Попова Н.С.

Подписано цифровой подписью: Попова Н.С.
Дата: 2022.10.12 19:26:07 +03'00'

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение средняя общеобразовательная школа № 233 с углубленным изучением иностранных языков Красногвардейского района Санкт-Петербурга

ОТДЕЛЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ДЕТЕЙ

РАССМОТРЕНО	РЕКОМЕНДОВАНО К ИСПОЛЬЗОВАНИЮ	СОГЛАСОВАНО	УТВЕРЖДАЮ
Заседание МО протокол № 1 от 30.08.2022	на педагогическом совете ГБОУ СОШ № 233 Санкт-Петербурга Протокол № 1 от «30» августа 2022	Руководителем ОДОД ГБОУ средней школы № 233 Фукс В.А.	И.о. директора ГБОУ средней школы № 233 Попова Н.С. Приказ № 10/6 от 01.09.2022

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

педагога дополнительного образования

Екимовой Галины Николаевна

первой квалификационной категории

Общеобразовательная общеразвивающая программа: **Футбол**

Срок реализации программы: **3 года**

Количество часов по программе: **144/ 216/216 часов**

Год обучения детей по программе (в текущем году): **второй**

Группа **№ 2.2**

Возраст детей, обучающихся в текущем году: **7-18 лет**

Режим занятий: **3 раза в неделю по 2 часа**

2022 – 2023 учебный год

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН
2-й год обучения

Цель программы: Укреплять здоровье учащихся, овладеть техническими приёмами, которые наиболее часто и эффективно применяются в игре; обеспечивать всестороннюю физическую подготовку с развитием быстроты, ловкости и координации движений; развивать устойчивый интерес к занятиям футболом.

Задача на год: Обучить занимающихся технике использования элементов упражнений, физическим упражнениям, базовым движениям, навыкам индивидуального подхода к тренировочному циклу футбола.

Ожидаемые результаты в конце курса обучения: Совершенствовать приемов игры в соответствии с правилами футбола. Освоить знания теоретических сведений о врачебном контроле, личной гигиене, истории футбола, технике и тактики, правилах игры футбол. Изучить технические приемы, которые наиболее часто и эффективно применяются в игре. Совершенствовать знания технической и тактической подготовки. Овладеть индивидуальной, групповой и командной тактикой игры футбол. Участвовать в соревнованиях по футболу.

Формы оценки результатов обучения:

- открытый урок

Календарно- тематический план
2-й год обучения

№ п/п	*Неделя учебного года*	*Тема занятия*	*Количество часов*
1	1 неделя	Организационное занятие. Инструктаж по охране труда.	2
2	1 неделя	Теоретическая подготовка: Гигиенические знания. Закаливание.	2
3	2 неделя	Общая физическая подготовка: Строевые упражнения	2
4	2 неделя	Теоретическая подготовка: Режим и питание спортсмена	2
5	2 неделя	Общая физическая подготовка: Строевые упражнения	2
6	3 неделя	Общая физическая подготовка: Строевые упражнения	2
7	3 неделя	Теоретическая подготовка: Физиологические основы спортивной тренировки.	2
8	3 неделя	Общая физическая подготовка: Упражнения для развития специальной выносливости.	2
9	4 неделя	Общая физическая подготовка: Упражнения для развития специальной выносливости.	2
10	4 неделя	Общая физическая подготовка: Упражнения для развития специальной выносливости.	2
11	4 неделя	Общая физическая подготовка: Упражнения для развития специальной выносливости.	2
12	5 неделя	Общая физическая подготовка: Упражнения для развития ловкости.	2
13	5 неделя	Теоретическая подготовка: Понятие о травмах.	2
14	5 неделя	Общая физическая подготовка: Упражнения для развития ловкости.	2
15	6 неделя	Общая физическая подготовка: Упражнения для развития ловкости.	2
16	6 неделя	Теоретическая подготовка:Врачебный контроль самоконтроль.	2
17	6 неделя	Общая физическа я подготовка: Общеразвивающие упражнения без предметов	2

18	7 неделя	Общая физическая подготовка: Упражнения для развития специальной выносливости.	2
19	7 неделя	Общая физическая подготовка: Упражнения для развития ловкости.	2
20	7 неделя	Теоретическая подготовка: Режим и питание спортсмена.	2
21	8 неделя	Общая физическая подготовка: Строевые упражнения	2
22	8 неделя	Специальная физическая подготовка: Упражнения для развития быстроты.	2
23	8 неделя	Специальная физическая подготовка: Упражнения для развития быстроты.	2
24	9 неделя	Специальная физическая подготовка: Упражнения для развития быстроты.	2
25	9 неделя	Специальная физическая подготовка: Упражнения для развития быстроты.	2
26	9 неделя	Специальная физическая подготовка: Упражнения для развития быстроты.	2
27	10 неделя	Специальная физическая подготовка: Упражнения для развития быстроты.	2
28	10 неделя	Теоретическая подготовка: Физиологические основы спортивной тренировки.	2
29	10 неделя	Специальная физическая подготовка: Упражнения для развития скоростно-силовых качеств.Открытое занятие	2
30	11 неделя	Специальная физическая подготовка: Упражнения для развития скоростно-силовых качеств.	2
31	11 неделя	Специальная физическая подготовка: Упражнения для развития скоростно-силовых качеств.	2
32	11 неделя	Специальная физическая подготовка: Упражнения для развития скоростно-силовых качеств.	2
33	12 неделя	Специальная физическая подготовка: Упражнения для развития скоростно-силовых качеств.	2
34	12 неделя	Специальная физическая подготовка: Упражнения для развития скоростно-силовых качеств.	2
35	12 неделя	Специальная физическая подготовка: Упражнения для развития ловкости.	2
36	13 неделя	Специальная физическая подготовка: Упражнения для развития ловкости.	2

37	13 неделя	Специальная физическая подготовка: Упражнения для развития ловкости.	2
38	13 неделя	Специальная физическая подготовка: Упражнения для развития ловкости.	2
39	14 неделя	Специальная физическая подготовка: Упражнения для развития ловкости.	2
40	14 неделя	Теоретическая подготовка: Спортивный массаж.	2
41	14 неделя	Специальная физическая подготовка: Упражнения для развития ловкости.	2
42	15 неделя	Техническая подготовка: Техника передвижения.Обманные движения (финты).	2
43	15 неделя	Техническая подготовка: Техника передвижения. Обманные движения (финты). Отбор мяча.	2
44	15 неделя	Техническая подготовка: Техника передвижения. Обманные движения (финты). Отбор мяча.	2
45	16 неделя	Техническая подготовка: Техника передвижения. Обманные движения (финты).	2
46	16 неделя	Техническая подготовка: Техника передвижения. Обманные движения (финты).	2
47	16 неделя	Техническая подготовка: Удары по мячу ногой. Отбор мяча.	2
48	17 неделя	Теоретическая подготовка: Понятие о травмах. Отбор мяча.	2
49	17 неделя	Техническая подготовка: Удары по мячу ногой. Отбор мяча.	2
50	17 неделя	Техническая подготовка: Удары по мячу ногой. Вбрасывание мяча из-за боковой линии.	2
51	18 неделя	Техническая подготовка: Удары по мячу ногой. Вбрасывание мяча из-за боковой линии.	2
52	18 неделя	Техническая подготовка: Удары по мячу ногой. Вбрасывание мяча из-за боковой линии.	2
53	18 неделя	Техническая подготовка: Удары по мячу головой. Вбрасывание мяча из-за боковой линии.	2
54	19 неделя	Техническая подготовка: Удары по мячу головой. Вбрасывание мяча из-за боковой линии.	2

55	19 неделя	Теоретическая подготовка: Врачебный контроль и самоконтроль. Техника игры вратаря.	2
56	19 неделя	Техническая подготовка: Удары по мячу головой. Техника игры вратаря.	2
57	20 неделя	Техническая подготовка: Удары по мячу головой. Техника игры вратаря.	2
58	20 неделя	Техническая подготовка: Удары по мячу головой. Техника игры вратаря.	2
60	20 неделя	Техническая подготовка: Остановка мяча. Ведение мяча.	2
61	21 неделя	Техническая подготовка: Остановка мяча. Ведение мяча.	2
62	21 неделя	Техническая подготовка: Остановка мяча. Ведение мяча.	2
63	21 неделя	Техническая подготовка: Остановка мяча. Ведение мяча.	2
64	22 неделя	Техническая подготовка: Остановка мяча. Ведение мяча.	2
65	22 неделя	Тактическая подготовка: Тактика нападения, а) индивидуальные действия с мячом и без мяча, б) групповые действия. в)командные действия	2
66	22 неделя	Тактическая подготовка: Тактика нападения, а) индивидуальные действия с мячом и без мяча, б) групповые действия. в)командные действия	2
67	23 неделя	Тактическая подготовка: Тактика нападения, а) индивидуальные действия с мячом и без мяча, б) групповые действия. в)командные действия	2
68	23 неделя	Тактическая подготовка: Тактика нападения, а) индивидуальные действия с мячом и без мяча, б) групповые действия. в)командные действия	2
69	23 неделя	Тактическая подготовка: Тактика нападения, а) индивидуальные действия с мячом и без мяча, б) групповые действия. в)командные	2

		действия	
70	24 неделя	Тактическая подготовка: Тактика нападения, а) индивидуальные действия с мячом и без мяча, б) групповые действия. в)командные действия	2
71	24 неделя	Тактическая подготовка: Тактика нападения, а) индивидуальные действия с мячом и без мяча, б) групповые действия. в)командные действия	2
72	24 неделя	Теоретическая подготовка: Физиологические основы спортивной тренировки.	2
73	25 неделя	Тактическая подготовка: Тактика нападения, а) индивидуальные действия с мячом и без мяча, б) групповые действия. в)командные действия	2
74	25 неделя	Тактическая подготовка: Тактика нападения, а) индивидуальные действия с мячом и без мяча, б) групповые действия. в)командные действия	2
75	26 неделя	Тактическая подготовка: Тактика нападения, а) индивидуальные действия с мячом и без мяча, б) групповые действия. в)командные действия	2
76	26 неделя	Тактическая подготовка: Тактика нападения, а) индивидуальные действия с мячом и без мяча, б) групповые действия. в)командные действия	2
77	26 неделя	Тактическая подготовка: Тактика защиты, а) индивидуальные действия, б) групповые действия, в) тактика вратаря.	2
78	27 неделя	Тактическая подготовка: Тактика защиты, а) индивидуальные действия, б) групповые действия, в) тактика вратаря.	2
79	27 неделя	Тактическая подготовка: Тактика защиты, а) индивидуальные действия, б) групповые действия, в) тактика вратаря.	2
80	28 неделя	Тактическая подготовка:	2

		Тактика защиты, а) индивидуальные действия, б) групповые действия, в) тактика вратаря.	
81	28 неделя	Тактическая подготовка: Тактика защиты, а) индивидуальные действия, б) групповые действия, в) тактика вратаря.	2
82	28 неделя	Тактическая подготовка: Тактика защиты, а) индивидуальные действия, б) групповые действия, в) тактика вратаря.	2
83	29 неделя	Тактическая подготовка: Тактика защиты, а) индивидуальные действия, б) групповые действия, в) тактика вратаря.	2
84	29неделя	Тактическая подготовка: Тактика защиты, а) индивидуальные действия, б) групповые действия, в) тактика вратаря.	2
85	29 неделя	Тактическая подготовка: Тактика защиты, а) индивидуальные действия, б) групповые действия, в) тактика вратаря.	2
86	30 неделя	Тактическая подготовка: Тактика защиты, а) индивидуальные действия, б) групповые действия, в) тактика вратаря.	2
87	30 неделя	Тактическая подготовка: Тактика защиты, а) индивидуальные действия, б) групповые действия, в) тактика вратаря.	2
88	30 неделя	Тактическая подготовка: Тактика защиты, а) индивидуальные действия, б) групповые действия, в) тактика вратаря.	2
89	31 неделя	Теоретическая подготовка: Гигиенические знания. Закаливание.	2
90	31 неделя	Тактическая подготовка: Тактика защиты, а) индивидуальные действия, б) групповые действия, в) тактика вратаря.	2
91	31 неделя	Товарищеские игры	
92	32неделя	Товарищеские игры	2
93	32 неделя	Товарищеские игры	2
94	32 неделя	Соревнования	2
95	33 неделя	Товарищеские игры	2

96	33 неделя	Товарищеские игры	2
97	33 неделя	Товарищеские игры	2
98	34 неделя	Теоретическая подготовка: Спортивный массаж	2
99	34 неделя	Товарищеские игры	2
100	35 неделя	Товарищеские игры	2
101	35 неделя	Соревнования	2
102	36 неделя	Товарищеские игры	2
103	36 неделя	Товарищеские игры	2
104	36 неделя	Товарищеские игры	2
105	37 неделя	Товарищеские игры	2
106	38 неделя	Товарищеские игры	2
107	38 неделя	Товарищеские игры	2
108	38 неделя	Товарищеские игры	2
Итого:			216

Календарный учебный график реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Футбол» на 2022-2023 учебный год.
Педагога Екимова Галина Николаевна

Год обучения, номер группы	Дата начала обучения по программе	Дата окончания обучения по программе	Всего учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий
2.1	01.09.2022	25.05.2023	38	108	216	3 раза в неделю по 2 часа
2.2	01.09.2022	25.05.2023	38	108	216	3 раза в неделю по 2 часа