

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

Министерство образования Ставропольского края

Комитет по образованию г. Ставрополя

МБОУ СОШ № 43 г. Ставрополя имени Героя РФ В.Д.Нужного

РАССМОТРЕНО

на МО учителей физической  
культуры

руководитель МО

\_\_\_\_\_ С.А. Волобуев

Протокол №1

от "20.05.2022" г.

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по УВР  
\_\_\_\_\_ Н.Н. Сивакова

Протокол №1

от "20.05.2022" г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор МБОУ СОШ №43  
\_\_\_\_\_ Т.В. Измайлова

Приказ №

от "\_\_\_\_.\_\_\_\_.\_\_\_\_" г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**(ID 862628)**

учебного предмета

«Физическая культура» (модуль Футбол)

для 1 класса начального общего образования

на 2022-2023 учебный год

Составитель: Данченко Елизавета Олеговна  
учитель физической культуры

Ставрополь, 2022

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

При создании программы учитывались потребности современного российского общества в физически крепком и деятельном подрастающем поколении, способном активно включаться в разнообразные формы здорового образа жизни, использовать ценности физической культуры для саморазвития, самоопределения и самореализации.

В программе «Физическая культура» (модуль Футбол) нашли своё отражение объективно сложившиеся реалии современного социокультурного развития общества, условия деятельности образовательных организаций, запросы родителей, учителей и методистов на обновление содержания образовательного процесса, внедрение в его практику современных подходов, новых методик и технологий.

Изучение учебного предмета «Физическая культура» имеет важное значение в онтогенезе детей младшего школьного возраста. Оно активно воздействует на развитие их физической, психической и социальной природы, содействует укреплению здоровья, повышению защитных свойств организма, развитию памяти, внимания и мышления, предметно ориентируется на активное вовлечение младших школьников в самостоятельные занятия физической культурой и спортом.

Целью образования по физической культуре в начальной школе является формирование у учащихся основ здорового образа жизни, активной творческой самостоятельности в проведении разнообразных форм занятий физическими упражнениями. Достижение данной цели обеспечивается ориентацией учебного предмета на укрепление и сохранение здоровья школьников, приобретение ими знаний и способов самостоятельной деятельности, развитие физических качеств и освоение физических упражнений оздоровительной, спортивной и прикладно-ориентированной направленности.

Развивающая ориентация учебного предмета «Физическая культура» заключается в формировании у младших школьников необходимого и достаточного физического здоровья, уровня развития физических качеств и обучения физическим упражнениям разной функциональной направленности.

Существенным достижением такой ориентации является постепенное вовлечение обучающихся в здоровый образ жизни за счёт овладения ими знаниями и умениями по организации самостоятельных занятий подвижными играми, коррекционной, дыхательной и зрительной гимнастикой, проведения физкультурминуток и утренней зарядки, закаливающих процедур, наблюдений за физическим развитием и физической подготовленностью.

Воспитывающее значение учебного предмета раскрывается в приобщении обучающихся к истории и традициям физической культуры и спорта народов России, формировании интереса к регулярным занятиям физической культурой и спортом, осознании роли занятий физической культурой в укреплении здоровья, организации активного отдыха и досуга. В процессе обучения у обучающихся активно формируются положительные навыки и способы поведения, общения и взаимодействия со

сверстниками и учителями, оценивания своих действий и поступков в процессе совместной коллективной деятельности.

Методологической основой структуры и содержания программы по физической культуре для начального общего образования является личностно-деятельностный подход, ориентирующий педагогический процесс на развитие целостной личности обучающихся. Достижение целостного развития становится возможным благодаря освоению младшими школьниками двигательной деятельности, представляющей собой основу содержания учебного предмета «Физическая культура».

Программа «Физическая культура» (модуль «Футбол») содержит в своей структуре все необходимые элементы: титульный лист, пояснительную записку, в которой конкретизируются цели и задачи, актуальность, а также прописываются результаты освоения программы на предметном, метапредметном и личностном уровнях. В содержательной части программы авторы дают общую характеристику курса, учебного модуля «Футбол», используемые методы, технологии и формы организации работы, а также прописывают систему диагностики уровня освоения программы.

Учебный модуль «Футбол» примерной рабочей программы учебного предмета «Физическая культура» разработан Федеральным государственным бюджетным учреждением «Федеральный центр организационно-методического обеспечения физического воспитания» под общей редакцией Н.С. Федченко, директора ФГБУ «Федеральный центр организационно-методического обеспечения физического воспитания», кандидата педагогических наук при взаимодействии со специалистами Общероссийской общественной организации «Российский футбольный союз». Модуль прошел экспертно-методический совет ФГБУ «ФЦМОФВ» протокол № 5 от 11 июня 2019 года, имеет положительные рекомендации и заключение.

Двигательная деятельность оказывает активное влияние на развитие психической и социальной природы обучающихся. Как и любая деятельность, она включает в себя информационный, операциональный и мотивационно-процессуальный компоненты, которые находят своё отражение в соответствующих дидактических линиях учебного предмета.

В целях усиления мотивационной составляющей учебного предмета и подготовки школьников к выполнению комплекса ГТО в структуру программы в раздел «Физическое совершенствование»

Содержание программы «Физическая культура» (модуль Футбол) направлено на реализацию приоритетных задач образования — формирование всесторонне гармонично развитой личности; на реализацию творческих способностей обучающихся, их физическое совершенствование, на развитие основных двигательных (физических) жизненно важных качеств; на формирование у школьников научно обоснованного отношения к окружающему миру. Учебный модуль «Футбол» направлен на укрепление здоровья, физическое, интеллектуальное, нравственное развитие обучающихся, привлечение школьников к систематическим занятиям физической культурой и спортом, их личностное и профессиональное самоопределение.

Программа «Физическая культура» (модуль «Футбол») в соответствии с требованиями ФГОС НОО рассчитана на 68 часов, из них на модуль «Футбол» отводится 34 часа.

Вводится образовательный модуль «Прикладно-ориентированная физическая культура». Данный модуль позволит удовлетворить интересы учащихся в занятиях спортом и активном участии в спортивных соревнованиях, развитии национальных форм соревновательной деятельности и систем физического воспитания.

Содержание модуля «Прикладно-ориентированная физическая культура», обеспечивается Примерными программами по видам спорта, которые рекомендуются Министерством просвещения РФ для занятий физической культурой и могут использоваться образовательными организациями исходя из интересов учащихся, физкультурно-спортивных традиций, наличия необходимой материально-технической базы, квалификации педагогического состава. Помимо Примерных программ, рекомендуемых Министерством просвещения РФ, образовательные организации могут разрабатывать своё содержание для модуля «Прикладно-ориентированная физическая культура» и включать в него популярные национальные виды спорта, подвижные игры и развлечения, основывающиеся на этнокультурных, исторических и современных традициях региона и школы. Планируемые результаты включают в себя личностные, метапредметные и предметные результаты.

Личностные результаты представлены в программе за весь период обучения в начальной школе; метапредметные и предметные результаты — за каждый год обучения.

Результативность освоения учебного предмета учащимися достигается посредством современных научно-обоснованных инновационных средств, методов и форм обучения, информационно-коммуникативных технологий и передового педагогического опыта.

**Место учебного предмета «Физическая культура» в учебном плане.** В результате освоения примерной программы учебного предмета «Физическая культура» образовательных организаций, реализующих основные общеобразовательные программы, предлагаемый 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).

В 1 классе на изучение предмета отводится 2 часа в неделю, суммарно 68 часов, из них на модуль «Футбол» 34 часа.

**Место учебного модуля в учебном плане:** Модуль может реализовываться на уроках физической культуры в 1 – 4-х классах общеобразовательной организации в

рамках рабочей программы по предмету «Физическая культура», являющейся обязательным компонентом содержательного раздела основной образовательной программы образовательной организации. Модуль также может реализовываться во внеурочное время.

## СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

**Знания о физической культуре.** Понятие «физическая культура» как занятия физическими упражнениями и спортом по укреплению здоровья, физическому развитию и физической подготовке.

Связь физических упражнений с движениями животных и трудовыми действиями древних людей.

**Способы самостоятельной деятельности.** Режим дня и правила его составления и соблюдения.

**Физическое совершенствование.** *Оздоровительная физическая культура.* Гигиена человека и требования к проведению гигиенических процедур. Осанка и комплексы упражнений для правильного её развития. Физические упражнения для физкультурминуток и утренней зарядки.

**Спортивно-оздоровительная физическая культура.** Правила поведения на уроках физической культуры, подбора одежды для занятий в спортивном зале и на открытом воздухе.

**Гимнастика с основами акробатики.** Исходные положения в физических упражнениях: стойки, упоры, седы, положения лёжа. Строевые упражнения: построение и перестроение в одну и две шеренги, стоя на месте; повороты направо и налево; передвижение в колонне по одному с равномерной скоростью.

**Гимнастические упражнения:** стилизованные способы передвижения ходьбой и бегом; упражнения с гимнастическим мячом и гимнастической скакалкой; стилизованные гимнастические прыжки.

**Акробатические упражнения:** подъём туловища из положения лёжа на спине и животе; подъём ног из положения лёжа на животе; сгибание рук в положении упор лёжа; прыжки в группировке, толчком двумя ногами; прыжки в упоре на руки, толчком двумя ногами.

**Лёгкая атлетика.** Равномерная ходьба и равномерный бег. Прыжки в длину и высоту с места толчком двумя ногами, в высоту с прямого разбега.

**Футбол.** Правила поведения на уроках по футболу. История зарождения футбола. Легендарные отечественные и зарубежные футболисты, тренеры. Достижения Национальной сборной команды страны по футболу на Чемпионатах Европы, Чемпионатах мира, Олимпийских играх. Футбольный словарь терминов и определений; спортивные дисциплины (разновидности) футбола.

Первые правила соревнований игры в футбол; современные правила игры в футбол. Комплексы общеразвивающих упражнений с мячом и без мяча. Комплексы корригирующей гимнастики с использованием специальных футбольных упражнений Составление комплексов различной направленности: утренней гигиенической гимнастики, корригирующей гимнастики с элементами футбола; дыхательной

гимнастики Подбор общеразвивающих упражнений, составление комплексов и включение их в подготовительную часть урока, занятия.

Состав команды по футболу; функции игроков в команде; роль капитана команды. Состав судейской коллегии, обслуживающей соревнования по футболу. Жесты судьи. Размеры футбольного поля, допустимые размеры футбольного поля; инвентарь и оборудование для занятий футболом.

Техника владения мячом игры вратаря: стойка вратаря; ловля мяча, отбивание мяча, переводы мяча, броски мяча. Элементарные тактические комбинации: в парах, в тройках; Коллективное ведение игры в футбол по упрощенным правилам; Учебные игры в футбол.

**Прикладно-ориентированная физическая культура.** Развитие основных физических качеств средствами спортивных и подвижных игр. Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО.

## ПЛАНИРУЕМЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

### Личностные результаты

Личностные результаты освоения учебного предмета «Физическая культура» на уровне начального общего образования достигаются в единстве учебной и воспитательной деятельности организации в соответствии с традиционными российскими социокультурными и духовно-нравственными ценностями, принятыми в обществе правилами и нормами поведения и способствуют процессам самопознания, самовоспитания и саморазвития, формирования внутренней позиции личности.

Личностные результаты должны отражать готовность обучающихся руководствоваться ценностями и приобретение первоначального опыта деятельности на их основе:

- становление ценностного отношения к истории и развитию физической культуры народов России, осознание её связи с трудовой деятельностью и укреплением здоровья человека;
- формирование нравственно-этических норм поведения и правил межличностного общения во время подвижных игр и спортивных соревнований, выполнения совместных учебных заданий;
- проявление уважительного отношения к соперникам во время соревновательной деятельности, стремление оказывать первую помощь при травмах и ушибах;
- уважительное отношение к содержанию национальных подвижных игр, этнокультурным формам и видам соревновательной деятельности;
- стремление к формированию культуры здоровья, соблюдению правил здорового образа жизни;
- проявление интереса к исследованию индивидуальных особенностей физического развития и физической подготовленности, влияния занятий физической культурой и спортом на их показатели;
- проявление чувства гордости за спортивную державу – Россию через достижения Национальной сборной команды страны по футболу на Чемпионатах мира, Чемпионатах Европы, Олимпийских играх;

- проявление уважительного отношения к сверстникам, культуры общения и взаимодействия, терпимости и толерантности в достижении общих целей при совместной деятельности на принципах доброжелательности и взаимопомощи.

### **Метапредметные результаты**

Метапредметные результаты отражают достижения учащихся в овладении познавательными, коммуникативными и регулятивными универсальными учебными действиями, умения их использовать в практической деятельности. Метапредметные результаты формируются на протяжении каждого года обучения.

По окончании первого года обучения учащиеся научатся:

*познавательные УУД:*

- находить общие и отличительные признаки в передвижениях человека и животных;

- устанавливать связь между бытовыми движениями древних людей и физическими упражнениями из современных видов спорта;

- сравнивать способы передвижения ходьбой и бегом, находить между ними общие и отличительные признаки;

- выявлять признаки правильной и неправильной осанки, приводить возможные причины её нарушений;

*коммуникативные УУД:*

- воспроизводить названия разучиваемых физических упражнений и их исходные положения;

- высказывать мнение о положительном влиянии занятий физической культурой, оценивать влияние гигиенических процедур на укрепление здоровья;

- управлять эмоциями во время занятий физической культурой и проведения подвижных игр, соблюдать правила поведения и положительно относиться к замечаниям других учащихся и учителя;

- обсуждать правила проведения подвижных игр, обосновывать объективность определения победителей;

*регулятивные УУД:*

- выполнять комплексы физкультминуток, утренней зарядки, упражнений по профилактике нарушения и коррекции осанки;

- выполнять учебные задания по обучению новым физическим упражнениям и развитию физических качеств;

- организация самостоятельной деятельности с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий по футболу;

- проявлять уважительное отношение к участникам совместной игровой и соревновательной деятельности.

### **Предметные результаты**

К концу обучения в первом классе обучающийся научится:

- приводить примеры основных дневных дел и их распределение в индивидуальном режиме дня;

- соблюдать правила поведения на уроках физической культурой, приводить примеры подбора одежды для самостоятельных занятий; правила личной гигиены, требований к спортивной одежде и обуви, спортивному инвентарю для занятий футболом;

- выполнять упражнения утренней зарядки и физкультминуток;
- анализировать причины нарушения осанки и демонстрировать упражнения по профилактике её нарушения;
- демонстрировать построение и перестроение из одной шеренги в две и в колонну по одному;
- выполнять ходьбу и бег с равномерной и изменяющейся скоростью передвижения;
- демонстрировать передвижения стилизованным гимнастическим шагом и бегом, прыжки на месте с поворотами в разные стороны и в длину толчком двумя ногами;
- знать понятия техническая и тактическая подготовка футболиста;
- знать историю возникновения игры в футбол, достижения сборной СССР и Национальной сборной команды страны по футболу на Чемпионатах мира, Чемпионатах Европы, Олимпийских играх; основы организации самостоятельных занятий футболом со сверстниками; организация и проведение со сверстниками подвижных игр специальной направленности с элементами футбола;
- владеть информацией о легендарных отечественных и зарубежных футболистах, тренерах; о спортивных дисциплинах футбола и основных правилах игры в футбол; составе футбольной команды, роли капитана и функциях игроков в команде;
- владеть навыками безопасного поведения во время занятий футболом, систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, показателями физического развития и основных физических качеств.
- выполнять комплексы утренней гигиенической гимнастики, дыхательной гимнастики, упражнений для глаз, для формирования осанки, профилактики плоскостопия; комплексы общеразвивающих и корригирующих упражнений; упражнений на развитие быстроты, ловкости, гибкости.
- выполнять упражнений для укрепления голеностопных суставов; специальных упражнений для формирования технических действий футболиста, методики их выполнения.

**ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ**

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов	Электронные (цифровые)
<b>Раздел 1. Знания о физической культуре</b>			
1.1.	<b>Что понимается под физической культурой</b>	2	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1/">https://resh.edu.ru/subject/9/1/</a> <a href="https://fgosreestr.ru/">https://fgosreestr.ru/</a> <a href="https://edsoo.ru/">https://edsoo.ru/</a>
<b>Итого по разделу</b>		<b>2</b>	
<b>Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности</b>			
2.1.	<b>Режим дня школьника</b>	2	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1/">https://resh.edu.ru/subject/9/1/</a> <a href="https://fgosreestr.ru/">https://fgosreestr.ru/</a> <a href="https://edsoo.ru/">https://edsoo.ru/</a>
<b>Итого по разделу</b>		<b>2</b>	
<b>ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ</b>			
<b>Раздел 3. Оздоровительная физическая культура</b>			
3.1.	<b>Личная гигиена и гигиенические процедуры</b>	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1/">https://resh.edu.ru/subject/9/1/</a> <a href="https://fgosreestr.ru/">https://fgosreestr.ru/</a> <a href="https://edsoo.ru/">https://edsoo.ru/</a>
3.2.	<b>Осанка человека</b>	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1/">https://resh.edu.ru/subject/9/1/</a> <a href="https://fgosreestr.ru/">https://fgosreestr.ru/</a> <a href="https://edsoo.ru/">https://edsoo.ru/</a>
3.3.	<b>Утренняя зарядка и физкультминутки в режиме дня школьника</b>	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1/">https://resh.edu.ru/subject/9/1/</a> <a href="https://fgosreestr.ru/">https://fgosreestr.ru/</a> <a href="https://edsoo.ru/">https://edsoo.ru/</a>
<b>Итого по разделу</b>		<b>3</b>	
<b>Раздел 4. Спортивно-оздоровительная физическая культура</b>			
4.1.	<b>Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Правила поведения на уроках физической культуры</b>	3	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1/">https://resh.edu.ru/subject/9/1/</a> <a href="https://fgosreestr.ru/">https://fgosreestr.ru/</a> <a href="https://edsoo.ru/">https://edsoo.ru/</a>
4.2.	<b>Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Исходные положения в физических упражнениях</b>	6	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1/">https://resh.edu.ru/subject/9/1/</a> <a href="https://fgosreestr.ru/">https://fgosreestr.ru/</a> <a href="https://edsoo.ru/">https://edsoo.ru/</a>

4.3.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". <b>Строевые упражнения и организующие команды на уроках физической культуры</b>	6	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1/">https://resh.edu.ru/subject/9/1/</a> <a href="https://fgosreestr.ru/">https://fgosreestr.ru/</a> <a href="https://edsoo.ru/">https://edsoo.ru/</a>
4.4.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". <b>Гимнастические упражнения</b>	6	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1/">https://resh.edu.ru/subject/9/1/</a> <a href="https://fgosreestr.ru/">https://fgosreestr.ru/</a> <a href="https://edsoo.ru/">https://edsoo.ru/</a>
4.5.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". <b>Акробатические упражнения</b>	6	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1/">https://resh.edu.ru/subject/9/1/</a> <a href="https://fgosreestr.ru/">https://fgosreestr.ru/</a> <a href="https://edsoo.ru/">https://edsoo.ru/</a>
4.6.	Модуль "Лёгкая атлетика". <b>Равномерное передвижение в ходьбе и беге</b>	6	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1/">https://resh.edu.ru/subject/9/1/</a> <a href="https://fgosreestr.ru/">https://fgosreestr.ru/</a> <a href="https://edsoo.ru/">https://edsoo.ru/</a>
4.7.	Модуль "Лёгкая атлетика". <b>Прыжок в длину с места</b>	6	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1/">https://resh.edu.ru/subject/9/1/</a> <a href="https://fgosreestr.ru/">https://fgosreestr.ru/</a> <a href="https://edsoo.ru/">https://edsoo.ru/</a>
4.8.	Модуль "Лёгкая атлетика". <b>Прыжок в длину и в высоту с прямого разбега</b>	7	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1/">https://resh.edu.ru/subject/9/1/</a> <a href="https://fgosreestr.ru/">https://fgosreestr.ru/</a> <a href="https://edsoo.ru/">https://edsoo.ru/</a>
4.9.	Модуль "Подвижные и спортивные игры". <b>Подвижные игры</b>	12	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1/">https://resh.edu.ru/subject/9/1/</a>
4.10.	Модуль "Футбол". Правила поведения на уроках по футболу. Знания о футболе	8	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1/">https://resh.edu.ru/subject/9/1/</a> <a href="https://fgosreestr.ru/">https://fgosreestr.ru/</a> <a href="https://rfs.ru/projects/russian-">https://rfs.ru/projects/russian-</a>
4.11.	Модуль "Подвижные игры". Индивидуальные технические приемы в футболе	8	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1/">https://resh.edu.ru/subject/9/1/</a> <a href="https://fgosreestr.ru/">https://fgosreestr.ru/</a>
<b>Итого по разделу</b>		<b>74</b>	
<b>Раздел 5. Прикладно-ориентированная физическая культура</b>			
5.1.	<b>Рефлексия: демонстрация прироста показателей физических качеств к нормативным требованиям комплекса ГТО модуль «Футбол»</b>	18	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1/">https://resh.edu.ru/subject/9/1/</a> <a href="https://fgosreestr.ru/">https://fgosreestr.ru/</a> <a href="https://edsoo.ru/">https://edsoo.ru/</a>
<b>Итого по разделу</b>		<b>18</b>	
<b>ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ</b>		<b>68</b>	
Модуль «футбол»		34	

## ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Виды, формы контроля
		всего	контрольные работы	практические работы		
1.	Понятие «физическая культура»	1				Обучающий
2.	Связь физических упражнений с движениями животных и трудовыми действиями древних людей	1				Обучающий
3.	Обсуждение предназначения режима дня, определяют основные дневные мероприятия	1				Обучающий
4.	Знакомятся с таблицей режима дня и правилами её оформления	1				Обучающий;
5.	Гигиена человека и требования к проведению гигиенических процедур	1				Обучающий;
6.	Осанка и комплексы упражнений для правильного её развития	1				Обучающий;
7.	Физические упражнения для физкультурминуток и утренней зарядки	1				Обучающий;
8.	Правила поведения на уроках физической культуры	1				Обучающий;
9.	Подбора одежды для занятий в спортивном зале и на открытом воздухе	1				Обучающий;
10.	Требования к обязательному соблюдению техники безопасности во время урока	1				Обучающий;
11.	Знакомство с понятием «исходное положение»	1				Обучающий;
12.	Разучивают основные исходные положения	1				Обучающий;

13.	Исходные положения: стойки, седы, упоры	1				Обучающий;
14.	Разучивают: основная стойка, узкая стойка ноги врозь, стойка ноги врозь руки на поясе	1				Обучающий;
15.	Разучивают: полуприсед, присед на одной ноге, сед на полу, сед углом	1				Обучающий;
16.	Разучивают: упор присев, упор согнувшись, упор на коленях, упор лёжа	1				Обучающий;
17.	Разучивают способы построения стоя на месте (шеренга, колонна по одному, две шеренги, колонна по одному и по два)	1				Обучающий;
18.	Передвижение в колонне по одному с равномерной скоростью	1				Обучающий;
19.	Разучивают повороты, стоя на месте (вправо, влево)	1				Обучающий;
20.	Разучивают наклоны (вправо, влево) Игра на внимание	1				Обучающий;
21.	Разучивают передвижение ходьбой в колонне по одному с равномерной скоростью	1				Обучающий;
22.	Строевые упражнения в движении в колонну по два	1				Обучающий; ;
23.	Гимнастические упражнения: стилизованные способы передвижения ходьбой и бегом	1				Обучающий;
24.	Разучивают упражнения с гимнастическим мячом	1				Обучающий;

25.	Подбрасывание мяча одной рукой и двумя руками; переключивание с одной руки на другую; прокатывание под ногами; поднятие ногами из положения лёжа на полу	1				Обучающий;
26.	Разучивают упражнения со скакалкой; перешагивание и перепрыгивание через скакалку, лежащую на полу	1				Обучающий;
27.	Поочерёдное и последовательное вращение сложенной вдвое скакалкой одной рукой с правого и левого бока, двумя руками с правого и левого бока, перед собой	1				Обучающий;
28.	Разучивают упражнения в гимнастических прыжках; прыжки в высоту с разведением рук и ног в сторону	1				Обучающий;
29.	Акробатические упражнения; обучаются подъёму туловища из положения лёжа на спине и животе	1				Обучающий;
30.	Обучаются подъёму ног из положения лёжа на животе	1				Обучающий;
31.	Обучаются сгибанию рук в положении упор лёжа	1				Обучающий;
32.	Разучивают прыжки в группировке, толчком двумя ногами	1				Обучающий;
33.	Разучивают прыжки в упоре на руках, толчком двумя ногами	1				Обучающий;
34.	Разучивают кувырки вперед, назад, стойка на лопатках	1				Обучающий;

35.	Равномерное передвижение в ходьбе и беге в колонне по одному с использованием лидера	1				Обучающий;
36.	Обучаются равномерной ходьбе в колонне по одному с изменением скорости передвижения с использованием метронома	1				Обучающий; ;
37.	Обучаются равномерной ходьбе в колонне по одному с изменением скорости передвижения	1				Обучающий;
38.	Обучаются равномерному бегу в колонне по одному с разной скоростью передвижения с использованием лидера	1				Обучающий;
39.	Обучаются равномерному бегу в колонне по одному в чередовании с равномерной ходьбой	1				Обучающий;
40.	Обучаются ходьбе в полуприседе, приседе, высокое поднятие бедра	1				Обучающий;
41.	Прыжок в длину с места; принятие исходного положения перед прыжком; выполнение приземления после фазы полёта; измерение результата после приземления	1				Обучающий;
42.	Разучивают одновременное отталкивание двумя ногами (прыжки вверх из полуприседа на месте; с поворотом в правую и левую сторону)	1				Обучающий;
43.	Обучаются приземлению после спрыгивания с горки матов	1				Обучающий;
44.	Обучаются прыжку в длину с места в полной координации	1				Обучающий;

45.	Прыжок в длину с места; игра "Перепрыгни ручеёк"	1				Обучающий;
46.	Комплекс ОРУ; прыжок в длину с места на результат	1				Прием контрольного норматива; ;
47.	Прыжок в длину и в высоту с прямого разбега; разбег, отталкивание, полёт, приземление	1				Обучающий;
48.	Разучивают фазу приземления (после прыжка вверх толчком двумя ногами; после прыжка вверх-вперёд толчком двумя ногами с невысокой площадки)	1				Обучающий;
49.	Разучивают фазу отталкивания (прыжки на одной ноге по разметкам, многоскоки, прыжки толчком одной ногой вперёд-вверх с места и с разбега с приземлением)	1				Обучающий;
50.	Разучивают фазы разбега (бег по разметкам с ускорением; бег с ускорением и последующим отталкиванием)	1				Обучающий;
51.	Разучивают выполнение прыжка в длину с места, толчком двумя в полной координации	1				Обучающий;
52.	Прыжок в длину с разбега способом "согнув ноги"	1				Обучающий;
53.	Прыжок в высоту способом перешагивание	1				Обучающий;
54.	Подвижные игры. Считалки для самостоятельной организации и проведения	1				Обучающий;

55.	Разучивают игровые действия и правила подвижных игр, обучаются способам организации и подготовки игровых площадок	1				Обучающий;
56.	Играют в разученные подвижные игры. "Вороны и воробьи"	1				Обучающий;
57.	Играют в разученные подвижные игры. "Падающая палка"	1				Обучающий;
58.	Играют в разученные подвижные игры. "Третий лишний"	1				Обучающий;
59.	Играют в разученные подвижные игры. "Салки ноги на весу"	1				Обучающий;
60.	Играют в разученные подвижные игры. "Мышеловка"	1				Обучающий;
61.	Играют в разученные подвижные игры. "Салки-догонялки"	1				Обучающий;
62.	Играют в разученные подвижные игры. "Кто быстрее?"	1				Обучающий;
63.	Играют в разученные подвижные игры. "Метко в цель"	1				Обучающий;
64.	Играют в разученные подвижные игры. "Охотники и утки"	1				Обучающий;
65.	Играют в разученные подвижные игры. "Волк во рву"	1				Обучающий;
66.	Правила поведения на уроках по футболу. История зарождения футбола	1				Обучающий;

67.	Легендарные отечественные и зарубежные футболисты, тренеры	1				Обучающий;
68.	Достижения Национальной сборной команды страны по футболу на Чемпионатах Европы, Чемпионатах мира, Олимпийских играх	1				Обучающий;
69.	Футбольный словарь терминов и определений; спортивные дисциплины (разновидности) футбола	1				Обучающий;
70.	Первые правила соревнований игры в футбол; современные правила игры в футбол	1				Обучающий;
71.	Состав команды по футболу; функции игроков в команде; роль капитана команды	1				Обучающий;
72.	Состав судейской коллегии, обслуживающей соревнования по футболу. Жесты судьи	1				Обучающий;
73.	Размеры футбольного поля, допустимые размеры футбольного поля; инвентарь и оборудование для занятий футболом	1				Обучающий;
74.	Составление комплексов различной направленности: утренней гигиенической гимнастики, корригирующей гимнастики с элементами футбола; дыхательной гимнастики	1				Обучающий;
75.	Подбор общеразвивающих упражнений, составление комплексов и включение их в подготовительную часть урока, занятия	1				Обучающий;

76.	Подбор и составление комплексов упражнений, направленные на развитие специальных физических качеств футболиста	1				Обучающий;
77.	Контрольно-тестовые упражнения по общей физической, специальной и технической подготовке	1				Обучающий;
78.	Причины возникновения ошибок при выполнении технических приёмов и способы их устранения	1				Обучающий;
79.	Комплексы общеразвивающих упражнений с мячом и без мяча. Комплексы корригирующей гимнастики с использованием специальных футбольных упражнений	1				Обучающий;
80.	Комплексы корригирующей гимнастики с использованием специальных футбольных упражнений	1				Обучающий;
81.	Комплексы специальных упражнений для формирования технических приемов игрока	1				Обучающий;
82.	Способы индивидуального регулирования физической нагрузки с учетом уровня физического развития и функционального состояния	1				Обучающий;
83.	Подвижные игры без мяча и с мячом, эстафеты с элементами футбола	1				Обучающий;
84.	Подвижные игры: «Кто дальше бросит?», «Попади в цель», «Пятнашки», «Лиса и куры»	1				Обучающий;

85.	Подвижные игры специальной направленности: «Реакция и быстрота движений», «Техника старта, остановки, преследования, остановки и старта поворота»	1				Обучающий;
86.	Эстафеты на развитие физических и специальных качеств. Техника передвижения: бег, прыжки, остановки, повороты	1				Обучающий;
87.	Техника передвижения: бег, прыжки, остановки, повороты. Бег - приставными шагами, скрестными, спиной вперед, обычный, семенящий, с ускорением, челночный, на различные дистанции, и различной скоростью	1				Обучающий;
88.	Прыжки- толчком двумя ногами, толчком одной ногой, многоскоки	1				Обучающий;
89.	Остановки-прыжком, выпадом, стопорящим движением двух ног. Повороты – на одной ноге, прыжком, выпадом, на 90 , 180	1				Обучающий;
90.	Индивидуальные технические приемы владения мячом: ведение, удары, остановки, финты, отбор мяча	1				Обучающий;
91.	Ведение – внутренней частью подъема, средней частью подъема, внутренней стороной стопы, в ходьбе, в беге по прямой, по кругу, восьмеркой, между стоек	1				Обучающий;

92.	Удары – ведущей ногой(внутренней стороной стопы, внутренней частью подъема, средней частью подъема) по прямой, на короткие и средние расстояния; по лежащему, катящемуся, прыгающему, летящему навстречу мячу; по различным траекториям – низом, верхом	1				Обучающий;
93.	Остановки – ногой, туловищем. Остановки мяча ногой - подошвой, внутренней стороной стопы, средней частью подъема, бедром, внутренней частью подъема. Остановки туловищем – грудью, животом	1				Обучающий;
94.	Обманные движения (финты):«уходом» - выпадом, переносом ноги через мяч; «ударом ногой» - с уходом или «убиранием мяча»	1				Обучающий;
95.	Отбор мяча: во время приема мяча соперником, во время ведения мяча; ударом ногой, остановкой ногой; в выпаде	1				Обучающий;
96.	Выполнение ударов: начального, углового, штрафного, свободного. Вбрасывание мяча из-за боковой линии	1				Обучающий;
97.	Техника владения мячом игры вратаря: стойка вратаря; ловля мяча, отбивание мяча, переводы мяча, броски мяча	1				Обучающий;

98.	Элементарные тактические комбинации: в парах, в тройках; Коллективное ведение игры в футбол по упрощенным правилам; Учебные игры в футбол	1				Обучающий;
99.	Рефлексия: демонстрация прироста показателей физических качеств к нормативным требованиям комплекса ГТО	1				Прием контрольного норматива;
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		99	10			

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

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

Физическая культура. Футбол для всех, 1-4 класс/Погадаев Г.И.; под редакцией Акинфеева И., Акционерное общество «Издательство «Просвещение»;  
Физическая культура, 1-4 класс/Лях В.И., Акционерное общество «Издательство «Просвещение»; Введите свой вариант:

### **МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ**

Физическая культура 1-4 классы В.И.Лях Школа России Москва "Просвещение" 2021

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

<https://resh.edu.ru/subject/9/1/>

<https://fgosreestr.ru/>

[https://rfs.ru/projects/russian-](https://rfs.ru/projects/russian-football/futbolvshkole/dokumenti-3)

[football/futbolvshkole/dokumenti-3 https://edsoo.ru/](https://edsoo.ru/)

**МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ  
ПРОЦЕССА**

**ОБЕСПЕЧЕНИЕ**

**ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО**

**УЧЕБНОЕ ОБОРУДОВАНИЕ**

Секундомер, свисток, фишки, конусы, манишки, скакалки, мячи гимнастические, мячи футбольные, теннисные мячи, маты гимнастические, обручи, рулетка, гимнастические скамейки.

**ОБОРУДОВАНИЕ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ЛАБОРАТОРНЫХ, ПРАКТИЧЕСКИХ  
РАБОТ, ДЕМОНСТРАЦИЙ**

