе освоения содержания Модуля, в единстве с освоением программного материала других образовательных дисциплин, универсальные способности потребуются как в рамках образовательной деятельности (умение учиться), так и в повседневной жизни обучающихся.

Метапредметные результаты:

- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств её осуществления с использованием игры в футбол;
- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с правилами и условиями игры в футбол; определять наиболее эффективные способы достижения игрового результата;
- определение общей цели и путей её достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной игровой деятельности;
- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учёта интересов сторон и сотрудничества;
- владение двигательными действиями и физическими упражнениями футбола и активное их использование в самостоятельно организованной физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельности.

Предметные результаты характеризуют опыт обучающихся в творческой двигательной деятельности, который приобретается и закрепляется в процессе освоения Модуля и проявляется в знаниях и способах двигательной деятельности,

умениях творчески их применять при решении практических задач, связанных с организацией и проведением самостоятельных занятий футболом.

Предметные результаты:

- формирование первоначальных представлений о развитии футбола, олимпийского движения;
- овладение умениями самостоятельно организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры на основе игры в футбол и т.д.);
- формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья (рост, масса тела и др.), показателями развития основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости);
- применение и изложение в доступной форме полученных знаний о физической культуре и футболе, грамотное использование понятийного аппарата;
- освоение правил поведения и безопасности во время занятий и соревнований по футболу;
- приобретение навыка правильно подбирать одежду и обувь для занятий и соревнований по футболу;
- приобретение важных двигательных навыков, необходимых для игры в футбол;
- овладение основными терминологическими понятиями спортивной игры;
- освоение некоторых навыков первичной технической подготовки футболиста (выполнение ударов по мячу ногами и головой, остановка мяча, ведение мяча и выполнение финтов, отбор мяча);
- знание о некоторых индивидуальных и групповых тактических действиях в атаке и в обороне;
- формирование общего представления о технике и тактике игры вратаря;
- применение во время игры в футбол всех основных технических элементов (техника перемещения, передача и ловля мяча).

СОДЕРЖАНИЕ МОДУЛЯ «ФУТБОЛ»

РАЗДЕЛ 1. ЗНАНИЯ О ФУТБОЛЕ

Техника безопасности во время занятий футболом. Правила игры в футбол.

Физическая культура и спорт в России. Развитие футбола в России и за рубежом.

Общее понятие о гигиене. Личная гигиена футболиста. Закаливание. Режим и питание спортсмена. Самоконтроль. Оказание первой медицинской помощи.

Комплексы упражнений для развития основных физических качеств футболиста.

Понятие о спортивной этике и взаимоотношениях между обучающимися. Игровые амплуа в футболе. Подбор общеразвивающих упражнений для разминки футболиста различного амплуа.

РАЗДЕЛ 2. СПОСОБЫ ФИЗКУЛЬТУРНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Подготовка места занятий, выбор одежды и обуви для занятий футболом в зависимости от места проведения занятий. Организация и проведение подвижных игр с элементами футбола во время активного отдыха и каникул.

Оценка техники осваиваемых основных упражнений с футбольным мячом, способы выявления и устранения ошибок в технике выполнения упражнений. Тестирование уровня физической подготовленности в футболе.

РАЗДЕЛ 3. ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ *Спортивно-оздоровительная деятельность*

Комплексы подготовительных и специальных упражнений, формирующих двигательные умения и навыки футболиста.

Подвижные игры (без мяча и с мячом): «Пятнашки» («салки»), «Спиной к финишу», «Собачки», «Собачки в квадрате», «Бой петухов», «Мяч в стенку», «Передачи мяча с перебежками», «Передачи мяча капитану», «Точный удар»,

«Футбольный слалом», «Кто быстрее?», «Нападающие тройки», «Быстрее к флажку», «Самый меткий», «Охотники за мячами», «Ловцы игрока без мяча»,

«Всадники», «Квадрат с водящими», «Футбол крабов», «В одни ворота», «Взять крепость», «Быстрый танец», «Бросок мяча ступнями», «Разорви цепь», «Обгони мяч», «Вызов номеров», «Только своему», «Салки в тройках», «Верни мяч головой капитану», «Отбери мяч» и др.

Индивидуальные технические действия:

Техника передвижения: бег обычный, спиной вперед, скрестным и приставным шагом. Прыжки: вверх, вверх – вперед, вверх – назад, вверх – вправо, вверх – влево, толчком двумя ногами с места.

Для вратарей – прыжки в сторону с падением «перекатом».

Удары по мячу: внутренней стороной стопы, серединой подъема, внутренней частью подъема, внешней частью подъема, носком, резаный удар, удар-бросок стопой, с полулета.

Остановка мяча: внутренней стороной стопы, подошвой, грудью.

Ведение мяча. Понятие о ведении мяча. Преимущества игроков, хорошо владеющих ведением мяча. Упражнения для разучивания ведения мяча.

Обманные движения (финты): «уходом», «уходом с ложным замахом на удар», «проброс мяча мимо соперника».

Отбор мяча: запрещенные приемы при отборе мяча. Отбор мяча накладыванием стопы, выбиванием, перехватом.

Техника игры вратаря. Стойка вратаря. Ловля катящегося и низколетящего мяча; полувысокого мяча; ловля мяча в прыжке. Ловля высоколетящего, полувысокого, летящего в стороне мяча.

Отбивание катящегося и низколетящего в стороне мяча в выпаде. Отбивание мяча ладонями; кулаком или кулаками. Введение мяча в игру. Вбрасывание мяча из-за плеча, сбоку, снизу. Выбивание мяча ногой с рук.

Тактические действия:

Тактика игры и обороны: индивидуальные тактические способы ведения единоборства с соперником. Техника выполнения открывания, отвлечения соперника.

Техника выполнения приема «маневрирование». Передачи мяча и их предназначение. Способы передачи мяча. Удары по воротам.

Групповые тактические действия в атаке. Действия против соперника без мяча и с мячом. Групповые действия в обороне и их основные способы.

Тактика игры вратаря: выбор места в воротах. Упражнения для разучивания приемов игры на выходах. Введение мяча в игру. Руководство действиями партнеров в обороне. Участие вратаря в атакующих действиях партнеров.

, по прямой, с изменением направления и скорости Учебные игры в футбол.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ.

1класс

п/п	Тема занятия	Кол-во часов	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
1	Техника передвижений. Бег вперёд, бег спиной вперёд с изменением скорости и направления движения. Подвижные игры. Правила безопасности.	1	https://resh.edu.ru/subject/9/
2	Техника передвижений. Бег вперёд, бег спиной вперёд с изменением скорости и направления движения. Подвижные игры.	1	https://resh.edu.ru/subject/9/
3	Обучение технике ведения мяча внутренней и внешней стороной стопы. Подвижные игры	1	https://resh.edu.ru/subject/9/
4	Обучение технике ведения мяча внутренней и внешней стороной стопы. Подвижные игры	1	https://resh.edu.ru/subject/9/
5	Ведение мяча носком, внутренней стороной стопы.	1	https://resh.edu.ru/subject/9/

	Учебная игра.		
6	Техника ведения мяча разными способами.	1	https://resh.edu.ru/subject/9/
7	Техника остановки мяча подошвой	1	https://resh.edu.ru/subject/9/
8	Техника остановки мяча подошвой. Развитие двигательных качеств.	1	https://resh.edu.ru/subject/9/
9	Остановка мяча. Развитие двигательных качеств. Учебная игра.	1	https://resh.edu.ru/subject/9/
10	Техника передачи мяча внутренней стороной стопы. Остановка мяча подошвой.	1	https://resh.edu.ru/subject/9/
11	Остановка мяча. Учебная игра.	1	https://resh.edu.ru/subject/9/
12	Остановка мяча: внутренней стороной стопы, подошвой	1	https://resh.edu.ru/subject/9/
13	Удары по мячу внутренней стопы. Учебная игра.	1	https://resh.edu.ru/subject/9/
14	Удары по мячу внешней стороной стопы и внешней частью подъема. Учебная игра.	1	https://resh.edu.ru/subject/9/
15	Техника игры вратаря. Учебная игра.	1	https://resh.edu.ru/subject/9/
16	Техника игры вратаря. Учебная игра.	1	https://resh.edu.ru/subject/9/
17	Техника игры вратаря. Учебная игра.	1	https://resh.edu.ru/subject/9/
18	Удары по катящемуся мячу. ОФП. Подвижные игры.	1	https://resh.edu.ru/subject/9/
19	Удары по катящемуся мячу. ОФП. Подвижные игры.	1	https://resh.edu.ru/subject/9/
20	Удары по мячу. Развитие двигательных качеств. Учебная игра.	1	https://resh.edu.ru/subject/9/
21	Удары по мячу носком. Учебная игра.	1	https://resh.edu.ru/subject/9/

22	Жонглирование. Учебная игра.	1	https://resh.edu.ru/subject/9/
23	Жонглирование. Учебная игра.	1	https://resh.edu.ru/subject/9/
24	Жонглирование. Учебная игра.	1	https://resh.edu.ru/subject/9/
25	Удары по мячу(Элементы акробатики. Учебная игра)	1	https://resh.edu.ru/subject/9/
26	Удары по мячу. Учебная игра.	1	https://resh.edu.ru/subject/9/
27	Удары по мячу. Эстафеты. Учебная игра.	1	https://resh.edu.ru/subject/9/
28	Удары по мячу. Обманные движения (финты). Учебная игра.	1	https://resh.edu.ru/subject/9/
29	Удары по мячу. Игра «Квадрат». Учебная игра.	1	https://resh.edu.ru/subject/9/
30	Удары по мячу. Обманные движения (финты). Учебная игра.	1	https://resh.edu.ru/subject/9/
31	Учебная игра. Изучение тактических действий	1	https://resh.edu.ru/subject/9/
32	Учебная игра. Изучение тактических действий	1	https://resh.edu.ru/subject/9/
33	Учебная игра. Изучение тактических действий	1	https://resh.edu.ru/subject/9/

Учебная, научная, научно-популярная литература по физической культуре:

для учителя

1. Алиев Алиев, Э.Г. Мини-футбол в школу / Э.Г. - Алиев, А.Е. Власов // Физическая культура в школе.

- 2008. - № 5. - С. 32-34.

2. Алиев, Э.Г.

3. Организационно-педагогическое управление развитием мини-футбола в школе / Э.Г. Алиев //

Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта.

- 2007. - N 12 (34). - С. 3-5. 3. Врублевский, Е.П.

Модели тактики игры в футболе

4. Е.П.Врублевский. – М.-Спорт, 2020. -168 с. 4. Гол! Большая энциклопедия российского футбола. - М. – Эксмо, 2017. - 312 с.

5. Евсеев, А.В. Педагогический контроль в мини-футболе / А.В. Евсеев // Пособие, 2-е издание, исправленное и дополненное. – Екатеринбург, 2005.

- 52 с.

6 Озолин, Н.Г. Современная система спортивной тренировки / Н. Г. Озолин. - М.: Физкультура и спорт, 2018. - 479 с.

Сергиенко, Л.П. Спортивный отбор: теория и практика / Сергиенко Л.П. - М.; «Советский спорт», 2013.е о футболе / Клайн Гиффорд. – М. - АСТ, 2006. – 64 с.Список литературы для педагога:

1. Андреев С. Н. Мини – футбол.
2. Врублевский Е.П., Модели тактики игры в футбол.
3. Грамм А., Книга-тренер. Правила. Физическая подготовка. Техника.Стратегия.Мастерство.
4. Губа В., Лексаков А. Теория и методика футбола.
5. Сто одно упражнение для юных футболистов. Малькольм Кук, А.С.Т. Астрель.
6. Качанин, Горский - Тренировка футболистов
7. Кузнецов А.А. Футбол. Настольная книга детского тренера,
8. Жан-Люк Чесно, Жерар Дюро. Футбол. Обучение базовой технике

Список литературы для обучающихся:

1. Андреев С.Н . Футбол – твоя игра.
2. Андреев С.Н. Играйте в мини-футбол.
3. Башкиров, В.Ф. Профилактика травм у спортсменов
4. Нестеровский, Д.И. Теория и методика спортивных игр: учебник для студентов учреждений высшего образования
5. Симонян Н.П. Футбол-только ли игра?
6. Шакур М.Т. Как научиться играть в футбол. Финты звезд.

ЦОР:

1. Круговая тренировка с направленностью физических упражнений на воспитание двигательной активности: Методические указания: http://window.edu.ru/resource/146/53146/files/school_phis1.pdf
2. Раздел «Футбол в школе» официального сайта Российского футбольного союза»: <https://rfs.ru/>
3. Олимпийская энциклопедия Журнал «Физкультура и спорт» <http://www.fismag.ru/> <http://www.olimpizm.ru/>
4. Онлайн справочник: <http://www.fizkult-ura.ru/> ФизкультУРА: сайт о различных видах спорта, статьи о методике, здоровье, видеоматериалы.
5. Сайт «Я иду на урок физкультуры»: <http://spo.1september.ru/urok/> <http://fizkultura-na5.ru/>
6. Уникальный образовательный портал в помощь учителю www.zavuch.info
7. Уроки здоровья http://window.edu.ru/resource/492/53492/files/school_phis3.pdf
8. Учительский портал: www.uchportal.ru