

Министерство просвещения Российской Федерации  
Министерство образования Свердловской области  
Государственное автономное нетиповое образовательное учреждение  
Свердловской области «Губернаторский лицей»

УТВЕРЖДЕНО

Директор ГАНОУ СО  
«Губернаторский лицей»

И.А. Климовских

Приказ № 91/2-од от 26.08.2025

---

Рабочая программа курса внеурочной деятельности  
Общая физическая подготовка и спортивные игры: «Футбол»  
для обучающихся 5-9 классов

Автор-составитель:  
Белов С. А.  
1KK

Екатеринбург, 2025

# **ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

## **ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ФУТБОЛ**

Дополнительная общеразвивающая программа физкультурно- спортивной направленности «Футбол» разработана для внеурочной деятельности лицея и нацелена на совершенствование физического развития обучающихся, укрепление здоровья, приобщение к культурным ценностям, которые могут быть отнесены не только к данному виду деятельности человека.

Программа разработана в соответствии с нормативными документами:

- Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. N 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации".
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 09.11.2018г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
- Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 30.09.2020 N 533 «О внесении изменений в Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утвержденный приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 N 196;
- Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. № 28 "Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи" (далее - СанПиН);
- Письмом Минобрнауки России от 18.11.2015 г. №09-3242 «О направлении информации (вместе с Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)».
- Концепцией развития дополнительного образования детей до 2030 г., утверждённой распоряжением Правительства РФ от 31.03.2022 № 678-р;
- Приказом Минобрнауки России о 23.08.2017 г. №186 «Об утверждении порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ проектированию дополнительных общеразвивающих программ);
- Письма Министерства просвещения Российской Федерации от 28.06.2019 № МР-81/02вц «О направлении методических рекомендаций» вместе с

«Методическими рекомендациями для субъектов Российской Федерации по вопросам реализации основных и дополнительных общеобразовательных программ в сетевой форме»;

- Рабочая программа по воспитанию ГАНОУ СО "Губернаторский лицей";
- ООП СОО ГАНОУ СО "Губернаторский лицей" (приказ № 70-ОД от 27.03.2024);
- Учебный план ГАНОУ СО "Губернаторский лицей" на 2024-2025 учебный год ФГОС СОО (приказ № 75 ОД от 27.03.2024).

Физическое воспитание является одной из важнейших составляющих единого воспитательно-образовательного процесса формирования растущей личности. Существенное место в комплексе средств физического воспитания занимают спортивные игры, в том числе футбол.

Футбол – поистине один из самых массовых и любимых видов спорта. Его популярность среди взрослых и детей чрезвычайно велика. Футбол привлекает своей зрелищностью, обилием разнообразных технических и тактических приемов борьбы, эмоциональностью, слаженностью действий команды спортсменов. Кроме того, это эффективное средство укрепления здоровья, совершенствования всех функций организма.

Актуальность программы состоит в том, что она отражает, с одной стороны ожидания и устремления детей к «настоящим» (не виртуальным) формам жизни, где они могут почувствовать не только пределы своих интеллектуальных, социально-возрастных и физических возможностей, но самое главное могут правильно воспринимать границы личной ответственности за свои действия и возникающие (реальные) риски для жизни и здоровья, с другой стороны, она (программа) является ответом на развитие актуальных и востребованных в молодежной среде экстремальных видов спорта.

Футбол, как спортивная командная игра, в большей степени способствует разностороннему физическому развитию юного спортсмена. Постоянно меняющаяся игровая ситуация, непрерывная борьба за мяч связаны с самыми разнообразными движениями и техническо-тактическими действиями. Современный футбол отличается сложностью и разнообразием технических приемов.

Систематическое занятие футболом, участие в соревнованиях по этому виду спорта оказывают всестороннее влияние на будущих футболистов: совершенствуется функциональная деятельность их организма, обеспечивается нормальное физическое развитие. Занятие спортом способствует также воспитанию целого ряда положительных качеств и черт характера: умение подчинять личные интересы

интересам коллектива, взаимопомощи, уважение к партнерам или соперникам в играх, сознательной дисциплины, активности, чувства ответственности, пунктуальности, спортивной этики. Этим объясняется педагогическая целесообразность занятий данным видом спорта.

Кроме этого, занятия футболом содействуют как физическому, так и нравственному развитию детей и подростков. Занятие футболом дают возможность постоянно развивать и совершенствовать работу мышечного аппарата, сердечно-сосудистой системы, нервной системы, повышать общую тренированность юного спортсмена.

Командный характер игры и высокий техническо-тактический уровень современного футбола предъявляют повышенные требования ко всем сторонам психики воспитанников секции. Футбол воспитывает не только силу, быстроту, ловкость, но и мужество, волю к победе, чувство коллективизма.

Программа предусматривает последовательное повышение уровня освоения необходимых навыков в области физкультурно-спортивной деятельности.

## **ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ИЗУЧЕНИЯ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ФУТБОЛ**

### **Цель программы:**

приобщение обучающихся к систематическим занятиям физической культурой, привитие навыков здорового образа жизни посредством обучения игре в футбол, повышение двигательной активности и уровня физической подготовленности и укрепления здоровья сохранение и укрепление здоровья детей.

### **Задачи программы:**

- ознакомить обучающихся с основами техники и тактики игры в футбол;
- создать функциональный «фундамент» для дальнейшего развития и совершенствования физических качеств обучающихся (быстрота, ловкость, гибкость, выносливость, сила);
- привить обучающимся стойкий интерес к занятиям футболом;
- развивать познавательные, творческие способности обучающихся;
- воспитывать целеустремленность, настойчивость, выдержку, чувство самообладания и коллективизма, стремление к победе.

## **МЕСТО КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ФУТБОЛ**

Программа разработана для системы внеурочного образования и ориентирована на детей 11 – 15 лет. На изучение курса «Футбол» отводится - 34 часа (1 час в неделю, 34 недели).

# **ФОРМЫ ПРОВЕДЕНИЯ ЗАНЯТИЙ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ФУТБОЛ**

- **Индивидуальная.** Предполагает работу одного ученика.
- **Фронтальная.** Предусматривает работу всех участников группы одновременно.
- **Групповая.** Предполагает работу в парах, тройках, малых группах.
- **Поточная.** Предусматривает выполнение заданий на специально подготовленных местах (станциях).
- **Комбинированная** (теоретический материал, практическая и игровая деятельность), но ведущей формой организации занятий является практическая деятельность.

## **СОДЕРЖАНИЕ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ФУТБОЛ**

### **5 КЛАСС**

#### **1. Теоретическая подготовка**

Физическая культура и спорт как средство укрепления здоровья. Основы гигиены и самоконтроля. Требования к спортивной одежде, уход за ней, правила личной гигиены. Техника безопасности на занятиях по футболу.

Правила игры в футбол. Основные термины общеразвивающих и специальных упражнений. Понятие о спортивной технике футболиста. Понятие об основных элементах игры в футбол: удары по мячу ногами и головой, остановка мяча, ведение, обводки и ложные движения (финты), отбор мяча, вбрасывание мяча, основные технические приемы игры вратаря.

#### **2. Физическая подготовка**

##### Развитие координационных способностей

Сочетание различных видов ходьбы с коллективным подсчетом, с высоким подниманием бедра, в приседе, с преодолением препятствий, по разметкам.

Бег с преодолением препятствий, с изменением длины и частоты шагов, с высоким подниманием бедра, приставными шагами, захлестыванием голени назад, челночный бег, эстафеты. Ходьба по гимнастической скамейке. Варианты челночного бега, с изменением направления, скорости, способа перемещения, с преодолением препятствий и на местности, прыжки через препятствия, на точность приземления.

##### Развитие скоростных способностей

Бег в «коридорчике» 30-40 см из различных исходных положений. Бег с максимальной скоростью на 20 м. Бег с изменением скорости и прыжками через условные рвы по звуковым сигналам. Эстафеты 20-25 м. Бег с ускорением, изменением направления, темпа, ритма.

##### Развитие скоростно-силовых качеств

Прыжки и многоскоки. Броски набивного мяча. Сочетание прыжков и ускорений.

#### Развитие силовых качеств

Упражнения для мышц верхнего плечевого пояса. Упражнения для мышц спины и брюшного пресса. Упражнения для мышц ног

#### Развитие общей выносливости

Равномерный бег от 3 до 5 минут. Комплексное развитие физических качеств. Полоса препятствий.

### **3. Техническая подготовка**

#### Ведение мяча (дриблинг)

Ведение правой, левой ногой и поочередно, по прямой, по кругу и меняя направления движения, изменяя скорость. Ведение мяча всеми изученными способами с увеличением скорости, выполнением рывков, с обводкой движущихся и противодействующих соперников.

#### Обманные движения (финты)

Обманные движения «уход» выпадом. Финт «остановкой» мяча ногой. Обманное движение «ударом» по мячу ногой. Финты ударом ногой с убиением мяча под себя и с пропусканием мяча партнеру, «ударом головой».

#### Прием мяча

Прием мяча внутренней, внешней сторонами стопы, подошвой, бедром, грудью. Прием катящегося, скачащего, летящего мяча. Прием мяча на месте и в движении.

#### Передачи мяча

Передачи мяча внутренней, внешней стороной стопы, подошвой, носком, пяткой. Передачи мяча на месте и в движении. Передачи мяча в 1 касание и после приема мяча

#### Удары по мячу

Удары по мячу внутренней, внешней стороной подъема, серединой подъема, носком, пяткой, головой. Удары по неподвижному, по катящемуся, скачающему, летящему мячу. Удары в 1 касание и после приема мяча.

#### Отбор мяча

Отбор мяча у соперника движущегося во встречном направлении. Отбор мяча у соперника, движущегося в параллельном направлении.

### **4. Тактическая подготовка**

#### Индивидуальные тактические действия

Открывание, Закрывание соперника. Освобождение зоны

#### Групповые тактические действия

Простейшие комбинации: «стенка», «забегание», «скрещивание».

#### Командные тактические действия

Расположение при Атаке. Расположение при обороне. Переход из обороны в атаку. Переход из атаки в оборону.

### Учебно - тренировочные игры

Игры в различных составах: 1Х1, 2Х2, 3Х3, 4Х4, 5Х5. Игры с ограничениями касаний мяча: не больше 1, не больше 2, не больше 3. Игры с ограничением пространства: на  $\frac{1}{4}$  поля (зала), на  $\frac{1}{2}$ , на все поле. Игры с ограничениями по времени: по 4мин, по 5мин, по 6 мин, по 7 мин, по 8 мин, по 9 мин, по 10 мин.

### Подвижные игры.

В квадрате 8 \* 8 м располагаются 4 игрока. Каждый обозначает вокруг себя круг диаметром 2 метра. По сигналу игроки начинают передавать мяч друг другу по земле и по воздуху. Остановку и удар выполнять одним касанием. Если касаний больше или мяч при передаче уходит мимо круга, это ошибка. Кто меньше сделает ошибок, тот и выиграл.

### **Брасывание мяча**

Упражнение проводят на поле длиной до 20 м. Вратарь с мячом встает на линию штрафной площадки. На противоположной половине поля у боковых линий и перед штрафной площадкой обозначаются 3 круга диаметром 2 метра. Вратарь выполняет 6 бросков по указанным целям (по два броска в каждую). За попадание начисляют 1 очко. Мяч должен лететь по воздуху.

### **Добивание мяча головой**

Упражняются два партнера. Один из них, встав на линии ворот, поднимает мяч над головой и резко бросает его перед собой вниз так, чтобы мяч отскочил в район 6-метровой отметки. В это время другой игрок, сделав

рывок из-за штрафной площадки, головой резко направляет отскочивший мяч в ворота. Партнеры периодически меняются ролями.

### **Игра в стенку**

На расстоянии 1 метра от штрафной площадки (напротив одной из стоек ворот) устанавливают стойку. В 5 метрах от штрафной площадки (против другой стойки) обозначают круг диаметром 1 метр. Игрок «А» ведет мяч из глубины поля. Войдя в круг, отдает пас чуть в сторону от стойки, примерно на 1 метр. В это время партнер «Б» резко стартует из штрафной площадки к стойке, обегает её со стороны боковой линии поля и в одно касание отдает пас на ход партнеру «А». Тот сильно направляет мяч в ворота. Партнеры периодически меняются ролями.

### **Обводка стоек**

На поле в 5 метрах от штрафной площадки устанавливают стойку. Далее по прямой через каждые один, два метра – ещё 3 стойки. Игроки поочередно с центра поля ведут мяч к стойкам, обводят их змейкой и с линии штрафной бьют по воротам. Вратари периодически меняют друг друга. Стойки можно установить по диагонали,

вдоль штрафной, змейкой и т.д.

### **Мяч в кругу**

На поле обозначают круг диаметром 15-20м. Один игрок с мячом стоит в центре круга, остальные (без мяча) - равномерно с внешней стороны круга. Центровой игрок низом передает мяч одному из партнеров. Тот возвращает ему мяч тем же приемом и т.д. Таким образом, в передачах участвуют все занимающиеся. Задача игроков, стоящих вне круга, при приближении мяча сделать к нему рывок и после этого выполнить передачу. Суть данного упражнения в том, чтобы научиться как можно дольше удерживать мяч и уметь играть на опережение. Можно увеличить нагрузку на игрока, организовав два круга.

## **6 КЛАСС**

### **1. Теоретическая подготовка**

Физическая культура и спорт как средство укрепления здоровья. Основы гигиены и самоконтроля. Требования к спортивной одежде, уход за ней, правила личной гигиены. Техника безопасности на занятиях по футболу.

Правила игры в футбол. Основные термины общеразвивающих и специальных упражнений. Понятие о спортивной технике футболиста. Понятие об основных элементах игры в футбол: удары по мячу ногами и головой, остановка мяча, ведение, обводки и ложные движения (финты), отбор мяча, вбрасывание мяча, основные технические приемы игры вратаря.

### **2. Физическая подготовка**

#### Развитие координационных способностей

Сочетание различных видов ходьбы с коллективным подсчетом, с высоким подниманием бедра, в приседе, с преодолением препятствий, по разметкам.

Бег с преодолением препятствий, с изменением длины и частоты шагов, с высоким подниманием бедра, приставными шагами, захлестыванием голени назад, челночный бег, эстафеты. Ходьба по гимнастической скамейке. Варианты челночного бега, с изменением направления, скорости, способа перемещения, с преодолением препятствий и на местности, прыжки через препятствия, на точность приземления.

#### Развитие скоростных способностей

Бег в «коридорчике» 30-40см из различных исходных положений. Бег с максимальной скоростью на 20 м. Бег с изменением скорости и прыжками через условные рвы по звуковым сигналам. Эстафеты 20-25 м. Бег с ускорением, изменением направления, темпа, ритма.

#### Развитие скоростно-силовых качеств

Прыжки и многоскоки. Броски набивного мяча. Сочетание прыжков и ускорений.

#### Развитие силовых качеств

Упражнения для мышц верхнего плечевого пояса. Упражнения для мышц спины и брюшного пресса. Упражнения для мышц ног

#### Развитие общей выносливости

Равномерный бег от 3 до 5 минут. Комплексное развитие физических качеств. Полоса препятствий.

### **3. Техническая подготовка**

#### Ведение мяча (дриблинг)

Ведение правой, левой ногой и поочередно, по прямой, по кругу и меняя направления движения, изменяя скорость. Ведение мяча всеми изученными способами с увеличением скорости, выполнением рывков, с обводкой движущихся и противодействующих соперников.

#### Обманные движения (финты)

Обманные движения «уход» выпадом. Финт «остановкой» мяча ногой. Обманное движение «ударом» по мячу ногой. Финты ударом ногой с убиением мяча под себя и с пропусканием мяча партнеру, «ударом головой».

#### Прием мяча

Прием мяча внутренней, внешней сторонами стопы, подошвой, бедром, грудью. Прием катящегося, скачущего, летящего мяча. Прием мяча на месте и в движении.

#### Передачи мяча

Передачи мяча внутренней, внешней стороной стопы, подошвой, носком, пяткой. Передачи мяча на месте и в движении. Передачи мяча в 1 касание и после приема мяча

#### Удары по мячу

Удары по мячу внутренней, внешней стороной подъема, серединой подъема, носком, пяткой, головой. Удары по неподвижному, по катящемуся, скачущему, летящему мячу. Удары в 1 касание и после приема мяча.

#### Отбор мяча

Отбор мяча у соперника движущегося во встречном направлении. Отбор мяча у соперника, движущегося в параллельном направлении.

### **4. Тактическая подготовка**

#### Индивидуальные тактические действия

Открывание, Закрывание соперника. Освобождение зоны

#### Групповые тактические действия

Простейшие комбинации: «стенка», «забегание», «скрещивание».

#### Командные тактические действия

Расположение при Атаке. Расположение при обороне. Переход из обороны в атаку. Переход из атаки в оборону.

#### Учебно - тренировочные игры

Игры в различных составах: 1Х1, 2Х2, 3Х3, 4Х4, 5Х5. Игры с ограничениями касаний мяча: не больше 1, не больше 2, не больше 3. Игры с ограничением пространства: на  $\frac{1}{4}$  поля (зала), на  $\frac{1}{2}$ , на все поле. Игры с ограничениями по времени: по 4мин, по 5мин, по 6 мин, по 7 мин, по 8 мин, по 9 мин, по 10 мин.

### Подвижные игры.

В квадрате 8 \* 8 м располагаются 4 игрока. Каждый обозначает вокруг себя круг диаметром 2 метра. По сигналу игроки начинают передавать мяч друг другу по земле и по воздуху. Остановку и удар выполнять одним касанием. Если касаний больше или мяч при передаче уходит мимо круга, это ошибка. Кто меньше сделает ошибок, тот и выиграл.

### **Вбрасывание мяча**

Упражнение проводят на поле длиной до 20 м. Вратарь с мячом встает на линию штрафной площадки. На противоположной половине поля у боковых линий и перед штрафной площадкой обозначаются 3 круга диаметром 2 метра. Вратарь выполняет 6 бросков по указанным целям (по два броска в каждую). За попадание начисляют 1 очко. Мяч должен лететь по воздуху.

### **Добивание мяча головой**

Упражняются два партнера. Один из них, встав на линии ворот, поднимает мяч над головой и резко бросает его перед собой вниз так, чтобы мяч отскочил в район 6-метровой отметки. В это время другой игрок, сделав

рывок из-за штрафной площади, головой резко направляет отскочивший мяч в ворота. Партнеры периодически меняются ролями.

### **Игра в стенку**

На расстоянии 1 метра от штрафной площади (напротив одной из стоек ворот) устанавливают стойку. В 5 метрах от штрафной площади (против другой стойки) обозначают круг диаметром 1 метр. Игрок «А» ведет мяч из глубины поля. Войдя в круг, отдает пас чуть в сторону от стойки, примерно на 1 метр. В это время партнер «Б» резко стартует из штрафной площади к стойке, обегает её со стороны боковой линии поля и в одно касание отдает пас на ход партнеру «А». Тот сильно направляет мяч в ворота. Партнеры периодически меняются ролями.

### **Обводка стоек**

На поле в 5 метрах от штрафной площади устанавливают стойку. Далее по прямой через каждые один, два метра – ещё 3 стойки. Игроки поочередно с центра поля ведут мяч к стойкам, обводят их змейкой и с линии штрафной бьют по воротам. Вратари периодически меняют друг друга. Стойки можно установить по диагонали, вдоль штрафной, змейкой и т.д.

### **Мяч в кругу**

На поле обозначают круг диаметром 15-20м. Один игрок с мячом стоит в центре

круга, остальные (без мяча) - равномерно с внешней стороны круга. Центровой игрок низом передает мяч одному из партнеров. Тот возвращает ему мяч тем же приемом и т.д. Таким образом, в передачах участвуют все занимающиеся. Задача игроков, стоящих вне круга, при приближении мяча сделать к нему рывок и после этого выполнить передачу. Суть данного упражнения в том, чтобы научиться как можно дольше удерживать мяч и уметь играть на опережение. Можно увеличить нагрузку на игрока, организовав два круга.

## 7 КЛАСС

### 1. Теоретическая подготовка

Физическая культура и спорт как средство укрепления здоровья. Основы гигиены и самоконтроля. Требования к спортивной одежде, уход за ней, правила личной гигиены. Техника безопасности на занятиях по футболу.

Правила игры в футбол. Основные термины общеразвивающих и специальных упражнений. Понятие о спортивной технике футболиста. Понятие об основных элементах игры в футбол: удары по мячу ногами и головой, остановка мяча, ведение, обводки и ложные движения (финты), отбор мяча, вбрасывание мяча, основные технические приемы игры вратаря.

### 2. Физическая подготовка

#### Развитие координационных способностей

Сочетание различных видов ходьбы с коллективным подсчетом, с высоким подниманием бедра, в приседе, с преодолением препятствий, по разметкам.

Бег с преодолением препятствий, с изменением длины и частоты шагов, с высоким подниманием бедра, приставными шагами, захлестыванием голени назад, челночный бег, эстафеты. Ходьба по гимнастической скамейке. Варианты челночного бега, с изменением направления, скорости, способа перемещения, с преодолением препятствий и на местности, прыжки через препятствия, на точность приземления.

#### Развитие скоростных способностей

Бег в «коридорчике» 30-40 см из различных исходных положений. Бег с максимальной скоростью на 20 м. Бег с изменением скорости и прыжками через условные рвы по звуковым сигналам. Эстафеты 20-25 м. Бег с ускорением, изменением направления, темпа, ритма.

#### Развитие скоростно-силовых качеств

Прыжки и многоскоки. Броски набивного мяча. Сочетание прыжков и ускорений.

#### Развитие силовых качеств

Упражнения для мышц верхнего плечевого пояса. Упражнения для мышц спины и брюшного пресса. Упражнения для мышц ног

## Развитие общей выносливости

Равномерный бег от 3 до 5 минут. Комплексное развитие физических качеств. Полоса препятствий.

## **3. Техническая подготовка**

### Ведение мяча (дриблинг)

Ведение правой, левой ногой и поочередно, по прямой, по кругу и меняя направления движения, изменяя скорость. Ведение мяча всеми изученными способами с увеличением скорости, выполнением рывков, с обводкой движущихся и противодействующих соперников.

### Обманные движения (финты)

Обманные движения «уход» выпадом. Финт «остановкой» мяча ногой. Обманное движение «ударом» по мячу ногой. Финты ударом ногой с убиением мяча под себя и с пропусканием мяча партнеру, «ударом головой».

### Прием мяча

Прием мяча внутренней, внешней сторонами стопы, подошвой, бедром, грудью. Прием катящегося, скачущего, летящего мяча. Прием мяча на месте и в движении.

### Передачи мяча

Передачи мяча внутренней, внешней стороной стопы, подошвой, носком, пяткой. Передачи мяча на месте и в движении. Передачи мяча в 1 касание и после приема мяча

### Удары по мячу

Удары по мячу внутренней, внешней стороной подъема, серединой подъема, носком, пяткой, головой. Удары по неподвижному, по катящемуся, скачущему, летящему мячу. Удары в 1 касание и после приема мяча.

### Отбор мяча

Отбор мяча у соперника движущегося во встречном направлении. Отбор мяча у соперника, движущегося в параллельном направлении.

## **4. Тактическая подготовка**

### Индивидуальные тактические действия

Открывание, Закрывание соперника. Освобождение зоны

### Групповые тактические действия

Простейшие комбинации: «стенка», «забегание», «скрещивание».

### Командные тактические действия

Расположение при Атаке. Расположение при обороне. Переход из обороны в атаку. Переход из атаки в оборону.

### Учебно - тренировочные игры

Игры в различных составах: 1Х1, 2Х2, 3Х3, 4Х4, 5Х5. Игры с ограничениями касаний мяча: не больше 1, не больше 2, не больше 3. Игры с ограничением

пространства: на  $\frac{1}{4}$  поля (зала), на  $\frac{1}{2}$ , на все поле. Игры с ограничениями по времени: по 4мин, по 5мин, по 6 мин, по 7 мин, по 8 мин, по 9 мин, по 10 мин.

### Подвижные игры.

В квадрате 8 \* 8 м располагаются 4 игрока. Каждый обозначает вокруг себя круг диаметром 2 метра. По сигналу игроки начинают передавать мяч друг другу по земле и по воздуху. Остановку и удар выполнять одним касанием. Если касаний больше или мяч при передаче уходит мимо круга, это ошибка. Кто меньше сделает ошибок, тот и выиграл.

### **Вбрасывание мяча**

Упражнение проводят на поле длиной до 20 м. Вратарь с мячом встает на линию штрафной площадки. На противоположной половине поля у боковых линий и перед штрафной площадкой обозначаются 3 круга диаметром 2 метра. Вратарь выполняет 6 бросков по указанным целям (по два броска в каждую). За попадание начисляют 1 очко. Мяч должен лететь по воздуху.

### **Добивание мяча головой**

Упражняются два партнера. Один из них, встав на линии ворот, поднимает мяч над головой и резко бросает его перед собой вниз так, чтобы мяч отскочил в район 6-метровой отметки. В это время другой игрок, сделав

рывок из-за штрафной площадки, головой резко направляет отскочивший мяч в ворота. Партнеры периодически меняются ролями.

### **Игра в стенку**

На расстоянии 1 метра от штрафной площадки (напротив одной из стоек ворот) устанавливают стойку. В 5 метрах от штрафной площадки (против другой стойки) обозначают круг диаметром 1 метр. Игрок «А» ведет мяч из глубины поля. Войдя в круг, отдает пас чуть в сторону от стойки, примерно на 1 метр. В это время партнер «Б» резко стартует из штрафной площадки к стойке, обегает её со стороны боковой линии поля и в одно касание отдает пас на ход партнеру «А». Тот сильно направляет мяч в ворота. Партнеры периодически меняются ролями.

### **Обводка стоек**

На поле в 5 метрах от штрафной площадки устанавливают стойку. Далее по прямой через каждые один, два метра – ещё 3 стойки. Игроки поочередно с центра поля ведут мяч к стойкам, обводят их змейкой и с линии штрафной бьют по воротам. Вратари периодически меняют друг друга. Стойки можно установить по диагонали, вдоль штрафной, змейкой и т.д.

### **Мяч в кругу**

На поле обозначают круг диаметром 15-20м. Один игрок с мячом стоит в центре круга, остальные (без мяча) - равномерно с внешней стороны круга. Центровой игрок низом передает мяч одному из партнеров. Тот возвращает ему мяч тем же приемом и

т.д. Таким образом, в передачах участвуют все занимающиеся. Задача игроков, стоящих вне круга, при приближении мяча сделать к нему рывок и после этого выполнить передачу. Суть данного упражнения в том, чтобы научиться как можно дольше удерживать мяч и уметь играть на опережение. Можно увеличить нагрузку на игрока, организовав два круга.

## 8 КЛАСС

### 1. Теоретическая подготовка

Физическая культура и спорт как средство укрепления здоровья. Основы гигиены и самоконтроля. Требования к спортивной одежде, уход за ней, правила личной гигиены. Техника безопасности на занятиях по футболу.

Правила игры в футбол. Основные термины общеразвивающих и специальных упражнений. Понятие о спортивной технике футболиста. Понятие об основных элементах игры в футбол: удары по мячу ногами и головой, остановка мяча, ведение, обводки и ложные движения (финты), отбор мяча, вбрасывание мяча, основные технические приемы игры вратаря.

### 2. Физическая подготовка

#### Развитие координационных способностей

Сочетание различных видов ходьбы с коллективным подсчетом, с высоким подниманием бедра, в приседе, с преодолением препятствий, по разметкам.

Бег с преодолением препятствий, с изменением длины и частоты шагов, с высоким подниманием бедра, приставными шагами, захлестыванием голени назад, челночный бег, эстафеты. Ходьба по гимнастической скамейке. Варианты челночного бега, с изменением направления, скорости, способа перемещения, с преодолением препятствий и на местности, прыжки через препятствия, на точность приземления.

#### Развитие скоростных способностей

Бег в «коридорчике» 30-40 см из различных исходных положений. Бег с максимальной скоростью на 20 м. Бег с изменением скорости и прыжками через условные рвы по звуковым сигналам. Эстафеты 20-25 м. Бег с ускорением, изменением направления, темпа, ритма.

#### Развитие скоростно-силовых качеств

Прыжки и многоскоки. Броски набивного мяча. Сочетание прыжков и ускорений.

#### Развитие силовых качеств

Упражнения для мышц верхнего плечевого пояса. Упражнения для мышц спины и брюшного пресса. Упражнения для мышц ног

#### Развитие общей выносливости

Равномерный бег от 3 до 5 минут. Комплексное развитие физических качеств.

Полоса препятствий.

### **3. Техническая подготовка**

#### Ведение мяча (дриблинг)

Ведение правой, левой ногой и поочередно, по прямой, по кругу и меняя направления движения, изменяя скорость. Ведение мяча всеми изученными способами с увеличением скорости, выполнением рывков, с обводкой движущихся и противодействующих соперников.

#### Обманные движения (финты)

Обманные движения «уход» выпадом. Финт «остановкой» мяча ногой. Обманное движение «ударом» по мячу ногой. Финты ударом ногой с убиением мяча под себя и с пропусканием мяча партнеру, «ударом головой».

#### Прием мяча

Прием мяча внутренней, внешней сторонами стопы, подошвой, бедром, грудью. Прием катящегося, скачущего, летящего мяча. Прием мяча на месте и в движении.

#### Передачи мяча

Передачи мяча внутренней, внешней стороной стопы, подошвой, носком, пяткой. Передачи мяча на месте и в движении. Передачи мяча в 1 касание и после приема мяча

#### Удары по мячу

Удары по мячу внутренней, внешней стороной подъема, серединой подъема, носком, пяткой, головой. Удары по неподвижному, по катящемуся, скачущему, летящему мячу. Удары в 1 касание и после приема мяча.

#### Отбор мяча

Отбор мяча у соперника движущегося во встречном направлении. Отбор мяча у соперника, движущегося в параллельном направлении.

### **4. Тактическая подготовка**

#### Индивидуальные тактические действия

Открывание, Закрывание соперника. Освобождение зоны

#### Групповые тактические действия

Простейшие комбинации: «стенка», «забегание», «скрещивание».

#### Командные тактические действия

Расположение при Атаке. Расположение при обороне. Переход из обороны в атаку. Переход из атаки в оборону.

#### Учебно - тренировочные игры

Игры в различных составах: 1Х1, 2Х2, 3Х3, 4Х4, 5Х5. Игры с ограничениями касаний мяча: не больше 1, не больше 2, не больше 3. Игры с ограничением пространства: на  $\frac{1}{4}$  поля (зала), на  $\frac{1}{2}$ , на все поле. Игры с ограничениями по времени: по 4мин, по 5мин, по 6 мин, по 7 мин, по 8 мин, по 9 мин, по 10 мин.

## Подвижные игры.

В квадрате 8 \* 8 м располагаются 4 игрока. Каждый обозначает вокруг себя круг диаметром 2 метра. По сигналу игроки начинают передавать мяч друг другу по земле и по воздуху. Остановку и удар выполняют одним касанием. Если касаний больше или мяч при передаче уходит мимо круга, это ошибка. Кто меньше сделает ошибок, тот и выиграл.

## **Брасывание мяча**

Упражнение проводят на поле длиной до 20 м. Вратарь с мячом встает на линию штрафной площадки. На противоположной половине поля у боковых линий и перед штрафной площадкой обозначаются 3 круга диаметром 2 метра. Вратарь выполняет 6 бросков по указанным целям (по два броска в каждую). За попадание начисляют 1 очко. Мяч должен лететь по воздуху.

## **Добивание мяча головой**

Упражняются два партнера. Один из них, встав на линии ворот, поднимает мяч над головой и резко бросает его перед собой вниз так, чтобы мяч отскочил в район 6-метровой отметки. В это время другой игрок, сделав

рывок из-за штрафной площадки, головой резко направляет отскочивший мяч в ворота. Партнеры периодически меняются ролями.

## **Игра в стенку**

На расстоянии 1 метра от штрафной площадки (напротив одной из стоек ворот) устанавливают стойку. В 5 метрах от штрафной площадки (против другой стойки) обозначают круг диаметром 1 метр. Игрок «А» ведет мяч из глубины поля. Войдя в круг, отдает пас чуть в сторону от стойки, примерно на 1 метр. В это время партнер «Б» резко стартует из штрафной площадки к стойке, обегает её со стороны боковой линии поля и в одно касание отдает пас на ход партнеру «А». Тот сильно направляет мяч в ворота. Партнеры периодически меняются ролями.

## **Обводка стоек**

На поле в 5 метрах от штрафной площадки устанавливают стойку. Далее по прямой через каждые один, два метра – ещё 3 стойки. Игроки поочередно с центра поля ведут мяч к стойкам, обводят их змейкой и с линии штрафной бьют по воротам. Вратари периодически меняют друг друга. Стойки можно установить по диагонали, вдоль штрафной, змейкой и т.д.

## **Мяч в кругу**

На поле обозначают круг диаметром 15-20м. Один игрок с мячом стоит в центре круга, остальные (без мяча) - равномерно с внешней стороны круга. Центровой игрок низом передает мяч одному из партнеров. Тот возвращает ему мяч тем же приемом и т.д. Таким образом, в передачах участвуют все занимающиеся. Задача игроков, стоящих вне круга, при приближении мяча сделать к нему рывок и после этого

выполнить передачу. Суть данного упражнения в том, чтобы научиться как можно дольше удерживать мяч и уметь играть на опережение. Можно увеличить нагрузку на игрока, организовав два круга.

## 9 КЛАСС

### 1. Теоретическая подготовка

Физическая культура и спорт как средство укрепления здоровья. Основы гигиены и самоконтроля. Требования к спортивной одежде, уход за ней, правила личной гигиены. Техника безопасности на занятиях по футболу.

Правила игры в футбол. Основные термины общеразвивающих и специальных упражнений. Понятие о спортивной технике футболиста. Понятие об основных элементах игры в футбол: удары по мячу ногами и головой, остановка мяча, ведение, обводки и ложные движения (финты), отбор мяча, вбрасывание мяча, основные технические приемы игры вратаря.

### 2. Физическая подготовка

#### Развитие координационных способностей

Сочетание различных видов ходьбы с коллективным подсчетом, с высоким подниманием бедра, в приседе, с преодолением препятствий, по разметкам.

Бег с преодолением препятствий, с изменением длины и частоты шагов, с высоким подниманием бедра, приставными шагами, захлестыванием голени назад, челночный бег, эстафеты. Ходьба по гимнастической скамейке. Варианты челночного бега, с изменением направления, скорости, способа перемещения, с преодолением препятствий и на местности, прыжки через препятствия, на точность приземления.

#### Развитие скоростных способностей

Бег в «коридорчике» 30-40 см из различных исходных положений. Бег с максимальной скоростью на 20 м. Бег с изменением скорости и прыжками через условные рвы по звуковым сигналам. Эстафеты 20-25 м. Бег с ускорением, изменением направления, темпа, ритма.

#### Развитие скоростно-силовых качеств

Прыжки и многоскоки. Броски набивного мяча. Сочетание прыжков и ускорений.

#### Развитие силовых качеств

Упражнения для мышц верхнего плечевого пояса. Упражнения для мышц спины и брюшного пресса. Упражнения для мышц ног

#### Развитие общей выносливости

Равномерный бег от 3 до 5 минут. Комплексное развитие физических качеств. Полоса препятствий.

### **3. Техническая подготовка**

#### Ведение мяча (дриблинг)

Ведение правой, левой ногой и поочередно, по прямой, по кругу и меняя направления движения, изменяя скорость. Ведение мяча всеми изученными способами с увеличением скорости, выполнением рывков, с обводкой движущихся и противодействующих соперников.

#### Обманные движения (финты)

Обманные движения «уход» выпадом. Финт «остановкой» мяча ногой. Обманное движение «ударом» по мячу ногой. Финты ударом ногой с убиением мяча под себя и с пропусканием мяча партнеру, «ударом головой».

#### Прием мяча

Прием мяча внутренней, внешней сторонами стопы, подошвой, бедром, грудью. Прием катящегося, скачущего, летящего мяча. Прием мяча на месте и в движении.

#### Передачи мяча

Передачи мяча внутренней, внешней стороной стопы, подошвой, носком, пяткой. Передачи мяча на месте и в движении. Передачи мяча в 1 касание и после приема мяча

#### Удары по мячу

Удары по мячу внутренней, внешней стороной подъема, серединой подъема, носком, пяткой, головой. Удары по неподвижному, по катящемуся, скачущему, летящему мячу. Удары в 1 касание и после приема мяча.

#### Отбор мяча

Отбор мяча у соперника движущегося во встречном направлении. Отбор мяча у соперника, движущегося в параллельном направлении.

### **4. Тактическая подготовка**

#### Индивидуальные тактические действия

Открывание, Закрывание соперника. Освобождение зоны

#### Групповые тактические действия

Простейшие комбинации: «стенка», «забегание», «скрещивание».

#### Командные тактические действия

Расположение при Атаке. Расположение при обороне. Переход из обороны в атаку. Переход из атаки в оборону.

#### Учебно - тренировочные игры

Игры в различных составах: 1Х1, 2Х2, 3Х3, 4Х4, 5Х5. Игры с ограничениями касаний мяча: не больше 1, не больше 2, не больше 3. Игры с ограничением пространства: на  $\frac{1}{4}$  поля (зала), на  $\frac{1}{2}$ , на все поле. Игры с ограничениями по времени: по 4мин, по 5мин, по 6 мин, по 7 мин, по 8 мин, по 9 мин, по 10 мин.

#### Подвижные игры.

В квадрате 8 \* 8 м располагаются 4 игрока. Каждый обозначает вокруг себя круг диаметром 2 метра. По сигналу игроки начинают передавать мяч друг другу по земле и по воздуху. Остановку и удар выполняют одним касанием. Если касаний больше или мяч при передаче уходит мимо круга, это ошибка. Кто меньше сделает ошибок, тот и выиграл.

### **Вбрасывание мяча**

Упражнение проводят на поле длиной до 20 м. Вратарь с мячом встает на линию штрафной площадки. На противоположной половине поля у боковых линий и перед штрафной площадкой обозначаются 3 круга диаметром 2 метра. Вратарь выполняет 6 бросков по указанным целям (по два броска в каждую). За попадание начисляют 1 очко. Мяч должен лететь по воздуху.

### **Добивание мяча головой**

Упражняются два партнера. Один из них, встав на линии ворот, поднимает мяч над головой и резко бросает его перед собой вниз так, чтобы мяч отскочил в район 6-метровой отметки. В это время другой игрок, сделав

рывок из-за штрафной площадки, головой резко направляет отскочивший мяч в ворота. Партнеры периодически меняются ролями.

### **Игра в стенку**

На расстоянии 1 метра от штрафной площадки (напротив одной из стоек ворот) устанавливают стойку. В 5 метрах от штрафной площадки (против другой стойки) обозначают круг диаметром 1 метр. Игрок «А» ведет мяч из глубины поля. Войдя в круг, отдает пас чуть в сторону от стойки, примерно на 1 метр. В это время партнер «Б» резко стартует из штрафной площадки к стойке, обегает её со стороны боковой линии поля и в одно касание отдает пас на ход партнеру «А». Тот сильно направляет мяч в ворота. Партнеры периодически меняются ролями.

### **Обводка стоек**

На поле в 5 метрах от штрафной площадки устанавливают стойку. Далее по прямой через каждые один, два метра – ещё 3 стойки. Игроки поочередно с центра поля ведут мяч к стойкам, обводят их змейкой и с линии штрафной бьют по воротам. Вратари периодически меняют друг друга. Стойки можно установить по диагонали, вдоль штрафной, змейкой и т.д.

### **Мяч в кругу**

На поле обозначают круг диаметром 15-20м. Один игрок с мячом стоит в центре круга, остальные (без мяча) - равномерно с внешней стороны круга. Центровой игрок низом передает мяч одному из партнеров. Тот возвращает ему мяч тем же приемом и т.д. Таким образом, в передачах участвуют все занимающиеся. Задача игроков, стоящих вне круга, при приближении мяча сделать к нему рывок и после этого выполнить передачу. Суть данного упражнения в том, чтобы научиться как можно

дольше удерживать мяч и уметь играть на опережение. Можно увеличить нагрузку на игрока, организовав два круга.

## **ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОГО КУРСА ФУТБОЛ НА УРОВНЕ ООО**

**Планируемые личностные результаты на уровне основного общего образования:**

- 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;

**Планируемые метапредметные результаты на уровне основного общего образования:**

- 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;

**Планируемые предметные результаты на уровне основного общего образования:**

### **5 КЛАСС**

- 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;
- 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;
- знание и применение правил безопасности при занятиях футболом, правомерного поведения во время соревнований по футболу в качестве зрителя, болельщика;
- 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 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;

## **6 КЛАСС**

- 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;
- 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;
- знание и применение правил безопасности при занятиях футболом, правомерного поведения во время соревнований по футболу в качестве зрителя, болельщика;
- 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 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;

## **7 КЛАСС**

- 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;
- 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;

- знание и применение правил безопасности при занятиях футболом, правомерного поведения во время соревнований по футболу в качестве зрителя, болельщика;
- 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 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;

## 8 КЛАСС

- 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;
- 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;
- знание и применение правил безопасности при занятиях футболом, правомерного поведения во время соревнований по футболу в качестве зрителя, болельщика;
- 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 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;

## 9 КЛАСС

- 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;
- 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;
- знание и применение правил безопасности при занятиях футболом, правомерного поведения во время соревнований по футболу в качестве зрителя, болельщика;
- 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 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;

## **Виды и формы контроля планируемых результатов**

<b>Виды контроля</b>	<b>Время проведения</b>	<b>Цель проведения</b>	<b>Формы контроля</b>
Входной	В начале учебного года	Определить уровень физической подготовленности обучающихся	тестирование
Текущий	В течение всего учебного года	Проведение мониторинга обучающихся	тренировочные соревнования
Промежуточный	По окончании изучения темы или раздела. Декабрь, апрель	Выявить самых способных обучающихся	тестирование
Итоговый	В конце учебного года или курса обучения	Определить уровень физической подготовленности обучающихся	лицейский турнир по футболу

### **Способы отслеживания результатов усвоения.**

В начале и конце учебного года проводятся контрольные занятия, цель которых учет двигательных навыков, умений детей в усвоении программного материала по развитию двигательных действий.

Эффективным средством диагностики результативности учебно-тренировочного процесса является овладение детьми навыками игры в футбол и участие обучающихся в соревнованиях.

Формой подведения итогов реализации данной программы является организация соревнований, награждение победителей, положительная оценка активных участников программы.

## Тематическое планирование

5 класс

<b>№</b>	<b>Наименование разделов и тем программы</b>	<b>Количество часов</b>	<b>Основное содержание</b>	<b>Основные виды деятельности</b>	<b>Электронные (цифровые) образовательные ресурсы</b>
	<b>1. Теоретическая подготовка</b>	<b>4</b>			ЦОС Моя Школа <a href="http://myschool.edu.ru">myschool.edu.ru</a>
1.1	Правила техники безопасности. Одежда. Оборудование. Инвентарь	2	Физическая культура и спорт как средство укрепления здоровья. Основы гигиены и самоконтроля. Требования к спортивной одежде, уход за ней, правила личной гигиены. Техника безопасности на занятиях по футболу.	Обсуждают возможные травмы при выполнении игровых упражнений в зале и на открытой площадке, анализируют причины их появления, приводят примеры способов профилактики и предупреждения. Разучивают правила профилактики травматизма и выполняют их на занятиях.	ЦОС Моя Школа <a href="http://myschool.edu.ru">myschool.edu.ru</a>
1.2	Правила игры в футбол. Основы знаний о технике игры.	2	Правила игры в футбол. Основные термины общеразвивающих и специальных упражнений. Понятие о	Разучивают правила, способы организации и подготовку мест проведения. Совершенствуют ранее разученные	ЦОС Моя Школа <a href="http://myschool.edu.ru">myschool.edu.ru</a>

			<p>спортивной технике футболиста. Понятие об основных элементах игры в футбол: удары по мячу ногами и головой, остановка мяча, ведение, обводки и ложные движения (финты), отбор мяча, вбрасывание мяча, основные технические приемы игры вратаря.</p>	<p>физические упражнения и технические действия.</p>	
<b>2. Физическая подготовка</b>	<b>10</b>			ЦОС Моя Школа <a href="http://myschool.edu.ru">myschool.edu.ru</a>	
2.1 Развитие координационных способностей	2		<p>Сочетание различных видов ходьбы с коллективным подсчетом, с высоким подниманием бедра, в приседе, с преодолением препятствий, по разметкам.</p> <p>Бег с преодолением препятствий, с изменением длины и частоты шагов, с высоким подниманием бедра,</p>	<p>Самостоятельно организовывают и играют в подвижные игры.</p>	ЦОС Моя Школа <a href="http://myschool.edu.ru">myschool.edu.ru</a>

			приставными шагами, захлестыванием голени назад, челночный бег, эстафеты. Ходьба по гимнастической скамейке. Варианты челночного бега, с изменением направления, скорости, способа перемещения, с преодолением препятствий и на местности, прыжки через препятствия, на точность приземления.	
2.2	Развитие быстроты	2	Бег в «коридорчике» 30-40см из различных исходных положений. Бег с максимальной скоростью на 20 м. Бег с изменением скорости и прыжками через условные рвы по звуковым сигналам. Эстафеты 20-25 м. Бег с ускорением, изменением направления, темпа,	Разучивают технические действия игры футбол (работа в парах и группах).  ЦОС Моя Школа <a href="http://myschool.edu.ru">myschool.edu.ru</a>

			ритма.		
2.3	Развитие скоростно - силовых качеств	2	Прыжки и многоскоки. Броски набивного мяча. Сочетание прыжков и ускорений.	Разучивают технические действия игры футбол (работа в парах и группах).	ЦОС Моя Школа <a href="http://myschool.edu.ru">myschool.edu.ru</a>
2.4	Развитие силовых качеств	2	Упражнения для мышц верхнего плечевого пояса. Упражнения для мышц спины и брюшного пресса. Упражнения для мышц ног.	Разучивают технические действия игры футбол (работа в парах и группах).	ЦОС Моя Школа <a href="http://myschool.edu.ru">myschool.edu.ru</a>
2.5	Развитие выносливости	1	Равномерный бег от 3 до 5 минут. Комплексное развитие физических качеств. Полоса препятствий.	Разучивают технические действия игры футбол (работа в парах и группах).	ЦОС Моя Школа <a href="http://myschool.edu.ru">myschool.edu.ru</a>
2.6	Комплексное развитие физических качеств	1	Равномерный бег от 3 до 5 минут. Комплексное развитие физических качеств. Полоса препятствий.	Разучивают технические действия игры футбол (работа в парах и группах).	ЦОС Моя Школа <a href="http://myschool.edu.ru">myschool.edu.ru</a>
<b>3. Техническая подготовка</b>		<b>10</b>			ЦОС Моя Школа <a href="http://myschool.edu.ru">myschool.edu.ru</a>
3.1	Техника ведения мяча (дриблинг)	2	Ведение правой, левой ногой и поочередно, по прямой, по кругу и меняя направления	Разучивают технические приемы игры футбол (в группах и парах): 1 – ведение	ЦОС Моя Школа <a href="http://myschool.edu.ru">myschool.edu.ru</a>

				движения, изменяя скорость. Ведение мяча всеми изученными способами с увеличением скорости, выполнением рывков, с обводкой движущихся и противодействующих соперников.	футбольного мяча с равномерной скоростью змейкой, по прямой, по кругу;	
3.2	Техника обманных движений (финты)	2	Обманные движения «уход» выпадом. Финт «остановкой» мяча ногой. Обманное движение «ударом» по мячу ногой. Финты ударом ногой с убирианием мяча под себя и с пропусканием мяча партнеру, «ударом головой».	Разучивают технические приемы игры футбол (в группах и парах): 1 – ведение футбольного мяча с равномерной скоростью змейкой, по прямой, по кругу;	ЦОС Моя Школа <a href="http://myschool.edu.ru">myschool.edu.ru</a>	
3.3	Техника приема мяча	2	Прием мяча внутренней, внешней сторонами стопы, подошвой, бедром, грудью. Прием катящегося, скачущего, летящего мяча. Прием мяча на месте и в движении.	Наблюдают и анализируют образец техники остановки катящегося футбольного мяча, описывают особенности выполнения. Разучивают технику	ЦОС Моя Школа <a href="http://myschool.edu.ru">myschool.edu.ru</a>	

				остановки катящегося мяча внутренней стороной стопы после его передачи	
3.4	Техника передач мяча	2	Передачи мяча внутренней, внешней стороной стопы, подошвой, носком, пяткой. Передачи мяча на месте и в движении. Передачи мяча в 1 касание и после приема мяча.	Наблюдают и анализируют образец техники остановки катящегося футбольного мяча, описывают особенности выполнения. Разучивают технику остановки катящегося мяча внутренней стороной стопы после его передачи. Разучивают удар по мячу с двух шагов, после его остановки; выполняют технические действия игры футбол в условиях игровой деятельности.	ЦОС Моя Школа <a href="http://myschool.edu.ru">myschool.edu.ru</a>
3.5	Техника ударов по мячу	1	Удары по мячу внутренней, внешней стороной подъема, серединой подъема, носком, пяткой, головой.	Разучивают удар по мячу с двух шагов, после его остановки	ЦОС Моя Школа <a href="http://myschool.edu.ru">myschool.edu.ru</a>

			Удары по неподвижному, по катящемуся, скочущему, летящему мячу. Удары в 1 касание и после приема мяча.		
3.6	Техника отбора мяча	1	Отбор мяча у соперника движущегося во встречном направлении. Отбор мяча у соперника, движущегося в параллельном направлении.	выполняют технические действия игры футбол в условиях игровой деятельности	ЦОС Моя Школа <a href="http://myschool.edu.ru">myschool.edu.ru</a>
<b>4. Тактическая подготовка</b>		<b>10</b>			ЦОС Моя Школа <a href="http://myschool.edu.ru">myschool.edu.ru</a>
4.1	Индивидуальные тактические действия	1	Открывание, Закрывание соперника. Освобождение зоны.	выполняют технические действия игры футбол в условиях игровой деятельности	ЦОС Моя Школа <a href="http://myschool.edu.ru">myschool.edu.ru</a>
4.2	Групповые тактические действия	1	Простейшие комбинации: «стенка», «забегание», «скрещивание».	выполняют технические действия игры футбол в условиях игровой деятельности	ЦОС Моя Школа <a href="http://myschool.edu.ru">myschool.edu.ru</a>
4.3	Командные тактические действия	2	Расположение при Атаке. Расположение при обороне. Переход из	выполняют технические действия игры футбол в условиях	ЦОС Моя Школа <a href="http://myschool.edu.ru">myschool.edu.ru</a>

			обороны в атаку. Переход из атаки в оборону.	игровой деятельности	
4.4	Учебно - тренировочные игры	6	Игры в различных составах: 1Х1, 2Х2, 3Х3, 4Х4, 5Х5. Игры с ограничениями касаний мяча: не больше 1, не больше 2, не больше 3. Игры с ограничением пространства: на $\frac{1}{4}$ поля (зала), на $\frac{1}{2}$ , на все поле. Игры с ограничениями по времени: по 4мин, по 5мин, по 6 мин, по 7 мин, по 8 мин, по 9 мин, по 10 мин.	выполняют технические действия игры футбол в условиях игровой деятельности	ЦОС Моя Школа <a href="http://myschool.edu.ru">myschool.edu.ru</a>
<b>ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ</b>		<b>34</b>			

### 6 класс

№	Наименование разделов и тем программы	Количество часов	Основное содержание	Основные виды деятельности	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
	<b>1. Теоретическая подготовка</b>	<b>4</b>			ЦОС Моя Школа <a href="http://myschool.edu.ru">myschool.edu.ru</a>
1.1	Правила техники безопасности. Одежда.	2	Физическая	Обсуждают	ЦОС Моя Школа

	Оборудование. Инвентарь		культура и спорт как средство укрепления здоровья. Основы гигиены и самоконтроля. Требования к спортивной одежде, уход за ней, правила личной гигиены. Техника безопасности на занятиях по футболу.	возможные травмы при выполнении игровых упражнений в зале и на открытой площадке, анализируют причины их появления, приводят примеры способов профилактики и предупреждения. Разучивают правила профилактики травматизма и выполняют их на занятиях.	<a href="http://myschool.edu.ru">myschool.edu.ru</a>
1.2	Правила игры в футбол. Основы знаний о технике игры.	2	Правила игры в футбол. Основные термины общеразвивающих и специальных упражнений. Понятие о спортивной технике футболиста. Понятие об основных элементах игры в футбол: удары по мячу ногами и головой, остановка мяча, ведение, обводки и ложные движения (финты), отбор мяча,	Разучивают правила, способы организации и подготовку мест проведения. Совершенствуют ранее разученные физические упражнения и технические действия.	ЦОС Моя Школа <a href="http://myschool.edu.ru">myschool.edu.ru</a>

			вбрасывание мяча, основные технические приемы игры вратаря.		
<b>2. Физическая подготовка</b>	<b>10</b>			ЦОС Моя Школа <a href="http://myschool.edu.ru">myschool.edu.ru</a>	
2.1 Развитие координационных способностей	2	<p>Сочетание различных видов ходьбы с коллективным подсчетом, с высоким подниманием бедра, в приседе, с преодолением препятствий, по разметкам.</p> <p>Бег с преодолением препятствий, с изменением длины и частоты шагов, с высоким подниманием бедра, приставными шагами, захлестыванием голени назад, челночный бег, эстафеты. Ходьба по гимнастической скамейке. Варианты челночного бега, с изменением направления,</p>	Самостоятельно организовывают и играют в подвижные игры.	ЦОС Моя Школа <a href="http://myschool.edu.ru">myschool.edu.ru</a>	

			скорости, способа перемещения, с преодолением препятствий и на местности, прыжки через препятствия, на точность приземления.		
2.2	Развитие быстроты	2	Бег в «коридорчике» 30-40см из различных исходных положений. Бег с максимальной скоростью на 20 м. Бег с изменением скорости и прыжками через условные рывы по звуковым сигналам. Эстафеты 20-25 м. Бег с ускорением, изменением направления, темпа, ритма.	Разучивают технические действия игры футбол (работа в парах и группах).	ЦОС Моя Школа <a href="http://myschool.edu.ru">myschool.edu.ru</a>
2.3	Развитие скоростно - силовых качеств	2	Прыжки и многоскоки. Броски набивного мяча. Сочетание прыжков и ускорений.	Разучивают технические действия игры футбол (работа в парах и группах).	ЦОС Моя Школа <a href="http://myschool.edu.ru">myschool.edu.ru</a>
2.4	Развитие силовых качеств	2	Упражнения для мышц верхнего плечевого пояса. Упражнения для	Разучивают технические действия игры футбол (работа в	ЦОС Моя Школа <a href="http://myschool.edu.ru">myschool.edu.ru</a>

			мышц спины и брюшного пресса. Упражнения для мышц ног.	парах и группах).	
2.5	Развитие выносливости	1	Равномерный бег от 3 до 5 минут. Комплексное развитие физических качеств. Полоса препятствий.	Разучивают технические действия игры футбол (работа в парах и группах).	ЦОС Моя Школа <a href="http://myschool.edu.ru">myschool.edu.ru</a>
2.6	Комплексное развитие физических качеств	1	Равномерный бег от 3 до 5 минут. Комплексное развитие физических качеств. Полоса препятствий.	Разучивают технические действия игры футбол (работа в парах и группах).	ЦОС Моя Школа <a href="http://myschool.edu.ru">myschool.edu.ru</a>
<b>3. Техническая подготовка</b>		<b>10</b>			ЦОС Моя Школа <a href="http://myschool.edu.ru">myschool.edu.ru</a>
3.1	Техника ведения мяча (дриблинг)	2	Ведение правой, левой ногой и поочередно, по прямой, по кругу и меняя направления движения, изменяя скорость. Ведение мяча всеми изученными способами с увеличением скорости, выполнением рывков, с обводкой движущихся и противодействующих	Разучивают технические приемы игры футбол (в группах и парах): 1 – ведение футбольного мяча с равномерной скоростью змейкой, по прямой, по кругу;	ЦОС Моя Школа <a href="http://myschool.edu.ru">myschool.edu.ru</a>

			х соперников.		
3.2	Техника обманных движений (финты)	2	Обманные движения «уход» выпадом. Финт «остановкой» мяча ногой. Обманное движение «ударом» по мячу ногой. Финты ударом ногой с убираванием мяча под себя и с пропусканием мяча партнеру, «ударом головой».	Разучивают технические приемы игры футбол (в группах и парах): 1 – ведение футбольного мяча с равномерной скоростью змейкой, по прямой, по кругу;	ЦОС Моя Школа <a href="http://myschool.edu.ru">myschool.edu.ru</a>
3.3	Техника приема мяча	2	Прием мяча внутренней, внешней сторонами стопы, подошвой, бедром, грудью. Прием катящегося, скачащего, летящего мяча. Прием мяча на месте и в движении.	Наблюдают и анализируют образец техники остановки катящегося футбольного мяча, описывают особенности выполнения. Разучивают технику остановки катящегося мяча внутренней стороной стопы после его передачи	ЦОС Моя Школа <a href="http://myschool.edu.ru">myschool.edu.ru</a>
3.4	Техника передач мяча	2	Передачи мяча внутренней, внешней стороной стопы, подошвой, носком, пяткой.	Наблюдают и анализируют образец техники остановки катящегося	ЦОС Моя Школа <a href="http://myschool.edu.ru">myschool.edu.ru</a>

			<p>Передачи мяча на месте и в движении. Передачи мяча в 1 касание и после приема мяча.</p>	<p>футбольного мяча, описывают особенности выполнения. Разучивают технику остановки катящегося мяча внутренней стороной стопы после его передачи. Разучивают удар по мячу с двух шагов, после его остановки; выполняют технические действия игры футбол в условиях игровой деятельности.</p>	
3.5	Техника ударов по мячу	1	<p>Удары по мячу внутренней, внешней стороной подъема, серединой подъема, носком, пяткой, головой.</p> <p>Удары по неподвижному, по катящемуся, скачущему, летящему мячу.</p> <p>Удары в 1 касание и после приема мяча.</p>	<p>Разучивают удар по мячу с двух шагов, после его остановки</p>	<p>ЦОС Моя Школа  <a href="http://myschool.edu.ru">myschool.edu.ru</a></p>
3.6	Техника отбора мяча	1	<p>Отбор мяча у соперника движущегося во</p>	<p>выполняют технические действия игры</p>	<p>ЦОС Моя Школа  <a href="http://myschool.edu.ru">myschool.edu.ru</a></p>

			встречном направлении. Отбор мяча у соперника, движущегося в параллельном направлении.	футбол в условиях игровой деятельности	
	<b>4. Тактическая подготовка</b>	<b>10</b>			ЦОС Моя Школа <a href="http://myschool.edu.ru">myschool.edu.ru</a>
4.1	Индивидуальные тактические действия	1	Открывание, Закрывание соперника. Освобождение зоны.	выполняют технические действия игры футбол в условиях игровой деятельности	ЦОС Моя Школа <a href="http://myschool.edu.ru">myschool.edu.ru</a>
4.2	Групповые тактические действия	1	Простейшие комбинации: «стенка», «забегание», «скрещивание».	выполняют технические действия игры футбол в условиях игровой деятельности	ЦОС Моя Школа <a href="http://myschool.edu.ru">myschool.edu.ru</a>
4.3	Командные тактические действия	2	Расположение при Атаке. Расположение при обороне. Переход из обороны в атаку. Переход из атаки в оборону.	выполняют технические действия игры футбол в условиях игровой деятельности	ЦОС Моя Школа <a href="http://myschool.edu.ru">myschool.edu.ru</a>
4.4	Учебно - тренировочные игры	6	Игры в различных составах: 1Х1, 2Х2, 3Х3, 4Х4, 5Х5. Игры с ограничениями касаний мяча: не больше 1, не больше	выполняют технические действия игры футбол в условиях игровой деятельности	ЦОС Моя Школа <a href="http://myschool.edu.ru">myschool.edu.ru</a>

			2, не больше 3. Игры с ограничением пространства: на $\frac{1}{4}$ поля (зала), на $\frac{1}{2}$ , на все поле. Игры с ограничениями по времени: по 4мин, по 5мин, по 6 мин, по 7 мин, по 8 мин, по 9 мин, по 10 мин.	
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ	34			

7 класс

№	Наименование разделов и тем программы	Количество часов	Основное содержание	Основные виды деятельности	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
	<b>1. Теоретическая подготовка</b>	4			ЦОС Моя Школа <a href="http://myschool.edu.ru">myschool.edu.ru</a>
1.1	Правила техники безопасности. Одежда. Оборудование. Инвентарь	2	Физическая культура и спорт как средство укрепления здоровья. Основы гигиены и самоконтроля. Требования к спортивной одежде, уход за ней, правила личной гигиены. Техника безопасности на занятиях по	Обсуждают возможные травмы при выполнении игровых упражнений в зале и на открытой площадке, анализируют причины их появления, приводят примеры способов профилактики и предупреждения.	ЦОС Моя Школа <a href="http://myschool.edu.ru">myschool.edu.ru</a>

			футболу.	Разучивают правила профилактики травматизма и выполняют их на занятиях.	
1.2	Правила игры в футбол. Основы знаний о технике игры.	2	Правила игры в футбол. Основные термины общеразвивающих и специальных упражнений. Понятие о спортивной технике футболиста. Понятие об основных элементах игры в футбол: удары по мячу ногами и головой, остановка мяча, ведение, обводки и ложные движения (финты), отбор мяча, бросывание мяча, основные технические приемы игры вратаря.	Разучивают правила, способы организации и подготовку мест проведения. Совершенствуют ранее разученные физические упражнения и технические действия.	ЦОС Моя Школа <a href="http://myschool.edu.ru">myschool.edu.ru</a>
<b>2. Физическая подготовка</b>		10			ЦОС Моя Школа <a href="http://myschool.edu.ru">myschool.edu.ru</a>
2.1	Развитие координационных способностей	2	Сочетание различных видов ходьбы с коллективным подсчетом, с	Самостоятельно организовывают и играют в подвижные игры.	ЦОС Моя Школа <a href="http://myschool.edu.ru">myschool.edu.ru</a>

			<p>высоким подниманием бедра, в приседе, с преодолением препятствий, по разметкам.</p> <p>Бег с преодолением препятствий, с изменением длины и частоты шагов, с высоким подниманием бедра, приставными шагами, захлестыванием голени назад, челночный бег, эстафеты. Ходьба по гимнастической скамейке. Варианты челночного бега, с изменением направления, скорости, способа перемещения, с преодолением препятствий и на местности, прыжки через препятствия, на точность приземления.</p>		
2.2	Развитие быстроты	2	Бег в «коридорчике» 30-40 см из различных исходных	Разучивают технические действия игры футбол (работа в	ЦОС Моя Школа <a href="http://myschool.edu.ru">myschool.edu.ru</a>

			положений. Бег с максимальной скоростью на 20 м. Бег с изменением скорости и прыжками через условные рывы по звуковым сигналам. Эстафеты 20-25 м. Бег с ускорением, изменением направления, темпа, ритма.	парах и группах).	
2.3	Развитие скоростно - силовых качеств	2	Прыжки и многоскоки. Броски набивного мяча. Сочетание прыжков и ускорений.	Разучивают технические действия игры футбол (работа в парах и группах).	ЦОС Моя Школа <a href="http://myschool.edu.ru">myschool.edu.ru</a>
2.4	Развитие силовых качеств	2	Упражнения для мышц верхнего плечевого пояса. Упражнения для мышц спины и брюшного пресса. Упражнения для мышц ног.	Разучивают технические действия игры футбол (работа в парах и группах).	ЦОС Моя Школа <a href="http://myschool.edu.ru">myschool.edu.ru</a>
2.5	Развитие выносливости	1	Равномерный бег от 3 до 5 минут. Комплексное развитие физических качеств. Полоса препятствий.	Разучивают технические действия игры футбол (работа в парах и группах).	ЦОС Моя Школа <a href="http://myschool.edu.ru">myschool.edu.ru</a>
2.6	Комплексное развитие физических качеств	1	Равномерный бег от 3 до 5 минут.	Разучивают технические	ЦОС Моя Школа <a href="http://myschool.edu.ru">myschool.edu.ru</a>

			Комплексное развитие физических качеств. Полоса препятствий.	действия игры футбол (работа в парах и группах).	
	<b>3. Техническая подготовка</b>	<b>10</b>			ЦОС Моя Школа <a href="http://myschool.edu.ru">myschool.edu.ru</a>
3.1	Техника ведения мяча (дриблинг)	2	Ведение правой, левой ногой и поочередно, по прямой, по кругу и меняя направления движения, изменения скорость. Ведение мяча всеми изученными способами с увеличением скорости, выполнением рывков, с обводкой движущихся и противодействующих соперников.	Разучивают технические приемы игры футбол (в группах и парах): 1 – ведение футбольного мяча с равномерной скоростью змейкой, по прямой, по кругу;	ЦОС Моя Школа <a href="http://myschool.edu.ru">myschool.edu.ru</a>
3.2	Техника обманных движений (финты)	2	Обманные движения «уход» выпадом. Финт «остановкой» мяча ногой. Обманное движение «ударом» по мячу ногой. Финты ударом ногой с убиравием мяча под себя и с пропусканием мяча	Разучивают технические приемы игры футбол (в группах и парах): 1 – ведение футбольного мяча с равномерной скоростью змейкой, по прямой, по кругу;	ЦОС Моя Школа <a href="http://myschool.edu.ru">myschool.edu.ru</a>

			партнеру, «ударом головой».		
3.3	Техника приема мяча	2	Прием мяча внутренней, внешней сторонами стопы, подошвой, бедром, грудью. Прием катящегося, скачащего, летящего мяча. Прием мяча на месте и в движении.	Наблюдают и анализируют образец техники остановки катящегося футбольного мяча, описывают особенности выполнения. Разучивают технику остановки катящегося мяча внутренней стороной стопы после его передачи	ЦОС Моя Школа <a href="http://myschool.edu.ru">myschool.edu.ru</a>
3.4	Техника передач мяча	2	Передачи мяча внутренней, внешней стороной стопы, подошвой, носком, пяткой. Передачи мяча на месте и в движении. Передачи мяча в 1 касание и после приема мяча.	Наблюдают и анализируют образец техники остановки катящегося футбольного мяча, описывают особенности выполнения. Разучивают технику остановки катящегося мяча внутренней стороной стопы после его передачи. Разучивают удар по мячу с двух шагов, после его остановки;	ЦОС Моя Школа <a href="http://myschool.edu.ru">myschool.edu.ru</a>

				выполняют технические действия игры футбол в условиях игровой деятельности.	
3.5	Техника ударов по мячу	1	Удары по мячу внутренней, внешней стороной подъема, серединой подъема, носком, пяткой, головой. Удары по неподвижному, по катящемуся, скачущему, летящему мячу. Удары в 1 касание и после приема мяча.	Разучивают удар по мячу с двух шагов, после его остановки	ЦОС Моя Школа <a href="http://myschool.edu.ru">myschool.edu.ru</a>
3.6	Техника отбора мяча	1	Отбор мяча у соперника движущегося во встречном направлении. Отбор мяча у соперника, движущегося в параллельном направлении.	выполняют технические действия игры футбол в условиях игровой деятельности	ЦОС Моя Школа <a href="http://myschool.edu.ru">myschool.edu.ru</a>
<b>4. Тактическая подготовка</b>		<b>10</b>			ЦОС Моя Школа <a href="http://myschool.edu.ru">myschool.edu.ru</a>
4.1	Индивидуальные тактические действия	1	Открывание, Закрывание соперника. Освобождение зоны.	выполняют технические действия игры футбол в условиях	ЦОС Моя Школа <a href="http://myschool.edu.ru">myschool.edu.ru</a>

				игровой деятельности	
4.2	Групповые тактические действия	1	Простейшие комбинации: «стенка», «забегание», «скрещивание».	выполняют технические действия игры футбол в условиях игровой деятельности	ЦОС Моя Школа <a href="http://myschool.edu.ru">myschool.edu.ru</a>
4.3	Командные тактические действия	2	Расположение при Атаке. Расположение при обороне. Переход из обороны в атаку. Переход из атаки в оборону.	выполняют технические действия игры футбол в условиях игровой деятельности	ЦОС Моя Школа <a href="http://myschool.edu.ru">myschool.edu.ru</a>
4.4	Учебно - тренировочные игры	6	Игры в различных составах: 1Х1, 2Х2, 3Х3, 4Х4, 5Х5. Игры с ограничениями касаний мяча: не больше 1, не больше 2, не больше 3. Игры с ограничением пространства: на $\frac{1}{4}$ поля (зала), на $\frac{1}{2}$ , на все поле. Игры с ограничениями по времени: по 4мин, по 5мин, по 6 мин, по 7 мин, по 8 мин, по 9 мин, по 10 мин.	выполняют технические действия игры футбол в условиях игровой деятельности	ЦОС Моя Школа <a href="http://myschool.edu.ru">myschool.edu.ru</a>
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34			

8 класс

<b>№</b>	<b>Наименование разделов и тем программы</b>	<b>Количество часов</b>	<b>Основное содержание</b>	<b>Основные виды деятельности</b>	<b>Электронные (цифровые) образовательные ресурсы</b>
	<b>1. Теоретическая подготовка</b>	<b>4</b>			ЦОС Моя Школа <a href="http://myschool.edu.ru">myschool.edu.ru</a>
1.1	Правила техники безопасности. Одежда. Оборудование. Инвентарь	2	Физическая культура и спорт как средство укрепления здоровья. Основы гигиены и самоконтроля. Требования к спортивной одежде, уход за ней, правила личной гигиены. Техника безопасности на занятиях по футболу.	Обсуждают возможные травмы при выполнении игровых упражнений в зале и на открытой площадке, анализируют причины их появления, приводят примеры способов профилактики и предупреждения. Разучивают правила профилактики травматизма и выполняют их на занятиях.	ЦОС Моя Школа <a href="http://myschool.edu.ru">myschool.edu.ru</a>
1.2	Правила игры в футбол. Основы знаний о технике игры.	2	Правила игры в футбол. Основные термины общеразвивающих и специальных	Разучивают правила, способы организации и подготовку мест проведения.	ЦОС Моя Школа <a href="http://myschool.edu.ru">myschool.edu.ru</a>

			<p>упражнений.</p> <p>Понятие о спортивной технике футболиста.</p> <p>Понятие об основных элементах игры в футбол:</p> <p>удары по мячу ногами и головой,</p> <p>остановка мяча,</p> <p>ведение, обводки и ложные движения (финты),</p> <p>отбор мяча,</p> <p>вбрасывание мяча,</p> <p>основные технические приемы игры вратаря.</p>	<p>Совершенствуют ранее разученные физические упражнения и технические действия.</p>	
<b>2. Физическая подготовка</b>	<b>10</b>				ЦОС Моя Школа <a href="http://myschool.edu.ru">myschool.edu.ru</a>
2.1 Развитие координационных способностей	2		<p>Сочетание различных видов ходьбы с коллективным подсчетом, с высоким подниманием бедра, в приседе, с преодолением препятствий, по разметкам.</p> <p>Бег с преодолением препятствий, с изменением длины и частоты шагов, с</p>	<p>Самостоятельно организовывают и играют в подвижные игры.</p>	ЦОС Моя Школа <a href="http://myschool.edu.ru">myschool.edu.ru</a>

				высоким подниманием бедра, приставными шагами, захлестыванием голени назад, приставными шагами, захлестыванием голени назад, челночный бег, эстафеты. Ходьба по гимнастической скамейке. Варианты челночного бега, с изменением направления, скорости, способа перемещения, с преодолением препятствий и на местности, прыжки через препятствия, на точность приземления.	
2.2	Развитие быстроты	2	Бег в «коридорчике» 30-40 см из различных исходных положений. Бег с максимальной скоростью на 20 м. Бег с изменением скорости и прыжками через условные рывы по звуковым сигналам. Эстафеты 20-25 м. Бег с ускорением,	Разучивают технические действия игры футбол (работа в парах и группах).	ЦОС Моя Школа <a href="http://myschool.edu.ru">myschool.edu.ru</a>

			изменением направления, темпа, ритма.		
2.3	Развитие скоростно - силовых качеств	2	Прыжки и многоскоки. Броски набивного мяча. Сочетание прыжков и ускорений.	Разучивают технические действия игры футбол (работа в парах и группах).	ЦОС Моя Школа <a href="http://myschool.edu.ru">myschool.edu.ru</a>
2.4	Развитие силовых качеств	2	Упражнения для мышц верхнего плечевого пояса. Упражнения для мышц спины и брюшного пресса. Упражнения для мышц ног.	Разучивают технические действия игры футбол (работа в парах и группах).	ЦОС Моя Школа <a href="http://myschool.edu.ru">myschool.edu.ru</a>
2.5	Развитие выносливости	1	Равномерный бег от 3 до 5 минут. Комплексное развитие физических качеств. Полоса препятствий.	Разучивают технические действия игры футбол (работа в парах и группах).	ЦОС Моя Школа <a href="http://myschool.edu.ru">myschool.edu.ru</a>
2.6	Комплексное развитие физических качеств	1	Равномерный бег от 3 до 5 минут. Комплексное развитие физических качеств. Полоса препятствий.	Разучивают технические действия игры футбол (работа в парах и группах).	ЦОС Моя Школа <a href="http://myschool.edu.ru">myschool.edu.ru</a>
<b>3. Техническая подготовка</b>		10			ЦОС Моя Школа <a href="http://myschool.edu.ru">myschool.edu.ru</a>
3.1	Техника ведения мяча (дриблинг)	2	Ведение правой, левой ногой и поочередно, по	Разучивают технические приемы игры футбол (в	ЦОС Моя Школа <a href="http://myschool.edu.ru">myschool.edu.ru</a>

			<p>прямой, по кругу и меняя направления движения, изменения скорость. Ведение мяча всеми изученными способами с увеличением скорости, выполнением рывков, с обводкой движущихся и противодействующих соперников.</p>	<p>группах и парах): 1 – ведение футбольного мяча с равномерной скоростью змейкой, по прямой, по кругу;</p>	
3.2	Техника обманных движений (финты)	2	<p>Обманные движения «уход» выпадом. Финт «остановкой» мяча ногой. Обманное движение «ударом» по мячу ногой. Финты ударом ногой с убиравием мяча под себя и с пропусканием мяча партнеру, «ударом головой».</p>	<p>Разучивают технические приемы игры футбол (в группах и парах): 1 – ведение футбольного мяча с равномерной скоростью змейкой, по прямой, по кругу;</p>	ЦОС Моя Школа <a href="http://myschool.edu.ru">myschool.edu.ru</a>
3.3	Техника приема мяча	2	<p>Прием мяча внутренней, внешней сторонами стопы, подошвой, бедром, грудью. Прием катящегося, скачащего, летящего мяча.</p>	<p>Наблюдают и анализируют образец техники остановки катящегося футбольного мяча, описывают особенности</p>	ЦОС Моя Школа <a href="http://myschool.edu.ru">myschool.edu.ru</a>

			Прием мяча на месте и в движении.	выполнения. Разучивают технику остановки катящегося мяча внутренней стороной стопы после его передачи	
3.4	Техника передач мяча	2	Передачи мяча внутренней, внешней стороной стопы, подошвой, носком, пяткой. Передачи мяча на месте и в движении. Передачи мяча в 1 касание и после приема мяча.	Наблюдают и анализируют образец техники остановки катящегося футбольного мяча, описывают особенности выполнения. Разучивают технику остановки катящегося мяча внутренней стороной стопы после его передачи. Разучивают удар по мячу с двух шагов, после его остановки; выполняют технические действия игры футбол в условиях игровой деятельности.	ЦОС Моя Школа <a href="http://myschool.edu.ru">myschool.edu.ru</a>
3.5	Техника ударов по мячу	1	Удары по мячу внутренней, внешней стороной подъема, серединой	Разучивают удар по мячу с двух шагов, после его остановки	ЦОС Моя Школа <a href="http://myschool.edu.ru">myschool.edu.ru</a>

			подъема, носком, пяткой, головой. Удары по неподвижному, по катящемуся, скачущему, летящему мячу. Удары в 1 касание и после приема мяча.		
3.6	Техника отбора мяча	1	Отбор мяча у соперника движущегося во встречном направлении. Отбор мяча у соперника, движущегося в параллельном направлении.	выполняют технические действия игры футбол в условиях игровой деятельности	ЦОС Моя Школа <a href="http://myschool.edu.ru">myschool.edu.ru</a>
<b>4. Тактическая подготовка</b>		<b>10</b>			ЦОС Моя Школа <a href="http://myschool.edu.ru">myschool.edu.ru</a>
4.1	Индивидуальные тактические действия	1	Открывание, Закрывание соперника. Освобождение зоны.	выполняют технические действия игры футбол в условиях игровой деятельности	ЦОС Моя Школа <a href="http://myschool.edu.ru">myschool.edu.ru</a>
4.2	Групповые тактические действия	1	Простейшие комбинации: «стенка», «забегание», «скрещивание».	выполняют технические действия игры футбол в условиях игровой деятельности	ЦОС Моя Школа <a href="http://myschool.edu.ru">myschool.edu.ru</a>
4.3	Командные тактические действия	2	Расположение при Атаке.	выполняют технические	ЦОС Моя Школа

			Расположение при обороне. Переход из обороны в атаку. Переход из атаки в оборону.	действия игры футбол в условиях игровой деятельности	<a href="http://myschool.edu.ru">myschool.edu.ru</a>
4.4	Учебно - тренировочные игры	6	Игры в различных составах: 1Х1, 2Х2, 3Х3, 4Х4, 5Х5. Игры с ограничениями касаний мяча: не больше 1, не больше 2, не больше 3. Игры с ограничением пространства: на $\frac{1}{4}$ поля (зала), на $\frac{1}{2}$ , на все поле. Игры с ограничениями по времени: по 4мин, по 5мин, по 6 мин, по 7 мин, по 8 мин, по 9 мин, по 10 мин.	выполняют технические действия игры футбол в условиях игровой деятельности	ЦОС Моя Школа <a href="http://myschool.edu.ru">myschool.edu.ru</a>
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34			

9 класс

№	Наименование разделов и тем программы	Количество часов	Основное содержание	Основные виды деятельности	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
	<b>1. Теоретическая подготовка</b>	4			ЦОС Моя Школа <a href="http://myschool.edu.ru">myschool.edu.ru</a>

1.1	Правила техники безопасности. Одежда. Оборудование. Инвентарь	2	Физическая культура и спорт как средство укрепления здоровья. Основы гигиены и самоконтроля. Требования к спортивной одежде, уход за ней, правила личной гигиены. Техника безопасности на занятиях по футболу.	Обсуждают возможные травмы при выполнении игровых упражнений в зале и на открытой площадке, анализируют причины их появления, приводят примеры способов профилактики и предупреждения. Разучивают правила профилактики травматизма и выполняют их на занятиях.	ЦОС Моя Школа <a href="http://myschool.edu.ru">myschool.edu.ru</a>
1.2	Правила игры в футбол. Основы знаний о технике игры.	2	Правила игры в футбол. Основные термины общеразвивающих и специальных упражнений. Понятие о спортивной технике футболиста. Понятие об основных элементах игры в футбол: удары по мячу ногами и головой, остановка мяча, ведение, обводки и ложные движения	Разучивают правила, способы организации и подготовку мест проведения. Совершенствуют ранее разученные физические упражнения и технические действия.	ЦОС Моя Школа <a href="http://myschool.edu.ru">myschool.edu.ru</a>

			(финты), отбор мяча, бросывание мяча, основные технические приемы игры вратаря.		
<b>2. Физическая подготовка</b>	<b>10</b>			ЦОС Моя Школа <a href="http://myschool.edu.ru">myschool.edu.ru</a>	
2.1 Развитие координационных способностей	2	<p>Сочетание различных видов ходьбы с коллективным подсчетом, с высоким подниманием бедра, в приседе, с преодолением препятствий, по разметкам.</p> <p>Бег с преодолением препятствий, с изменением длины и частоты шагов, с высоким подниманием бедра, приставными шагами, захлестыванием голени назад, челночный бег, эстафеты. Ходьба по гимнастической скамейке. Варианты челночного бега, с изменением</p>	Самостоятельно организовывают и играют в подвижные игры.	ЦОС Моя Школа <a href="http://myschool.edu.ru">myschool.edu.ru</a>	

			направления, скорости, способа перемещения, с преодолением препятствий и на местности, прыжки через препятствия, на точность приземления.		
2.2	Развитие быстроты	2	Бег в «коридорчике» 30-40 см из различных исходных положений. Бег с максимальной скоростью на 20 м. Бег с изменением скорости и прыжками через условные рывы по звуковым сигналам. Эстафеты 20-25 м. Бег с ускорением, изменением направления, темпа, ритма.	Разучивают технические действия игры футбол (работа в парах и группах).	ЦОС Моя Школа <a href="http://myschool.edu.ru">myschool.edu.ru</a>
2.3	Развитие скоростно - силовых качеств	2	Прыжки и многоскоки. Броски набивного мяча. Сочетание прыжков и ускорений.	Разучивают технические действия игры футбол (работа в парах и группах).	ЦОС Моя Школа <a href="http://myschool.edu.ru">myschool.edu.ru</a>
2.4	Развитие силовых качеств	2	Упражнения для мышц верхнего плечевого пояса.	Разучивают технические действия игры	ЦОС Моя Школа <a href="http://myschool.edu.ru">myschool.edu.ru</a>

			Упражнения для мышц спины и брюшного пресса. Упражнения для мышц ног.	футбол (работа в парах и группах).	
2.5	Развитие выносливости	1	Равномерный бег от 3 до 5 минут. Комплексное развитие физических качеств. Полоса препятствий.	Разучивают технические действия игры футбол (работа в парах и группах).	ЦОС Моя Школа <a href="http://myschool.edu.ru">myschool.edu.ru</a>
2.6	Комплексное развитие физических качеств	1	Равномерный бег от 3 до 5 минут. Комплексное развитие физических качеств. Полоса препятствий.	Разучивают технические действия игры футбол (работа в парах и группах).	ЦОС Моя Школа <a href="http://myschool.edu.ru">myschool.edu.ru</a>
<b>3. Техническая подготовка</b>		<b>10</b>			ЦОС Моя Школа <a href="http://myschool.edu.ru">myschool.edu.ru</a>
3.1	Техника ведения мяча (дриблинг)	2	Ведение правой, левой ногой и поочередно, по прямой, по кругу и меняя направления движения, изменяя скорость. Ведение мяча всеми изученными способами с увеличением скорости, выполнением рывков, с обводкой движущихся и	Разучивают технические приемы игры футбол (в группах и парах): 1 – ведение футбольного мяча с равномерной скоростью змейкой, по прямой, по кругу;	ЦОС Моя Школа <a href="http://myschool.edu.ru">myschool.edu.ru</a>

			противодействующих соперников.		
3.2	Техника обманных движений (финты)	2	Обманные движения «уход» выпадом. Финт «остановкой» мяча ногой. Обманное движение «ударом» по мячу ногой. Финты ударом ногой с убиением мяча под себя и с пропусканием мяча партнеру, «ударом головой».	Разучивают технические приемы игры футбол (в группах и парах): 1 – ведение футбольного мяча с равномерной скоростью змейкой, по прямой, по кругу;	ЦОС Моя Школа <a href="http://myschool.edu.ru">myschool.edu.ru</a>
3.3	Техника приема мяча	2	Прием мяча внутренней, внешней сторонами стопы, подошвой, бедром, грудью. Прием катящегося, скачащего, летящего мяча. Прием мяча на месте и в движении.	Наблюдают и анализируют образец техники остановки катящегося футбольного мяча, описывают особенности выполнения. Разучивают технику остановки катящегося мяча внутренней стороной стопы после его передачи	ЦОС Моя Школа <a href="http://myschool.edu.ru">myschool.edu.ru</a>
3.4	Техника передач мяча	2	Передачи мяча внутренней, внешней стороной стопы, подошвой,	Наблюдают и анализируют образец техники остановки	ЦОС Моя Школа <a href="http://myschool.edu.ru">myschool.edu.ru</a>

			<p>носком, пяткой. Передачи мяча на месте и в движении. Передачи мяча в 1 касание и после приема мяча.</p>	<p>катящегося футбольного мяча, описывают особенности выполнения. Разучивают технику остановки катящегося мяча внутренней стороной стопы после его передачи. Разучивают удар по мячу с двух шагов, после его остановки; выполняют технические действия игры футбол в условиях игровой деятельности.</p>	
3.5	Техника ударов по мячу	1	<p>Удары по мячу внутренней, внешней стороной подъема, серединой подъема, носком, пяткой, головой. Удары по неподвижному, по катящемуся, скачущему, летящему мячу. Удары в 1 касание и после приема мяча.</p>	<p>Разучивают удар по мячу с двух шагов, после его остановки</p>	ЦОС Моя Школа <a href="http://myschool.edu.ru">myschool.edu.ru</a>
3.6	Техника отбора мяча	1	Отбор мяча у соперника	выполняют технические	ЦОС Моя Школа

			движущегося во встречном направлении. Отбор мяча у соперника, движущегося в параллельном направлении.	действия игры футбол в условиях игровой деятельности	<a href="http://myschool.edu.ru">myschool.edu.ru</a>
	<b>4. Тактическая подготовка</b>	<b>10</b>			ЦОС Моя Школа <a href="http://myschool.edu.ru">myschool.edu.ru</a>
4.1	Индивидуальные тактические действия	1	Открывание, Закрывание соперника. Освобождение зоны.	выполняют технические действия игры футбол в условиях игровой деятельности	ЦОС Моя Школа <a href="http://myschool.edu.ru">myschool.edu.ru</a>
4.2	Групповые тактические действия	1	Простейшие комбинации: «стенка», «забегание», «скрещивание».	выполняют технические действия игры футбол в условиях игровой деятельности	ЦОС Моя Школа <a href="http://myschool.edu.ru">myschool.edu.ru</a>
4.3	Командные тактические действия	2	Расположение при Атаке. Расположение при обороне. Переход из обороны в атаку. Переход из атаки в оборону.	выполняют технические действия игры футбол в условиях игровой деятельности	ЦОС Моя Школа <a href="http://myschool.edu.ru">myschool.edu.ru</a>
4.4	Учебно - тренировочные игры	6	Игры в различных составах: 1Х1, 2Х2, 3Х3, 4Х4, 5Х5. Игры с ограничениями касаний мяча: не	выполняют технические действия игры футбол в условиях игровой деятельности	ЦОС Моя Школа <a href="http://myschool.edu.ru">myschool.edu.ru</a>

		больше 1, не больше 2, не больше 3. Игры с ограничением пространства: на $\frac{1}{4}$ поля (зала), на $\frac{1}{2}$ , на все поле. Игры с ограничениями по времени: по 4мин, по 5мин, по 6 мин, по 7 мин, по 8 мин, по 9 мин, по 10 мин.		
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ	<b>34</b>			

Форма аттестации не предусматривается. После освоения программы документ об образовании не выдается.

## **ТРЕБОВАНИЯ К УРОВНЮ ПОДГОТОВКИ ОБУЧАЮЩИХСЯ**

В результате освоения внеурочной обще развивающей программы «Футбол» обучающиеся получат возможность:

- понимать условия организации соревнований по футболу;
- освоить правила ведения игры;
- повторить общие и индивидуальные правила личной гигиены.

**Обучающиеся:**

- получат навыки осуществления спортивной деятельности в процессе игры в футбол;
- расширят представления о влиянии физических упражнений на организм человека;
- выполнять упражнения на формирование правильной осанки,
- организовывать и проводить самостоятельные занятия, использовать самоконтроль за состоянием здоровья;
- будет стремиться – к освоению правильных двигательных действий с футбольным мячом;
- владеет понятиями - о терминологии разучиваемых упражнений;
- понимать значение физических упражнений для здоровья человека.

**Обучающиеся должны знать:**

- правила безопасности проведения тренировок;
- основы техники футбола;
- правила игры в футбол;
- терминологию в футболе;
- требования к инвентарю, одежде для занятий футболом;
- правила самостоятельного выполнения физических упражнений.

**Обучающиеся должны уметь:**

- выполнять специальную разминку;
- осуществлять ведение мяча (как минимум одним способом);
- выполнять обманные движения с мячом и без мяча;
- выполнять прием и передачи мяча (как минимум одним способом);
- выполнять удары по мячу (как минимум одним способом).
- осуществлять самоконтроль за состоянием здоровья.

В процессе игры в футбол обучающиеся должны развивать чувство коллектизма, командный дух, волю и стремление к победе. Педагог получает информацию о приспособляемости организма юных футболистов по частоте пульса до начала тренировки, в ходе её и по окончании. Основным способом определения результативности учебно-тренировочного процесса является участие воспитанников в соревнованиях по футболу.

## **УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА**

### **ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕНИКА**

1. Андреев С.Н . Футбол – твоя игра. – М.: //Просвещение, 1989. – 144 стр.

2. Андреев С.Н. Играйте в мини-футбол. - М.; Советский спорт, 1989 – 47с.
3. Башкиров, В.Ф. Профилактика травм у спортсменов/ Башкиров В.Ф. - М.: //ФиС, 1987.
4. Каменченко П. Олтаржевский Г., Легенды. История российского футбола в фотографиях. – М.; //Красивая книга, 2018
5. Лоран Николе, Это футбол. Игра изменившая мир.- М:// Самокат, 2018
6. Нестеровский, Д.И. Теория и методика спортивных игр: учебник для студентов учреждений высшего образования / Нестеровский Д.И., Железняк Ю.Д., Иванов В.А., Голенко А.В., Левин В.С. /9-е изд., стереотипное. М.; Издательский центр «Академия», 2014. 464 с.
7. Сергиенко, Л.П. Спортивный отбор: теория и практика / Сергиенко Л.П. – М.; «Советский спорт», 2013.
8. Старостин Н. Вайнштейн А. Футбол сквозь годы. М:// Центрполиграф, 2018.
9. Симонян Н.П. Футбол-только ли игра? -М.;// Человек, 2018 10.Шакур М.Т. Как научиться играть в футбол. Финты звезд. //Харвест, 2020

#### **МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ**

1. Андреев С. Н. Мини – футбол. – М.://Физкультура и спорт». 2008.
2. Алиев Э., Андреев С.,Губа В. Мини-футбол, Учебник. -М.:// Советский спорт. 2012.
3. Врублевский Е.П., Модели тактики игры в футбол. -М.; // Спорт, 2020
4. Грамм А., Книга-тренер. Правила. Физическая подготовка. Техника.Стратегия.Мастерство. М.; Эксмо, 2020
5. Губа В., Лексаков А. Теория и методика футбола.Учебник. -М.;// Спорт, 2020. Губа В., Футбол. Программа для футбольных академий.-М;// Человек, 2015.
6. Сто одно упражнение для юных футболистов. Мальcolm Кук, А.С.Т. Астрель. Москва 2003 г.
7. Качаний, Горский - Тренировка футболистов 1994 г. 1-е издание
8. Кузнецов А.А. Футбол. Настольная книга детского тренера, Москва 2010 Сучилин А. А. Футбол во дворе -//Физкультура и спорт, 1994.
9. Скуридина А.А. Методические мелочи. Уметь. Хотеть. Мочь // журнал «Спорт в школе», 2011, № 7.
10. Цирин Б. Я., Лукашин Ю. С. Футбол. – //Физкультура и Спорт, 2002, 2- ое исправленное и дополненное издание – (Азбука спорта).
11. Швыков И.А., Футбол в школе. – М.: //Терра-Спорт, Олимпия Пресс, 2002. Методические рекомендации преподавания физической культуры в образовательных учреждениях города Москвы, 2009.

12. Жан-Люк Чесно, Жерар Дюро. Футбол. Обучение базовой технике. М.:// ТВТ Дивизион, 2006, - 198с. 16. 500 игр и эстафет. Научная ред.ак. Кузина В.В. и пр. Полиевского С.А. М.://Физкультура и спорт, 2000.

## **ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ ИНТЕРНЕТ**

1. ФГИС «Моя школа» [myschool.edu.ru](http://myschool.edu.ru)

**Приложения:**

**Календарно-тематическое планирование**

**5 класс**

№ П/П	Тема урока	Количество часов			Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
1	Правила техники безопасности. Одежда. Оборудование. Инвентарь	1	0	0	<a href="#">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
3	Правила игры в футбол. Основы знаний о технике игры.	1	0	0	<a href="#">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
3	Правила игры в футбол. Основы знаний о технике игры.	1	0	0	<a href="#">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
4	Развитие координационных способностей Варианты челночного бега, с изменением направления, скорости, способа перемещения, с преодолением препятствий и на местности, прыжки через препятствия, на точность приземления.	1	0	0	<a href="#">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
5	Варианты челночного бега, с изменением направления, скорости, способа перемещения.	1	0	0	<a href="#">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
6	Развитие быстроты Бег с изменением скорости и прыжками через условные рвы по звуковым сигналам. Эстафеты 20-25 м. Бег с ускорением, изменением направления, темпа, ритма.	1	0	0	<a href="#">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
7	Бег с изменением скорости и прыжками через условные рвы по звуковым сигналам. Эстафеты 20-25 м. Бег с ускорением, изменением направления, темпа, ритма.	1	0	0	<a href="#">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>

8	Развитие скоростно - силовых качеств Прыжки и многоскоки. Броски набивного мяча. Сочетание прыжков и ускорений.	1	0	0	<a href="#">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
9	Сочетание прыжков и ускорений.	1	0	0	<a href="#">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
10	Развитие силовых качеств Упражнения для мышц верхнего плечевого пояса. Упражнения для мышц спины и брюшного пресса. Упражнения для мышц ног.	1	0	0	<a href="#">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
11	Упражнения для мышц верхнего плечевого пояса. Упражнения для мышц спины и брюшного пресса. Упражнения для мышц ног.	1	0	0	<a href="#">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
12	Развитие выносливости Равномерный бег от 3 до 5 минут. Комплексное развитие физических качеств. Полоса препятствий.	1	0	0	<a href="#">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
13	Комплексное развитие физических качеств	1	0	0	<a href="#">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
14	Правила техники безопасности. Одежда. Оборудование. Инвентарь	1	0	0	<a href="#">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
15	Техника ведения мяча (дриблинг) Ведение мяча всеми изученными способами с увеличением скорости, выполнением рывков, с обводкой движущихся и противодействующих соперников.	1	0	0	<a href="#">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
16	Ведение мяча всеми изученными способами с увеличением скорости, выполнением рывков, с обводкой движущихся и противодействующих соперников.	1	0	0	<a href="#">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
17	Техника обманных движений (финты) Обманное движение «ударом» по мячу ногой.	1	0	0	<a href="#">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>

	Финты ударом ногой с убирианием мяча под себя и с пропусканием мяча партнеру, «ударом головой».				
18	Финты ударом ногой с убирианием мяча под себя и с пропусканием мяча партнеру.	1	0	0	<a href="#">ПОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
19	Техника приема мяча Прием мяча внутренней, внешней сторонами стопы, подошвой, бедром, грудью.	1	0	0	<a href="#">ПОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
20	Прием катящегося, скачущего, летящего мяча. Прием мяча на месте и в движении.	1	0	0	<a href="#">ПОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
21	Техника передачи мяча Передачи мяча внутренней, внешней стороной стопы, подошвой, носком, пяткой.	1	0	0	<a href="#">ПОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
22	Передачи мяча на месте и в движении.	1	0	0	<a href="#">ПОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
23	Техника ударов по мячу Удары по мячу внутренней, внешней стороной подъема, серединой подъема, носком, пяткой, головой. Удары по неподвижному, по катящемуся, скачущему, летящему мячу.	1	0	0	<a href="#">ПОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
24	Техника отбора мяча Отбор мяча у соперника движущегося во встречном направлении. Отбор мяча у соперника, движущегося в параллельном направлении.	1	0	0	<a href="#">ПОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
25	Индивидуальные тактические действия Открывание, Закрывание соперника. Освобождение зоны	1	0	0	<a href="#">ПОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
26	Групповые тактические действия	1	0	0	<a href="#">ПОС Моя Школа</a>

	Простейшие комбинации: «стенка», «забегание», «скрещивание».				<a href="http://myschool.edu.ru">myschool.edu.ru</a>
27	Командные тактические действия Расположение при Атаке. Переход из обороны в атаку.	1	0	0	<a href="http://myschool.edu.ru">ПОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
28	Расположение при обороне. Переход из атаки в оборону.	1	0	0	<a href="http://myschool.edu.ru">ПОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
29	Учебно - тренировочные игры Игры в различных составах: 1Х1, 2Х2, 3Х3, 4Х4, 5Х5.	1	0	0	<a href="http://myschool.edu.ru">ПОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
30	Игры в различных составах: 1Х1, 2Х2, 3Х3, 4Х4, 5Х5.	1	0	0	<a href="http://myschool.edu.ru">ПОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
31	Игры в различных составах: 1Х1, 2Х2, 3Х3, 4Х4, 5Х5.	1	0	0	<a href="http://myschool.edu.ru">ПОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
32	Игры в различных составах: 1Х1, 2Х2, 3Х3, 4Х4, 5Х5.	1	0	0	<a href="http://myschool.edu.ru">ПОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
33	Игры с ограничениями касаний мяча: не больше 1, не больше 2, не больше	1	0	0	<a href="http://myschool.edu.ru">ПОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
34	Игры с ограничениями касаний мяча: не больше 1, не больше 2, не больше	1	0	0	<a href="http://myschool.edu.ru">ПОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
<b>ИТОГО:</b>		<b>34</b>			

## 6 класс

№ П/П	Тема урока	Количество часов			Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
1	Правила техники безопасности. Одежда. Оборудование. Инвентарь	1	0	0	<a href="#">ПОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
3	Правила игры в футбол. Основы знаний о технике игры.	1	0	0	<a href="#">ПОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
3	Правила игры в футбол. Основы знаний о технике игры.	1	0	0	<a href="#">ПОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
4	Развитие координационных способностей Варианты челночного бега, с изменением направления, скорости, способа перемещения, с преодолением препятствий и на местности, прыжки через препятствия, на точность приземления.	1	0	0	<a href="#">ПОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
5	Варианты челночного бега, с изменением направления, скорости, способа перемещения.	1	0	0	<a href="#">ПОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
6	Развитие быстроты Бег с изменением скорости и прыжками через условные рывы по звуковым сигналам. Эстафеты 20-25 м. Бег с ускорением, изменением направления, темпа, ритма.	1	0	0	<a href="#">ПОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
7	Бег с изменением скорости и прыжками через условные рывы по звуковым сигналам. Эстафеты 20-25 м. Бег с ускорением, изменением направления, темпа, ритма.	1	0	0	<a href="#">ПОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
8	Развитие скоростно - силовых качеств Прыжки и многоскоки. Броски набивного мяча. Сочетание прыжков и ускорений.	1	0	0	<a href="#">ПОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
9	Сочетание прыжков и ускорений.	1	0	0	<a href="#">ПОС Моя Школа</a>

					<a href="http://myschool.edu.ru">myschool.edu.ru</a>
10	Развитие силовых качеств Упражнения для мышц верхнего плечевого пояса. Упражнения для мышц спины и брюшного пресса. Упражнения для мышц ног.	1	0	0	<a href="http://myschool.edu.ru">ПОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
11	Упражнения для мышц верхнего плечевого пояса. Упражнения для мышц спины и брюшного пресса. Упражнения для мышц ног.	1	0	0	<a href="http://myschool.edu.ru">ПОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
12	Развитие выносливости Равномерный бег от 3 до 5 минут. Комплексное развитие физических качеств. Полоса препятствий.	1	0	0	<a href="http://myschool.edu.ru">ПОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
13	Комплексное развитие физических качеств	1	0	0	<a href="http://myschool.edu.ru">ПОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
14	Правила техники безопасности. Одежда. Оборудование. Инвентарь	1	0	0	<a href="http://myschool.edu.ru">ПОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
15	Техника ведения мяча (дриблинг) Ведение мяча всеми изученными способами с увеличением скорости, выполнением рывков, с обводкой движущихся и противодействующих соперников.	1	0	0	<a href="http://myschool.edu.ru">ПОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
16	Ведение мяча всеми изученными способами с увеличением скорости, выполнением рывков, с обводкой движущихся и противодействующих соперников.	1	0	0	<a href="http://myschool.edu.ru">ПОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
17	Техника обманных движений (финты) Обманное движение «ударом» по мячу ногой. Финты ударом ногой с убиравием мяча под себя и с пропусканием мяча партнеру, «ударом головой».	1	0	0	<a href="http://myschool.edu.ru">ПОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
18	Финты ударом ногой с убиравием мяча под себя и с пропусканием мяча партнеру.	1	0	0	<a href="http://myschool.edu.ru">ПОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
19	Техника приема мяча Прием мяча внутренней, внешней сторонами	1	0	0	<a href="http://myschool.edu.ru">ПОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>

	стопы, подошвой, бедром, грудью.				
20	Прием катящегося, скачущего, летящего мяча. Прием мяча на месте и в движении.	1	0	0	<a href="#">ПОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
21	Техника передачи мяча Передачи мяча внутренней, внешней стороной стопы, подошвой, носком, пяткой.	1	0	0	<a href="#">ПОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
22	Передачи мяча на месте и в движении.	1	0	0	<a href="#">ПОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
23	Техника ударов по мячу Удары по мячу внутренней, внешней стороной подъема, серединой подъема, носком, пяткой, головой. Удары по неподвижному, по катящемуся, скачущему, летящему мячу.	1	0	0	<a href="#">ПОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
24	Техника отбора мяча Отбор мяча у соперника движущегося во встречном направлении. Отбор мяча у соперника, движущегося в параллельном направлении.	1	0	0	<a href="#">ПОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
25	Индивидуальные тактические действия Открывание, Закрывание соперника. Освобождение зоны	1	0	0	<a href="#">ПОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
26	Групповые тактические действия Простейшие комбинации: «стенка», «забегание», «скрещивание».	1	0	0	<a href="#">ПОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
27	Командные тактические действия Расположение при Атаке. Переход из обороны в атаку.	1	0	0	<a href="#">ПОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
28	Расположение при обороне. Переход из атаки в оборону.	1	0	0	<a href="#">ПОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>

29	Учебно - тренировочные игры Игры в различных составах: 1Х1, 2Х2, 3Х3, 4Х4, 5Х5.	1	0	0	<a href="#">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
30	Игры в различных составах: 1Х1, 2Х2, 3Х3, 4Х4, 5Х5.	1	0	0	<a href="#">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
31	Игры в различных составах: 1Х1, 2Х2, 3Х3, 4Х4, 5Х5.	1	0	0	<a href="#">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
32	Игры в различных составах: 1Х1, 2Х2, 3Х3, 4Х4, 5Х5.	1	0	0	<a href="#">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
33	Игры с ограничениями касаний мяча: не больше 1, не больше 2, не больше	1	0	0	<a href="#">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
34	Игры с ограничениями касаний мяча: не больше 1, не больше 2, не больше	1	0	0	<a href="#">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
<b>ИТОГО:</b>		<b>34</b>			

## 7 класс

№ П/П	Тема урока	Количество часов			Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
1	Правила техники безопасности. Одежда. Оборудование. Инвентарь	1	0	0	<a href="#">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
3	Правила игры в футбол. Основы знаний о технике игры.	1	0	0	<a href="#">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
3	Правила игры в футбол. Основы знаний о технике игры.	1	0	0	<a href="#">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
4	Развитие координационных способностей Варианты челночного бега, с изменением направления, скорости, способа перемещения, с преодолением препятствий и на местности,	1	0	0	<a href="#">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>

	прыжки через препятствия, на точность приземления.				
5	Варианты челночного бега, с изменением направления, скорости, способа перемещения.	1	0	0	<a href="#">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
6	Развитие быстроты Бег с изменением скорости и прыжками через условные рвы по звуковым сигналам. Эстафеты 20-25 м. Бег с ускорением, изменением направления, темпа, ритма.	1	0	0	<a href="#">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
7	Бег с изменением скорости и прыжками через условные рвы по звуковым сигналам. Эстафеты 20-25 м. Бег с ускорением, изменением направления, темпа, ритма.	1	0	0	<a href="#">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
8	Развитие скоростно - силовых качеств Прыжки и многоскоки. Броски набивного мяча. Сочетание прыжков и ускорений.	1	0	0	<a href="#">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
9	Сочетание прыжков и ускорений.	1	0	0	<a href="#">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
10	Развитие силовых качеств Упражнения для мышц верхнего плечевого пояса. Упражнения для мышц спины и брюшного пресса. Упражнения для мышц ног.	1	0	0	<a href="#">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
11	Упражнения для мышц верхнего плечевого пояса. Упражнения для мышц спины и брюшного пресса. Упражнения для мышц ног.	1	0	0	<a href="#">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
12	Развитие выносливости Равномерный бег от 3 до 5 минут. Комплексное развитие физических качеств. Полоса препятствий.	1	0	0	<a href="#">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
13	Комплексное развитие физических качеств	1	0	0	<a href="#">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
14	Правила техники безопасности. Одежда. Оборудование. Инвентарь	1	0	0	<a href="#">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>

15	Техника ведения мяча (дриблинг) Ведение мяча всеми изученными способами с увеличением скорости, выполнением рывков, с обводкой движущихся и противодействующих соперников.	1	0	0	<a href="#">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
16	Ведение мяча всеми изученными способами с увеличением скорости, выполнением рывков, с обводкой движущихся и противодействующих соперников.	1	0	0	<a href="#">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
17	Техника обманных движений (финты) Обманное движение «ударом» по мячу ногой. Финты ударом ногой с убианием мяча под себя и с пропусканием мяча партнеру, «ударом головой».	1	0	0	<a href="#">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
18	Финты ударом ногой с убианием мяча под себя и с пропусканием мяча партнеру.	1	0	0	<a href="#">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
19	Техника приема мяча Прием мяча внутренней, внешней сторонами стопы, подошвой, бедром, грудью.	1	0	0	<a href="#">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
20	Прием катящегося, скачущего, летящего мяча. Прием мяча на месте и в движении.	1	0	0	<a href="#">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
21	Техника передачи мяча Передачи мяча внутренней, внешней стороной стопы, подошвой, носком, пяткой.	1	0	0	<a href="#">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
22	Передачи мяча на месте и в движении.	1	0	0	<a href="#">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
23	Техника ударов по мячу Удары по мячу внутренней, внешней стороной подъема, серединой подъема, носком, пяткой, головой. Удары по неподвижному, по катящемуся, скачущему, летящему мячу.	1	0	0	<a href="#">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
24	Техника отбора мяча Отбор мяча у соперника движущегося во встречном направлении. Отбор мяча у соперника,	1	0	0	<a href="#">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>

	движущегося в параллельном направлении.				
25	Индивидуальные тактические действия Открывание, Закрывание соперника. Освобождение зоны	1	0	0	<a href="#">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
26	Групповые тактические действия Простейшие комбинации: «стенка», «забегание», «скрещивание».	1	0	0	<a href="#">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
27	Командные тактические действия Расположение при Атаке. Переход из обороны в атаку.	1	0	0	<a href="#">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
28	Расположение при обороне. Переход из атаки в оборону.	1	0	0	<a href="#">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
29	Учебно - тренировочные игры Игры в различных составах: 1Х1, 2Х2, 3Х3, 4Х4, 5Х5.	1	0	0	<a href="#">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
30	Игры в различных составах: 1Х1, 2Х2, 3Х3, 4Х4, 5Х5.	1	0	0	<a href="#">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
31	Игры в различных составах: 1Х1, 2Х2, 3Х3, 4Х4, 5Х5.	1	0	0	<a href="#">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
32	Игры в различных составах: 1Х1, 2Х2, 3Х3, 4Х4, 5Х5.	1	0	0	<a href="#">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
33	Игры с ограничениями касаний мяча: не больше 1, не больше 2, не больше	1	0	0	<a href="#">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
34	Игры с ограничениями касаний мяча: не больше 1, не больше 2, не больше	1	0	0	<a href="#">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
<b>ИТОГО:</b>		<b>34</b>			

№ П/П	Тема урока	Количество часов			Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
1	Правила техники безопасности. Одежда. Оборудование. Инвентарь	1	0	0	<a href="#">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
3	Правила игры в футбол. Основы знаний о технике игры.	1	0	0	<a href="#">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
3	Правила игры в футбол. Основы знаний о технике игры.	1	0	0	<a href="#">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
4	Развитие координационных способностей Варианты челночного бега, с изменением направления, скорости, способа перемещения, с преодолением препятствий и на местности, прыжки через препятствия, на точность приземления.	1	0	0	<a href="#">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
5	Варианты челночного бега, с изменением направления, скорости, способа перемещения.	1	0	0	<a href="#">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
6	Развитие быстроты Бег с изменением скорости и прыжками через условные рвы по звуковым сигналам. Эстафеты 20-25 м. Бег с ускорением, изменением направления, темпа, ритма.	1	0	0	<a href="#">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
7	Бег с изменением скорости и прыжками через условные рвы по звуковым сигналам. Эстафеты 20-25 м. Бег с ускорением, изменением направления, темпа, ритма.	1	0	0	<a href="#">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
8	Развитие скоростно - силовых качеств Прыжки и многоскоки. Броски набивного мяча. Сочетание прыжков и ускорений.	1	0	0	<a href="#">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
9	Сочетание прыжков и ускорений.	1	0	0	<a href="#">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
10	Развитие силовых качеств	1	0	0	<a href="#">ЦОС Моя Школа</a>

	Упражнения для мышц верхнего плечевого пояса. Упражнения для мышц спины и брюшного пресса. Упражнения для мышц ног.				<a href="http://myschool.edu.ru">myschool.edu.ru</a>
11	Упражнения для мышц верхнего плечевого пояса. Упражнения для мышц спины и брюшного пресса. Упражнения для мышц ног.	1	0	0	<a href="http://myschool.edu.ru">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
12	Развитие выносливости Равномерный бег от 3 до 5 минут. Комплексное развитие физических качеств. Полоса препятствий.	1	0	0	<a href="http://myschool.edu.ru">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
13	Комплексное развитие физических качеств	1	0	0	<a href="http://myschool.edu.ru">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
14	Правила техники безопасности. Одежда. Оборудование. Инвентарь	1	0	0	<a href="http://myschool.edu.ru">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
15	Техника ведения мяча (дриблинг) Ведение мяча всеми изученными способами с увеличением скорости, выполнением рывков, с обводкой движущихся и противодействующих соперников.	1	0	0	<a href="http://myschool.edu.ru">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
16	Ведение мяча всеми изученными способами с увеличением скорости, выполнением рывков, с обводкой движущихся и противодействующих соперников.	1	0	0	<a href="http://myschool.edu.ru">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
17	Техника обманных движений (финты) Обманное движение «ударом» по мячу ногой. Финты ударом ногой с убианием мяча под себя и с пропусканием мяча партнеру, «ударом головой».	1	0	0	<a href="http://myschool.edu.ru">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
18	Финты ударом ногой с убианием мяча под себя и с пропусканием мяча партнеру.	1	0	0	<a href="http://myschool.edu.ru">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
19	Техника приема мяча Прием мяча внутренней, внешней сторонами стопы, подошвой, бедром, грудью.	1	0	0	<a href="http://myschool.edu.ru">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
20	Прием катящегося, скачущего, летящего мяча.	1	0	0	<a href="http://myschool.edu.ru">ЦОС Моя Школа</a>

	Прием мяча на месте и в движении.				<a href="http://myschool.edu.ru">myschool.edu.ru</a>
21	Техника передачи мяча Передачи мяча внутренней, внешней стороной стопы, подошвой, носком, пяткой.	1	0	0	<a href="http://myschool.edu.ru">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
22	Передачи мяча на месте и в движении.	1	0	0	<a href="http://myschool.edu.ru">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
23	Техника ударов по мячу Удары по мячу внутренней, внешней стороной подъема, серединой подъема, носком, пяткой, головой. Удары по неподвижному, по катящемуся, скачущему, летящему мячу.	1	0	0	<a href="http://myschool.edu.ru">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
24	Техника отбора мяча Отбор мяча у соперника движущегося во встречном направлении. Отбор мяча у соперника, движущегося в параллельном направлении.	1	0	0	<a href="http://myschool.edu.ru">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
25	Индивидуальные тактические действия Открывание, Закрывание соперника. Освобождение зоны	1	0	0	<a href="http://myschool.edu.ru">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
26	Групповые тактические действия Простейшие комбинации: «стенка», «забегание», «скрещивание».	1	0	0	<a href="http://myschool.edu.ru">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
27	Командные тактические действия Расположение при Атаке. Переход из обороны в атаку.	1	0	0	<a href="http://myschool.edu.ru">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
28	Расположение при обороне. Переход из атаки в оборону.	1	0	0	<a href="http://myschool.edu.ru">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
29	Учебно - тренировочные игры	1	0	0	<a href="http://myschool.edu.ru">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>

	Игры в различных составах: 1Х1, 2Х2, 3Х3, 4Х4, 5Х5.				<a href="http://myschool.edu.ru">myschool.edu.ru</a>
30	Игры в различных составах: 1Х1, 2Х2, 3Х3, 4Х4, 5Х5.	1	0	0	<a href="http://myschool.edu.ru">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
31	Игры в различных составах: 1Х1, 2Х2, 3Х3, 4Х4, 5Х5.	1	0	0	<a href="http://myschool.edu.ru">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
32	Игры в различных составах: 1Х1, 2Х2, 3Х3, 4Х4, 5Х5.	1	0	0	<a href="http://myschool.edu.ru">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
33	Игры с ограничениями касаний мяча: не больше 1, не больше 2, не больше	1	0	0	<a href="http://myschool.edu.ru">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
34	Игры с ограничениями касаний мяча: не больше 1, не больше 2, не больше	1	0	0	<a href="http://myschool.edu.ru">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
<b>ИТОГО:</b>		<b>34</b>			

### 9 класс

№ П/П	Тема урока	Количество часов			Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
1	Правила техники безопасности. Одежда. Оборудование. Инвентарь	1	0	0	<a href="http://myschool.edu.ru">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
3	Правила игры в футбол. Основы знаний о технике игры.	1	0	0	<a href="http://myschool.edu.ru">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
3	Правила игры в футбол. Основы знаний о технике игры.	1	0	0	<a href="http://myschool.edu.ru">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
4	Развитие координационных способностей Варианты челночного бега, с изменением направления, скорости, способа перемещения, с преодолением препятствий и на местности, прыжки через препятствия, на точность приземления.	1	0	0	<a href="http://myschool.edu.ru">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>

5	Варианты челночного бега, с изменением направления, скорости, способа перемещения.	1	0	0	<a href="#">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
6	Развитие быстроты Бег с изменением скорости и прыжками через условные рывы по звуковым сигналам. Эстафеты 20-25 м. Бег с ускорением, изменением направления, темпа, ритма.	1	0	0	<a href="#">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
7	Бег с изменением скорости и прыжками через условные рывы по звуковым сигналам. Эстафеты 20-25 м. Бег с ускорением, изменением направления, темпа, ритма.	1	0	0	<a href="#">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
8	Развитие скоростно - силовых качеств Прыжки и многоскоки. Броски набивного мяча. Сочетание прыжков и ускорений.	1	0	0	<a href="#">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
9	Сочетание прыжков и ускорений.	1	0	0	<a href="#">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
10	Развитие силовых качеств Упражнения для мышц верхнего плечевого пояса. Упражнения для мышц спины и брюшного пресса. Упражнения для мышц ног.	1	0	0	<a href="#">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
11	Упражнения для мышц верхнего плечевого пояса. Упражнения для мышц спины и брюшного пресса. Упражнения для мышц ног.	1	0	0	<a href="#">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
12	Развитие выносливости Равномерный бег от 3 до 5 минут. Комплексное развитие физических качеств. Полоса препятствий.	1	0	0	<a href="#">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
13	Комплексное развитие физических качеств	1	0	0	<a href="#">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
14	Правила техники безопасности. Одежда. Оборудование. Инвентарь	1	0	0	<a href="#">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
15	Техника ведения мяча (дриблинг) Ведение мяча всеми изученными способами с увеличением скорости, выполнением рывков, с	1	0	0	<a href="#">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>

	обводкой движущихся и противодействующих соперников.				
16	Ведение мяча всеми изученными способами с увеличением скорости, выполнением рывков, с обводкой движущихся и противодействующих соперников.	1	0	0	<a href="#">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
17	Техника обманных движений (финты) Обманное движение «ударом» по мячу ногой. Финты ударом ногой с убиением мяча под себя и с пропусканием мяча партнеру, «ударом головой».	1	0	0	<a href="#">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
18	Финты ударом ногой с убиением мяча под себя и с пропусканием мяча партнеру.	1	0	0	<a href="#">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
19	Техника приема мяча Прием мяча внутренней, внешней сторонами стопы, подошвой, бедром, грудью.	1	0	0	<a href="#">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
20	Прием катящегося, скачущего, летящего мяча. Прием мяча на месте и в движении.	1	0	0	<a href="#">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
21	Техника передачи мяча Передачи мяча внутренней, внешней стороной стопы, подошвой, носком, пяткой.	1	0	0	<a href="#">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
22	Передачи мяча на месте и в движении.	1	0	0	<a href="#">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
23	Техника ударов по мячу Удары по мячу внутренней, внешней стороной подъема, серединой подъема, носком, пяткой, головой. Удары по неподвижному, по катящемуся, скачущему, летящему мячу.	1	0	0	<a href="#">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
24	Техника отбора мяча Отбор мяча у соперника движущегося во встречном направлении. Отбор мяча у соперника, движущегося в параллельном направлении.	1	0	0	<a href="#">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>

25	Индивидуальные тактические действия Открывание, Закрывание соперника. Освобождение зоны	1	0	0	<a href="#">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
26	Групповые тактические действия Простейшие комбинации: «стенка», «забегание», «скрещивание».	1	0	0	<a href="#">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
27	Командные тактические действия Расположение при Атаке. Переход из обороны в атаку.	1	0	0	<a href="#">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
28	Расположение при обороне. Переход из атаки в оборону.	1	0	0	<a href="#">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
29	Учебно - тренировочные игры Игры в различных составах: 1Х1, 2Х2, 3Х3, 4Х4, 5Х5.	1	0	0	<a href="#">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
30	Игры в различных составах: 1Х1, 2Х2, 3Х3, 4Х4, 5Х5.	1	0	0	<a href="#">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
31	Игры в различных составах: 1Х1, 2Х2, 3Х3, 4Х4, 5Х5.	1	0	0	<a href="#">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
32	Игры в различных составах: 1Х1, 2Х2, 3Х3, 4Х4, 5Х5.	1	0	0	<a href="#">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
33	Игры с ограничениями касаний мяча: не больше 1, не больше 2, не больше	1	0	0	<a href="#">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
34	Игры с ограничениями касаний мяча: не больше 1, не больше 2, не больше	1	0	0	<a href="#">ЦОС Моя Школа (myschool.edu.ru)</a>
<b>ИТОГО:</b>		<b>34</b>			

Система отслеживания и оценивания результатов обучения детей проходит в течении года.

В конце года проводится итоговое отчетное мероприятие «открытое занятие», где учащиеся покажут все навыки и умения, приобретённые на курсе внеурочной деятельности «ФУТБОЛ».

