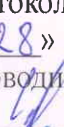
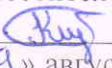



Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа р.п. Красный Октябрь»
муниципального образования «Город Саратов»

«Рассмотрено»:
на заседании ШМО
Протокол № 1
от «28» 08 2023г.
руководитель ШМО

/А.М. Седаков/

«Согласовано»:
заместителем директора по ВР
 /Е.В. Туркина/
«29» августа 2023г.

«Утверждено»:
директор МАОУ
«СОШ р.п. Красный Октябрь»
 /В.А. Токорева/
Приказ № 17
«29» 08 2023г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

«Футбол»

1 – 4 классы

на 2023 – 2024 учебный год

Составитель программы:
Седаков А.М., учитель физической
культуры, первой квалификационной
категории

г. Саратов
2023 год

Пояснительная записка.

Футбол – самая популярная игра. Для нее характерны разнообразные движения бег, остановки, повороты, развороты, ведение мяча осуществляемый в борьбе с соперником. Такое разнообразие движений способствует укреплению нервной системы, двигательного аппарата, улучшению обмена веществ, деятельности всех систем организма. Футбол как средство физического воспитания нашел широкое применение в различных звеньях физкультурного движения.

При работе секции в 1-4 классов решаются следующие задачи:

- укрепление здоровья, закаливание организма;
- привитие интереса к систематическим занятиям футболом;
- обеспечение естественной физической подготовки с преимущественным развитием быстроты, ловкости координации движений;
- овладение техническими приемами, которые наиболее часто и эффективно применяются в игре и основами индивидуальной, групповой и командной тактики игры в футбол;
- освоение процесса игры в соответствии с правилами футбола;
- участие в соревнованиях по футболу.

Выполнение задач, стоящих перед учащимися, предусматривает следующие направления работы:

- проведение теоретических занятий, изучение которых осуществляется в форме 5-10 минутных бесед, которые проводятся, как правило, в начале занятий, а также в форме просмотра и обсуждения учебных кинофильмов, кинопрограмм. Теоретические сведения также сообщаются учащимся в процессе проведения практических занятий;
- проведение практических занятий (общая и специальная физическая подготовка, обучение основам техники и тактики);
- организация учебных и спортивных соревнований (контрольные упражнения и спортивные соревнования);
- осуществление санитарно-гигиенического и врачебно-медицинского контроля (текущий врачебно-гигиенический контроль, восстановительно-профилактические мероприятия и т.п.);
- проведение воспитательных и культурно-массовых мероприятий (физкультурные и

спортивные праздники, викторины, встречи со спортсменами);

-организация прохождения спортсменами инструкторской и судебной практики

Практические занятия по физической, технической и тактической подготовке проводятся в форме групповых занятий.

Физическая подготовка направлена на развитие физических способностей организма.

Цель физической подготовки - достичь выполнения сложных приемов владения мячом на высокой скорости, улучшить подвижность футболиста в играх, повысить уровень его морально-волевых качеств.

График распределения секционных занятий по футболу по часам:

Содержание занятий	Кол-во часов
1. теоретические знания	2
2. средств общей физической подготовки	6
3. средства специальной физической подготовки	10
4. изучение техники и тактики игры. Учебная игра	16
Всего часов	34

**Календарно-тематическое планирование спортивной секции
по «Футболу» в 2023/2024 учебном году**

№ п/п	Тема	Количество часов	Дата по плану	Дата по факту
1	Инструктаж по ТБ по футболу. Передачи мяча в движении. Удары на дальность. Игра один на один. Развитие быстроты. Игра.	1	07.09.23	
2	Удары головой в четырёхугольнике. Игра в одни ворота (вратарь, защитник, нападающий). Удары по воротам с ходу. Игра. ОФП	1	14.09.23	
3	Передачи мяча в движении в треугольнике. Игра в одни ворота (вратарь, защитник, нападающий). Удары по воротам с ходу. Игра.	1	21.09.23	
4	Отработка техники ударов носком. Удары на точность в щит. Передачи мяча в треугольнике. Игра. Силовая подготовка.	1	28.09.23	
5	Отработка техники ударов внешней и внутренней частью стопы, с подрезкой мяча. Встречная эстафета. Игра с отработкой элементов техники. ОФП	1	05.10.23	
6	Упражнения для развития качеств, необходимых при выполнении приемов игры. Отработка технических элементов игры. Развитие прыгучести. Игра.	1	12.10.23	
7	Передачи мяча в движении. Удары на дальность. Игра один на один. Развитие быстроты. Игра.	1	19.10.23	
8	Отработка техники остановок мяча. Выполнение упражнений: передача и остановка; в свободный круг; не дай мячу уйти за линию; прямо и по диагонали. ОФП. Игра.	1	09.11.23	
9	Передачи мяча в движении. Удары на дальность. Игра один на один. Развитие быстроты. Игра.	1	16.11.23	

10	Игра в двое ворот – пять на пять. Упражнения для развития качеств, необходимых при выполнении приемов игры.	1	23.11.23	
11	Остановка мяча: головой; грудью; бедром. Передачи мяча в парах, в треугольнике. Игра в двое ворот. Развитие прыгучести.	1	30.11.23	
12	Отработка техники остановок мяча. Выполнение упражнений: передача и остановка; в свободный круг; не дай мячу уйти за линию; прямо и по диагонали. ОФП. Игра.	1	07.12.23	
13	Отработка ударов через голову: в круг; спиной к стенке; на точность. Отработка техники финтов – выполнение обманных движений: по одному и в парах. ОФП.	1	14.12.23	
14	Передачи мяча в движении. Удары на дальность. Игра один на один. Развитие быстроты. Игра.	1	21.12.23	
15	Отработка техники: вбрасывание, остановки, удары на точность. Тренировка с мячом. Комплекс спринта. Игра.	1	28.12.23	
16	Отработка техники остановок мяча. Выполнение упражнений: передача и остановка; в свободный круг; не дай мячу уйти за линию; прямо и по диагонали. ОФП. Игра.	1	11.01.24	
17	Отработка техники: ведение мяча; Удары на точность; передачи и отбор мяча. Игра на двое ворот. ОФП	1	18.01.24	
18	Игра в двое ворот – пять на пять. Упражнения для развития качеств, необходимых при выполнении приемов игры.	1	25.01.24	
19	Остановка мяча: головой; грудью; бедром. Передачи мяча в парах, в треугольнике. Игра в двое ворот. Развитие прыгучести.	1	01.02.24	
20	Отработка техники остановок мяча. Выполнение упражнений: передача и остановка; в свободный круг; не дай мячу	1	08.02.24	

	уйти за линию; прямо и по диагонали. ОФП. Игра.			
21	Отработка техники: вбрасывание, остановки, удары на точность. Тренировка с мячом. Комплекс спринта. Игра.	1	15.02.24	
22	Удары ногами на дальность. Передача мяча в движении. Ловля мяча и отбивание. Игра. ОФП	1	22.02.24	
23	Совершенствование техники передачи мяча в движении; остановка мяча; удары головой и ногами. Упражнения для развития качеств, необходимых при выполнении приемов игры.	1	29.02.24	
24	Отработка техники остановок мяча. Выполнение упражнений: передача и остановка; в свободный круг; не дай мячу уйти за линию; прямо и по диагонали. ОФП. Игра.	1	07.03.24	
25	Отработка техники: ведение мяча; Удары на точность; передачи и отбор мяча. Игра на двое ворот. ОФП	1	14.03.24	
26	Игра в двое ворот – пять на пять. Упражнения для развития качеств, необходимых при выполнении приемов игры.	1	21.03.24	
27	Остановка мяча: головой; грудью; бедром. Передачи мяча в парах, в треугольнике. Игра в двое ворот. Развитие прыгучести.	1	04.04.24	
28	Отработка техники ударов по воротам: ногами; головой. Игра. ОФП	1	11.04.24	
29	Игра в двое ворот – пять на пять. Упражнения для развития качеств, необходимых при выполнении приемов игры.	1	18.04.24	
30	Игра с применением технических приёмов игры. Упражнения для развития качеств, необходимых при выполнении приемов игры.	1	25.04.24	
31	Тренировка техники. Жонглирование с мячом. Передачи мяча. удары головой в прыжке. Игра в квадрате «Трое против троих». Игра Прыжки со скакалкой.	1	02.05.24	

32	Отработка технических и тактических приёмов в игре. Применение обманных движений. Игра в двое ворот. Развитие ловкости.	1	16.05.24	
33	Отработка технических и тактических приёмов в игре. Применение обманных движений. Игра в двое ворот. Развитие ловкости.	1	23.05.24	
34	Отработка технических и тактических приёмов в игре. Применение обманных движений. Игра в двое ворот. Развитие ловкости.	1	30.05.24	

