

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования Новосибирской области

Татарский муниципальный округ

МБОУ СОШ №3 г. Татарска

РАССМОТРЕНО

СОГЛАСОВАНО

Руководитель ШМО Шмойлова И.И.

Заместитель директора Козина Е.В.

Протокол №1 от 26.08.2025 г.

Протокол №1 от 27.08.2025 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

вариативный модуль

«Футбол»

для обучающихся 10-11 классов

г. Татарск, 2025

ПРОГРАММА МОДУЛЯ «ФУТБОЛ»

Пояснительная записка модуля «Футбол»

Футбол является одной из старейших и самых популярных спортивных командных игр в мире и всегда привлекает обучающихся, повышает их интерес к занятиям и оказывает на организм всестороннее влияние. Футбол – самый массовый, самый зрелищный, самый игровой из всех игровых видов спорта. Командный характер игры «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.

Модуль «Футбол» поможет адаптировать содержание учебного предмета «Физическая культура» к индивидуальным особенностям ребёнка, создать условия для максимального раскрытия творческого потенциала, комфортных условий для развития и формирования талантливой личности.

Целью изучения модуля «Футбол» 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 модуля «Футбол» являются: приобщение обучающихся к достижениям мировой культуры, российским традициям, национальным особенностям Новосибирской области;

создание условий для профессионального самоопределения и творческой самореализации обучающихся;

приобретение практических навыков и теоретических знаний в области футбола, соблюдение личной гигиены и осуществление самоконтроля;

приобщение обучающихся к здоровому образу жизни и гармонии тела средствами футбола;

укрепление и сохранения здоровья, развитие основных физических качеств и повышение функциональных способностей организма;

совершенствование соревновательной деятельности юных футболистов с учетом их индивидуальных особенностей;

обучение умениям выполнять технические приемы на высокой скорости и в условиях активного противоборства соперников;

воспитание нравственных качеств, чувства товарищества и личной ответственности, сотрудничества в игровой и соревновательной деятельности в футболе.

Место и роль модуля «Футбол». Модуль «Футбол» расширяет и дополняет знания, полученные в результате освоения рабочей программы учебного предмета «Физическая культура» для образовательных организаций, реализующих

образовательные программы среднего общего образования, содействует интеграции уроков физической культуры, внеурочной деятельности, системы дополнительного образования физкультурно-спортивной направленности и деятельности школьного спортивного клуба. Педагог имеет возможность вариативно использовать учебный материал в разных частях урока по физической культуре с выбором различных элементов игры в футбол с учётом возраста, половых особенностей и физической подготовленности обучающихся.

Модуль «Футбол» реализуется в виде целостного последовательного учебного модуля, изучаемого за счёт части учебного плана, формируемой участниками образовательных отношений из перечня, предлагаемого образовательной организацией, включающей, в частности, учебные модули по выбору обучающихся, родителей (законных представителей) несовершеннолетних обучающихся, в том числе предусматривающие удовлетворение различных интересов обучающихся (при организации и проведении уроков физической культуры с 3-х часовой недельной нагрузкой в 10 и 11 классах – по 34 часа);

Содержание модуля «Футбол» знания о футболе

Техника безопасности во время занятий футболом.

Физическая культура и спорт в России. Массовый народный характер спорта. Развитие футбола в России и за рубежом. Единая спортивная классификация и её значение. Разрядные нормы и требования по футболу. Международные связи российских спортсменов. Олимпийские игры.

Российские спортсмены на Олимпийских играх. Значение и место футбола в системе физического воспитания. Российские соревнования по футболу: чемпионаты и Кубки России. Современный футбол и пути его дальнейшего развития. Российский футбольный союз, ФИФА, УЕФА, лучшие российские команды, тренеры, игроки. Принцип честной игры или фэйр-плей.

Правила игры. Права и обязанности игроков. Роль капитана команды. Его права и обязанности. Планирование, организация и проведение соревнований по футболу. Виды соревнований. Система проведения соревнований. Судейство соревнований по футболу.

Судейская бригада: главный судья, 1-й судья, 2-й судья, 3-й судья, хронометрист, судья – информатор. Их роль в организации и проведении соревнований.

Мышечная деятельность. Утомление и его причины. Нагрузка и отдых. Восстановление физиологических функций. Значение и содержание самоконтроля. Объективные и субъективные данные самоконтроля.

Понятие о спортивной этике и взаимоотношениях между обучающимися.

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.

Оценка техники осваиваемых специальных упражнений с футбольным мячом,

способы выявления и устранения ошибок в технике выполнения упражнений.
Тестирование уровня физической подготовленности в футболе.

Физическое совершенствование

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

Технические действия в игре.

Понятия спортивной техники. Классификация и терминология технических приёмов. Совершенствование техники ведения, остановки и отбора мяча, ударов по мячу.

Тактические действия в игре.

Понятие о стратегии, системе, тактике и стиле игры. Тактические варианты игры. Тактика отдельных линий и игроков команды (вратаря, защитников, полузащитников, нападающих). Перспективы развития тактики игры. Тактика игры в нападении (атакующие комбинации флангом и центром). Тактика игры в защите (зонная, персональная опека, комбинированная оборона). Дневник спортсмена.

Соревнования по футболу.

Планируемые результаты

Содержание модуля «Футбол» направлено на достижение обучающимися личностных, метапредметных и предметных результатов обучения.

Личностные результаты

При изучении модуля «Футбол» на уровне среднего общего образования у обучающихся будут сформированы следующие личностные результаты:

развитие навыков взаимодействия и сотрудничества со сверстниками, взрослыми в образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, проектной и других видах деятельности;

готовность и способность к самообразованию и сознательное отношение к непрерывному физкультурному образованию как условию успешной профессиональной и общественной деятельности.

Метапредметные результаты

При изучении модуля «Футбол» на уровне среднего общего образования у обучающихся будут сформированы следующие метапредметные результаты:

умение использовать средства информационных и коммуникационных технологий (далее – ИКТ) в решении когнитивных, коммуникативных и организационных задач игровой и соревновательной деятельности;

формирование готовности и способности к самостоятельной информационно-познавательной деятельности, включая умение ориентироваться в различных источниках информации, критически

оценивать и интерпретировать информацию, получаемую из различных источников о виде спорта «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;
умение самостоятельно определять цели игровой деятельности и составлять планы игровой (или соревновательной) деятельности, самостоятельно осуществлять, контролировать и корректировать личную деятельность, использовать все возможные ресурсы для достижения поставленных целей и реализации планов деятельности.

Предметные результаты

При изучении модуля «Футбол» на уровне среднего общего образования у обучающихся будут сформированы следующие предметные результаты:

закрепление знаний об основных причинах травматизма, о правилах поведения и безопасности во время занятий, а также при подготовке, организации и в ходе соревнований по футболу;

продолжение совершенствования важных двигательных навыков, необходимых для игры в футбол;

освоение техники выполнения упражнений, рекомендуемых футболистам для развития таких двигательных качеств, как сила,

быстрота, выносливость, гибкость, ловкость и составления комплексов таких упражнений;

формирование практических навыков по освоению достаточно сложных технических приемов в игре без мяча (передвижение,

остановки, повороты, прыжки) и при владении мячом (удары по мячу ногами и головой, остановка мяча ногой, животом, грудью, головой, ведение мяча,

выполнение финтов и ударов, отбор мяча перехватом,

толчком и подкатом, вбрасывание мяча с места, с разбега и в падении); расширение представлений о специализированной технической и

тактической подготовке вратарей;

умение анализировать и исправлять наиболее распространенные ошибки, допускаемые при выполнении технических приемов и

тактических действий;

расширение словарного запаса основных терминологических понятий спортивной игры;

совершенствование индивидуальных и групповых тактических действий в атаке и в обороне;

овладение основами знаний о возрастных особенностях физического развития и психологии обучающихся 10–11 классов;

овладение практическим навыками участия в соревнованиях по футболу;

применение тактических и стратегических приемов организации игры в футбол в быстро меняющейся игровой обстановке;

организация и судейство соревнований по футболу; овладение умениями самостоятельно организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры на основе игры в футбол и так далее);

формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья (рост, масса тела и другие), показателями развития основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости).

Учебно-тематическое планирование 10 классы

1	Правила игры в мини-футбол	1
2	Игровая деятельность по правилам классического футбола	1
3	Удар по мячу с разбега внутренней частью подъёма стопы	1
4	Остановка мяча внутренней стороной стопы	1
5	Средние и длинные передачи мяча по прямой	1
6	Средние и длинные передачи мяча по диагонали	1
7	Тактические действия при выполнении углового удара	1
8	Тактические действия при вбрасывании мяча из-за боковой линии	1
9	Удар подъемом	1
10	Удар по катящемуся мячу с разбега	1
11	Игровая деятельность с использованием технических приёмов остановки мяча	1
12	Игровая деятельность с использованием технических приёмов ведения мяча	1
13	Игровая деятельность с использованием технических приёмов обводки	1
14	Удар по мячу внутренней стороной стопы	1
15	Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы	1
16	Ведение футбольного мяча «по прямой»	1
17	Ведение футбольного мяча «по кругу»	1
18	Ведение футбольного мяча «змейкой»	1
19	Обводка мячом ориентиров	1
20	Чеканка мяча ногой 30 раз	1
21	Чеканка мяча головой 15 раз	1
22	Удар головой мяча по воротам	1
23	Тактические действия в нападении	1
24	Игровая деятельность с использованием разученных технических приёмов	1
25	Техническая подготовка в футболе	1
26	Тактическая подготовка в футболе	1
27	Развитие силовых и скоростных способностей средствами игры футбол	1
28	Развитие координационных способностей средствами игры футбол	1
29	Развитие выносливости средствами игры футбол	1
30	Совершенствование технических действий в передаче мяча, стоя на месте и в движении	1
31	Совершенствование техники ведения мяча и во взаимодействии с партнером	2

32	Совершенствование техники удара по мячу в движении	2
	ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ	34

Учебно-тематическое планирование 11 классы

1	Правила игры в мини-футбол	1
2	Игровая деятельность по правилам классического футбола	1
3	Удар по мячу с разбега внутренней частью подъёма стопы	1
4	Остановка мяча внутренней стороной стопы	1
5	Средние и длинные передачи мяча по прямой	1
6	Средние и длинные передачи мяча по диагонали	1
7	Тактические действия при выполнении углового удара	1
8	Тактические действия при вбрасывании мяча из-за боковой линии	1
9	Удар подъемом	1
10	Удар по катящемуся мячу с разбега	1
11	Игровая деятельность с использованием технических приёмов остановки мяча	1
12	Игровая деятельность с использованием технических приёмов ведения мяча	1
13	Игровая деятельность с использованием технических приёмов обводки	1
14	Удар по мячу внутренней стороной стопы	1
15	Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы	1
16	Ведение футбольного мяча «по прямой»	1
17	Ведение футбольного мяча «по кругу»	1
18	Ведение футбольного мяча «змейкой»	1
19	Обводка мячом ориентиров	1
20	Чеканка мяча ногой 30 раз	1
21	Чеканка мяча головой 15 раз	1
22	Удар головой мяча по воротам	1
23	Тактические действия в нападении	1
24	Игровая деятельность с использованием разученных технических приёмов	1
25	Техническая подготовка в футболе	1
26	Тактическая подготовка в футболе	1
27	Развитие силовых и скоростных способностей средствами игры футбол	1
28	Развитие координационных способностей средствами игры футбол	1

29	Развитие выносливости средствами игры футбол	1
30	Совершенствование технических действий в передаче мяча, стоя на месте и в движении	1
31	Совершенствование техники ведение мяча и во взаимодействии с партнером	1
32	Совершенствование техники удара по мячу в движении	1
33	Тренировочные игры по мини-футболу	1
34	Техника судейства игры футбол. Зачет.	1
	ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ	34

Литература

1. Внеурочная деятельность учащихся. Совершенствование видов двигательных действий в физической культуре: пособие для учителей и методистов/В.С.Кузнецов, Г.А.Колодницкий, -М,: Просвещение.
2. Внеурочная деятельность учащихся. Легкая атлетика: пособие для учителей и методистов/ Г.А.Колодницкий, В.С.Кузнецов , М.В.Маслов -М,: Просвещение.
3. Внеурочная деятельность учащихся. Волейбол: пособие для учителей и методистов/ Г.А.Колодницкий, В.С.Кузнецов , М.В.Маслов -М,: Просвещение.
4. Внеурочная деятельность учащихся. Баскетбол: пособие для учителей и методистов/В.С.Кузнецов, Г.А.Колодницкий, -М,: Просвещение.
5. Внеурочная деятельность учащихся. Футбол: пособие для учителей и методистов/ Г.А.Колодницкий, В.С.Кузнецов , М.В.Маслов -М,: Просвещение.