

СОДЕРЖАНИЕ

I. Общая характеристика модуля «Футбол в школе»	3
II. Планируемые личностные, метапредметные и предметные ⁹ результаты освоения модуля	
III. Содержание модуля «Футбол в школе»	21
IV. Тематическое планирование модуля «Футбол в школе»	25
1. Тематическое планирование на уровне начального общего образования	25
2. Тематическое планирование модуля «Футбол в школе» на уровне основного общего образования	34
3. Тематическое планирование модуля «Футбол в школе» на уровне среднего общего образования	46
V. Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение образовательной деятельности	58
VI. Приложение 1. Примерная схема построения урока по модулю	63
Приложение 2. Методика оценивания обучающихся	65
Приложение 3. Контрольно-тестовые упражнения и шкала оценки	72
Приложение 4. Подвижные игры специальной направленности	75
Приложение 5. Инструкция по охране труда и технике безопасности во время занятий футболом	78
Приложение 6. Футбольный словарь терминов	81

I. Общая характеристика модуля

Футбол - вид спорта, который способствуют всестороннему физическому, интеллектуальному, нравственному развитию обучающихся, укреплению здоровья, привлечению школьников к систематическим занятиям физической культурой и спортом, их личностному и профессиональному самоопределению. Во время образовательной деятельности постоянно меняется комплекс упражнений, чередуются нагрузки, в разном порядке и с разными интервалами следуют упражнения, отличающиеся по характеру, напряжённости и длительности. Борьба за мяч связана с ходьбой, бегом и резкими остановками,

быстрым стартом и ускорениями, прыжками, ударами по мячу и даже акробатическими приёмами. Ещё игроку необходимо уметь удерживать равновесие, ориентироваться в пространстве, чувствовать темп, быть гибким, координированным и ловким. Сформировать эти навыки возможно только в том случае, когда во время занятий применяются элементы из других видов спорта.

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

Постоянно изменяющиеся сочетания движений, действий и отдыха, резкая перемена обстановки связаны с тем, что необходимо следить за движущимся мячом, в доли секунды оценивать ситуацию и тут же реагировать на неё точным движением. Причём как лично, так и в совместных действиях. Значит, важна быстрота ответной реакции, способствующая стремительному выполнению движений.

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

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

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

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

Задачи модуля:

всестороннее гармоничное развитие детей и подростков, увеличение объёма их двигательной активности;

укрепление физического, психологического и социального здоровья обучающихся, развитие основных физических качеств и повышение функциональных возможностей их организма, обеспечение культуры безопасного поведения на занятиях по футболу;

освоение знаний о физической культуре и спорте в целом, истории развития футбола в частности;

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

формирование образовательного фундамента, основанного как на знаниях и умениях в области физической культуры и спорта, так и на соответствующем культурном уровне развития личности обучающегося, создающем необходимые предпосылки для его самореализации;

формирование культуры движений, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей и корригирующей направленностью, техническими приемами вида спорта «футбол»;

воспитание положительных качеств личности, норм коллективного взаимодействия и сотрудничества;

развитие положительной мотивации и устойчивого учебно-познавательного интереса к предмету «Физическая культура», удовлетворение индивидуальных потребностей обучающихся в занятиях физической культурой и спортом;

популяризация футбола среди подрастающего поколения, привлечение обучающихся, проявляющих повышенный интерес и способности к занятиям футболом, в школьные спортивные клубы, секции, к участию в соревнованиях;

выявление, развитие и поддержка одарённых детей в области спорта.

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

создают оптимальные условия развития личности, обеспечивают гибкость и вариативность содержания образовательной деятельности в соответствии с индивидуальными особенностями и потребностям обучающихся;

являются действенным средством укрепления здоровья детей и подростков в общеобразовательной организации;

формируют навыки собственной безопасности и культуры поведения при занятиях физической культурой и спортом;

расширяют принцип возможности интеграции уроков физической культуры с формами дополнительного физкультурного образования на основе футбола;

являясь действенным средством укрепления здоровья детей и подростков в школе, подготовки обучающихся к сдаче норм ВФСК ГТО и подготовки юношей к службе в Вооруженных Силах страны, формируют навыки собственной безопасности в экстремальных ситуациях современного мегаполиса.

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

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

Модуль реализуется в соответствии с Федеральным законом Российской Федерации от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (далее - Закон), который действует в интересах обучающихся МАОУ Замковской СОШ

Модуль учитывает федеральные государственные образовательные стандарты начального основного общего и основного общего образования, а также образовательные программы начального основного общего и основного общего образования, а также направлен на реализацию цели и задач Концепции преподавания учебного предмета «Физическая культура» в образовательных организациях Российской Федерации, реализующих основные общеобразовательные программы, утвержденной протоколом заседания

коллегии Министерства просвещения Российской Федерации от 24.12.2018 г. №ПК-1вк.

Место учебного модуля в учебном плане: Модуль реализовываю как часть формируемую участниками образовательных отношений далее ЧФУ в 5-х классах МОУ Замковской СОШ из расчета 1 час в неделю, 34 часа в год.

В результате освоения программы учебного предмета «Физическая культура» модуль может успешно интегрироваться со следующими разделами (модулями) программы «Знания о физической культуре», «Физическое совершенствование», «Способы физкультурной деятельности». Наиболее высокие результаты освоения модуля в плане физического развития и физической подготовленности обучающихся даст интеграция в освоении подразделов «Легкая атлетика», «Подвижные и спортивные игры» и «Гимнастика с элементами акробатики», «Подготовка и проведение соревновательных мероприятий».

Также учитель имеет возможность творчески использовать учебный материал модуля (средства) в разных частях урока физической культуры с выбором различных базовых технических элементов футбола с учётом возраста и физической подготовленности обучающихся (с соответствующей дозировкой их интенсивности).

II. ПЛАНИРУЕМЫЕ ЛИЧНОСТНЫЕ, МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ И ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ МОДУЛЯ «ФУТБОЛ В ШКОЛЕ»

В соответствии с требованиями к результатам освоения основных образовательных программ начального общего, основного общего и среднего общего образования Федеральных государственных образовательных стандартов (Приказы Министерства образования и науки Российской Федерации от 6 октября 2009 г. №373, от 17 декабря 2010 г. №1897, от 17 мая 2012г. №413) Модуль «Футбол» направлен на достижение обучающимися личностных, метапредметных и предметных результатов по физической культуре.

Личностные результаты формируются за счёт освоения Модуля и направлены на готовность и способность обучающихся к духовно-нравственному развитию и саморазвитию и личностному самоопределению, формированию основ гражданственности, мотивации к обучению и познанию средствами футбола, накоплению необходимых знаний, ценностных установок, отражающих их индивидуально-личностные позиции, социальные компетенции, личностные качества.

Метапредметные результаты включают сформированные на базе освоения Модуля, в единстве с программным материалом других образовательных

дисциплин, межпредметные понятия и универсальные компетенции для их активного применения в учебной, познавательной и социальной практике, самостоятельность планирования и осуществления учебной деятельности, сотрудничества с педагогами и сверстниками, построение индивидуальной образовательной траектории.

Предметные результаты характеризуют опыт обучающихся, который приобретает, закрепляется и совершенствуется в процессе освоения Модуля, проявляется в знаниях и способах двигательной деятельности, умениях творчески их применять при решении практических задач, связанных с организацией и проведением самостоятельных занятий средствами футбола, с учебной, игровой и соревновательной деятельностью по футболу и в сфере физической культуры и спорта в целом.

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;

умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в групп; находить общее решение и разрешать конфликтные ситуации на основе согласования позиций и учёта интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение;

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

Планируемые предметные результаты *на уровне основного общего образования:*

знания о влиянии занятий футболом: на укрепление здоровья, повышение функциональных возможностей основных систем организма и развитие физических качеств; на индивидуальные особенности физического развития и физической подготовленности организма;

знание роли главных футбольных организаций мира, Европы, страны, региона; общих сведений о ведущих футбольных отечественных и зарубежных клубах, выдающихся отечественных и зарубежных футболистах и тренерах, внесших общий вклад в развитие и становление современного футбола;

понимание роли и значения футбольных проектов в развитии и популяризации футбола для школьников; участие в футбольных проектах

(«Футбол в школе», «Кожаный мяч», «День массового футбола»); участие в физкультурно-соревновательной деятельности;

характеристика разных стратегий, тактик и стилей игры команд мирового и отечественного футбола;

понимание основных направлений развития спортивного (футбольного) маркетинга, развитие интереса в области спортивного футбольного маркетинга, стремление к профессиональному самоопределению;

знание современных правил организации и проведения соревнований по футболу; правил судейства, роли и обязанностей судейской бригады; осуществление судейства учебных игр в качестве судьи, помощника судьи, секретаря;

применение и соблюдение правил игры в футбол в процессе учебной и соревновательной деятельности; применение правил соревнований и судейской терминологии в судейской практике и игре;

умение проектировать, организовывать и проводить различные части урока в качестве помощника учителя; подвижные игры и эстафеты с элементами футбола, во время самостоятельных занятий и досуговой деятельности со сверстниками;

умение характеризовать средства общей и специальной физической подготовки, основные методы обучения техническим приемам;

освоение и демонстрация техники ударов по мячу ногой, головой различными способами, остановок, ведения мяча в различных сочетаниях приемов техники передвижения с техникой владения мячом, различных обманных движений (финтов), отбора и вбрасывания мяча, технических приемов и тактических действий вратаря; применение изученных технических приемов в учебной, игровой и досуговой деятельности;

знание, моделирование и демонстрация индивидуальных, групповых и командных действий в тактике нападения и защиты с учетом игровых амплуа, наиболее выгодных позиций, игровых ситуаций; применение изученных тактических действий в учебной, игровой соревновательной и досуговой деятельности;

проявление заинтересованности и познавательного интереса к освоению технико-тактических основ футбола; умение отслеживать правильность двигательных действий и выявлять ошибки в технике и тактике игры в футбол;

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

знание и применение способов самоконтроля в учебной и соревновательной деятельности, средств восстановления после физической

нагрузки, приемов массажа и самомассажа после физической нагрузки и/или во время занятий футболом;

составление и выполнение индивидуальных комплексов общеразвивающих, оздоровительных и корригирующих упражнений, упражнений для развития физических качеств футболиста, проведение закалывающих процедур;

соблюдение требований к местам проведения занятий футболом, правил ухода за спортивным оборудованием, инвентарем, футбольным полем;

знание основных методов и мер предупреждения травматизма во время занятий футболом; выявление факторов риска и предупреждение травмоопасные ситуации; умение оказания первой помощи при травмах и повреждениях во время занятий футболом;

способность планировать и проводить самостоятельные занятия по освоению новых двигательных действий (элементов футбола) и развитию основных специальных физических качеств футболиста, контролировать и анализировать эффективность этих занятий;

знание и соблюдение: основ сбалансированного питания и суточного пищевого рациона футболистов; составление рациона питания; основ организации здорового образа жизни средствами футбола, методов профилактики вредных привычек и асоциального ведомого (отклоняющегося) поведения;

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

III. СОДЕРЖАНИЕ МОДУЛЯ «ФУТБОЛ В ШКОЛЕ»

РАЗДЕЛ 1. ЗНАНИЯ О ФУТБОЛЕ

История зарождения футбола. История развития современного футбола в мире, в России, в регионе. Развитие футбольного клубного движения на международном и всероссийском уровнях. Выдающиеся футбольные клубы, их история и традиции. Легендарные отечественные и зарубежные футболисты, тренеры. Достижения отечественной сборной команды на Чемпионатах Европы, Чемпионатах мира, Олимпийских играх. Главные организации, осуществляющие управление футболом в регионе, России, Европе, мире, роль и

основные функции Общероссийской общественной организации «Российский футбольный союз» (РФС), ФИФА и УЕФА.

Спортивные дисциплины (разновидности) футбола. Первые правила игры в футбол. Размеры и обустройство футбольного поля, технические требования к инвентарю и оборудованию. Состав футбольной команды, игровые амплуа (функции игроков). Роль капитана команды. Судейская бригада, обязанности и функции. Жесты судьи. Современные правила соревнований по футболу. Основные футбольные термины и определения.

Официальный календарь соревнований (международных, всероссийских, региональных). Спортивно-массовые мероприятия по футболу для школьников. Школьная спортивная лига по футболу, проекты: «Кожаный мяч», «Колосок», «Мини-футбол - в школу», «Футбол в школе» и «День массового футбола» для школьников, проводимых в регионе и России. Классификация футбольных упражнений: подготовительные, общеразвивающие, специальные и корригирующие. Понятия и характеристика технических приемов в футболе, их названия и методы выполнения. Характеристика тактики игры в футбол и ее компонентов.

Правила безопасного поведения (техники безопасности) во время занятий футболом. Требования к местам проведения занятий футболом, инвентарю и оборудованию. Правила безопасного правомерного поведения на стадионе в качестве зрителя, фаната-болельщика. Гигиенические основы образовательной, тренировочной и досуговой двигательной деятельности юного футболиста. Режим дня юного футболиста. Правила личной гигиены, требования к спортивной одежде и обуви для занятий футболом. Правила ухода за инвентарем и оборудованием. Характерные травмы футболистов и меры и мероприятия по их предупреждению.

Влияние занятий футболом на укрепление здоровья, повышение функциональных возможностей основных систем организма и развитие физических качеств. Правильное сбалансированное питание футболиста. Формирование навыков здорового образа жизни средствами футбола, Способы самоконтроля за физической нагрузкой во время занятий футболом. Влияние занятий футболом на формирование положительных качеств личности человека (воли, смелости, трудолюбия, честности, сознательности, выдержки, решительности, настойчивости, этических норм поведения). Основы психологической подготовки футболистов. Способы и методы профилактики пагубных привычек, асоциального и созависимого поведения. Антидопинговое поведение.

РАЗДЕЛ 2. СПОСОБЫ ФИЗКУЛЬТУРНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Основы организации самостоятельных занятий футболом. Организация и проведение подвижных игр с элементами футбола во время досуговой деятельности со своими сверстниками, во время активного отдыха и каникулярного времени. Подвижные игры с элементами футбола и их правила. Специальные физические упражнения футболиста, их роль и место в формировании технического мастерства. Комплексы футбольных упражнений общеразвивающего, подготовительного и специального воздействия. Упражнения и комплексы с различной оздоровительной направленностью. Составление комплексов утренней гигиенической гимнастики (далее - УГГ), корригирующей гимнастики с элементами футбола. Проведение общеразвивающих упражнений с элементами футбола и включение их в разминку.

Выполнения контрольно-тестовых упражнений по общей и специальной физической подготовке. Причины возникновения ошибок при выполнении технических приёмов футболиста и способы их устранения. Основы анализа собственной игры и игры команды соперников. Осуществление функций судьи, помощника судьи, судьи секретаря во время учебных и товарищеских игр.

Способы индивидуального регулирования физической нагрузки с учетом уровня физического развития и функционального состояния. Первые внешние признаки утомления во время занятий футболом. Средства восстановления после больших физических нагрузок, после соревновательной деятельности. Характерные травмы футболистов, методы и меры предупреждения травматизма во время занятий. Составление индивидуальных планов (траекторий роста) физической подготовленности. Способы самостоятельного освоения двигательных действий, подбор подготовительных и специальных упражнений. Способы планирования и распределения занятий технической подготовки по футболу. Оценка техники осваиваемых упражнений и движений по эталонному образцу, внутренним ощущениям, способы выявления и исправления технических ошибок.

Основные направления развития спортивного менеджмента и маркетинга в футболе. Технологии предупреждения и нивелирования конфликтных ситуаций во время занятий футболом, решения спорных и проблемных ситуаций.

РАЗДЕЛ 3. ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ

Комплексы упражнений для воспитания специальных физических качеств футболиста. Комплексы общеразвивающих упражнений с мячом и без мяча. Комплексы корригирующей гимнастики с использованием специальных футбольных упражнений. Футбольная разминка, ее роль, назначение, средства. Комплексы специальной разминки перед соревнованиями.

Подвижные игры, эстафеты и комплексы на развитие физических качеств (ловкости, гибкости, силы, выносливости, быстроты и скоростных способностей). Подвижные игры специальной направленности. Эстафеты с предметами и без

предметов на развитие общих физических и специальных физических качеств футболиста.

Комплексы упражнений, формирующие двигательные умения и навыки, технические приемы футболиста.

Специальные упражнения по развитию тактического мышления:
«Рациональное расположение на площадке при организации атакующих действий»,
«Расположение игроков на футбольном поле при коллективной организации оборонительных действий».

Способы передвижения: бег, прыжки, остановки, повороты с мячом и без мяча. Бег: приставными шагами, скрестными, спиной вперед, обычный, семенящий, с ускорением, челночный, на различные дистанции и с различной скоростью.

Прыжки: толчком двумя ногами, толчком одной ногой, многоскоки, с двух на две, в длину, в высоту, с подтягиванием бедра на месте и с продвижением вперед.

Остановки: прыжком, выпадом, стопорящим движением двух ног.

Повороты: на одной ноге, прыжком, выпадом, на 90° , 180° , 360° .

Индивидуальные технические приемы владения мячом: ведение, удары, остановки, финты, отбор мяча.

Ведение: внутренней частью подъема, средней частью подъема, внутренней стороной стопы, в ходьбе, в беге по прямой, по кругу, восьмеркой.

Удары ногой: внутренней стороной стопы, внутренней/внешней частью подъема, средней частью подъема; по прямой, на короткие и средние расстояния; по лежащему, катящемуся, летящему навстречу мячу; по различным траекториям низом, верхом; удары после остановки, рывков.

Удары серединой лба - на месте, в движении.

Остановки мяча ногой: подошвой, внутренней стороной стопы, средней частью подъема, бедром, грудью, внутренней частью подъема.

Остановки туловищем: грудью, животом; стоя на месте, летящего навстречу мяча в движении.

Финты: «уходом» выпадом, переносом ноги через мяч; «ударом ногой» с уходом или «убиранием мяча», с остановкой, с пропуском мяча; с остановкой мяча ногой, туловищем.

Отбор мяча: во время приема мяча соперником, во время владения мячом; ударом ногой, остановкой ногой; в выпаде.

Вбрасывание мяча из-за боковой линии.

Выполнение контрольно-тестовых упражнений по технической подготовке.

Техника владения мячом игры вратаря: ловля мяча, отбивание мяча, переводы мяча, броски мяча.

Тактические действия (индивидуальные и групповые) -элементарные тактические комбинации: в парах, в тройках, группах, линиях; забегания, смещения,

линия защиты; тактические действия с учетом игровых амплуа в команде; быстрые переключения в действиях - от нападения к защите и от защиты к нападению.

Учебные игры в футбол.

Участие в соревновательной деятельности.

Техника передвижения: бег, прыжки, остановки, повороты. Бег - приставными шагами, скрестными, спиной вперед, обычный, семенящий, с ускорением, челночный, на различные дистанции, и различной скоростью. Прыжки- толчком двумя ногами, толчком одной ногой, многоскоки.

Остановки-прыжком, выпадом, стопорящим движением двух ног.

Повороты - на одной ноге, прыжком, выпадом, на 90° , 180° .

Уметь описывать технику выполнения различных перемещений: бега, прыжков, остановок, поворотов.

Осваивать и выполнять различные виды передвижений: бег, прыжки, остановки, повороты с изменением скорости, темпа и дистанции; с дополнительными заданиями учителя.

Использовать навыки перемещений в тренировочной, игровой и соревновательной деятельности.

Выявлять характерные ошибки при выполнении различных передвижений, уметь устранять их.

Соблюдать правила безопасности во время выполнения различных перемещений.

Индивидуальные технические приемы владения мячом: ведение, удары, остановки, финты, отбор мяча. Введение - внутренней частью подъема, средней частью подъема, внутренней стороной стопы, в ходьбе, в беге по прямой, по кругу, восьмеркой, между стоек. Удары - ведущей ногой(внутренней стороной стопы, внутренней частью подъема, средней частью подъема) по прямой, на короткие и средние расстояния; по лежащему, катящемуся, прыгающему, летящему

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ МОДУЛЯ «ФУТБОЛ» НА УРОВНЕ ОСНОВНОГО ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

Раздел. 1. Знания о футболе (5-9 класс) 10 часов (в процессе практических занятий)

<p>Общие сведения о ведущих футбольных отечественных и зарубежных клубах, их традициях. Названия и роль главных футбольных организаций мира, Европы, страны, региона.</p>	<p><i>Знать</i> общие сведения о ведущих отечественных и зарубежных футбольных клубах, их традициях. <i>Знать</i> названия и роль главных футбольных организаций мирового, всероссийского и регионального уровней.</p>
<p>Выдающиеся отечественные и зарубежные футболисты, тренеры, внесшие общий вклад в развитие и становление современного футбола.</p>	<p><i>Знать</i> достижения отечественных и зарубежных футболистов -победителей, призеров европейских, мировых первенств и Олимпийских игр, выдающихся тренеров. <i>Характеризовать</i> их вклад в развитие и становление современного футбола. Аргументированно <i>принимать участие</i> в обсуждении успехов и неудач отечественных футболистов, Национальной сборной команды страны по футболу на международной арене.</p>

Официальный календарь соревнований и физкультурных мероприятий по футболу, проводимых в Российской Федерации, в регионе для обучающихся образовательных организаций, на международном уровне. Школьная спортивная лига по футболу, «Кожаный мяч», «Колосок», «День массового футбола», «Футбол в школе», футбольные проекты для образовательных организаций и

Знать и использовать официальный календарь соревнований и физкультурных мероприятий по футболу, проводимых в России, регионе для обучающихся образовательных организаций соревнованиях, *отслеживания* и просмотра игр в качестве зрителя

рассказывать об официальных соревнованиях по футболу, проводимых для детей и подростков на международном уровне.

Знать, понимать и уметь рассказывать роли и значения футбольных проектов в

обучающихся.	развитии и популяризации футбола для школьников. <i>Участвовать</i> в футбольных проектах для образовательных организаций и обучающихся.
Современные тенденции развития школьной спортивной лиги по футболу	<i>Выделять</i> современные тенденции развития школьной спортивной лиги по футболу, <i>характеризовать</i> ее функции и значимость для развития школьного футбола
Основные направления (футбольного) спортивного менеджмента и маркетинга в спорте (футболе)	<i>Понимать основные направления развития спортивного (футбольного) маркетинга, развивать</i> интерес в области спортивного футбольного маркетинга, <i>стремиться</i> к профессиональному самоопределению.
Современные правила организации и проведение соревнований по футболу.	<i>Знать и анализировать</i> современные правила организации и проведения соревнований по футболу, различные системы проведения соревнований, структуру соревнований среди различных возрастных групп и категорий участников.
Правила судейства соревнований по футболу; роль и обязанности судейской бригады.	<i>Знать</i> состав судейской коллегии, обслуживающей соревнования по футболу и основные функции. <i>Знать и понимать</i> жесты судьи. <i>Уметь показывать</i> жесты судьи. <i>Владеть</i> понятийным аппаратом вида спорта «футбол». <i>Знать и понимать</i> требования к оформлению протоколов соревнований по футболу. <i>Уметь</i> оформлять протоколы соревнований по футболу, проводимых в школе. <i>Применять</i> правила соревнования и судейскую терминологию в судейской практике и игре.
Правила ухода за инвентарем, спортивным оборудованием, футбольным полем.	<i>Знать и соблюдать</i> правила ухода за инвентарем, спортивным оборудованием, футбольным полем.

Правила безопасной культуры занятий футболом, поведения на стадионе во время просмотра игры в качестве зрителя- болельщика.	<i>Знать правила безопасности при занятиях футболом, правомерного поведения во время соревнований по футболу в качестве зрителя-болельщика.</i>
Характерные травмы	<i>Знать классификацию травм, характерных</i>

<p>футболистов, методы и меры предупреждения травматизма во время занятий.</p>	<p>для футболистов. <i>Знать</i> основные методы и меры предупреждения травматизма во время занятий. <i>Выявлять</i> факторы риска и <i>предупреждать</i>, по возможности <i>нивелировать</i> травмоопасные ситуации. <i>Уметь</i> оказывать первую доврачебную помощь пострадавшим во время занятий футболом (при растяжениях, кровотечениях, ушибах и ссадинах, судорогах мышц).</p>
<p>Основы правильного питания и суточного пищевого рациона футболистов.</p>	<p><i>Знать</i> основы формирования сбалансированного питания и суточного пищевого рациона футболистов. <i>Составлять</i> рацион питания, необходимый для нормального развития и роста организма.</p>
<p>Влияние занятий футболом на индивидуальные особенности физического развития и физической подготовленности организма.</p>	<p><i>Знать, раскрывать и анализировать</i> значение влияния занятий футболом на индивидуальные особенности физического развития и физической подготовленности организма.</p>
<p>Влияние занятий футболом на укрепление здоровья, повышение функциональных возможностей основных систем организма и развитие физических качеств.</p>	<p><i>Знать, раскрывать и анализировать</i> значение занятий футболом на укрепление здоровья, повышение функциональных возможностей основных систем организма и развитие физических качеств.</p>
<p>Основы организации здорового образа жизни средствами футбола, методы профилактики вредных привычек и асоциального ведомого (отклоняющегося) поведения</p>	<p><i>Знать и соблюдать</i> основы организации здорового образа жизни средствами футбола. <i>Приобщать</i> друзей, сверстников и близких к соблюдению принципов здорового образа жизни. <i>Знать и раскрывать</i> методы профилактики вредных привычек и асоциального ведомого (отклоняющегося) поведения.</p>

нивелирования конфликтных ситуации во время занятий футболом.	нивелирования конфликтных ситуации во время занятий футболом. <i>Уметь решать</i> спорные и проблемные ситуации во время занятий, игр, соревновательной и досуговой деятельности.
Характеристика средств общей и специальной физической подготовки, применяемых в учебных занятиях с юными футболистами.	<i>Характеризовать</i> средства общей и специальной физической подготовки, применяемые в учебных занятиях с юными футболистами. <i>Использовать</i> знания в составлении индивидуальных комплексов по общей и специальной подготовке.
Стратегии, системы, тактика и стили игры футбол.	<i>Характеризовать и рассказывать</i> о разных стратегиях, тактиках и стилях игры команд мирового и отечественного футбола.
Основы обучения и выполнения различных технических приемов, тактических действий футбола и эффективность их применения во время игры	<i>Характеризовать</i> основные методы обучения техническим приемам, тактическим действиям футбола, <i>отмечать место, время и эффективность</i> применения в игре
Раздел 2. Способы двигательной (физкультурной) деятельности (5-9 класс) 28 часов	
Самоконтроль и его роль в учебной и соревновательной деятельности. Первые признаки утомления. Средства восстановления после физической нагрузки, приемы массажа и самомассажа после физической нагрузки и/или во время занятий футболом.	<i>Применять правила</i> самоконтроля в учебной и соревновательной деятельности. <i>Формулировать</i> роль самоконтроля в учебной и соревновательной деятельности. <i>Знать</i> первые признаки утомления. <i>Знать и применять</i> средства и методы восстановления организма после физической нагрузки.
Контроль за физической нагрузкой, самоконтроль физического развития; анализ свои показатели и сопоставление их со	<i>Осуществлять</i> контроль за физической нагрузкой, <i>контролировать</i> физическое развитие (дневник самоконтроля) <i>анализировать</i> показатели и <i>сопоставлять</i> со среднестатистическими

среднестатистическими данными.	
Правила личной гигиены, требования к спортивной одежде и обуви для занятий футболом. Правила ухода за спортивным	<i>Знать и соблюдать</i> правила личной гигиены. <i>Уметь</i> подбирать спортивную одежду и обувь для занятий футболом.

инвентарем и оборудованием.	<i>Знать и соблюдать</i> правила ухода за инвентарем и оборудованием. <i>Формулировать</i> необходимость ухода за спортивным инвентарем.
Составление индивидуальных планов (траектории роста) физической подготовленности.	<i>Составлять</i> с помощью учителя план развития физических качеств (индивидуальная траектория роста). <i>Соблюдать и выполнять</i> плановые мероприятия по повышению уровня физических кондиций.
План индивидуальных занятий футболом.	<i>Проектирование</i> (с помощью учителя) плана индивидуальных занятий футболом, <i>организация и проведение</i> самостоятельных занятий по индивидуальному плану, <i>выполнять</i> плановые упражнения и задания, <i>анализировать</i> достигнутые результаты.
Организация (с помощью учителя) и проведение общеразвивающей и специальной разминки футболиста	<i>Проектирование</i> (с помощью учителя), <i>организация и проведение</i> общеразвивающей и специальной разминки футболиста; применять во время самостоятельных занятий футболом.
Индивидуальные комплексы общеразвивающих, оздоровительных и корригирующих упражнений. Закаливающие процедуры.	<i>Составлять и выполнять</i> комплексы общеразвивающих, оздоровительных и корригирующих упражнений. <i>Проводить</i> закаливающие процедуры.
Организация и проведение различных частей урока, занятия, различных форм двигательной активности со средствами футбола (игры со сверстниками)	<i>Организовывать и проводить</i> различные части урока в качестве помощника учителя. <i>Организовывать</i> самостоятельно и <i>принимать</i> участие со сверстниками в различных играх с элементами футбола.
Подвижные игры и эстафеты с элементами футбола	Самостоятельно <i>организовывать</i> <i>проводить</i> подвижные игры, эстафеты с элементами футбола, <i>соблюдать</i> правила подвижных игр и эстафет, <i>преодолевать</i> трудности в ходе спортивной борьбы, <i>управлять</i> своими эмоциями, <i>проявлять</i> культуру общения и взаимодействия в процессе игровой и соревновательной деятельности по футболу.

	<p>тестовых упражнений по физической культуре модулю «футбол». <i>Оценивать</i> показатели физической подготовленности, <i>анализировать</i> результаты, <i>сопоставлять</i> со среднестатистическими показателями с учетом возраста и гендерной принадлежности.</p> <p><i>Проводить</i> тестирование уровня физической подготовленности в футболе со сверстниками.</p>
<p>Дневник самонаблюдения за показателями физического развития, развития физических качеств и состояния здоровья. Методика проведения наблюдения за динамикой показателей физического развития.</p>	<p><i>Заполнять</i> дневник самонаблюдения за показателями физического развития, развития физических качеств и состояния здоровья.</p> <p><i>Использовать и проводить</i> методику наблюдения за динамикой показателей физического развития. <i>Объективно оценивать</i> показатели своего физического развития, развития физических качеств и состояния здоровья.</p>
<p>Подбор физических упражнений для развития физических качеств футболиста. Методические принципы построения частей урока (занятия) по футболу.</p>	<p><i>Уметь составить и применять</i> комплексы упражнений для развития физических качеств футболиста.</p> <p><i>Использовать</i> методические принципы построения частей урока (занятия) по футболу во время самостоятельных занятий футболом и досуговой деятельности со сверстниками.</p>
<p>Раздел 3. Физическое совершенствование (5-9 класс) 132 часа</p>	
<p>Подбор и составление комплексов общеразвивающих упражнений с футбольным мячом.</p>	<p><i>Подбирать и составлять</i>, в т.ч. с помощью учителя, комплексы общеразвивающих упражнений с футбольным мячом. <i>Выполнять</i> самостоятельно комплексы общеразвивающих упражнений с футбольным мячом во время учебных, тренировочных и самостоятельных занятий футболом.</p>
<p>Проектирование комплексов упражнений и/или части занятия (разминка, подготовительная, основная, заключительная)</p>	<p><i>Освоить</i> методику проектирования (с помощью учителя) отдельных комплексов упражнений и/или части занятия по футболу, подвижных игр; <i>проводить</i> под</p>

часть; групповое занятие)	руководством учителя разминку, часть занятия, групповое упражнение, <i>организовывать и проводить</i> подвижные игры с элементами футбола в качестве помощника учителя, в досуговой деятельности и каникулярное время.
Технические приемы и тактические действия футбола, изученные на уровне начального общего образования.	<i>Знать</i> определения технической и тактической подготовки. <i>Демонстрировать</i> в образовательной деятельности технические приемы и тактические действия футбола, изученные на уровне начального общего образования
<p>Удары по мячу ногой: удары по мячу внутренней стороной стопы, внутренней и средней частью подъема, резаные удары по неподвижному и катящемуся мячу; удар с полулета правой и левой ногой; удары правой и левой ногой различными способами по катящемуся и летящему мячу с различными направлениями, траекторией, скоростью.</p> <p>Удары по мячу ногой пяткой (назад) по неподвижному, катящемуся, прыгающему и летящему мячу правой, и левой ногой.</p> <p>Удары внешней частью подъема: стоя на месте и в движении; верхом, на короткое расстояние; передачи (пас) мяча низом.</p>	<p><i>Осваивать технику</i> ударов по мячу ногой различными способами. <i>Демонстрировать</i> удары по мячу внутренней стороной стопы, внутренней и средней частью подъема, резаные удары по неподвижному и катящемуся мячу навстречу, от игрока, справа или слева; удары с полулета правой и левой ногой, различными способами, с различными направлениями, траекторией, скоростью; удары по мячу ногой пяткой (назад) по неподвижному, катящемуся, прыгающему и летящему мячу правой, и левой ногой; удары внешней частью подъема: стоя на месте и в движении; верхом, на короткое расстояние; передачи (пас) мяча низом.</p> <p><i>Находить</i> ошибки в технике ударов по мячу ногой различными способами и пути их исправления.</p> <p><i>Применять</i> изученный удары в учебной, игровой и досуговой деятельности.</p>
<p>Удары по мячу головой: удар серединой и боковой частью лба без прыжка и в прыжке с поворотом; на точность, силу, дальность с оценкой тактической обстановки перед выполнением удара.</p> <p><i>Осваивать и демонстрировать</i> удары по мячу головой</p>	<p>различными способами. <i>Применять</i> необходимые способы удара по мячу головой после передач с фланга при атакующих и оборонительных действиях вблизи ворот.</p> <p><i>Находить</i> ошибки в технике ударов по мячу головой различными способами и пути их исправления.</p> <p><i>Применять</i> изученный удары в учебной, игровой и досуговой деятельности.</p>

<p>Остановка мяча с переводом в стороны и назад (в зависимости от расположения игроков противника и создавшейся игровой обстановки): подошвой; внутренней стороной стопы; серединой подъема; внешней стороной стопы; остановка животом; головой.</p> <p>Остановки мяча изученными способами на высокой скорости движения, применения необходимого способа остановок в зависимости от направления, траектории и скорости мяча, выводя мяч на удобную позицию для последующих действий.</p>	<p><i>Осваивать и демонстрировать:</i></p> <p>-остановки мяча: подошвой; внутренней стороной стопы; серединой подъема; внешней стороной стопы; остановка животом; головой;</p> <p>-остановки мяча изученными способами.</p> <p><i>Находить</i> ошибки в технике остановки мяча головой различными способами и пути их исправления.</p> <p><i>Применять</i> необходимые способы остановок мяча в учебной, игровой, соревновательной и досуговой деятельности.</p>
<p>Ведение мяча: способы ведения мяча (с увеличением скорости движения, выполнения рывков и обводок, контролируя мяч и отпуская его от себя на 8-10 м); различные сочетания приемов техники передвижения с техникой владения мячом.</p>	<p><i>Выполнять</i> ведение мяча в различных сочетаниях приемов техники передвижения с техникой владения мячом. <i>Находить</i> ошибки в технике способов ведения мяча и пути их исправления. <i>Демонстрировать</i> технику способов ведения мяча во время учебной, игровой, соревновательной и досуговой деятельности.</p>

Обманные движения (финты): Ведение мяча с выполнением неожиданной остановки мяча для партнера, который двигается за спиной, с дальнейшим уходом без мяча вперед, увлекая соперника за собой. Выполнение обманных движений в единоборстве.

Ведение мяча с выполнением показа ложного удара пяткой назад с последующим дальнейшим ведением мяча. Ведение мяча с выполнением показа ложной остановки мяча подошвой, без касания или с касанием мяча подошвой, с последующим неожиданным уходом с мячом вперед за счет

Знать и демонстрировать различные обманные движения (финты): с внезапными остановками, выполнением обманных движений в единоборстве, выполнением показа ложного удара, ложной остановки мяча.

Находить ошибки в технике выполнения финтов и пути их исправления.

Демонстрировать технику финтов во время учебной, игровой, соревновательной и досуговой деятельности

Вбрасывание мяча из различных исходных положений: с места и после разбега; на точность и дальность, для остановки его стоящего и/или движущегося

Осваивать и демонстрировать вбрасывание мяча из различных *Технические* приемы вратаря: Основная стойка вратаря. Передвижение в воротах без мяча. Прием мяча в движении (катящегося и летящего на различной высоте мяча, на вратаря и в сторону): хватом снизу; сверху на месте; без прыжка и в прыжке; без падения. Выбивание мяча ногой: от ворот с места по катящемуся мячу на встречу и с рук; на точность. Отбивание мяча одним кулаком без прыжка и в прыжке (с места и с разбега). Бросок мяча одной рукой с боковым замахом и снизу.

Тактические действия вратаря: Правильный выбор позиции в воротах при ударах по воротам. Введение мяча в игру, после ловли мяча, ногой ударом от ворот. Выбор правильной позиции при

выполнении командой соперника стандартных положений вблизи своих ворот.

Выбор места (в штрафной площади) при ловле мяча на выходе и на перехвате.

Руководство игрой партнеров по обороне.

Описывать разучиваемые технические приемы и тактические действия вратаря.

Понимать значение выполнения

технических и тактических действий вратаря в учебной, игровой и соревновательной деятельности.

Осваивать технические приемы вратаря: ловля мяча, отбивание мяча, переводы мяча, броски мяча; тактические действия вратаря: выбор позиции, введение мяча в игру; выбор места в штрафной площади, руководство игрой партнеров по обороне.

Моделировать технические приемы и тактические действия вратаря в игровой деятельности.

Выявлять ошибки при выполнении технических приемов и тактических действий вратаря, уметь анализировать причины их возникновения, исправлять их.

Соблюдать дисциплину и правила безопасного поведения во время занятий футболом.

Развивать общефизические и специальные качества.

Демонстрировать общую физическую и специальную подготовку во время контрольно-тестовых упражнений. *Проявлять* познавательный интерес к освоению технических приемов и тактических действий вратаря. *Демонстрировать* во время учебной и игровой деятельности смелость, ловкость, мышление и внимание.

Тактика нападения:

-Индивидуальные действия без мяча, с мячом. Скоростное маневрирование: «открывание»

Знать и демонстрировать индивидуальные, групповые и командные действия в тактике нападения (тактические действия в парах, в тройках, в группах, во время игр с

для приема мяча; отвлечение соперника; создание численного преимущества на отдельном участке поля. -Групповые действия. Взаимодействие с партнерами при численном превосходстве соперника. Взаимодействия трех игроков в атакующих действиях. Комбинации: в тройках, «пропуск мяча», «пас на третьего».

Стандартные положения.

Взаимодействие с партнерами при организации атаки с использованием различных передач: на ход, в ноги, коротких, средних, длинных, продольных, поперечных, диагональных, низом, верхом. Игры в одно касание. Изменения фланга атаки путем точной длинной передачи мяча на свободный от игроков соперника фланг.

Правильные взаимодействия на последней стадии развития атаки вблизи ворот противника. -Командные действия. Расположение и взаимодействие игроков при введении мяча от своих ворот. Быстрое и постепенное нападения по избранной тактической системе. Взаимодействия с партнерами при разном числе нападающих, внутри линий и между линиями.

уменьшенным составом (2x2, 3x3, 4x4, 5x5)). *Уметь оценивать* ситуации и своевременное занятие наиболее выгодной позиции для получения мяча в игре.

Эффективно использовать изученные технические приемы, способы и разновидности для решения тактических задач в зависимости от игровой ситуации. *Уметь выбирать* из нескольких возможных решений создаваемых игровых ситуаций наиболее правильное и рациональное использование изученных технические приемов.

Взаимодействовать с партнерами по команде при организации атаки с использованием различных передач: на ход, в ноги, коротких, средних, длинных, продольных, поперечных, диагональных, низом, верхом, в т.ч. на стадии развития атаки вблизи ворот соперника, при разном числе нападающих, внутри линий и между линиями

Знать и моделировать тактические действия нападения в учебной и игровой деятельности.

Осваивать тактические действия с учетом игровых амплуа в команде; умения быстро переключаться в действиях - от нападения к защите и от защиты к нападению. *Взаимодействовать* в парах, группах при выполнении тактических действий футбола. *Планировать* тактику атаки, быстрой атаки при различных игровых ситуациях. *Развивать* специальные качества футболиста:

ориентироваться на поле, быстро переключаться от одного действия к другому;

чувствовать размеры и границы поля; *видеть* своих членов команды и соперников; *предугадывать* действия своих членов команды (игроков) и игроков команды соперника.

Проявлять специальные физические качества футболиста: общую выносливость, взрывную скорость, координацию, скоростно-силовые качества.

Общаться во время учебной и игровой деятельности, выстраивая стратегию и тактику игры футбол.

Проявлять заинтересованность и познавательный интерес к освоению тактических основ футбола.

Тактика защиты:

- *Индивидуальные действия.* Оценка целесообразности той или иной позиции. Своевременное занятие наиболее выгодной позиции. Применение отбора мяча изученным способом в зависимости от игровой обстановки.

- *Групповые действия.* Взаимодействие в обороне при численном преимуществе соперника, осуществляя правильный выбор позиции и страховку партнеров. Взаимодействия в обороне при выполнении противником стандартных комбинаций. Правильный выбор позиции и страховки при организации противодействия атакующим комбинациям. Организация противодействия комбинациям «пропуск мяча» и «пас на третьего». Расположение и взаимодействие игроков при в ведении мяча от ворот противника. Создания численного превосходства в обороне.

- *Командные действия.* Организация обороны по принципу персональной защиты. Расположение и взаимодействие игроков при в ведении мяча от ворот противника. Быстрое перестроения от обороны к

Знать и демонстрировать индивидуальные, групповые и командные действия в тактике защиты.

Уметь своевременно занимать наиболее выгодные позиции, *страховать* партнеров, *применять* отбор мяча изученным способом в зависимости от игровой обстановки, *взаимодействовать* в обороне при выполнении противником стандартных комбинаций.

Организовывать противодействия различным комбинациям, *создавать* численное превосходство в обороне.

Организовывать оборону по принципу персональной, зонной и комбинированной защиты.

Знать и моделировать тактические действия защиты в учебной и игровой деятельности.

Осваивать тактические действия с учетом игровых амплуа в команде; умения быстро переключаться в действиях - от нападения к защите и от защиты к нападению. *Взаимодействовать* в парах, группах при выполнении тактических действий футбола. *Планировать* тактику защиты; защитных

действий при различных игровых ситуациях. *Развивать* специальные качества футболиста: *ориентироваться* на поле, быстро *переключаться* от одного действия к другому; *чувствовать* размеры и границы поля; *видеть* своих членов команды и соперников; *предугадывать* действия своих членов команды (игроков) и игроков команды соперника. *Проявлять* специальные физические качества футболиста: общую выносливость,

взрывную скорость, координацию,

Участие в физкультурно- *Участвовать* в физкультурно-оздоровительных и спортивных соревновательной деятельности на мероприятиях по футболу школьных, районных, муниципальных

Планирование самостоятельной Самостоятельно *составлять*

Технические требования к *Понимать* последствия использования, не

Технические приемы вратаря. Вбрасывание мяча изученными способами на дальность и точность. Ловля, отбивание, переводы мяча в падении. Действия вратаря против

вышедшего с мячом противника.

Знать и демонстрировать технические приемы и тактические действия вратаря. *Демонстрировать* вбрасывание мяча изученными способами на дальность и точность; ловлю, отбивание, переводы мяча в падении и без. *Применять* технику полевого игрока для обороны ворот.

Ловля мяча без падения и с падением в ноги. Применение техники полевого игрока для обороны ворот. Ловля, переводы и отбивания различных мячей, находясь в воротах и на выходе из ворот. Броски руками и выбивания мяча ногами на точность и дальность.

Тактические действия вратаря. Ввод мяча в игру, начало организации атаки.

Быстрая организация атаки, руководство игрой партнеров по обороне.

Демонстрировать ловлю, переводы и отбивания различных мячей, находясь в воротах и на выходе из ворот; броски руками и выбивания мяча ногами на точность и дальность.

Подбирать упражнения для совершенствования технических приемов вратаря.

Моделировать технические приемы и тактические действия вратаря в игровой деятельности: *определять* момент для выхода из ворот и отбора мяча в ногах; *определять*

направления возможного удара, *занимая* в соответствии с этим наиболее выгодную позицию и применяя наиболее рациональные технические приемы игры на выходах.

Уметь взаимодействовать с полевыми игроками. *Уметь* правильно ввести мяч в игру

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

Учебно - методическая литература

1. Андреев С., Гарагуля Т. Основы технической подготовки вратаря в мини-футболе. М.:// Советский спорт, 2011
2. Андреев С. Н. Мини-футбол. - М.://Физкультура и спорт, 1978.
3. Андреев С.Н., Левин В.С. Мини-футбол. Подготовка футболистов в спортивных школах и любительских командах. Методическое пособие. - Липецк: //«ГУ «РОГ», 2004.
4. Анисимова М.В., Бегун И.С., Водяницкая О.И., Тяпин А.Н. Методические рекомендации для учителей физической культуры. - Москва // 2012.
5. Варюшин В. В. Тренировка юных футболистов. - М.://Физкультура и спорт, 1980.
6. Варюшин В.В., Лопачев. Р.Ю. Первые шаги в футболе. М.: Искусство, наука, спорт, 2013 -120с.
7. Врублевский Е., Костюкевич В., Модели тактики игры в футболе. - М.;// Спорт, 2020. Гиффорд К. Футбол. Детская энциклопедия. // Росмен, 2018.

Грибачева М.А., Круглыхин В.А. Программа интегративного курса физического воспитания для учащихся начальной школы на основе футбола. М.,//Человек, 2012.

8. Еремеев С. Мой любимый футбол. -М.// Мир образования, 2019. 11.Заваров А. Футбол для начинающих.-ПитерСПб.;// 2015.

12. Космина И.П., А.П. Паршиков, Ю.П. Пузырь. - М.:// Советский спорт, 2003 -256с.

13. Качанин Л., Горский Л. Тренировка футболистов. - М.://Физкультура и спорт, 1984.

14. Киркендалл Д. (пер.Борич С.Э.) Анатомия футбола. //Попурри ООО, 2012.

15. Курзаева Л.В., Овчинникова И.Г. Управление качеством образования и современные средства оценивания результатов обучения// Флинта. 2015.

16. Массовый футбол. Организационно-методическое пособие для преподавателей уроков физической культуры в общеобразовательных учреждениях и тренеров-преподавателей детско-юношеских спортивных школ. Общероссийская общественная организация «Российский футбольный союз», Москва 2012.

17. Лапшин О.Б. Учим играть в футбол. Планы уроков.-М.;//Человек, 2018.

18. Мельников И.В., Футбол. Уроки лучшей игры. - М;// АСТ, 2015.

19.Менсон Ж.Я люблю футбол.//Клевер,2018.

20. Методические рекомендации преподавания физической культуры в образовательных учреждениях города Москвы. - М.:// ЦОМОФВ, 2009.

21. Мойер Р. Силовые тренировки в футболе.-М.;// Спорт, 2016.

22. Москаленко Р. Спортив

23. Погадаев Г. И. Физическая культура. Футбол для всех 1-4 кл. Учебное пособие.-М.://Дрофа, 2019.

24. Погадаев Г. И. Физическая культура. Футбол для всех 5-9 кл. Учебное пособие. -М.://Дрофа, 2019.

25. Погадаев Г.И. Физическая культура. Футбол для всех 10-11 кл. Учебное пособие. -М.://Дрофа, 2019.

26. Разуваев Ю.В. Дополнительная предпрофессиональная программа по футболу, Дзержинск 2015.

27. Севастьянова Е.С. Дополнительная предпрофессиональная программа по футболу, Сенгилей, 2018.

28. Сучилин А. А. Футбол во дворе. - М.://Физкультура и спорт, 1978.

29. Федеральный стандарт спортивной подготовки. Футбол. // Спорт, 2016. 30.Чарльз.Т Футбол для детей. 101 тренировка для начинающего

футболиста. Издательство Э.Спорт для детей, 2017.

31.Цирин Б. Я., Лукашин Ю. С. Футбол. - М.://Физкультура и Спорт, 1982.

Список литературы для педагога:

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.
6. Губа В., Футбол. Программа для футбольных академий.-М:// Человек, 2015.
7. Сто одно упражнение для юных футболистов. Малькольм Кук, А.С.Т. Астрель. Москва 2003 г.
8. Качанин, Горский - Тренировка футболистов 1994 г. 1-е издание
- 9.Кузнецов А.А. Футбол. Настольная книга детского тренера, Москва 2010.
10. Сучилин А. А. Футбол во дворе -//Физкультура и спорт, 1994.
11. Скуридина А.А. Методические мелочи. Уметь. Хотеть. Мочь // журнал «Спорт в школе», 2011, № 7.
12. Цирин Б. Я., Лукашин Ю. С. Футбол. - //Физкультура и Спорт, 2002, 2- ое исправленное и дополненное издание - (Азбука спорта).
13. Швыков И.А., Футбол в школе. - М.: //Терра-Спорт, Олимпия Пресс, 2002.
14. Методические рекомендации преподавания физической культуры в образовательных учреждениях города Москвы, 2009.
15. 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.

Материально-технического обеспечения модуля «Футбол в школе»

Требования к помещению мини-футбольное поле, открытая спортивная площадка и/или спортивный зал, площадь которых должна быть не менее 4 м² на одного занимающегося, высота потолка должна составлять не менее 6 метров. Для характеристики количественных показателей используются следующие обозначения:

20. Д - демонстрационный экземпляр (не менее одного экземпляра на класс); К - полный комплект (на каждого ученика класса);
 Ф - комплект для фронтальной работы (не менее одного экземпляра на двух учеников);
 П - комплект, необходимый для работы в группах (один экземпляр на 5-6 человек)

№	Наименование спортивного оборудования и инвентаря	Количество
1.	ворота, трансформируемые для футбола и мини-футбола(комплект)	Д
2.	ворота складные малые для подвижных игр 1,2 x 0,8 м, (комплект)	Д
3.	табло игровое (электронное/перекидное)	Д
4.	насос для накачивания мячей с иглой	Д
5.	манишки двухцветные	К
6.	сетка для хранения мячей	Д
7.	конус игровой	П
8.	комплект фишек (трех разных контрастных цветов)	К
9.	мячи футбольные № 4, 5	К
10.	мячи баскетбольные №5	Ф
11.	мячи волейбольные	Ф
12.	скакалки	К
13.	стойки для обводки	П
14.	обручи	Ф
15.	рулетка 3 мм.	Д
16.	секундомер	Д
17.	свисток	Д
18.	карточки для судейства,	Д
19.	планшет магнитный	Д

Приложение 2

Методика оценивания обучающихся

Предметом проверки и оценивания успеваемости по учебному модулю «Футбол» являются знания, умения и навыки обучающихся, полученные на уроках. При этом выявляется полнота и глубина знаний теоретических сведений,

степень освоения двигательных действий в объеме изучаемых требований, уровень развития физических способностей, результат улучшения личных показателей (см., сек., м, количество раз) и выполнение домашних заданий.

Знания и теоретические сведения проверяются в ходе урока применительно к содержанию изучаемого практического материала. Так проверяются и оцениваются основы знаний в объеме требований Модуля для данного класса, знание терминологии, правил игр, соревнований, умение описать технику разучиваемого физического упражнения и объяснить его особенности, определить и исправить ошибки свои и одноклассника и т.д.

Оценивание знаний по физической культуре (Таблица 1) производится в виде устного ответа на поставленный вопрос, развернутого ответа по заданной теме; собеседования; сообщения по избранной теме, устного и письменного тестирования, творческой работы.

Оценка/ балл	Примерные требования к оценке знаний
Отлично/5	- обучающийся демонстрирует глубокие знания, умеет выделять главные положения в изученном материале, логично излагать, делать выводы, устанавливать межпредметные и предметные связи, творчески применять полученные знания в незнакомой ситуации, использовать при ответе дополнительные сведения из области поставленного вопроса. В ответах (письменных) отсутствуют ошибки и недочеты, при устных ответах устраняются отдельные неточности с помощью дополнительных вопросов учителя.
Хорошо/4	- обучающийся демонстрирует знание всего изученного программного материала, выделяет главные положения в изученном материале, на основании фактов и примеров обобщает, устанавливает предметные связи, применяет полученные знания на практике. В ответах имеются незначительные (негрубые) ошибки и недочеты или нарушена определенная последовательность ответа (последнее свойственно при объяснении техники упражнений).
Удовлетворительно/3	- обучающийся демонстрирует знание и усвоение материала на уровне минимальных требований программы, испытывает затруднение при самостоятельном рассказе, нуждается в необходимости незначительной помощи учителя; затрудняется отвечать на видоизмененные вопросы. В ответах - наличие грубой ошибки, нескольких негрубых ошибок при воспроизведении изученного материала, отсутствует логическая последовательность, имеются пробелы в знании материала, нет должной аргументации и умения использовать знания на практике.

Оценивание освоения обучающимися содержания раздела «Способы физкультурной деятельности» (Таблица 2) производится на основе выявления компетенций включающих: приобретение опыта организации самостоятельных систематических занятий физической культурой с соблюдением правил техники безопасности и профилактики травматизма; обогащение опыта совместной деятельности в организации и проведении занятий физической культурой, форм активного отдыха и досуга; выполнение закаливающих процедур; умение отбирать физические упражнения и регулировать физические нагрузки; опыт мониторинга своего физического развития и физической подготовленности;

формирование умения вести наблюдение за динамикой развития своих основных физических качеств и т.д. Данный раздел тесно соотносится с теоретическим разделом.

Умение осуществлять физкультурно-оздоровительную деятельность оценивается методом наблюдения, опроса, анализа правильности практического выполнения индивидуально или фронтально во время любой части урока.

Таблица 2

Критерии оценивания обучающихся в осуществлении способов физкультурной деятельности

Оценка/ балл	Примерные требования к оценке умений осуществлять физкультурную деятельность
Отлично/5	- обучающийся умеет: организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя гимнастика, физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме учебного дня и т.д.); самостоятельно организовать места занятий физическими упражнениями с учетом требований их безопасности; подбирать средства и инвентарь и применять их в конкретных условиях; наблюдать и осуществлять контроль за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья, показателями развития основных физических качеств, анализировать и оценивать итоги
Хорошо/	- обучающийся умеет то же, что и на оценку «отлично», но выполняет все с незначительной помощью; допускает незначительные ошибки в подборе средств (не менее 75% от общего объема требований)
Удовлетворительно/3	- обучающийся выполняет не менее 50% от всех видов самостоятельной физкультурно-оздоровительной деятельности, предусмотренных программой, использует помощь учителя, не умеет анализировать и оценивать итоги своей деятельности
Неудовлетворительно/2	- обучающийся не может выполнить самостоятельно ни один из пунктов, представленных в требованиях на оценку «удовлетворительно»
1	- обучающийся не владеет и не мотивирован в осуществлении физкультурной деятельности

В разделе «Физическое совершенствование» (Таблица 3) оценивание двигательных умений и навыков производится на основе сравнения техники выполнения двигательных действий, упражнений с эталонной.

Оценивание освоения обучающимися содержания раздела «Физическое совершенствование» производится на основе: умений выполнять комплексы общеразвивающих, оздоровительных и корригирующих упражнений; овладения основами технических действий, приемами и физическими упражнениями из базовых видов спорта, умением использовать их в разнообразных формах игровой и соревновательной деятельности;

выполнения упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма, в том числе в подготовке к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне" (ГТО).

Данные методы можно применять как индивидуально, так и фронтально, когда одновременно оценивается большая группа или класс в целом.

Таблица 3

Критерии оценивания обучающихся в области физического совершенствования

Оценка/ балл	Примерные требования к оценке двигательных умений и навыков
Отлично/5	- обучающийся выполняет движение или отдельные его элементы правильно, максимально приближенно к технике эталонного, без ошибок, свободно, четко, уверенно, слитно, с максимальной амплитудой и устойчивым ритмом, с соблюдением всех технических требований, предъявляемых к выполняемому упражнению; понимает назначение движения, может объяснить технику выполнения и продемонстрировать ее в нестандартных условиях; может определить и исправить ошибки, допущенные другим обучающимся; уверенно показывает примерный контрольный результат
Хорошо/4	- обучающийся выполняет движение или отдельные его элементы приближенно к эталонному, в соответствии с предъявленными требованиями, слитно, свободно, но при этом было допущено не более двух незначительных ошибок, не влияющих на окончательный результат.
Удовлетворительно/3	- обучающийся выполняет движение или отдельные его элементы в основном правильно, но допускает одну грубую или три мелких ошибки, приведшие к искажению техники движения, скованности и общей неуверенности при выполнении; не может выполнить двигательное действие в нестандартных или усложненных условиях
Неудовлетворительно/2	- обучающийся выполняет движение или отдельные его элементы выполнены неправильно, нечетко, допускает одну грубую ошибку или число других ошибок более трех (или две грубых ошибки), полностью искажая технику выполнения, в результате чего отсутствует сходство с эталоном. Упражнение не выполнено.
1	Отказ от выполнения упражнения

Оценка двигательных умений и навыков будет объективной при соблюдении следующих правил:

1. Проверяются и оцениваются результаты усвоения материала на уроках физической культуры и в процессе домашней работы.
2. Объем проверяемых знаний, умений и навыков определяется в полном соответствии с содержанием учебного Модуля для данного класса.
3. Выявление степени освоения обучающимися физических упражнений осуществляется на основе установленной пяти бальной системы, предусматривающей определенный характер и количество ошибок при выставлении той или иной оценки.
4. Характер ошибок определяется на единой основе.

Грубой ошибкой считается: искажения основы техники двигательного действия.

К значительной ошибке относится невыполнение общей структуры двигательного действия (упражнения).

Незначительной ошибкой считается - лишь неточное выполнение деталей двигательного действия, ведущее к снижению его эффективности.

5. Методика проверки и оценивания осуществляется с учетом особенностей этапа (освоение, закрепление, совершенствование) процесса обучения двигательному действию.
6. Проверяется понимание обучающимися технических особенностей двигательного действия, умение анализировать его выполнение и исправлять ошибки.

При проверке навыков технические показатели оцениваются в условиях практического использования двигательного действия (в изменяющихся внешних условиях, при повышенных волевых и физических условиях, в соединении с другими действиями и т.д.). При проверке навыков, допускающих выявление количественных достижений, технические показатели проверяются одновременно и оцениваются во взаимосвязи с количественными результатами.

При проверке и оценивании обучающихся в формировании определенных физических качеств учитываются изменения в их росте за время учебного года, периода обучения, четверти, полугодия, триместра.

В содержании домашних заданий преимущественное место занимают упражнения для развития физических качеств. Проверять домашнее задание следует систематически. Основным критерием оценки успеваемости при этом является факт улучшения изменяемых показателей за определенный период времени.

Оценивание успеваемости обучающихся, отнесенных к подготовительной медицинской группе, проводится на общих основаниях, за исключением

проверки результатов выполнения тех физических упражнений, которые им противопоказаны.

Приложение 3

Контрольно-тестовые упражнения

Шкала оценки уровня физической подготовленности по учебному модулю « Футбол в школе »

во зр аст	уровень	ОФП					
		Бег 30 м.		юн.: сгибание и разгибание рук в упоре дев.: подтягивание в висе лежа		Прыжок в длину с места	
		юн	дев	юн	дев	Юн	дев
7	Высокий Средний Ниже среднего Низкий	6.3 6.4 6.5 7.0	6.7 6.8 7.2 7.6	6 5 4 3	5 4 3 2	130 128 126 115	120 115 110 95
8	Высокий Средний Ниже среднего Низкий	6.2 6.3 6.4 6.8	6.8 7.0 7.1 7.3	8 7 6 4	8 6 5 3	142 138 135 120	128 124 122 118
9	Высокий Средний Ниже среднего Низкий	6.1 6.2 6.3 6.6	6.7 6.8 7.0 7.2	10 9 7 5	10 8 6 4	160 154 148 135	135 130 128 120
10	Высокий Средний Ниже среднего Низкий	6.0 6.1 6.2 6.4	6.5 6.7 6.9 7.1	12 10 8 6	11 10 9 6	164 160 156 143	145 138 132 125
11	Высокий Средний Ниже среднего Низкий	5.9 6.0 6.1 6.3	6.3 6.4 6.7 6.9	15 12 10 8	13 11 10 8	170 166 162 158	156 148 143 138
12	Высокий Средний Ниже среднего Низкий	5.8 5.9 6.0 6.2	6.1 6.3 6.5 6.7	17 15 13 10	15 13 11 9	176 172 168 160	164 158 152 148
13	Высокий Средний Ниже среднего Низкий	5.7 5.8 5.9 6.1	5.9 6.1 6.3 6.5	20 18 16 14	17 15 13 11	185 175 170 165	175 168 160 155
14	Высокий Средний Ниже среднего Низкий	5.6 5.7 5.8 6.0	5.8 5.9 6.1 6.3	24 22 20 18	20 17 15 13	190 180 175 170	182 176 172 165
15	Высокий Средний Ниже среднего Низкий	5.5 5.6 5.7 5.9	5.7 5.8 5.9 6.1	25 23 22 20	22 20 18 16	205 195 186 178	190 185 176 170
16	Высокий Средний Ниже среднего Низкий	5.4 5.5 5.6 5.8	5.6 5.7 5.8 6.0	27 25 24 22	25 22 20 18	210 202 196 185	192 186 182 175
17	Высокий Средний Ниже среднего Низкий	5.3 5.4 5.5 5.7	5.5 5.6 5.7 5.9	29 27 25 23	26 24 22 20	220 208 200 185	202 196 185 178
18	Высокий Средний Ниже среднего Низкий	5.1 5.3 5.4 5.6	5.4 5.5 5.6 5.8	30 28 26 24	28 26 24 22	232 218 210 190	215 208 195 183
возр ас т	уровень	СФП					
		Челночный бег 3x10м		Бросок мяча 1кг из-за головы двумя руками сидя		Прыжки через скакалку за 1 мин.	
		юн	дев	юн	дев	юн	дев
7	Высокий Средний	9.0 9.1	9.2 9.3	180 170	165 155	80 75	85 80

	<i>Ниже среднего</i> <i>Низкий</i>	9.2 8.8	9.4 9.7	165 140	140 110	70 65	75 70
8	<i>Высокий Средний</i> <i>Ниже среднего</i> <i>Низкий</i>	8.9 9.0 9.1 9.2	9.1 9.2 9.3 9.5	190 175 160 150	180 160 145 130	90 85 75 70	95 90 85 75
9	<i>Высокий Средний</i> <i>Ниже среднего</i> <i>Низкий</i>	8.8 8.9 9.0 9.1	9.0 9.1 9.2 9.3	200 185 165 155	190 175 155 140	100 95 90 85	103 97 92 87
10	<i>Высокий Средний</i> <i>Ниже среднего</i> <i>Низкий</i>	8.7 8.8 8.9 9.0	8.9 9.0 9.1 9.2	220 200 185 170	205 185 170 145	110 105 90 80	110 105 95 90
11	<i>Высокий Средний</i> <i>Ниже среднего</i> <i>Низкий</i>	8.6 8.7 8.8 8.9	8.8 8.9 9.0 9.1	230 215 200 175	220 205 185 170	115 110 100 90	117 102 100 95
12	<i>Высокий Средний</i> <i>Ниже среднего</i> <i>Низкий</i>	8.5 8.6 8.7 8.8	8.7 8.8 8.9 9.0	240 220 195 180	230 215 190 175	120 115 110 100	123 118 115 105
13	<i>Высокий Средний</i> <i>Ниже среднего</i> <i>Низкий</i>	8.4 8.5 8.6 8.7	8.6 8.7 8.8 8.9	250 235 210 190	240 220 200 180	125 120 115 100	127 125 120 115
14	<i>Высокий Средний</i> <i>Ниже среднего</i> <i>Низкий</i>	8.3 8.4 8.5 8.6	8.5 8.6 8.7 8.8	265 250 235 200	250 235 225 200	127 125 115 105	130 128 125 120
15	<i>Высокий Средний</i> <i>Ниже среднего</i> <i>Низкий</i>	8.2 8.3 8.4 8.5	8.4 8.5 8.6 8.7	290 275 255 220	265 250 230 210	130 126 115 110	132 128 125 121
16	<i>Высокий Средний</i> <i>Ниже среднего</i> <i>Низкий</i>	8.1 8.2 8.3 8.4	8.3 8.4 8.5 8.6	330 300 275 250	280 260 240 220	132 130 125 115	135 132 128 122
17	<i>Высокий Средний</i> <i>Ниже среднего</i> <i>Низкий</i>	8.0 8.1 8.2 8.3	8.2 8.3 8.4 8.5	380 350 300 275	315 290 265 230	135 132 128 125	137 135 130 126
18	<i>Высокий Средний</i> <i>Ниже среднего</i> <i>Низкий</i>	7.9 8.0 8.1 8.2	8.1 8.2 8.3 8.4	440 400 360 320	350 320 290 250	140 137 128 122	145 140 137 130
в о з р а с т	уровень	ТТ					
		Жонглирование мячом правой левой ногой		Ведение мяча 5 м, обводка 3-х стоек змейкой и удар по воротам с 7м		Пять ударов каждой ногой по воротам на точность с 11м, (7м).	
		юн	дев	юн	дев	юн	дев
7	<i>Высокий Средний</i> <i>Ниже среднего</i> <i>Низкий</i>	4 3 2 1	3 2 1 0	10.1 10.2 10.3 10.6	10.3 10.4 10.5 11.0	3 2 1 0	3 2 1 0
8	<i>Высокий Средний</i> <i>Ниже среднего</i> <i>Низкий</i>	7 5 3 2	4 3 2 1	10.0 10.1 10.2 10.4	10.2 10.3 10.4 10.5	3 2 1 0	3 2 1 0
9	<i>Высокий Средний</i> <i>Ниже среднего</i> <i>Низкий</i>	9 7 5 3	5 4 3 2	9.9 10.0 10.1 10.2	10.1 10.2 10.3 10.4	4 3 2 1	4 3 2 1
10	<i>Высокий</i>	11	6	9.8	10.0	5	5

Подвижные игры специальной направленности.

«Финты корпусом»

Содержание и организация. От четырех до шести игроков берутся за руки, образуя круг диаметром 5-9 м, в котором выделяется один из игроков. Еще один становится «преследователем» и располагается в нескольких метрах поодаль. Учитель дает сигнал игроку, оставшемуся снаружи, и тот стремится осалить выделенного партнера в круге. Все остальные, не размыкая рук, движутся по кругу, стремясь не допустить, чтобы водящий осалил их партнера. По мере выполнения упражнения игроки меняются ролями, чтобы каждый попробовал себя и в той, и в другой роли.

Инвентарь. На площадке размечается круг. Одна жилетка. **Рекомендации.** Можно привлекать в круг побольше игроков, чтобы водящий добавлял скорости в погоне. Можно засесть время каждого игрока, чтобы по окончании упражнения сравнить показатели.

«Реакция и быстрота движения» Задача. Воспитание быстроты реакции. **Организация и содержание.** Две группы игроков выстраиваются лицом к воротам, которые защищает вратарь, на расстоянии 8-16 м. Учитель с мячами занимает позицию в центре между колоннами. Первые двое садятся на поле, и тренер направляет мяч между ними. Игроки поднимаются устремляются к мячу. Успевший первым наносит удар по воротам возвращается и отдает мяч, а следующие двое повторяют упражнение т.д. **Инвентарь.** Запас мячей. **Рекомендации.** Можно усложнить подачу мяча или ускорить темп. **Задача.** Обводка защитников в изменяющейся обстановке. **Организация и содержание.** В размеченном круге диаметром примерно 20 м устанавливаются 5-6 маленьких ворот, не более 2 м шириной, обозначенных стойками. 10-14 игроков, у каждого по мячу, играют против 3-4 игроков, исполняющих роль защитников (играют в жилетках). Атакующие стремятся заработать очки, заводя с помощью обводки мяч в любые из ворот (с любой стороны), в то время как защитники, соответственно, стремятся не допустить этого. **Инвентарь.** 10-14 мячей, 10-12 стоек, 3-4 жилета. **Рекомендации.** По истечении установленного времени (12 мин) набранные очки сравниваются, чтобы найти игрока, который «нанизал» больше ворот. По ходу упражнения защитники меняются ролями с нападающими до тех пор, пока все не попробуют свои силы в обводке.

«Техника старта, остановки, преследования, опеки и смены направления движения на скорости» Организация и содержание. Игроки разбиваются на пары и работают в квадрате со стороной 11 м. Они получают номера 1 и 2, и один из них пытается убежать от другого, который преследует его по всей площади квадрата. Преследующий игрок не должен касаться соперника, но при этом должен на бегу стремиться держаться как можно ближе к нему. Учитель через равные интервалы времени дает свисток, и все игроки должны в этот момент остановиться. Если, преследующий может дотянуться до соперника и осалить его, то он получает очко; если нет, то очко получает преследуемый. После определенного периода игроки меняются ролями.

Инвентарь. Четыре стойки, два комплекта цветных жилетов. **Рекомендации.** После определенного количества повторений учитель может перетасовать пары, чтобы ребята работали с разными соперниками.

«Короткие передачи»

Организация и содержание. Восемь или более игроков берутся за руки на всю длину вытянутых рук, образуя широкий круг. Один игрок остается в центре. Все остальные начинают передавать мяч друг другу, не размыкая рук, но так, чтобы оставшийся в центре не мог завладеть им. Центральный игрок имеет право передвигаться только шагом. Игрок, виновный в потере мяча из-за неточной передачи, становится водящим. **Инвентарь.** Один мяч, одна жилетка. **Рекомендации.** Игроки в круге, прежде чем сделать передачу, не должны касаться мяча более двух раз.

«Смена направления и скорости движения» Организация и содержание. Две колонки, находящиеся друг против друга на расстоянии 15 м, работают в коридоре шириной 10 м. Первый из одной группы бежит наискосок по размеченной зоне, стремясь уйти к дальней

линии и примкнуть к противоположной колонке, не давая сопернику помешать ему. Оба бегут навстречу друг другу и попеременно пытаются обойти соперника, если один из них атакующий, или блокировать другого, если он - обороняющийся. Они финишируют, примыкая к противоположным колонкам, после чего стартуют следующие двое.

Инвентарь. Четыре стойки, один комплект цветных жилеток. **Рекомендации.** Для атакующего коридор сужается или для обороняющегося расширяется, чтобы развивать у игроков ловкость движения.

«Основы зонной обороны».

Организация и содержание. Разделить площадку на 7 зон. Играет команда А против команды В. Перед началом игры тренер назначает команду, которая при потере мяча должна переходить к защите по зонам. Каждый игрок осуществляет защиту одной из зон, используя ту или иную технику. В зонах 1,2,3- необходима очень плотная опека нападающих, так как эти зоны близки к воротам. В зонах 4, 5 - необходима опека-контроль, так как в этих зонах определяется дальнейшее развитие игры. В зонах 6, 7 - необходимо препятствовать перемещению соперников в зоны 4 и 5, чтобы они не могли прийти на помощь игрокам тех зон в случае численного преимущества соперника.

Инвентарь. 1 мяч, майки разного цвета, вешки. **Эстафеты**

Приложение 5

ИНСТРУКЦИЯ ПО ОХРАНЕ ТРУДА НА ЗАНЯТИЯХ ПО ФУТБОЛУ

ИОТ № _____ 20__г.

1. Общие требования безопасности

1.1. К занятиям по футболу допускаются лица прошедшие инструктаж по технике безопасности.

1.2. Во время занятий футболом могут возникнуть факторы риска получения характерных травм:

- при падении на твердом или мокром покрытии;
- при ударе мячом;
- при столкновениях;
- при наличии посторонних предметов на месте проведения уроков;
- при нахождении в зоне удара;
- при слабо укрепленных воротах;
- при игре без надлежащей формы и защитных приспособлений (щитки, бутсы и т.д.);
- при выполнении упражнений или игре без предварительной разминки;

для предупреждения травматизма необходимо использовать средства защиты, учителю соблюдать методику обучения, а обучающимся, технику выполнения технических элементов игры.

1.3. У учителя должна быть аптечка, укомплектованная необходимыми медикаментами и перевязочными средствами для оказания доврачебной помощи при травмах и повреждениях.

1.4. Обучающиеся должны быть в спортивной форме, предусмотренной правилами игры.

1.5. Занятия должны проходить на организованных для футбола местах(футбольное поле, открытая спортивная площадка, спортивный зал - для футзала), которые должны соответствовать техническим и санитарно-гигиеническим требованиям.

1.6. В холодную, ветреную, дождливую и снежную погоду занятия футболом на открытых полях проводятся с учетом всех негативных факторов.

2.Требования безопасности перед началом занятий

2.1. Надеть спортивную футбольную форму и обувь на нескользкой подошве.

2.2. Тщательно проверить отсутствие на футбольном поле, открытой спортивной площадке посторонних предметов, наличие ям, луж и т.д.

2.3. Подготовить инвентарь и оборудование необходимый для учебной деятельности.

2.4. Провести разминку всех групп мышц.

2.5. Внимательно прослушать инструктаж по ТБ при игре в футбол.

2.6. Коротко остричь ногти, снять все украшения (кольца, перстни, цепочки, браслеты, серьги, часы и т.д.)

2.7. Очки должны закрепляться резинкой и иметь роговую оправу.

3. Требования безопасности во время занятий

3.1. Во время занятий на футбольном поле, открытой спортивной площадке не должно быть посторонних предметов и лиц.

3.2. При выполнении прыжков, столкновениях и падениях обучающийся должен уметь применять приёмы самостраховки.

3.3. Соблюдать игровую дисциплину, не применять грубые и опасные приёмы.

3.4. За воротами в 10 метрах для открытых полей, 3 метров для спортивного зала, не должны находиться посторонние лица.

3.5. Все упражнения выполнять только по команде учителя.

3.6. Вспомогательный инвентарь и оборудование должны соответствовать возрастным, гендерным особенностям обучающихся.

3.7. Необходимо при формировании команд для учебных игр, учитывать уровни подготовленности каждого игрока. Четко регулировать дозированную нагрузку и периоды отдыха.

3.8. При температуре воздуха $+10^{\circ}\text{C}$ одевать спортивный костюм.

3.9. Во время учебной и игровой деятельности использовать инвентарь и оборудование соответствующий техническим условиям.

4. Требования безопасности в аварийных ситуациях

4.1. При плохом самочувствии прекратить занятия и сообщить об этом учителю.

4.2. При проявлении первых признаков утомления необходимо снизить физическую нагрузку, провести восстанавливающие мероприятия.

4.3. При получении обучающимся травмы немедленно оказать ему доврачебную помощь, сообщить о случившемся администрации; при необходимости вызвать карету скорой помощи.

4.4. Все обучающиеся должны знать о профилактике спортивных травм и уметь оказывать доврачебную помощь.

4.5. В случае внезапного изменения погодных условий (сильный ветер, дождь и т.п.), занятия на футбольном поле, открытой площадке прекратить, а обучающихся завести в помещение.

5. Требования безопасности по окончании занятий

5.1. Убрать спортивный инвентарь, оборудование в места для его хранения.

5.2. Если занятие проходило в спортивном зале выключить электроприборы, закрыть окна, фрамуги.

5.3. Снять спортивную форму и спортивную обувь.

5.4. Принять душ или тщательно вымыть лицо и руки с мылом.

5.5. Уходя в раздевалках и душевых выключить электроприборы, воду.

5.6. О всех недостатках, неполадках, обнаруженных во время занятия, игры, сообщить учителю, дежурному администратору.

Приложение 6

Футбольный словарь основных терминов.

Автогол - мяч, забитый/перенаправленный игроком в ворота собственной команды.

Атака - последовательные игровые действия команды с целью забить гол в ворота соперника.

Бомбардир - результативный нападающий игрок.

Бутса - обувь для игры в футбол с шипами на подошве. **Быстрый гол** - гол, забитый в первые минуты матча.

Ведение мяча - перемещение игрока с мячом, дриблинг.

Ворота - конструкция прямоугольной формы, которая состоит из двух стоек и перекладины, располагающаяся по центру линии ворот на каждой половине поля, в которую команда стремится забить мяч.

Вбрасывание мяча - способ возобновления игры, выполняемый игроком с места у боковой линии, где мяч покинул поле от игрока противоположной команды. **Вратарь** - игрок, имеющий право играть в мяч руками в пределах штрафной площади своей команды, отличающийся также от других игроков цветом формы; голкипер. **Гетры** - часть обязательной экипировки игроков, закрывающая ногу от щиколотки до колена.

Гол - мяч, забитый в ворота команды, при условии, что перед этим мяч был в игре и не были нарушены Правила. Взятие ворот соперника.

Голевая передача (голевой пас) - пас игроку, непосредственно после которого был забит гол.

Дивизион - соревнования для команд, допущенных к участию по спортивному принципу.

Дисквалификация - лишение футболиста или команды права принимать участие в играх на определенный срок.

Дополнительное время - часть матча, состоящая из двух равных таймов не более 15 минут каждый, играемых после окончания двух таймов основного времени. **Жеребьевка** -

определение порядка выступления футбольных команд в соревновании; способ определения судьей команды, имеющей право на начальный удар; способ определения судьей ворот, в которые будут выполняться удары с 11-метровой отметки для определения победителя матча.

Забегание — технический приём, при котором игрок без мяча пробегает мимо игрока с мячом и может получить от него пас. **Защитник** — игрок линии защиты.

Искусственный офсайд — положение «вне игры», осознанно созданное игроками обороняющейся команды.

Капитан - игрок команды, носящий на рукаве повязку, который должен играть важную роль, помогая обеспечить уважение Правил и судейских решений, и который несет полную ответственность перед игрой посредством уважения судей и их решений. Капитан не имеет особого статуса и привилегий, однако он несет ответственность за поведение своей команды.

Короткая передача - пас игрока своему партнеру на расстояние до 15 метров. **Ложный**

маневр - обманные действия группы игроков в ходе тактической комбинации.

Нападающий - игрок линии атаки (форвард).

Ничья - результат матча, при котором обе команды не забили голов или забили одинаковое количество.

Оборона - командные действия игроков с целью недопущения попадания мяча в собственные ворота.

Основное время - два равных тайма по 45 минут каждый (время которых может быть сокращено при наличии договоренности между командами и судьей и соответствии регламенту соревнований).

Отбор мяча - игровое действие в борьбе за мяч с соперником, в результате которого владение мячом переходит к игроку противоположной команды. **Офсайд** - положение «вне игры».

Пас - передача мяча от одного игрока команды другому игроку этой же команды. **Пенальти** - удар с 11-метровой отметки, способ возобновления игры, когда наказываемое штрафным ударом нарушение совершено в штрафной площади обороняющейся команды; выполняется с 11-метровой отметки с соблюдением определенных условий процедуры выполнения.

Перекладина - часть каркаса ворот, соединяющая между собой верхние точки двух стоек ворот.

Перерыв - промежуток времени между таймами матча.

Перехват - игровое действие футболиста команды соперника, в результате которого мяч, направленный игроком противоположной команды своему партнеру, оказывается у этого игрока соперника.

Площадь ворот (вратарская площадь) - ограниченная область вокруг ворот, расположенная внутри штрафной площади. Из нее выполняется удар от ворот. **Предупреждение** -

дисциплинарная санкция, применяемая судьей по отношению к игрокам и официальным лицам команды за различные нарушения Правил; обозначается показом желтой карточки

Разбор игры - обсуждение того, как проходила встреча с соперником.

Свободный удар - разновидность штрафного удара, при котором прямое попадание мяча в ворота без касания другого игрока не засчитывается голом.

Стандартные положения - способы возобновления игры командой: начальный удар, вбрасывание, удар от ворот, угловой удар, штрафной, свободный, 11-метровый удар.

Створ ворот - область пространства, ограниченная поверхностью земли, стойками и перекладиной ворот.

Стенка - расположение игроков одной команды в ряд вплотную друг к другу с целью защиты своих ворот при некоторых стандартных положениях; расстояние от мяча до «стенки» составляет 9.15 м. **Судья** - арбитр, рефери.

Технический прием - средство ведения игры.

УЕФА - Союз европейский футбольных ассоциаций (Шюп оГ Еигореап РоолЪа11 Аззоаайопз).

Финт - обманное движение, обманный прием, исполненный футболистом. **ФИФА (ИРА)** - руководящая организация, отвечающая за футбол во всем мире (сокращение от Реёегайоп Шегпайопак ёе РоолЪа11 Аззоаайоп - Международная Федерация Футбольных Ассоциаций).

Фол - нарушение Правил игры.

Футбол (англ. «Гоол» - нога, «Ба11» - мяч) - вид спорта; командная игра, в которой игроки стремятся ударами ноги забить мяч в ворота соперника.

Центральный круг (центр поля) — часть разметки футбольного поля в виде окружности радиусом 9.15 м вокруг центральной отметки поля.

Штанга (стойка ворот) - часть каркаса ворот, расположенная перпендикулярно поверхности поля; в верхней своей точке соединяется с перекладиной. **Штрафная площадь** - ограниченная область, в пределах которой вратарь имеет право играть руками.

Штрафной удар - способ возобновления игры после определенного перечня нарушений Правил, с которого гол может быть забит ударом ноги по мячу напрямую в ворота соперника без касания другого игрока.

Эмблема - условное изображение, знак футбольного клуба, спортивной организации и пр.