

Муниципальное казённое общеобразовательное учреждение
Больше-Черновская основная общеобразовательная школа
Болотнинского района Новосибирской области

ПРИНЯТО

решением методического объединения

учителей МКОУ Больше-Черновской ООШ

протокол от 17.08.2026 г. №1

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

модуля по видам спорта «Футбол для всех»

для обучающихся 5-9 классов

Составитель:
Домаренко Константин Олегович,
учитель физической культуры

2026 г.

Пояснительная записка

Рабочая программа модуля «Футбол для всех» создает максимально благоприятные условия для раскрытия и развития физических, духовных способностей ребенка, его самоопределения. Командный характер игры в футбол воспитывает чувство дружбы, товарищества, взаимопомощи, развивает такие ценные моральные качества, как чувство ответственности, уважение к партнерам и соперникам, дисциплинированность, активность, личные качества – самостоятельность, инициативу, творчество. В процессе игровой деятельности необходимо овладевать сложной техникой и тактикой, развивать физические качества, преодолевать усталость, боль, вырабатывать устойчивость к неблагоприятным условиям внешней среды, строго соблюдать бытовой и спортивный режим. Все это способствует воспитанию волевых черт характера: смелости, стойкости, решительности, выдержки, мужества.

Систематические занятия футболом содействуют развитию личностных качеств обучающихся, обеспечивают каждому обучающемуся всестороннее физическое развитие, возможность сохранения здоровья, увеличение продолжительности жизни и работоспособности, приобретение эмоционального, психологического комфорта и залога безопасности жизни.

Целью изучения модуля является содействие всестороннему развитию личности посредством формирования физической культуры обучающихся с использованием средств футбола, формирования у подрастающего поколения потребности в ведении здорового образа жизни.

Задачами изучения являются:

- формирование культуры движений, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей и корригирующей направленностью, техническими действиями и приемами в футболе;
- приобщение обучающихся к здоровому образу жизни и гармонии тела средствами футбола;

- укрепление и сохранения здоровья, развитие основных физических качеств и повышение функциональных способностей организма;
- воспитание нравственных качеств, чувства товарищества и личной ответственности, сотрудничества в игровой и соревновательной деятельности в футболе.

Место и роль модуля по видам спорта «Футбол для всех».

Модуль по футболу расширяет и дополняет знания, полученные в результате освоения программы по физической культуре на уровне основного общего образования.

Программа модуля «Футбол для всех» реализуется в виде дополнительных часов, выделяемых на спортивно-оздоровительную работу с обучающимися, в объеме: в 5 классе – 34 часа (1 час в неделю), в 6 классе – 34 часа (1 час в неделю), в 7 классе – 34 часа (1 час в неделю), в 8 классе – 34 часа (1 час в неделю), в 9 классе – 34 часа (1 час в неделю).

Содержание модуля «Футбол для всех»

1) Знания о футболе.

Техника безопасности во время занятий футболом. Правила игры в футбол. Физическая культура и спорт в России. Развитие футбола в России и за рубежом.

Строение и функции организма человека. Влияние физических упражнений на организм занимающихся. Гигиенические знания и навыки. Закаливание. Режим и питание спортсмена.

Врачебный контроль и самоконтроль. Оказание первой медицинской помощи. Комплексы упражнений для развития основных физических качеств футболиста.

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

2) Способы самостоятельной деятельности.

Подготовка места занятий, выбор одежды и обуви для занятий футболом в зависимости от места проведения занятий. Организация и проведение соревнований по футболу для обучающихся младшего возраста во время активного отдыха и каникул.

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

3) Физическое совершенствование.

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

Технические действия в игре.

Техника передвижения: бег обычный, спиной вперед, скрестным и

приставным шагом, по прямой, дугами, с изменением направления и скорости.

Прыжки: вверх, вверх – вперед, вверх – назад, вверх – вправо, вверх – влево, толчком двумя ногами с места и толчком одной и двумя ногами с разбега. Для вратарей – прыжки в сторону с падением «перекатом». Повороты переступанием, прыжком, на одной ноге, в стороны и назад, на месте и в движении. Остановка во время бега выпадом и прыжком.

Удары по мячу ногой: внутренней стороной стопы, внутренней и средней частью подъема, по неподвижному и катящемуся (навстречу, от игрока, справа и слева) мячу, по прыгающему и летящему мячу внутренней стороной стопы и средней частью подъема, внешней частью подъема, после остановки, рывков, ведения, обманных движений, посылая мяч низом и верхом на короткое среднее расстояние.

Удары на точность: в определенную цель на поле, в ворота, в ноги партнеру, на ход двигающемуся партнеру. Остановка мяча: подошвой и внутренней стороной стопы катящегося и опускающегося мяча – на месте, в движении вперед и назад, внутренней стороной стопы, бедром и грудью летящего навстречу мяча, с переводом в стороны, подготавливая мяч для последующих действий и закрывая его туловищем от соперника.

Ведение мяча: внутренней частью подъема, внешней частью подъема, правой, левой ногой и поочередно по прямой и кругу, а также меняя направление движения, между стоек и движущимися партнерами, изменяя скорость, выполняя ускорения и рывки, не теряя контроль над мячом.

Обманные движения (финты): «уход» выпадом (при атаке противника спереди умение показать туловищем движение в сторону и уйти с мячом в другую), «остановкой» мяча ногой (после замедления бега и ложной попытки остановки мяча выполняется рывок с мячом), «ударом» по мячу ногой (имитируя удар, уход от соперника вправо или влево).

Отбор мяча: при единоборстве с соперником, находящимся на месте, движущимся навстречу или сбоку, применяя выбивание мяча ногой в выпаде.

Вбрасывание мяча: из-за боковой линии, с места из положения ноги вместе и шага, на точность: в ноги или на ход партнеру.

Техника игры вратаря: основная стойка вратаря. Передвижение в воротах без мяча в сторону скрестным, приставным шагом и скачками.

Ловля: летящего навстречу и несколько в сторону от вратаря мяча на высоте груди и живота без прыжка и в прыжке, катящего и низко летящего навстречу и несколько в сторону мяча без падения и с падением, высоко летящего навстречу и в сторону мяча без прыжка и в прыжке с места и с разбега, летящего в сторону на уровне живота, груди мяча с падением перекатом.

Быстрый подъем с мячом на ноги после падения. Отбивание мяча одной или двумя руками без прыжка и в прыжке, с места и разбега. Выбивание мяча ногой: с земли (по неподвижному мячу) и с рук (с воздуха по выпущенному из рук и подброшенному перед собой мячу) на точность.

Тактические действия в нападении.

Индивидуальные действия без мяча. Выбор месторасположения на футбольном поле.

Индивидуальные действия с мячом. Способы остановки в зависимости от направления, траектории и скорости мяча. Определение игровой ситуации, целесообразной для использования ведения мяча, выбор способа и направления ведения. Применение различных видов обводки (с изменением скорости направления движения с мячом, изученные финты) в зависимости от игровой ситуации.

Групповые действия. Взаимодействие двух и более игроков. Передача в ноги партнеру, на свободное место, на удар, короткую или среднюю передачи, низом или верхом. Комбинация «игра в стенку». Игровые комбинации при стандартных положениях: начале игры, угловом, штрафном и свободных ударах, вбрасывание мяча (не менее одной по каждой группе).

Тактика защиты.

Индивидуальные действия. Выбор позиции по отношению «опекаемого» игрока и противодействие получению им мяча. Выбор момента и способа действия (удар или остановка) для перехвата мяча.

Групповые действия. Противодействие комбинации «стенка». Взаимодействие игроков при розыгрыше противником «стандартных» комбинаций.

Тактика вратаря. Выбор правильной позиции в воротах при различных ударах в зависимости от «угла удара». Розыгрыш мяча от своих ворот, вести мяч в игру (после ловли) открывшемуся партнеру, занимать правильную позицию при угловом, штрафном и свободном ударах вблизи своих ворот.

Планируемые результаты

Содержание модуля направлено на достижение обучающимися *личностных, метапредметных и предметных* результатов обучения.

При изучении модуля на уровне основного общего образования у обучающихся будут сформированы следующие **личностные результаты**:

- ✓ готовность и способность обучающихся к саморазвитию и самообразованию;
- ✓ развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания во время игры в футбол;
- ✓ развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных игровых ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций во время игры в футбол;
- ✓ развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;
- ✓ формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- ✓ формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.

Метапредметные результаты:

- ✓ овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления с использованием игры в футбол;
- ✓ формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с правилами и условиями игры в футбол, определять наиболее эффективные способы достижения игрового результата;
- ✓ владение двигательными действиями и физическими упражнениями футбола и активное их использование в самостоятельно организованной физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельности;
- ✓ овладение способностью использовать знаки, символы, схемы в игровой и соревновательной деятельности по футболу;

- ✓ аргументирование своей позиции и координирование ее с позициями партнеров в сотрудничестве при выработке общего решения в совместной деятельности.

Предметные результаты:

- ✓ формирование первоначальных представлений о развитии футбола, олимпийского движения, истории возникновения и развития игры в России и мире;
- ✓ владение различными приемами владения мячом;
- ✓ применение тактических и стратегических приемов организации игры в футбол в быстро меняющейся игровой обстановке;
- ✓ применение различных приемов владения мячом и специальными упражнениями футбола, активное их использование в самостоятельно организованной физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельности;
- ✓ овладение основными техническими и тактическими элементами футбола и применение их в игре в групповых и командных действиях в нападении и защите;
- ✓ организация соревнований по футболу для обучающихся младшего школьного возраста;
- ✓ овладение умениями самостоятельно организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры на основе игры в футбол);
- ✓ формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья (рост, масса тела), показателями развития основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости).

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

5 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
Раздел 1. Знания о футболе					
1.1	Знания о футболе	2	0	2	Библиотека ЦОК https://моиуроки.рф/
Итого		2			
Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности					
2.1	Гигиена одежды и обуви для занятий.	1	0	1	Библиотека ЦОК https://моиуроки.рф/
2.2	Тестирование уровня физической подготовленности в футболе.	2	0	2	Библиотека ЦОК https://моиуроки.рф/
Итого		3			
ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ					
Раздел 1. Физическая подготовка					
1.1	Развитие силы	1	0	1	Библиотека ЦОК https://моиуроки.рф/
1.2	Развитие выносливости	1	0	1	Библиотека ЦОК https://моиуроки.рф/
1.3	Развитие быстроты	1	0	1	Библиотека ЦОК https://моиуроки.рф/
1.4	Развитие ловкости	1	0	1	Библиотека ЦОК https://моиуроки.рф/
Итого		4			
Раздел 2. Спортивно-оздоровительная деятельность.					

2.1	Технические действия в игре	12	0	12	Библиотека ЦОК https://моиуроки.рф//
2.2	Тактические действия в игре	5	0	5	Библиотека ЦОК https://моиуроки.рф//
2.3	Игра вратаря	2	0	2	Библиотека ЦОК https://моиуроки.рф//
2.4	Игра в футбол	6	0	6	Библиотека ЦОК https://моиуроки.рф//
	Итого	25			
	ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ	34	0	34	

6 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
Раздел 1. Знания о футболе					
1.1	Знания о футболе	2	0	2	Библиотека ЦОК https://моиуроки.рф/
Итого		2			
Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности					
2.1	Подготовка мест для занятий футболом.	1	0	1	Библиотека ЦОК https://моиуроки.рф/
2.2	Тестирование уровня физической подготовленности в футболе.	2	0	2	Библиотека ЦОК https://моиуроки.рф/
Итого		3			
ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ					
Раздел 1. Физическая подготовка					
1.1	Развитие силы	1	0	1	Библиотека ЦОК https://моиуроки.рф//
1.2	Развитие выносливости	1	0	1	Библиотека ЦОК https://моиуроки.рф//
1.3	Развитие быстроты	1	0	1	Библиотека ЦОК https://моиуроки.рф//
1.4	Развитие ловкости	1	0	1	Библиотека ЦОК https://моиуроки.рф//
Итого		4			
Раздел 2. Спортивно-оздоровительная деятельность.					
2.1	Технические действия в игре	12	0	12	Библиотека ЦОК

					https://моиуроки.рф/
2.2	Тактические действия в игре	5	0	5	Библиотека ЦОК https://моиуроки.рф/
2.3	Игра вратаря	2	0	2	Библиотека ЦОК https://моиуроки.рф/
2.4	Игра в футбол	6	0	6	Библиотека ЦОК https://моиуроки.рф/
	Итого	25			
	ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ	34	0	34	

7 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
Раздел 1. Знания о футболе					
1.1	Знания о футболе	2	0	2	Библиотека ЦОК https://моиуроки.рф/
Итого		2			
Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности					
2.1	Подготовка мест для занятий футболом.	1	0	1	Библиотека ЦОК https://моиуроки.рф/
2.2	Тестирование уровня физической подготовленности в футболе.	2	0	2	Библиотека ЦОК https://моиуроки.рф/
Итого		3			
ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ					
Раздел 1. Физическая подготовка					
1.1	Развитие силы	1	0	1	Библиотека ЦОК https://моиуроки.рф/
1.2	Развитие выносливости	1	0	1	Библиотека ЦОК https://моиуроки.рф/
1.3	Развитие быстроты	1	0	1	Библиотека ЦОК https://моиуроки.рф/
1.4	Развитие ловкости	1	0	1	Библиотека ЦОК https://моиуроки.рф/
Итого		4			
Раздел 2. Спортивно-оздоровительная деятельность.					

2.1	Технические действия в игре	12	0	12	Библиотека ЦОК https://моиуроки.рф//
2.2	Тактические действия в игре	5	0	5	Библиотека ЦОК https://моиуроки.рф//
2.3	Игра вратаря	2	0	2	Библиотека ЦОК https://моиуроки.рф//
2.4	Игра в футбол	6	0	6	Библиотека ЦОК https://моиуроки.рф//
	Итого	25			
	ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ	34	0	34	

8 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
Раздел 1. Знания о футболе					
1.1	Знания о футболе	2	0	2	Библиотека ЦОК https://моиуроки.рф/
Итого		2			
Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности					
2.1	Организация и проведение соревнований по футболу.	1	0	1	Библиотека ЦОК https://моиуроки.рф/
2.2	Тестирование уровня физической подготовленности в футболе.	2	0	2	Библиотека ЦОК https://моиуроки.рф/
Итого		3			
ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ					
Раздел 1. Физическая подготовка					
1.1	Развитие силы	1	0	1	Библиотека ЦОК https://моиуроки.рф//
1.2	Развитие выносливости	1	0	1	Библиотека ЦОК https://моиуроки.рф//
1.3	Развитие быстроты	1	0	1	Библиотека ЦОК https://моиуроки.рф//
1.4	Развитие ловкости	1	0	1	Библиотека ЦОК https://моиуроки.рф//
Итого		4			
Раздел 2. Спортивно-оздоровительная деятельность.					
2.1	Технические действия в игре	12	0	12	Библиотека ЦОК

					https://моиуроки.рф/
2.2	Тактические действия в игре	5	0	5	Библиотека ЦОК https://моиуроки.рф/
2.3	Игра вратаря	2	0	2	Библиотека ЦОК https://моиуроки.рф/
2.4	Игра в футбол	6	0	6	Библиотека ЦОК https://моиуроки.рф/
	Итого	25			
	ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ	34	0	34	

9 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
Раздел 1. Знания о футболе					
1.1	Знания о футболе	2	0	2	Библиотека ЦОК https://моиуроки.рф/
Итого		2			
Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности					
2.1	Организация и проведение соревнований по футболу.	1	0	1	Библиотека ЦОК https://моиуроки.рф/
2.2	Тестирование уровня физической подготовленности в футболе.	2	0	2	Библиотека ЦОК https://моиуроки.рф/
Итого		3			
ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ					
Раздел 1. Физическая подготовка					
1.1	Развитие силы	1	0	1	Библиотека ЦОК https://моиуроки.рф/
1.2	Развитие выносливости	1	0	1	Библиотека ЦОК https://моиуроки.рф/
1.3	Развитие быстроты	1	0	1	Библиотека ЦОК https://моиуроки.рф/
1.4	Развитие ловкости	1	0	1	Библиотека ЦОК https://моиуроки.рф/
Итого		4			
Раздел 2. Спортивно-оздоровительная деятельность.					
2.1	Технические действия в игре	12	0	12	Библиотека ЦОК https://моиуроки.рф/

2.2	Тактические действия в игре	5	0	5	Библиотека ЦОК https://моиуроки.рф//
2.3	Игра вратаря	2	0	2	Библиотека ЦОК https://моиуроки.рф//
2.4	Игра в футбол	6	0	6	Библиотека ЦОК https://моиуроки.рф//
	Итого	25			
	ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ	34	0	34	