Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение Северотатарская средняя общеобразовательная школа
Татарского муниципального округа Новосибирской области

Принято на педагогическом совете
Протокол № 1 от 28.08.2026 г.

Утверждено
Приказ № 139 от 28.08.2026 года

Директор _____ Томилова Н.А.

ПРОГРАММА КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

«ФУТБОЛ»

5 класс

2026 г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа по внеурочной деятельности «Футбол в школе» разработана для занятий с обучающимися 5 классов в соответствии с требованиями ФГОС ООО, на основе примерной рабочей программы учебного предмета «Физическая культура» модуль «Футбол». Программа разработана с учетом содержания следующих программных, методических и дидактических разработок, используемых в электронном виде:

1. Примерная рабочая программа учебного предмета «Физическая культура» (модуль «Футбол») для образовательных организаций, реализующих образовательные программы начального общего, основного общего и среднего общего образования https://fgosreestr.ru/oop/futbol-1-11

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ФУТБОЛ В ШКОЛЕ»

Футбол - вид спорта, который способствуют всестороннему физическому, интеллектуальному, нравственному развитию обучающихся, укреплению здоровья, привлечению школьников к систематическим занятиям физической культурой и спортом, их личностному и профессиональному самоопределению. Во время образовательной деятельности постоянно меняется комплекс упражнений, чередуются нагрузки, в разном порядке и с разными интервалами следуют упражнения, отличающиеся по характеру, напряжённости и длительности. Борьба за мяч связана с ходьбой, бегом и резкими остановками, быстрым стартом и ускорениями, прыжками, ударами по мячу и даже акробатическими приёмами. Ещё игроку необходимо уметь удерживать равновесие, ориентироваться в пространстве, чувствовать темп, быть гибким, координированным и ловким. Сформировать эти навыки возможно только в том случае, когда во время занятий применяются элементы из других видов спорта.

Футбол — командная игра, каждому члену команды надо уметь выстраивать отношения с другими игроками. Умение или неумение идти на контакт и договариваться имеет серьёзное влияние на результат деятельности, а психологический климат в команде нередко играет определяющую роль в итоге игры. Поэтому футбол — это еще и возможность выработать коммуникативные навыки. Ведь игра не состоится без сотрудничества и сплочённости, желания находить общий язык и решать конфликтные ситуации.

Постоянно изменяющиеся сочетания движений, действий и отдыха, резкая перемена обстановки связаны с тем, что необходимо следить

за движущимся мячом, в доли секунды оценивать ситуацию и тут же реагировать на неё точным движением. Причём как лично, так и в совместных действиях. Значит, важна быстрота ответной реакции, способствующая стремительному выполнению движений.

Психологи рекомендуют занятия командными видами спорта для развития лидерских качеств. Футбол располагает к этому, потому что здесь ребёнок может проявлять инициативу и принимать решения, которые могут повлиять на исход игры. Взаимодействие с другими детьми научит его ответственности не только за себя, но и за работу коллектива, а также позволит проявить себя и стать капитаном команды.

Футбол - игра, где формируются важные черты характера, развиваются многие навыки: умение общаться, способность выдерживать физическую нагрузку, формирует определённый образ мышления, умение быстро реагировать и самостоятельно принимать решения. Даже если в дальнейшем обучающийся не выберет спортивную карьеру, приобретённые качества будут полезны для достижения высоких результатов не только в спорте, но и в жизни.

Занятия футболом для детей и подростков имеют оздоровительную направленность, повышают уровень функционирования сердечно-сосудистой, дыхательной, костно-мышечной и других систем организма человека, а также предполагают длительное время нахождения на свежем воздухе, что в сочетании с физическими упражнениями является формой закаливания и благотворно влияет на укрепление здоровья, снижение заболеваемости, повышение устойчивость организма к меняющимся погодным условиям и повышение уровня работоспособности детей.

ЦЕЛИ ИЗУЧЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ФУТБОЛ В ШКОЛЕ»

Целью модуля «Футбол» (далее – модуль) является формирование у обучающихся навыков общечеловеческой культуры и социального самоопределения, устойчивой мотивации к сохранению и укреплению собственного здоровья, ведению здорового образа жизни через занятия физической культурой и спортом с использованием средств вида спорта «футбол».

Задачи модуля: всестороннее гармоничное развитие детей и подростков, увеличение объёма их двигательной активности; укрепление физического, психологического и социального здоровья обучающихся, развитие основных физических качеств и повышение функциональных возможностей их организма, обеспечение культуры безопасного поведения на занятиях по футболу; освоение знаний о физической культуре и спорте в целом, истории развития футбола в частности;

формирование общих представлений о футболе, о его возможностях и значении в процессе укрепления здоровья, физическом развитии и физической подготовки обучающихся; формирование образовательного фундамента, основанного как на

знаниях и умениях в области физической культуры и спорта, так и на соответствующем культурном уровне развития личности обучающегося, создающем необходимые предпосылки для его самореализации; формирование культуры движений, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей и корригирующей

направленностью, техническими приемами вида спорта «футбол»; воспитание положительных качеств личности, норм коллективного

взаимодействия и сотрудничества; развитие положительной мотивации и устойчивого учебно- познавательного интереса к предмету «Физическая культура», удовлетворение индивидуальных потребностей обучающихся в занятиях физической культурой и спортом; популяризация футбола среди подрастающего поколения, привлечение обучающихся, проявляющих повышенный интерес и способности к занятиям футболом, в школьные спортивные клубы, секции, к участию в

соревнованиях; выявление, развитие и поддержка одарённых детей в области спорта.

Преимущество модуля состоит в том, что используемые в образовательной деятельности технологии футбола решают комплекс основных задач физического воспитания на всех уровнях общего

образования; создают оптимальные условия развития личности, обеспечивают гибкость и вариативность содержания образовательной деятельности в соответствии с индивидуальными особенностями и потребностям обучающихся; являются действенным средством укрепления здоровья детей и

подростков в общеобразовательной организации; формируют навыки собственной безопасности и культуры поведения

при занятиях физической культурой и спортом; расширяют принцип возможности интеграции уроков физической культуры с формами дополнительного физкультурного образования на основе футбола; являясь действенным средством укрепления здоровья детей и подростков в школе, подготовки обучающихся к сдаче норм ВФСК ГТО и подготовки юношей к службе в Вооруженных Силах страны, формируют навыки собственной безопасности в экстремальных ситуациях современного мегаполиса.

Представленный модуль удачно сочетается практически со всеми базовыми видами спорта, входящими в учебный предмет «Физическая культура» в школе (легкая атлетика, гимнастика и т.д.), предполагая доступность освоения учебного материала всем возрастным категориям

обучающихся независимо от уровня их физического развития и гендерных особенностей.

Процесс реализации модуля, опираясь на интегративный подход в обучении, позволяет планомерно реализовывать поставленную цель и последовательно решать задачи физического и социального воспитания детей и подростков на протяжении всех лет их пребывания в общеобразовательной организации. В настоящее время набирает популярность женский футбол, в связи с этим, Модуль могут осваивать не только мальчики/юноши, но и девочки/девушки.

Модуль реализуется в соответствии с Федеральным законом Российской Федерации от 29.12.2012 № 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 и 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).

Модуль учитывает федеральные государственные образовательные стандарты основного общего образования, а также примерные основные образовательные программы основного общего образования, а также направлен на реализацию цели и задач Концепции преподавания учебного предмета «Физическая культура» в образовательных организациях Российской Федерации, реализующих основные общеобразовательные программы, утвержденной протоколом заседания коллегии Министерства просвещения Российской Федерации от 24.12.2018 г. №ПК-1вк.

МЕСТО ПРЕДМЕТА «ФУТБОЛ В ШКОЛЕ» В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ:

Модуль может реализуется на уроках физической культуры в 5 классах общеобразовательной организации в рамках рабочей программы (за счет фасти формируемой участниками образовательных отношений) по предмету «Физическая культура», являющейся обязательным компонентом содержательного раздела основной образовательной программы образовательной организации.

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «ФУТБОЛ В ШКОЛЕ» С УКАЗАНИЕМ ФОРМ И ВИДОВ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ.

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 со зависимого 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 частью подъема, 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.

РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРЕДМЕТА «ФУТБОЛ В ШКОЛЕ»

Личностные результаты:

воспитание патриотизма, уважения к Отечеству через знание истории и современного состояния развития футбола, включая региональный, всероссийский и международный уровни; формирование готовности обучающихся к саморазвитию и самообразованию, мотивации и осознанному выбору индивидуальной траектории образования средствами футбола профессиональных

предпочтений в области физической культуры и спорта; формирование осознанного, уважительного и доброжелательного

отношения в команде, со сверстниками и педагогами; владение умением вести дискуссию, обсуждать содержание и результаты совместной деятельности, находить компромиссы при принятии общих решений; формирование нравственного поведения, осознанного и ответственного

отношения к собственным поступкам; положительных качеств личности; моральной компетентности в решении проблем в процессе занятий физической культурой, игровой и соревновательной деятельности по футболу;

формирование ценности здорового и безопасного образа жизни; усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в учебной, соревновательной, досуговой деятельности и чрезвычайных ситуациях;

Метапредметные результаты:

умение самостоятельно определять цели своего обучения средствами футбола, ставить и формулировать для себя новые задачи в обучении, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности в физкультурно-спортивном направлении; умение самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения задач в учебной, игровой, соревновательной и досуговой деятельности, оценивать правильность выполнения задач, собственные возможности их решения; умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результатов в учебной, игровой и соревновательной деятельности, определять способы действий в рамках предложенных условий,

корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией; владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности; умение создавать, применять и преобразовывать графические пиктограммы физических упражнений в двигательные действия и наоборот; схемы для тактических, игровых задач; умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в групп; находить общее решение и разрешать конфликтные ситуации на основе согласования позиций и учёта интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение;

формирование компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий; соблюдение норм информационной избирательности, этики и этикета.

предметные результаты:

знания о влиянии занятий футболом: на укрепление здоровья, повышение функциональных возможностей основных систем организма и развитие физических качеств; на индивидуальные особенности физического развития и физической подготовленности организма; знание роли главных футбольных организаций мира, Европы, страны, региона; общих сведений о ведущих футбольных отечественных и зарубежных клубах, выдающихся отечественных и зарубежных футболистах и тренерах, внесших общий вклад в развитие и становление современного футбола; понимание роли и значения футбольных проектов в развитии и популяризации футбола для школьников; участие в футбольных проектах («Футбол в школе», «Кожаный мяч», «День

массового футбола»); участие в физкультурно-соревновательной деятельности; характеристика разных стратегий, тактик и стилей игры команд мирового и отечественного футбола;

знание современных правил организации и проведения соревнований по футболу; правил судейства, роли и обязанностей судейской бригады; осуществление судейства учебных игр в качестве судьи, помощника судьи, секретаря; применение и соблюдение правил игры в футбол в процессе учебной и соревновательной деятельности; применение правил соревнований и судейской терминологии в судейской практике и игре; умение проектировать, организовывать и проводить различные части урока в качестве помощника учителя; подвижные игры и эстафеты с элементами футбола, во время самостоятельных занятий и досуговой деятельности со сверстниками; умение характеризовать средства общей и специальной физической

подготовки, основные методы обучения техническим приемам; освоение и демонстрация техники ударов по мячу ногой, головой различными способами, остановок, ведения мяча в различных сочетаниях приемов техники передвижения с техникой владения мячом, различных обманных движений (финтов), отбора и вбрасывания мяча, технических приемов и тактических действий вратаря; применение изученных

технических приемов в учебной, игровой и досуговой деятельности; знание, моделирование и демонстрация индивидуальных, групповых и командных действий в тактике нападения и защиты с учетом игровых амплуа, наиболее выгодных позиций, игровых ситуаций; применение изученных тактических действий в учебной, игровой соревновательной и досуговой деятельности; проявление заинтересованности и познавательного интереса к освоению технико-тактических основ футбола; умение отслеживать правильность двигательных действий и выявлять ошибки в технике и тактике игры в футбол; знание и применение правил безопасности при занятиях футболом, правомерного поведения во время соревнований по футболу в качестве зрителя, болельщика;

знание и применение способов самоконтроля в учебной и соревновательной деятельности, средств восстановления после физической нагрузки, приемов массажа и самомассажа после физической нагрузки и/или во время занятий футболом;

составление и выполнение индивидуальных комплексов общеразвивающих, оздоровительных и корригирующих упражнений, упражнений для развития физических качеств футболиста, проведение закаливающих процедур; соблюдение требований к местам проведения занятий футболом, правил ухода за спортивным оборудованием, инвентарем, футбольным полем; знание основных методов и мер предупреждения травматизма во время занятий футболом; выявление факторов риска и предупреждение травмоопасные ситуации; умение оказания первой помощи

при травмах и повреждениях во время занятий футболом; способность планировать и проводить самостоятельные занятия по освоению новых двигательных действий (элементов футбола) и развитию основных специальных физических качеств футболиста, контролировать и анализировать эффективность этих занятий; знание и соблюдение: основ сбалансированного питания и суточного пищевого рациона футболистов; составление рациона питания; основ организации здорового образа жизни средствами футбола, методов профилактики вредных привычек и асоциального ведомого

(отклоняющегося) поведения; выполнение контрольно-тестовых упражнений по общей, специальной и технической подготовке футболистов; знание методов тестирования физических качеств, умение оценивать показатели физической подготовленности, анализировать результаты тестирования, сопоставлять со среднестатистическими показателями; проведение тестирования уровня физической подготовленности в футболе со сверстниками.

Основные формы и методы, используемые для реализации программы внеурочной деятельности:

В обучении – практический, наглядный, словесный, видеометод.

В воспитании – методы формирования сознания личности, методы организации деятельности и формирования опыта общественного поведения, методы стимулирования поведения и деятельности.

Критерии эффективности программы:

1. Степень участия детей в мероприятиях, соревнованиях и т.д.;
2. Мотивация детей на различные виды деятельности;

   Результаты диагностики активности детей в мероприятиях и разных видах деятельности

ПЛАНИРУЕМЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Личностные результаты

Личностные результаты освоения основной образовательной программы среднего общего образования:

Личностные результаты в сфере отношений обучающихся к себе, к своему здоровью, к познанию себя:

- ориентация обучающихся на достижение личного счастья, реализацию позитивных жизненных перспектив, инициативность, креативность,

готовность и способность к личностному самоопределению, способность ставить цели и строить жизненные планы;

- готовность и способность обеспечить себе и своим близким достойную жизнь в процессе самостоятельной, творческой и ответственной деятельности;
- готовность и способность обучающихся к отстаиванию личного достоинства, собственного мнения, готовность и способность вырабатывать собственную позицию по отношению к общественнополитическим событиям прошлого и настоящего на основе осознания и осмысления истории, духовных ценностей и достижений нашей страны;
- готовность и способность обучающихся к саморазвитию и самовоспитанию в соответствии с общечеловеческими ценностями и идеалами гражданского общества, потребность в физическом самосовершенствовании, занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью;
- принятие и реализация ценностей здорового и безопасного образа жизни, бережное, ответственное и компетентное отношение к собственному физическому и психологическому здоровью;
- неприятие вредных привычек: курения, употребления алкоголя, наркотиков.

Личностные результаты в сфере отношений обучающихся к России как к Родине (Отечеству):

- российская идентичность, способность к осознанию российской идентичности в поликультурном социуме, чувство причастности к историко-культурной общности российского народа и судьбе России, патриотизм, готовность к служению Отечеству, его защите;
- уважение к своему народу, чувство ответственности перед Родиной, гордости за свой край, свою Родину, прошлое и настоящее многонационального народа России, уважение к государственным символам (герб, флаг, гимн);
- формирование уважения к русскому языку как государственному языку Российской Федерации, являющемуся основой российской идентичности и главным фактором национального самоопределения;
- воспитание уважения к культуре, языкам, традициям и обычаям народов, проживающих в Российской Федерации.

Личностные результаты в сфере отношений обучающихся к закону, государству и к гражданскому обществу:

- гражданственность, гражданская позиция активного и ответственного члена российского общества, осознающего свои конституционные права и обязанности, уважающего закон и правопорядок, осознанно

принимающего традиционные национальные и общечеловеческие гуманистические и демократические ценности, готового к участию в общественной жизни;

- признание неотчуждаемости основных прав и свобод человека, которые принадлежат каждому от рождения, готовность к осуществлению собственных прав и свобод без нарушения прав и свобод других лиц, готовность отстаивать собственные права и свободы человека и гражданина согласно общепризнанным принципам и нормам международного права и в соответствии с Конституцией Российской Федерации, правовая и политическая грамотность;
- мировоззрение, соответствующее современному уровню развития науки и общественной практики, основанное на диалоге культур, а также различных форм общественного сознания, осознание своего места в поликультурном мире;
- интериоризация ценностей демократии и социальной солидарности, готовность к договорному регулированию отношений в группе или социальной организации;
- готовность обучающихся к конструктивному участию в принятии решений, затрагивающих их права и интересы, в том числе в различных формах общественной самоорганизации, самоуправления, общественно значимой деятельности;
- приверженность идеям интернационализма, дружбы, равенства, взаимопомощи народов; воспитание уважительного отношения к национальному достоинству людей, их чувствам, религиозным убеждениям;
- готовность обучающихся противостоять идеологии экстремизма, национализма, ксенофобии; коррупции; дискриминации по социальным, религиозным, расовым, национальным признакам и другим негативным социальным явлениям.

Личностные результаты в сфере отношений обучающихся с окружающими людьми:

- нравственное сознание и поведение на основе усвоения общечеловеческих ценностей, толерантного сознания и поведения в поликультурном мире, готовности и способности вести диалог с другими людьми, достигать в нем взаимопонимания, находить общие цели и сотрудничать для их достижения;
- принятие гуманистических ценностей, осознанное, уважительное и доброжелательное отношение к другому человеку, его мнению, мировоззрению;
- способность к сопереживанию и формирование позитивного отношения к людям, в том числе к лицам с ограниченными возможностями здоровья

и инвалидам; бережное, ответственное и компетентное отношение к физическому и психологическому здоровью других людей, умение оказывать первую помощь;

- формирование выраженной в поведении нравственной позиции, в том числе способности к сознательному выбору добра, нравственного сознания и поведения на основе усвоения общечеловеческих ценностей и нравственных чувств (чести, долга, справедливости, милосердия и дружелюбия);
- развитие компетенций сотрудничества со сверстниками, детьми младшего возраста, взрослыми в образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, проектной и других видах деятельности.

Личностные результаты в сфере отношений обучающихся к окружающему миру, живой природе, художественной культуре:

- мировоззрение, соответствующее современному уровню развития науки, значимости науки, готовность к научно-техническому творчеству, владение достоверной информацией о передовых достижениях и открытиях мировой и отечественной науки, заинтересованность в научных знаниях об устройстве мира и общества;
- готовность и способность к образованию, в том числе самообразованию, на протяжении всей жизни; сознательное отношение к непрерывному образованию как условию успешной профессиональной и общественной деятельности;
- экологическая культура, бережное отношения к родной земле, природным богатствам России и мира; понимание влияния социальноэкономических процессов на состояние природной и социальной среды, ответственность за состояние природных ресурсов; умения и навыки разумного природопользования, нетерпимое отношение к действиям, приносящим вред экологии; приобретение опыта эколого-направленной деятельности;
- эстетическое отношения к миру, готовность к эстетическому обустройству собственного быта.

Личностные результаты в сфере отношений обучающихся к семье и родителям, в том числе подготовка к семейной жизни:

- ответственное отношение к созданию семьи на основе осознанного принятия ценностей семейной жизни;
- положительный образ семьи, отцовства и материнства, традиционных семейных ценностей.

Личностные результаты в сфере отношения обучающихся к труду, в сфере социально-экономических отношений:

- уважение ко всем формам собственности, готовность к защите своей собственности,
- осознанный выбор будущей профессии как путь и способ реализации собственных жизненных планов;
- готовность обучающихся к трудовой профессиональной деятельности как к возможности участия в решении личных, общественных, государственных, общенациональных проблем;
- потребность трудиться, уважение к труду и людям труда, трудовым достижениям, добросовестное, ответственное и творческое отношение к разным видам трудовой деятельности;
- готовность к самообслуживанию, включая обучение и выполнение домашних обязанностей.
- **Личностные результаты в сфере физического, психологического, социального и академического благополучия обучающихся:**
- физическое, эмоционально-психологическое, социальное благополучие обучающихся в жизни образовательной организации, ощущение детьми безопасности и психологического комфорта, информационной безопасности.

Метапредметные результаты

Метапредметные результаты освоения основной образовательной программы по предмету «Индивидуальный проект» представлены тремя группами универсальных учебных действий (УУД):

1. **Регулятивные универсальные учебные действия**

- самостоятельно определять цели, задавать параметры и критерии, по которым можно определить, что цель достигнута;
- оценивать возможные последствия достижения поставленной цели в деятельности, собственной жизни и жизни окружающих людей, основываясь на соображениях этики и морали;
- ставить и формулировать собственные задачи в образовательной деятельности и жизненных ситуациях;
- оценивать ресурсы, в том числе время и другие нематериальные ресурсы, необходимые для достижения поставленной цели;
- выбирать путь достижения цели, планировать решение поставленных задач, оптимизируя материальные и нематериальные затраты;
- организовывать эффективный поиск ресурсов, необходимых для достижения поставленной цели;
- сопоставлять полученный результат деятельности с поставленной заранее целью.

2. Познавательные универсальные учебные действия

- искать и находить обобщенные способы решения задач, в том числе, осуществлять развернутый информационный поиск и ставить на его основе новые (учебные и познавательные) задачи;
- критически оценивать и интерпретировать информацию с разных позиций, распознавать и фиксировать противоречия в информационных источниках;
- использовать различные модельно-схематические средства для представления существенных связей и отношений, а также противоречий, выявленных в информационных источниках;
- находить и приводить критические аргументы в отношении действий и суждений другого; спокойно и разумно относиться к критическим замечаниям в отношении собственного суждения, рассматривать их как ресурс собственного развития;
- выходить за рамки учебного предмета и осуществлять целенаправленный поиск возможностей для широкого переноса средств и способов действия; □ выстраивать индивидуальную образовательную траекторию, учитывая ограничения со стороны других участников и ресурсные ограничения; □ менять и удерживать разные позиции в познавательной деятельности.

3. Коммуникативные универсальные учебные действия

- осуществлять деловую коммуникацию как со сверстниками, так и со взрослыми (как внутри образовательной организации, так и за ее пределами), подбирать партнеров для деловой коммуникации исходя из соображений результативности взаимодействия, а не личных симпатий;
- при осуществлении групповой работы быть как руководителем, так и членом команды в разных ролях (генератор идей, критик, исполнитель, выступающий, эксперт и т.д.);
- координировать и выполнять работу в условиях реального, виртуального и комбинированного взаимодействия;
- развернуто, логично и точно излагать свою точку зрения с использованием адекватных (устных и письменных) языковых средств;
- распознавать конфликтогенные ситуации и предотвращать конфликты до их активной фазы, выстраивать деловую и образовательную коммуникацию, избегая личностных оценочных суждений.

ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

В результате учебно-исследовательской и проектной деятельности обучающиеся получат представление:

- о философских и методологических основаниях научной деятельности и научных методах, применяемых в исследовательской и проектной деятельности;
- о таких понятиях, как концепция, научная гипотеза, метод, эксперимент, надежность гипотезы, модель, метод сбора и метод анализа данных; □ о том, чем отличаются исследования в гуманитарных областях от исследований в естественных науках;
- об истории науки;
- о новейших разработках в области науки и технологий;
- о правилах и законах, регулирующих отношения в научной, изобретательской и исследовательских областях деятельности (патентное право, защита авторского права и др.);
- о деятельности организаций, сообществ и структур, заинтересованных в результатах исследований и предоставляющих ресурсы для проведения исследований и реализации проектов (фонды, государственные структуры и др.).

С точки зрения формирования ***универсальных учебных действий,*** *в ходе освоения принципов учебно-исследовательской и проектной деятельностей обучающиеся научатся:*

- формулировать научную гипотезу, ставить цель в рамках исследования и проектирования, исходя из культурной нормы и сообразуясь с представлениями об общем благе;
- восстанавливать контексты и пути развития того или иного вида научной деятельности,
- определяя место своего исследования или проекта в общем культурном пространстве;
- отслеживать и принимать во внимание тренды и тенденции развития различных видов деятельности, в том числе научных, учитывать их при постановке собственных целей;
- оценивать ресурсы, в том числе и нематериальные (такие, как время), необходимые для достижения поставленной цели;
- находить различные источники материальных и нематериальных ресурсов, предоставляющих средства для проведения исследований и реализации проектов в различных областях деятельности человека;
- вступать в коммуникацию с держателями различных типов ресурсов, точно и объективно презентуя свой проект или возможные результаты исследования, с целью обеспечения продуктивного взаимовыгодного сотрудничества;
- самостоятельно и совместно с другими авторами разрабатывать систему параметров и критериев оценки эффективности и продуктивности

реализации проекта или исследования на каждом этапе реализации и по завершении работы;

- адекватно оценивать риски реализации проекта и проведения исследования и предусматривать пути минимизации этих рисков;
- адекватно оценивать последствия реализации своего проекта (изменения, которые он повлечет в жизни других людей, сообществ); адекватно оценивать дальнейшее развитие своего проекта или исследования, видеть возможные варианты применения результатов.

Индивидуальный проект представляет собой особую форму организации деятельности обучающихся (учебное исследование или учебный проект).

Индивидуальный проект выполняется обучающимся самостоятельно под руководством учителя (тьютора) по выбранной теме в рамках одного или нескольких изучаемых учебных предметов, курсов в любой избранной области деятельности (познавательной, практической, учебноисследовательской, социальной, художественно-творческой, иной).

Результаты выполнения индивидуального проекта должны отражать:

- сформированность навыков коммуникативной, учебноисследовательской деятельности, критического мышления;
- способность к инновационной, аналитической, творческой, интеллектуальной деятельности;
- сформированность навыков проектной деятельности, а также самостоятельного применения приобретённых знаний и способов действий при решении различных задач, используя знания одного или нескольких учебных предметов или предметных областей;
- пособность постановки цели и формулирования гипотезы исследования, планирования работы, отбора и интерпретации необходимой информации, структурирования аргументации результатов исследования на основе собранных данных, презентации результатов.

Индивидуальный проект выполняется обучающимся в течение одного года в рамках учебного времени, специально отведённого учебным планом, и должен быть представлен в виде завершённого учебного исследования или разработанного проекта: информационного, творческого, социального, прикладного, инновационного, конструкторского, инженерного.

Достижение предметных результатов **освоения программы проявляется через:**

- знание основ методологии исследовательской и проектной деятельности;
- знание структуры и правил оформления исследовательской и проектной работы;

- владение навыками формулировки темы исследовательской и проектной работы, доказательства ее актуальности;
- умение составлять индивидуальный план исследовательской и проектной работы;
- умение выделять объект и предмет исследовательской и проектной работы;
- умение определять цель и задачи исследовательской и проектной работы;
- умение работать с различными источниками, в том числе с первоисточниками, грамотно их цитировать, оформлять библиографические ссылки, составлять библиографический список по проблеме;
- умение выбирать и применять на практике методы исследовательской деятельности адекватные задачам исследования;
- умение оформлять теоретические и экспериментальные результаты исследовательской и проектной работы;
- умение рецензировать чужую исследовательскую или проектную работы;
- умение научно-обоснованно наблюдать за биологическими, экологическими и социальными явлениями;
- умение описывать результаты наблюдений, обсуждения полученных фактов;
- умение проводить опыт в соответствии с задачами, объяснить результаты;
- умение проводить измерения с помощью различных приборов;
- умение выполнять письменные инструкции правил безопасности;
- умение оформлять результаты исследования с помощью описания фактов, составления простых таблиц, графиков, формулирования выводов.

По окончании изучения курса учащиеся должны владеть понятиями: абстракция, анализ, апробация, библиография, гипотеза исследования, дедукция, закон, индукция, концепция, моделирование, наблюдение, наука, обобщение, объект исследования, предмет исследования, принцип, рецензия, синтез, сравнение, теория, факт, эксперимент

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

5 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
Раздел 1. **Знания о футболе** *(в процессе практических занятий)*					
1.1	Общие сведения о ведущих футбольных отечественных и зарубежных клубах, их традициях. Названия и роль главных футбольных организаций мира, Европы, страны, региона. Правила безопасной культуры занятий футболом, поведения на стадионе во время просмотра игры в качестве зрителя- болельщика.	2			Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f413034
Итого по разделу		2			
Раздел 3. **Физическое совершенствование**					

	Подвижные игры и эстафеты с элементами футбола. Контрольнотестовые упражнения по физической культуре модулю «футбол».	32		1	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f413034

	Технические приемы и тактические действия футбола, изученные на уровне начального общего образования. Удары по мячу ногой: удары по мячу внутренней стороной стопы, внутренней и средней частью подъема, резаные удары по неподвижному и катящемуся мячу; удар с полулета правой и левой ногой; удары правой и левой ногой различными способами по катящемуся и летящему мячу с различными направлениями, траекторией, скоростью. Удары по мячу ногой пяткой (назад) по неподвижному, катящемуся, прыгающему и летящему мячу правой, и левой ногой. Удары внешней частью подъема: стоя на месте и в движении; верхом, на короткое расстояние; передачи (пас) мяча низом. Учебные игры в футбол.				
Итого по разделу		32			
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34		6	

Учебно-тематическое планирование модуля «Футбол» 5 класс.

№	Тема занятия	Элементы содержания	Требования к уровню подготовки обучающихся
1	Техника ведения мяча.	Правила безопасного поведения во время занятий футболом. Подвижная игра «Приветствие». Комплексы специальных упражнений для формирования технических приемов (приложение № 3). Подвижная игра «Догонялки вокруг конусов». Игра 4х4 «Футбол» ворота мини-футбольные.	Знать, рассказывать и соблюдать правила техники безопасности во время занятий футболом. Знать перечень спортивной одежды и обуви для занятий футболом. Выполнять ведение мяча (внутренней, внешней, средней частью подъема).
2	Техника ведения мяча. Техника передачи и остановки мяча.	Правила ухода за инвентарем, спортивным оборудованием, футбольным полем. Подвижная игра «Кто быстрее» (с ведением). Комплекс упражнений на координацию. Упражнение «Передачи и остановка мяча со сменой положения мест вперед». Игра 4х4 «Футбол» ворота мини-футбольные.	Знать и соблюдать правила ухода за инвентарем, спортивным оборудованием, футбольным полем. Выполнять ведение, передачи и остановку мяча.

3	Техника ведения мяча. Техника передачи и остановки мяча.	Правила личной гигиены, требования к спортивной одежде и обуви для занятий футболом. Правила ухода за спортивным инвентарем и оборудованием. Комплексы специальных упражнений для формирования технических приемов (приложение № 3). Комплекс беговых упражнений и способы передвижения. Упражнение «Передача и остановка мяча со сменой положения мест назад». Игра 4х4 «Футбол» ворота мини-футбольные.	Знать и соблюдать правила личной гигиены. Уметь подбирать спортивную одежду и обувь для занятий футболом. Выполнять ведение, передачи и остановку мяча.
4	Техника ведения мяча. Техника передачи и остановки мяча.	Самоконтроль и его роль в учебной и соревновательной деятельности. Первые признаки утомления. Средства восстановления после физической нагрузки, приемы массажа и самомассажа после физической нагрузки и/или во время занятий футболом. Комплекс общеразвивающих упражнений с футбольным мячом. Подвижная игра «Кто быстрее» (с ведением). Упражнение «Передача мяча в тройках через центр». Игра 4х4 «Футбол» ворота мини-футбольные.	Применять правила самоконтроля в учебной и соревновательной деятельности. Формулировать роль самоконтроля в учебной и соревновательной деятельности. Знать первые признаки утомления. Знать и применять средства и методы восстановления организма после физической нагрузки. Выполнять ведение, передачи и остановку мяча.

5	Техника передачи и остановки мяча.	Контроль за физической нагрузкой, самоконтроль физического развития; анализ свои показатели и сопоставление. Их со среднестатистическими данными. Комплексы специальных упражнений для формирования технических приемов (приложение № 3). Упражнения на частоту беговых движений в виде эстафеты. Упражнение «Передачи и остановка мяча со сменой положения мест вперед». Игра 4х4 «Футбол» ворота мини-футбольные.	Осуществлять контроль за физической нагрузкой, контролировать физическое развитие (дневник самоконтроля) анализировать показатели и сопоставлять со среднестатистическими. Выполнять передачи и остановки мяча.
6	Техника ведения мяча и развороты с мячом	Подвижная игра «Четыре квадрата». Эстафета с элементами футбола (ведение и развороты). Упражнение «Передача мяча в треугольнике». Игра 4х4 «Футбол» ворота мини-футбольные. Контрольно-тестовое упражнение (ведение мяча, развороты и бег 30 м.).	Выполнять контрольно-тестовые упражнения ведение мяча и развороты с мячом. Бег 30 м.
7	Техника ведения мяча и финт «Переступание через мяч»	Влияние занятий футболом на формирование положительных качеств личности человека. Подвижная игра «Догонялки вокруг конусов». Упражнение финт «Переступание через мяч». Подвижная игра «Один в один». Игра 4х4 «Футбол» ворота минифутбольные.	Знать, раскрывать и анализировать значение занятий футболом на формирование положительных качеств личности человека (воли, смелости, трудолюбия, честности, сознательности, выдержки, решительности, настойчивости, этических норм поведения).

8	Техника ведения мяча и финты. Техника передачи и остановки мяча.	Общие сведения о ведущих футбольных отечественных и зарубежных клубах, их традициях. Названия и роль главных футбольных организаций мира, Европы, страны, региона. Подвижная игра «Зеркало» (с/зал). Подвижная игра «Четыре квадрата» (улица). Упражнение «Передачи и остановка мяча со сменой положения мест вперед». Упражнение «Передача мяча в тройках через центр». Игра 4х4 «Футбол» ворота минифутбольные.	Знать общие сведения о ведущих отечественных и зарубежных футбольных клубах, их традициях. Знать названия и роль главных футбольных организаций мирового, всероссийского и регионального уровней. Выполнять ведение и финты с мячом, а также передачи и остановку мяча.
9	Техника ведения мяча и финты. Техника передачи и остановки мяча.	Выдающиеся отечественные и зарубежные футболисты, тренеры, внесшие общий вклад в развитие и становление современного футбола. Подвижная игра «Зеркало». Упражнение «Передача и остановка мяча со сменой положения мест назад». Игра «1х1 – передачи на точность». Игра 4х4 «Футбол»	Знать достижения отечественных и зарубежных футболистов –победителей, призеров европейских, мировых первенств и Олимпийских игр, выдающихся тренеров. Знать их вклад в развитие и становление современного футбола. Выполнять ведение и финты с мячом, а также передачи и

		ворота мини-футбольные.	остановку мяча.

10	Техника ведения мяча и финты. Техника передачи и остановки мяча.	Официальный календарь соревнований и физкультурных мероприятий по футболу, проводимых в Российской Федерации, в регионе для обучающихся образовательных организаций, на международном уровне. Комплекс общеразвивающих упражнений с футбольным мячом. Подвижная игра «Четыре квадрата». Упражнение «Передача мяча в треугольнике». Подвижная игра «Один в один».	Знать, понимать и уметь рассказывать роли и значении футбольных проектов в развитии и популяризации футбола для школьников. Участвовать в футбольных проектах для образовательных организаций и обучающихся. Выполнять ведение и финты с мячом, а также передачи и остановку мяча.
11	Техника ведения мяча и финты. Техника передачи и остановки мяча.	Подвижная игра «Финты корпусом» (в кругу). Подвижная игра «Выбивной». Упражнение «Передача мяча в тройках через центр». Игра 4х4 «Футбол» ворота минифутбольные. Контрольно-тестовое упражнение (финты).	Организовывать и проводить различные части урока в качестве помощника учителя. Организовывать самостоятельно и принимать участие со сверстниками в различных играх с элементами футбола. Выполнять ведение и финты с мячом, а также передачи и остановку мяча. Выполнять контрольно-тестовые упражнения.
12	Техника передачи и остановки мяча.	Правила судейства соревнований по футболу; роль и обязанности судейской бригады. Комплекс упражнений на координацию с футбольным мячом. Упражнение «Короткие передачи в движении вперед спиной». Игра «1х1 – передачи на точность». Игровое упражнение 1х1 с завершением.	Знать состав судейской коллегии, обслуживающей соревнования по футболу и основные функции. Знать и понимать жесты судьи. Выполнять передачи и остановку мяча.

13	Техника передачи и	Правила ухода за инвентарем, спортивным	Знать и соблюдать правила ухода за

	остановки мяча.	оборудованием, футбольным полем. Комплекс беговых упражнений и способы передвижения. Игра «Выбивной». Упражнение «Передачи и остановка мяча со сменой положения мест вперед». Упражнение «Передача и остановка мяча со сменой положения мест назад». Игра 3х3 + вратари или 3х3 без вратарей.	инвентарем, спортивным оборудованием, футбольным полем. Выполнять передачи и остановку мяча.
14	Техника передачи и остановки мяча.	Выдающиеся отечественные и зарубежные футболисты, тренеры, внесшие общий вклад в развитие и становление современного футбола. Игра «Кто быстрее» (с ведением). Упражнение «Передача мяча в тройках через центр». Упражнение «Короткие передачи в движении вперед спиной». Игровое упражнение 1х1 с завершением. Игра 3х3 + вратари или 3х3 без вратарей.	Знать достижения отечественных и зарубежных футболистов –победителей, призеров европейских, мировых первенств и Олимпийских игр, выдающихся тренеров. Знать их вклад в развитие и становление современного футбола. Выполнять передачи и остановку мяча.

15	Техника передачи и остановки мяча.	Подвижная игра «Снайперы» (мяч в руках). Подвижная игра «Выбивной». Подвижная игра «1х1 – передачи на точность». Подвижная игра «Один в один». Контрольнотестовое упражнение (передача мяча).	Самостоятельно организовывать проводить подвижные игры, эстафеты с элементами футбола, соблюдать правила подвижных игр и эстафет, преодолевать трудности в ходе спортивной борьбы, управлять своими эмоциями, проявлять культуру общения и взаимодействия в процессе игровой и соревновательной деятельности по футболу. Выполнять контрольно-тестовое упражнение.
16	Техника передачи и	Общие сведения о ведущих футбольных	Знать общие сведения о ведущих

	приема мяча. Техника отбора мяча.	отечественных и зарубежных клубах, их традициях. Названия и роль главных футбольных организаций мира, Европы, страны, региона. Эстафета с элементами футбола. Подвижная игра «1х1 прием мяча с уходом в сторону». Подвижная игра «Ведение, дриблинг, финты-переход границы». Игровое упражнение 2х1 + вратарь (с разными заданиями).	отечественных и зарубежных футбольных клубах, их традициях. Знать названия и роль главных футбольных организаций мирового, всероссийского и регионального уровней. Выполнять передачи, прием и отбор мяча.
17	Техника передачи и приема мяча. Техника отбора мяча.	Подвижная игра «Догонялки вокруг конусов». Подвижная игра «1х1 прием мяча с уходом в сторону». Игровое упражнение 1х1 с завершением. Игра 3х3 + вратари или 3х3 без вратарей.	Проектирование (с помощью учителя), организация и проведение общеразвивающей и специальной разминки футболиста; применять во время самостоятельных занятий футболом. Выполнять передачи, прием и отбор мяча.

18	Техника передачи и приема мяча. Техника отбора мяча.	Выдающиеся отечественные и зарубежные футболисты, тренеры, внесшие общий вклад в развитие и становление современного футбола. Упражнения на частоту беговых движений в виде эстафеты. Подвижная игра «Зеркало». Подвижная игра «1х1 прием мяча с уходом в сторону». Подвижная игра «Один в один».	Знать достижения отечественных и зарубежных футболистов –победителей, призеров европейских, мировых первенств и Олимпийских игр, выдающихся тренеров. Знать их вклад в развитие и становление современного футбола. Выполнять передачи, прием и отбор мяча.
19	Техника передачи и приема мяча. Техника отбора мяча.	Самоконтроль и его роль в учебной и соревновательной деятельности. Первые признаки утомления. Средства восстановления после физической нагрузки, приемы массажа и самомассажа после	Применять правила самоконтроля в учебной и соревновательной деятельности. Формулировать роль самоконтроля в учебной и соревновательной деятельности. Знать первые признаки утомления. Знать и

		физической нагрузки и/или во время занятий футболом. Подвижная игра «Хвостики» (с мячом). Упражнение «Передача мяча в тройках через центр». Подвижная игра «1х1 прием мяча с уходом в сторону». Игровое упражнение 2х1 + вратарь (с разными заданиями).	применять средства и методы восстановления организма после физической нагрузки. Выполнять передачи, прием и отбор мяча.

20	Техника передачи и остановки/прием мяча. Техника отбора мяча.	Комплекс упражнений на координацию с футбольным мячом. Упражнение «Передача и остановка мяча со сменой положения мест назад». Подвижная игра «Ведение, дриблинг, финты-переход границы». Игра 3х3 + вратари или 3х3 без вратарей. Контрольнотестовое упражнение (остановка/прием мяча)	Организовывать и проводить различные части урока в качестве помощника учителя. Организовывать самостоятельно и принимать участие со сверстниками в различных играх с элементами футбола. Выполнять контрольнотестовое упражнение.
21	Техника отбора мяча корпусом (обучение).	Контроль за физической нагрузкой, самоконтроль физического развития; анализ свои показатели и сопоставление. Их со среднестатистическими данными. Комплекс беговых упражнений и способы передвижения. Подвижная игра «Выбивной». Упражнение «Отбор мяча корпусом». Игра «Старты с ударом по воротам» (без удара по воротам отбор мяча корпусом и ведение мяча вперед 3-5 м.).	Осуществлять контроль за физической нагрузкой, контролировать физическое развитие (дневник самоконтроля), анализировать показатели и сопоставлять со среднестатистическими. Выполнять отбор мяча корпусом.
22	Техника передачи мяча и отбора мяча корпусом.	Выдающиеся отечественные и зарубежные футболисты, тренеры, внесшие общий вклад в развитие и становление современного	Знать достижения отечественных и зарубежных футболистов –победителей, призеров европейских, мировых первенств и

		футбола. Комплекс общеразвивающих упражнений с футбольным мячом. Подвижная игра «1х1 – передачи на точность. Игровое упражнение 1х1 с завершением.	Олимпийских игр, выдающихся тренеров. Знать их вклад в развитие и становление современного футбола. Выполнять передачу мяча и отбор мяча корпусом.
23	Техника отбора мяча.	Правила личной гигиены, требования к спортивной одежде и обуви для занятий футболом. Правила ухода за спортивным инвентарем и оборудованием. Подвижная игра «Дом». Подвижная игра «1х1 прием мяча с уходом в сторону». Подвижная игра «Ведение, дриблинг, финты-переход границы». Подвижная игра «Один в один».	Знать и соблюдать правила личной гигиены. Уметь подбирать спортивную одежду и обувь для занятий футболом. Выполнять отбор мяча различными способами.
24	Техника отбора мяча.	Влияние занятий футболом на формирование положительных качеств личности человека. Упражнения на частоту беговых движений в виде эстафеты. Подвижная игра «Ведение, дриблинг, финты-переход границы». Игра 3х3 + вратари или 3х3 без вратарей.	Знать, раскрывать и анализировать значение занятий футболом на формирование положительных качеств личности человека (воли, смелости, трудолюбия, честности, сознательности, выдержки, решительности, настойчивости, этических норм поведения). Выполнять отбор мяча различными способами.
25	Техника отбора мяча.	Подвижная игра «Зеркало». Подвижная игра «1х1 прием мяча с уходом в сторону». Игровое упражнение 2х1 + вратарь (с	Выполнять контрольно-тестовое упражнение (отбор мяча корпусом).

		разными заданиями). Контрольно-тестовое упражнение отбор мяча корпусом.	
26	Техника передачи и отбора мяча.	Комплекс упражнений на координацию с футбольным мячом и без мяча. Упражнение	Организовывать и проводить различные части урока в качестве помощника учителя.

		«Передача мяча в тройках через центр». Игровое упражнение 1х1 с завершением. Игра 3х3 + вратари или 3х3 без вратарей.	Выполнять передачи и отбор мяча.
27	Техника удара по мячу внутренней и средней частью подъема (обучение)	Выдающиеся отечественные и зарубежные футболисты, тренеры, внесшие общий вклад в развитие и становление современного футбола. Подвижная игра «Кто быстрее» (с ведением). Упражнение «Удары по мячу с места и короткого разбега». Упражнение «Обвод стоек и удар по воротам». Игра 4х4 «Футбол» ворота мини-футбольные.	Знать достижения отечественных и зарубежных футболистов –победителей, призеров европейских, мировых первенств и Олимпийских игр, выдающихся тренеров. Знать их вклад в развитие и становление современного футбола. Выполнять удары по мячу внутренней и средней частью подъема.

28	Техника удара по мячу внутренней и средней частью подъема.	Подвижная игра «Охота три цвета». Упражнение «Обвод стоек и удар по воротам». Упражнение «Удар по ворота после комбинации «Стенка». Игра 4х4 «Футбол» ворота мини-футбольные.	Самостоятельно организовывать проводить подвижные игры, эстафеты с элементами футбола, соблюдать правила подвижных игр и эстафет, преодолевать трудности в ходе спортивной борьбы, управлять своими эмоциями, проявлять культуру общения и взаимодействия в процессе игровой и соревновательной деятельности по футболу. Выполнять удары по мячу внутренней и средней частью подъема.
29	Техника удара по мячу внутренней и средней частью подъема.	Эстафеты специальной направленности (с элементами футбола). Упражнение «Удар по ворота после комбинации «Стенка». Игра 2 х Вратарь. Игра 4х4 «Футбол» ворота минифутбольные. Контрольно-тестовые упражнения (прыжок в длину с места и челночный бег).	Выполнять удары по мячу внутренней и средней частью подъема. Выполнять контрольно-тестовые упражнения.

30	Техника удара по мячу внутренней и средней частью подъема.	Самоконтроль и его роль в учебной и соревновательной деятельности. Первые признаки утомления. Средства восстановления после физической нагрузки, приемы массажа и самомассажа после физической нагрузки и/или во время занятий футболом. Подвижная игра «Догонялки вокруг конусов». Старты 1х1 с ударом по воротам. Игра 2 х Вратарь. Игра 4х4 «Футбол» ворота мини-футбольные.	Применять правила самоконтроля в учебной и соревновательной деятельности. Формулировать роль самоконтроля в учебной и соревновательной деятельности. Знать первые признаки утомления. Знать и применять средства и методы восстановления организма после физической нагрузки. Выполнять удары по мячу внутренней и средней частью подъема.
31	Техника удара по мячу внутренней и средней частью подъема.	Подвижная игра «1х1 прием мяча с уходом в сторону». Упражнение «Обвод стоек и удар по воротам». Старты 1х1 с ударом по воротам. Игра 4х4 «Футбол» ворота минифутбольные.	Проектирование (с помощью учителя), организация и проведение общеразвивающей и специальной разминки футболиста; применять во время самостоятельных занятий футболом. Выполнять удары по мячу внутренней и средней частью подъема.
32	Техника удара по мячу внутренней и средней частью подъема.	Выдающиеся отечественные и зарубежные футболисты, тренеры, внесшие общий вклад в развитие и становление современного футбола. Подвижная игра «Четыре квадрата». Упражнение «Удар по ворота после комбинации «Стенка». Игра 2 х Вратарь. Игра 4х4 «Футбол» ворота минифутбольные.	Знать достижения отечественных и зарубежных футболистов –победителей, призеров европейских, мировых первенств и Олимпийских игр, выдающихся тренеров. Знать их вклад в развитие и становление современного футбола. Выполнять удары по мячу внутренней и средней частью подъема.

33	Техника удара по мячу внутренней и средней частью подъема.	Упражнение «Передача мяча в треугольнике». Игра 2 х Вратарь. Упражнение «Обвод стоек и удар по воротам». Игра 4х4 «Футбол» ворота мини-	Выполнять контрольно-тестовое упражнение удары по мячу внутренней и средней частью подъема.
		футбольные. Контрольно-тестовое упражнение удар по мячу.	
34	Техника удара по мячу внутренней и средней частью подъема.	Подвижная игра «Четыре конуса». Старты 1х1 с ударом по воротам. Упражнение «Удар по ворота после комбинации «Стенка». Игра 4х4 «Футбол» ворота мини-футбольные.	Самостоятельно организовывать проводить подвижные игры, эстафеты с элементами футбола, соблюдать правила подвижных игр и эстафет, преодолевать трудности в ходе спортивной борьбы, управлять своими эмоциями, проявлять культуру общения и взаимодействия в процессе игровой и соревновательной деятельности по футболу. Выполнять удары по мячу внутренней и средней частью подъема.

Распределение учебного материала в течение года 5 класс

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	34
Раздел 1. Знания о футболе (приложение 1)																																		

Правила безопасного поведения во время занятий футболом	+																																
Правила ухода за инвентарем, спортивным оборудованием, футбольным полем		+											+																				
Влияние занятий футболом на формирование положительных качеств личности человека							+																	+									
Общие сведения о ведущих футбольных отечественных и зарубежных клубах, их традициях. Названия и роль главных футбольных								+								+																	
организаций мира, Европы, страны, региона																																	

Выдающиеся отечественные и зарубежные футболисты, тренеры, внесшие общий вклад в развитие и становление современного футбола									+					+				+				+					+					+			
Официальный календарь соревнований и физкультурных мероприятий по футболу, проводимых в Российской Федерации, в регионе для обучающихся образовательных организаций, на международном уровне										+																									
	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	34	
Правила судейства соревнований по футболу; роль и обязанности												+																							

судейской бригады																																
Раздел 2. Способы двигательной (физкультурной) деятельности (приложение 2)																																
Самоконтроль и его роль в учебной и соревновательной деятельности. Первые признаки утомления. Средства восстановления после физической нагрузки				+														+									+				
Контроль за физической нагрузкой, самоконтроль физического развития; анализ своих показателей и сопоставление их со среднестатистическими данными					+															+											

Правила личной гигиены, требования к спортивной одежде и обуви для занятий футболом. Правила ухода за спортивным инвентарем и			+																			+										

оборудованием																																
Организация (с помощью учителя) и проведение общеразвивающ ей и специальной разминки футболиста																	+													+		
Организация и проведение различных частей урока, занятия, различных форм двигательной активности со средствами футбола (игры со сверстниками)											+									+						+						

Организация подвижных игр и эстафет с элементами футбола со сверстниками															+													+					+
Контрольнотестовые упражнения по физической культуре модулю «футбол»						+					+				+					+					+				+			+		
Раздел 3. Физическое совершенствование																																		
	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	34
Комплекс общеразвивающ				+						+												+												

их упражнений и корригирующей гимнастики с мячом и без мяча (Модуль)																																		
Техника передвижения и специальнобеговые упражнения			+										+								+													
Упражнения на координацию с мячом и частоту беговых движений в виде эстафеты		+			+							+						+		+				+		+							

Подвижная игра и эстафеты специальной направленности (с элементами футбола) (Модуль)	+					+					+				+				+				+					+	+					+				
Комплексы специальных упражнений для формирования технических приемов (Модуль). Примерный комплекс (приложение № 3)	+		+		+																																
Индивидуальные технические приемы владения мячом. Тема 1 – Техника ведения мяча (внутренней, внешней, средней частью подъема), развороты (подошвой, внутренней и внешней стороной стопы), финты («Ложная остановка»; «Уход с мячом в сторону», «Выпад в сторону», «Переступание через мяч»)																																					
Подвижная игра «Догонялки	+						+										+													+							

вокруг конусов»																																						
Подвижная игра «Кто быстрее» (с ведением мяча)		+		+		+								+														+										
Подвижная игра «Зеркало»								+	+									+									+											

Финт «Переступание через мяч» (обучение)							+																										
Подвижная игра «Четыре квадрата» (улица)						+		+		+																				+			
Подвижная игра «Выбивной»											+		+		+							+											
Индивидуальные технические приемы владения мячом. Тема 2 – Техника передачи мяча (внутренней стороной стопы) и остановки мяча (внутренней стороной стопы и подошвой)																																	
Передачи и остановка мяча со сменой положения мест вперед		+			+			+					+																				
	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	34
Передачи и остановка мяча со сменой положения мест назад			+						+				+							+													
Передачи мяча в тройках через центр				+				+			+			+					+						+								
Передачи мяча в треугольнике						+				+		+		+																		+	

Подвижная игра «1х1 – передачи на точность»									+			+			+							+											

Подвижная игра «1х1 прием мяча с уходом в сторону»																+	+	+	+				+		+						+			
Индивидуальные технические приемы владения мячом. Тема 3 – Техника отбора мяча («Накладыванием стопы»; «Выбиванием», «Корпусом»)																																		
Подвижная игра «Ведение, дриблинг, финты-переход границы»																+				+			+	+										
Упражнение «Отбор мяча корпусом» (обучение)																					+													
Индивидуальные технические приемы владения мячом. Тема 4 – Техника удара по мячу (внутренней и средней частью подъема)																																		
Удары по мячу с места и короткого разбега																												+						
Обводка стоек и удар по воротам																												+	+			+		+
Удар по воротам после комбинации «стенка»																													+	+			+		+
Старты 1х1 с ударом по воротам																															+	+			+
Игра 2 х Вратарь																														+	+		+	+	
Игры																																		
Подвижная игра «Один в один»							+			+					+			+						+										
Игровое упражнение 1х1												+		+			+						+				+							

с завершением																																		
Игровое упражнение 2х1 + вратарь (с разными заданиями)															+			+						+									
Игра 3х3 + вратари или 3х3 без вратарей (в зависимости от размера с/зала и наличия минифутбольных ворот)													+	+			+			+					+		+						
Игра 4х4 «Футбол» в минифутбольные ворота	+	+	+	+	+	+	+	+	+		+																	+	+	+	+	+	+	+	+