**Распределение учебного материала в течение учебного года для 1 класса.**

|  |  |
| --- | --- |
| Разделы, темы и виды деятельности | Номера уроков с начала года |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 | 32 | 33 |
| **Раздел 1. Знания о футболе (приложение 1)** |
| История зарождения футбола (Модуль) |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Легендарные отечественные и зарубежные футболисты, тренеры (Модуль) |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |
| Футбольный словарь терминов и определений (Модуль) |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |
| Правила безопасного поведения во время занятий футболом(Модуль) | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Режим дня при занятиях футболом.Правила личной гигиены во время занятий футболом (Модуль) |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Раздел 2. Способы двигательной деятельности (приложение 2) (Модуль)** |
| Соблюдение личной гигиены, требований к спортивной одежде и обуви для занятий футболом (Модуль) |  | + |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |
| Контрольно-тестовые упражнения по общей физической, специальной и технической подготовке (Модуль) |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  | + |  |  |  | + |  |  |  |  | + |  |  |  |  | + |  |  |  | + |  |  | + |  |
|  | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 | 32 | 33 |
| **Раздел 3. Физическое совершенствование (Модуль)** |
| Подвижные игры без мяча и с мячом (Модуль) | + |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Подвижные игры специальной направленности с мячом (Модуль) |  | + |  |  | + |  |  | + |  | + |  |  | + |  | + |  | + |  |  |  | + |  |  |  | + |  | + |  | + |  | + |  |  |
| Комплексы общеразвивающих упражнений и корригирующей гимнастики с мячом и без мяча (Модуль) |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Тема 1 – Техника передвижений (Модуль): бег лицом вперед, бег спиной вперед, приставными шагами, скрестными шагами, прыжки, остановки, повороты |
| Эстафеты специальной направленности и с элементами футбола (Модуль) |  |  | + | + |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  | + |  |  | + |  |  | + |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |
| Подвижная игра «Зеркало» | + |  |  |  | + |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Подвижная игра «Минное поле» |  | + |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Тема 2 – Индивидуальные технические приемы владения мячом (Модуль): ведение мяча внешней, средней, внутренней частями подъема, внутренней стороной стопы |
| Комплексы специальных упражнений для формирования технических приемов (Модуль). Примерный комплекс (приложение № 3) | + | + | + |  |  | + | + | + |  | + | + | + |  | + | + | + |  | + | + | + |  |  | + |  |  | + |  | + |  | + |  | + |  |
| Подвижная игра «Догонялки» |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  | + |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Подвижная игра «Минное поле» с ведением мяча |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  | + |  |  |  |  |  | + |  | + |  |  | + |  |  | + |  |  |  |  |  |  |
| Подвижная игра «Замри-отомри» |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  | + |  |  | + |
|  | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 | 32 | 33 |
| Ведение мячапо прямой |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Движение с мячомв разных направлениях |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  | + |  |  | + |  |  |  |  | + |  |  |  | + |  | + |  |  | + |  |  |
| Ведение мяча и обводка стоек |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  | + | + |  |  | + |  |  |  |  | + |  |  |  |  |
| Игра 1х1 на площадке 6х6 м |  |  |  |  |  |  |  | + | + |  |  |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  | + |  | + |  |  | + |  |  |  |  |  |  |
| Игра 2х2; 3х3 без вратаря (в малые ворота).  |  |  | + | + | + | + | + |  |  |  |  |  |  | + |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | + | + | + | + | + | + |

**Раздел 3. В зависимости от имеющейся инфраструктуры школы, уровня физической (технической) подготовленности учащихся, количества учащихся в классе и климатических условий региона учитель может упрощать упражнения или использовать другие упражнения, соответствующие теме урока**

Приложение 1

**Раздел 1 «Знания о футболе» реализуется: в процессе урока, в виде классного часа, домашнего задания,**

**презентации, беседы, лекции, интегрированного урока**

**Тематика занятий и требования к формируемым знаниям для 1 класса**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | **Тема** | **Требования к знаниям школьника** |
| 1 | История зарождения футбола | Знать и пересказывать факты истории зарождения футбола |
| 2 | Легендарные отечественные и зарубежные футболисты, тренеры | Приводить примеры легендарных отечественных и зарубежных футболистов, тренеров. Характеризовать их вклад в развитие футбола |
| 3 | Футбольный словарь терминов и определений | Знать, понимать, применять в образовательной, тренировочной, игровой деятельности футбольные термины и определения |
| 4 | Правила безопасного поведения во время занятий футболом | Знать, рассказывать и соблюдать правила техники безопасности во время занятий футболом.Знать перечень спортивной одежды и обуви для занятий футболом |
| 5 | Режим дня при занятиях футболом.Правила личной гигиены во время занятий футболом | Знать и рассказывать режим дня, правила личной гигиены при занятиях футболом |

Приложение 2

**Раздел 2 «Способы двигательной активности» реализуется в виде выполнения самостоятельных практических занятий**

**и упражнений; индивидуальных теоретических занятий, а также наблюдения и тестирования в основной**

**и/или заключительной части урока (занятия) продолжительностью 7-10 минут**

**Тематика занятий и требования к формируемым умениям для 1 класса**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | **Тема** | **Требования к умениям школьника** |
| 1 | Соблюдение личной гигиены, требований к спортивной одежде и обуви для занятий футболом | Знать и соблюдать правила личной гигиены при занятиях футболом |
| 2 | Контрольно-тестовые упражнения по общей физической, специальной и технической подготовке | Характеризовать показатели физической подготовки (общей, специальной, технической). Знать и выполнять контрольно-тестовые упражнения по общей, специальной и технической подготовке.Проявлять физические качества.Оценивать показатели физической подготовленности |

Приложение 3

**Примерный комплекс специальных упражнений для формирования технических приемов игрока, которые применяются**

**преимущественно в подготовительной части урока (занятия). На начальном этапе подготовки рекомендуется использовать**

**в основной части урока (занятия). Общая продолжительность 6-8 минут**

1. Носок ноги на мяче, вес тела на опорной ноге; стоя на месте, перекатывать мяч вокруг себя носком ноги по часовой стрелке и против часовой стрелки; выполнять поочерёдно правой и левой ногой.

2. Носок ноги на мяче, вес тела на опорной ноге; стоя на месте, перекатывать мяч вокруг себя, чередуя различные части стопы: подошву, внутреннюю сторону, внешнюю сторону, носок.

3. Перемещения мяча касаниями внутренней стороной стопы: правой ногой – влево, левой ногой – вправо; 1 касание влево + 1 касание вправо; 2 касания влево + 2 касания вправо и т.д.

4. Повтор упражнения № 3, но перемещения мяча осуществляются подошвой.

5. Ведение мяча внутренней стороной стопы попеременно правой и левой ногой: по прямой, по дуге, по окружности, зигзагообразно, с обводкой фишек или конусов и т.п.

6. Ведение мяча (3-4 касания, различными способами в различных направлениях) – остановка подошвой. Правой и левой ногой.

7. Мяч перед игроком, покатить мяч подошвой правой ноги к себе, убрать влево внутренней стороной правой стопы; затем то же самое повторить левой ногой.

8. Мяч перед игроком, покатить мяч подошвой правой ноги к себе, убрать вправо внешней стороной правой стопы; затем то же самое повторить левой ногой.

9. Мяч перед игроком, покатить мяч подошвой правой ноги, быстро развернуться, остановить мяч подошвой; затем то же самое повторить левой ногой.

10. Мяч перед игроком, покатить мяч подошвой правой ноги по кругу, разворачиваясь на опорной ноге, сделать круг и вернуться в исходное положение; затем то же самое повторить левой ногой.

11. Жонглирование (подбивание мяча ногой через отскок об пол или подбивание мяча ногой и поймать мяч в руки)

**Учебно-тематическое планирование модуля «Футбол» 1 класс.**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Тема занятия** | **Элементы содержания** | **Требования к уровню подготовки обучающихся** |
| 1 | Техника передвижения (бег лицом вперед с изменением направления и скорости) | Правила безопасного поведения во время занятий футболом. Подвижная игра «Волк во рву». Комплексы специальных упражнений для формирования технических приемов. Игра «Зеркало».  | Знать, рассказывать и соблюдать правила техники безопасности во время занятий футболом. Знать перечень спортивной одежды и обуви для занятий футболом. Выполнять в упражнениях и подвижных играх бег лицом вперёд с изменением направления и скорости. |
| 2 | Техника передвижения (бег спиной вперед) | Соблюдение личной гигиены, требований к спортивной одежде и обуви для занятий футболом. Подвижная игра «Уход с финтом в сторону от соперника». Комплексы специальных упражнений для формирования технических приемов. Игра «Минное поле». | Знать и соблюдать правила личной гигиены при занятиях футболом. Выполнять в упражнениях и подвижных играх бег спиной вперёд.  |
| 3 | Техника передвижения (бег приставными шагами и скрестный шаг) | История зарождения футбола. Комплексы специальных упражнений для формирования технических приемов. Эстафета. Игра 3х3 без вратарей (в малые ворота). | Знать и пересказывать факты истории зарождения футбола. Выполнять в упражнениях и подвижных играх бег приставными шагами и скрестный шаг. |
| 4 | Техника передвижения (прыжки толчком двумя ногами и одной ногой)  | Легендарные отечественные и зарубежные футболисты, тренеры. Подвижная игра «Охота на зайцев». Эстафета. Игра 3х3 без вратарей (в малые ворота). | Приводить примеры легендарных отечественных и зарубежных футболистов, тренеров. Характеризовать их вклад в развитие футбола. Выполнять в упражнениях и подвижных играх прыжки толчком двумя ногами.  |
| 5 | Техника передвижения (прыжки толчком одной ногой) | Подвижная игра «Опека и преследование». Подвижная игра «Зеркало». Игра 3х3 без вратарей (в малые ворота).  | Выполнять в упражнениях и подвижных играх прыжки толчком одной ногой. |
| 6 | Техника передвижения (бег различными способами и прыжки)  | Комплексы специальных упражнений для формирования технических приемов. Подвижная игра «Минное поле». Контрольно-тестовые упражнения (техника передвижения). Игра 3х3 без вратарей (в малые ворота). | Выполнять в упражнениях и подвижных играх бег прыжки различными способами. Выполнять контрольно-тестовые упражнения. |
| 7 | Техника ведения мяча (внешней частью подъема) | Комплексы специальных упражнений для формирования технических приемов. «Ведение мяча по прямой». Игра 3х3 без вратарей (в малые ворота). | Выполнять ведение мяча внешней частью подъема.  |
| 8 | Техника передвижения (остановка выпадом)  | Подвижная игра «Развлечение, игровое состязание». Комплексы специальных упражнений для формирования технических приемов. Игра 1х1 на площадке 6х6.  | Выполнять в упражнениях и подвижных играх остановку выпадом.  |
| 9 | Техника ведения мяча (средней частью подъема) | Соблюдение личной гигиены, требований к спортивной одежде и обуви для занятий футболом. Комплексы общеразвивающих упражнений с мячом. Подвижная игра «Догонялки». Игра 1х1 на площадке 6х6.  | Знать и соблюдать правила личной гигиены при занятиях футболом. Выполнять ведение мяча средней частью подъема.  |
| 10 | Техника ведение мяча (внешней частью подъема)  | Подвижная игра «Легкий бег, игра, упражнения на гибкость и растягивание». Комплексы специальных упражнений для формирования технических приемов. Подвижная игра «Минное поле» с ведением мяча.  | Выполнять ведение мяча внешней частью подъема. |
| 11 | Техника ведения мяча (внешней частью и серединой подъема) | Комплексы специальных упражнений для формирования технических приемов. «Движение с мячом в разных направлениях». Подвижная игра «Зеркало». Контрольно-тестовые упражнения (техника ведения мяча). | Выполнять ведение мяча внешней частью и серединой подъема. Выполнять контрольно-тестовые упражнения.  |
| 12 | Техника ведение мяча (внутренней стороной стопы) | Подвижная игра «Охотники и волки». Комплексы специальных упражнений для формирования технических приемов. Подвижная игра «Догонялки». | Выполнять ведение мяча внутренней стороной стопы.  |
| 13 | Техника передвижения (повороты переступанием, прыжком, на опорной ноге) | История зарождения футбола. Подвижная игра «Финты корпусом». Эстафета. Подвижная игра «Минное поле» с ведением мяча. | Знать и пересказывать факты истории зарождения футбола. Выполнять в упражнениях и подвижных играх повороты переступанием, прыжком, на опорную ногу. |
| 14 | Техника ведения мяча (различными способами)  | Комплексы общеразвивающих упражнений с мячом. Комплексы специальных упражнений для формирования технических приемов. «Движение с мячом в разных направлениях». Игра 3х3 без вратаря (в малые ворота). | Выполнять ведение мяча различными способами.  |
| 15 | Техника ведения мяча (различными способами) | Комплексы специальных упражнений для формирования технических приемов. «Ведение мяча по прямой». Подвижная игра «Уход с финтом в сторону от соперника». Контрольно-тестовые упражнения (техника ведения мяча, прыжок в длину с места). | Правильной выполнять ведение мяча различными способами. Выполнять контрольно-тестовые упражнения.  |
| 16 | Техника передвижения. Техника ведения мяча (различными способами).  | Режим дня при занятиях футболом. Правила личной гигиены во время занятий футболом. Комплексы специальных упражнений для формирования технических приемов. «Ведение мяча и обвод стояк». Подвижная игра «Минное поле». | Знать и рассказывать режим дня, правила личной гигиены при занятиях футболом. Выполнять и использовать в упражнениях, подвижных играх различные способы передвижения и ведения мяча.  |
| 17 | Техника передвижения. Техника ведения мяча (различными способами). |  «Движение с мячом в разных направлениях». Эстафета. Подвижная игра «Опека и преследование».  | Выполнять и использовать в упражнениях, подвижных играх различные способы передвижения и ведения мяча.  |
| 18 | Техника ведения мяча (различными способами). | Легендарные отечественные и зарубежные футболисты, тренеры. Комплексы специальных упражнений для формирования технических приемов. Подвижная игра «Догонялки». Игра 1х1 на площадке 6х6. | Приводить примеры легендарных отечественных и зарубежных футболистов, тренеров. Характеризовать их вклад в развитие футбола. Выполнять ведения мяча различными способами. |
| 19 | Техника ведения мяча (различными способами). | Подвижная игра «Колдовское царство». Комплексы специальных упражнений для формирования технических приемов. Подвижная игра «Минное поле» с ведением мяча. | Выполнять ведение мяча различными способами.  |
| 20 | Техника передвижения. Техника ведения мяча (различными способами). | Комплексы специальных упражнений для формирования технических приемов. «Ведение мяча и обвод стояк». Эстафета. Контрольно-тестовые упражнения (челночный бег).  | Выполнять и использовать в упражнениях, подвижных играх различные способы передвижения и ведения мяча. Выполнять контрольно-тестовые упражнения.  |
| 21 | Техника ведения мяча (различными способами). | Подвижная игра «Развлечение, игровое состязание». «Ведение мяча и обвод стояк». Подвижная игра «Минное поле» с ведением мяча. | Выполнять ведение мяча различными способами. |
| 22 | Техника ведения мяча (различными способами). | Соблюдение личной гигиены, требований к спортивной одежде и обуви для занятий футболом. Комплексы общеразвивающих упражнений с мячом. «Движение с мячом в разных направлениях». Игра 1х1 на площадке 6х6. | Знать и соблюдать правила личной гигиены при занятиях футболом. Выполнять ведение мяча различными способами. |
| 23 | Техника передвижения. Техника ведения мяча (различными способами). | История зарождения футбола. Подвижная игра «Волки-зайцы». Комплексы специальных упражнений для формирования технических приемов. Эстафета.  | Знать и пересказывать факты истории зарождения футбола. Выполнять и использовать в упражнениях, подвижных играх различные способы передвижения и ведения мяча. |
| 24 | Техника ведения мяча (различными способами). | Подвижная игра «Минное поле» с ведением мяча. «Ведение мяча и обвод стояк». Игра 3х3 без вратарей на малые ворота. | Выполнять ведение мяча различными способами. |
| 25 | Техника ведения мяча (различными способами). | Подвижная игра «Легкий бег, игра, упражнения на гибкость и растягивание». «Бег с мячом по прямой». Подвижная игра «Замри-отомри». Контрольно-тестовые упражнения (ведение). | Выполнять ведение мяча различными способами. Выполнять контрольно-тестовые упражнения. |
| 26 | Техника передвижения. Техника ведения мяча (различными способами). | Футбольный словарь терминов и определений. «Движение с мячом в разных направлениях». Комплексы специальных упражнений для формирования технических приемов. Эстафета.  | Знать, понимать, применять в образовательной, тренировочной, игровой деятельности футбольные термины и определения. Выполнять и использовать в упражнениях, подвижных играх различные способы передвижения и ведения мяча. |
| 27 | Техника ведения мяча (различными способами). | Подвижная игра «Финты корпусом». Подвижная игра «Минное поле» с ведением мяча. Игра 1х1 на площадке 6х6. | Выполнять ведение мяча различными способами. |
| 28 | Техника ведения мяча (различными способами). | Соблюдение личной гигиены, требований к спортивной одежде и обуви для занятий футболом. «Движение с мячом в разных направлениях». Комплексы специальных упражнений для формирования технических приемов. Игра 2х2 без вратарей на малые ворота.  | Знать и соблюдать правила личной гигиены при занятиях футболом. Выполнять ведения мяча различными способами. |
| 29 | Техника ведения мяча (различными способами). | Подвижная игра «Уход с финтом в сторону от соперника». «Ведение мяча и обвод стояк». Игра 3х3 без вратарей на малые ворота. Контрольно-тестовые упражнения (жонглирование). | Выполнять ведения мяча различными способами. Выполнять контрольно-тестовые упражнения. |
| 30 | Техника ведения мяча (различными способами). | Легендарные отечественные и зарубежные футболисты, тренеры. Комплексы специальных упражнений для формирования технических приемов. Подвижная игра «Замри-отомри». Игра 2х2 без вратарей на малые ворота. | Приводить примеры легендарных отечественных и зарубежных футболистов, тренеров. Характеризовать их вклад в развитие футбола. Выполнять ведение мяча различными способами. |
| 31 | Техника ведения мяча (различными способами). | Подвижная игра «Опека и преследование». «Движение с мячом в разных направлениях». Игра 3х3 без вратарей на малые ворота. | Выполнять ведение мяча различными способами. |
| 32 | Техника ведения мяча (различными способами). | Комплексы специальных упражнений для формирования технических приемов. Контрольно-тестовые упражнения (ведение, обвод фишек и удар по малым воротам. Игра 3х3 без вратарей на малые ворота. | Выполнять ведение мяча различными способами. Выполнять контрольно-тестовые упражнения. |
| 33 | Техника ведения мяча (различными способами). | Подвижная игра «Замри-отомри». Игра 3х3 без вратарей на малые ворота. | Выполнять ведение мяча различными способами. |

**В зависимости от имеющейся инфраструктуры школы, уровня физической (технической) подготовленности учащихся, количества учащихся в классе и климатических условий региона учитель** **может реализовывать один или несколько элементов содержания урока, а также менять и упрощать упражнения из числа имеющихся в данном разделе или использовать другие упражнения, но с учетом темы урока данного раздела.**