

**Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение  
средняя общеобразовательная школа № 87  
Петроградского района Санкт-Петербурга**

РАЗРАБОТАНА и ПРИНЯТА  
На заседании Педагогического совета  
ГБОУ СОШ №87  
Петроградского района  
Санкт-Петербурга  
Протокол от 31.08.2018 № 1

УТВЕРЖДАЮ  
Директор Государственного бюджетного  
общеобразовательного учреждения  
средней общеобразовательной школы № 87  
Петроградского района Санкт-Петербурга

  
Муляр И.В.  
Приказ № 143 от 31.08.2018



**Рабочая программа  
«Футбол»  
3 год обучения**

Разработчик:  
Удальцов Павел Алексеевич  
Педагог дополнительного образования

Санкт-Петербург  
2018 г.

## **Отличительная особенность программы третьего года обучения**

3-й год обучения, предполагает совершенствование технико-тактических действий учащихся, обучение видам и способы отбора мяча, тактике групповых действий.

### **Задачи:**

Обучающие:

#### Теоретические знания:

1. Ознакомить учащихся с методами контроля за функциональными системами организма человека.

#### Практические знания:

1. обучение навыкам и умениям игры в футбол, самостоятельной организации занятий физическими упражнениями;
2. обучение техническим и тактическим приемам игры
3. сформировать начальные навыки судейства

### **Развивающие:**

1. Развивать основные двигательные качества
2. Развивать специальные способности и качества для успешного овладения техникой и тактикой игры.
3. Развивать познавательные способности через подвижные игры на психические процессы, задействованные во время игры
  - восприятие (целостность и структурность образа),
  - внимание (концентрация и устойчивость),
  - память (зрительная и кинематическая),
  - мышление (пространственное и креативное).
4. Развивать конструктивные способности через овладение техникой приемам игры в футбол по инструкции педагога (словесное описание и демонстрация действий), по памяти, по схемам.

### **Воспитательные:**

1. Способствовать укреплению здоровья, содействовать правильному физическому развитию учащихся;
2. Содействовать развитию основных двигательных качеств и совершенствовать жизненно важные двигательные навыки и умения.
3. Способствовать предупреждению спортивных травм.
4. Содействовать развитию познавательных интересов, творческой активности и инициативы;
5. Стимулировать развитие волевых и нравственных качеств, определяющих формирование личности ребёнка
6. Формировать стойкий интерес к занятиям спортом

**Раздел 1: Техника безопасности на площадке.4 часа**

**Теория:** Техника безопасности и правила поведения при занятиях на спорт. площадке;  
**Меры безопасности** при занятиях на улице.

**Раздел 2: ОФП и СФП 100 ч.**

**Теория:** Анатомия выполнений физических упражнений.

**Практика:** Выполнение упражнений на развитие общей и скоростной выносливости, силы, развитие скоростно-силовых качеств.

**Раздел 3: Техника и тактика игры 88 ч.**

**Теория:** Правила игры

**Практика:** выполнение упражнений по технике и тактике футбола: ведение и передача мяча, удары по воротам, действия в нападении и защите

**Раздел 4: Подвижные и спортивные игры – 84ч.**

**Теория:** Основы подводящих игр

**Практика:** Подводящие игры к футболу, учебные игры, товарищеские матчи

**Раздел 5: Соревнования 12 ч.**

**Практика:** соревнования

**Планируемые результаты освоение программы третьего года обучения:**

### 1. Личностные результаты:

- соблюдение норм и правил, принятых в спортивном сообществе;
- овладение навыками сотрудничества со взрослыми людьми и сверстниками;
- уважительное отношение к иному мнению;
- оказание бескорыстной помощи окружающим;
- способность принимать активное участие в организации и проведении совместных физкультурно-оздоровительных и спортивных мероприятий;

### 2. Метапредметные результаты:

- умение самостоятельно искать, анализировать и отбирать необходимую информацию
- умение содержать в порядке спортивный инвентарь и оборудование, спортивную одежду, осуществлять их подготовку к занятиям и спортивным соревнованиям.
- восприятие спортивного соревнования как культурно-массового зрелищного мероприятия, проявление адекватных норм поведения, неантагонистических способов общения и взаимодействия.
- умение самостоятельно выполнять упражнения на развитие быстроты, ловкости, выносливости;
- умение постоянно следить за ходом игры, мгновенно оценивать изменившуюся обстановку и принимать правильное решение;

### 3. Предметные результаты:

- расширение двигательного опыта за счёт упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма.
- владение теоретическими основами спортивной тренировки по футболу
- владение умением составлять тактический план игры

**3 –ГО ГОДА ОБУЧЕНИЯ**  
**по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе**  
**«Футбол»**  
**На 2018-2019 учебный год, группа 3 года обучения**  
**Педагог: Удальцов П.А.**

№ занятия	Дата проведения	Кол-во часов	Тема занятия
1.	3.09.2018	2	Техника безопасности и правила поведения при занятиях на спорт. Площадке, меры безопасности при занятиях на улице
2.	4.09.2018	3	Развитие общей и скоростной выносливости, развитие силы, развитие скоростно –силовых качеств.
3.	7.09.2018	3	Ведение и передача мяча, удары по воротам, действия в нападении и защите.
4.	10.09.2018	2	Правила игры, подводящие игры к м.-ф. Учебная игра
5.	11.09.2018	3	Развитие общей и скоростной выносливости, развитие силы
6.	14.09.2018	3	Развитие скоростно-силовых качеств, ведение и передача мяча, развитие общей и скоростной выносливости
7.	17.09.2018	2	Развитие силы, ведение и передача мяча, удары по воротам
8.	18.09.2018	3	Действия в нападении и защите, развитие общей и скоростной выносливости
9.	21.09.2018	3	Развитие силы, развитие скоростно- силовых качеств
10.	24.09.2018	2	Удары по воротам, действия в нападении и защите
11.	25.09.2018	3	Правила игры, ведение и передача мяча, удары по воротам
12.	28.09.2018	3	Развитие скоростно-силовых качеств, ведение и передача мяча, развитие общей и скоростной выносливости
13.	1.10.2018	2	Развитие силы, ведение и передача мяча, удары по воротам
14.	2.10.2018	3	Действия в нападении и защите, развитие общей и скоростной выносливости
15.	5.10.2018	3	Правила игры, подводящие игры к м.-ф. Учебная игра
16.	8.10.2018	2	Развитие общей и скоростной выносливости, развитие силы
17.	9.10.2018	3	Развитие скоростно-силовых качеств, ведение и передача мяча, развитие общей и скоростной выносливости
18.	12.10.2018	3	Правила игры, ведение и передача мяча, удары по воротам
19.	15.10.2018	2	Развитие силы, ведение и передача мяча, удары по воротам
20.	16.10.2018	3	Развитие общей и скоростной выносливости, развитие силы
21.	19.10.2018	3	Развитие общей и скоростной выносливости, развитие силы, развитие скоростно –силовых качеств.
22.	22.10.2018	2	Ведение и передача мяча, удары по воротам, действия в нападении и защите.
23.	23.10.2018	3	Развитие скоростно-силовых качеств, ведение и

			передача мяча, развитие общей и скоростной выносливости
24.	26.10.2018	3	Действия в нападении и защите, развитие общей и скоростной выносливости
25.	29.10.2018	2	Развитие силы, развитие скоростно- силовых качеств
26.	30.10.2018	3	Правила игры, ведение и передача мяча, удары по воротам
27.	2.11.2018	3	Развитие общей и скоростной выносливости, развитие силы, развитие скоростно –силовых качеств.
28.	6.11.2018	3	Ведение и передача мяча, удары по воротам, действия в нападении и защите.
29.	9.11.2018	3	Правила игры, подводящие игры к м.-ф. Учебная игра
30.	12.11.2018	2	Развитие общей и скоростной выносливости, развитие силы
31.	13.11.2018	3	Развитие скоростно-силовых качеств, ведение и передача мяча, развитие общей и скоростной выносливости
32.	16.11.2018	3	Развитие силы, ведение и передача мяча, удары по воротам
33.	19.11.2018	2	Действия в нападении и защите, развитие общей и скоростной выносливости
34.	20.11.2018	3	Развитие силы, развитие скоростно- силовых качеств
35.	23.11.2018	3	Развитие скоростно-силовых качеств, ведение и передача мяча, развитие общей и скоростной выносливости
36.	26.11.2018	2	Действия в нападении и защите, развитие общей и скоростной выносливости
37.	27.11.2018	3	Развитие силы, развитие скоростно- силовых качеств
38.	30.11.2018	3	Правила игры, ведение и передача мяча, удары по воротам
39.	3.12.2018	2	Развитие общей и скоростной выносливости, развитие силы
40.	4.12.2018	3	Развитие силы, ведение и передача мяча, удары по воротам
41.	7.12.2018	3	Действия в нападении и защите, развитие общей и скоростной выносливости
42.	10.12.2018	2	Правила игры, подводящие игры к м.-ф. Учебная игра
43.	11.12.2018	3	Развитие скоростно-силовых качеств, ведение и передача мяча, развитие общей и скоростной выносливости
44.	14.12.2018	3	Действия в нападении и защите, развитие общей и скоростной выносливости
45.	17.12.2018	2	Развитие силы, развитие скоростно- силовых качеств
46.	18.12.2018	3	Правила игры, ведение и передача мяча, удары по воротам
47.	21.12.2018	3	Развитие общей и скоростной выносливости, развитие силы
48.	24.12.2018	2	Развитие силы, ведение и передача мяча, удары по воротам
49.	25.12.2018	3	Действия в нападении и защите, развитие общей и скоростной выносливости
50.	28.12.2018	3	Правила игры, подводящие игры к м.-ф. Учебная игра
51.	31.12.2018	2	Развитие общей и скоростной выносливости, развитие

			силы
52.	11.01.2019	3	Развитие скоростно-силовых качеств, ведение и передача мяча, развитие общей и скоростной выносливости
53.	14.01.2019	2	Действия в нападении и защите, развитие общей и скоростной выносливости
54.	15.01.2019	3	Правила игры, ведение и передача мяча, удары по воротам
55.	18.01.2019	3	Развитие общей и скоростной выносливости, развитие силы
56.	21.01.2019	2	Развитие силы, ведение и передача мяча, удары по воротам
57.	22.01.2019	3	Действия в нападении и защите, развитие общей и скоростной выносливости
58.	25.01.2019	3	Правила игры, подводящие игры к м.-ф. Учебная игра
59.	28.01.2019	2	Развитие общей и скоростной выносливости, развитие силы
60.	29.01.2019	3	Правила игры, ведение и передача мяча, удары по воротам
61.	01.02.2019	3	Развитие скоростно-силовых качеств, ведение и передача мяча, развитие общей и скоростной выносливости
62.	04.02.2019	2	Действия в нападении и защите, развитие общей и скоростной выносливости
63.	05.02.2019	3	Развитие силы, развитие скоростно- силовых качеств
64.	08.02.2019	3	Правила игры, ведение и передача мяча, удары по воротам
65.	11.02.2019	2	Развитие общей и скоростной выносливости, развитие силы
66.	12.02.2019	3	Развитие силы, ведение и передача мяча, удары по воротам
67.	15.02.2019	3	Действия в нападении и защите, развитие общей и скоростной выносливости
68.	18.02.2019	2	Правила игры, подводящие игры к м.-ф. Учебная игра
69.	19.02.2019	3	Развитие общей и скоростной выносливости, развитие силы
70.	22.02.2019	3	Развитие скоростно-силовых качеств, ведение и передача мяча, развитие общей и скоростной выносливости
71.	25.02.2019	2	Действия в нападении и защите, развитие общей и скоростной выносливости
72.	26.02.2019	3	Развитие силы, развитие скоростно- силовых качеств
73.	01.03.2019	3	Правила игры, ведение и передача мяча, удары по воротам
74.	04.03.2019	2	Развитие силы, ведение и передача мяча, удары по воротам
75.	05.03.2019	3	Действия в нападении и защите, развитие общей и скоростной выносливости
76.	11.03.2019	2	Правила игры, подводящие игры к м.-ф. Учебная игра
77.	12.03.2019	3	Развитие общей и скоростной выносливости, развитие силы
78.	15.03.2019	3	Развитие скоростно-силовых качеств, ведение и передача мяча, развитие общей и скоростной

			выносливости
79.	18.03.2019	2	Действия в нападении и защите, развитие общей и скоростной выносливости
80.	19.03.2019	3	Развитие силы, развитие скоростно- силовых качеств
81.	22.03.2019	3	Правила игры, ведение и передача мяча, удары по воротам
82.	25.03.2019	2	Развитие общей и скоростной выносливости, развитие силы
83.	26.03.2019	3	Развитие силы, ведение и передача мяча, удары по воротам
84.	29.03.2019	3	Действия в нападении и защите, развитие общей и скоростной выносливости
85.	01.04.2019	2	Правила игры, подводящие игры к м.-ф. Учебная игра
86.	02.04.2019	3	Развитие скоростно-силовых качеств, ведение и передача мяча, развитие общей и скоростной выносливости
87.	05.04.2019	3	Действия в нападении и защите, развитие общей и скоростной выносливости
88.	08.04.2019	2	Развитие силы, развитие скоростно- силовых качеств
89.	09.04.2019	3	Правила игры, ведение и передача мяча, удары по воротам
90.	12.04.2019	3	Развитие общей и скоростной выносливости, развитие силы
91.	15.04.2019	2	Развитие силы, ведение и передача мяча, удары по воротам
92.	16.04.2019	3	Развитие скоростно-силовых качеств, ведение и передача мяча, развитие общей и скоростной выносливости
93.	19.04.2019	3	Действия в нападении и защите, развитие общей и скоростной выносливости
94.	22.04.2019	2	Развитие силы, развитие скоростно- силовых качеств
95.	23.04.2019	3	Правила игры, ведение и передача мяча, удары по воротам
96.	26.04.2019	3	Развитие общей и скоростной выносливости, развитие силы
97.	29.04.2019	2	Развитие силы, ведение и передача мяча, удары по воротам
98.	30.04.2019	3	Развитие скоростно-силовых качеств, ведение и передача мяча, развитие общей и скоростной выносливости
99.	06.05.2019	2	Действия в нападении и защите, развитие общей и скоростной выносливости
100.	07.05.2019	3	Развитие силы, развитие скоростно- силовых качеств
101.	10.05.2019	3	Правила игры, ведение и передача мяча, удары по воротам
102.	13.05.2019	2	Развитие общей и скоростной выносливости, развитие силы
103.	14.05.2019	3	Развитие силы, ведение и передача мяча, удары по воротам
104.	17.05.2019	3	Правила игры, подводящие игры к м.-ф. Учебная игра
105.	20.05.2019	2	Правила игры, подводящие игры к м.-ф. Учебная игра
106.	21.05.2019	3	Правила игры, подводящие игры к м.-ф. Учебная игра
107.	24.05.2019	3	Правила игры, подводящие игры к м.-ф. Учебная игра



108.	27.05.2019	3	Правила игры, подводящие игры к м.-ф. Учебная игра
ИТОГО		288 часов	