

Российская Федерация
Министерство образования и науки РД
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ
«ДЕРБЕНТСКИЙ ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ КОЛЛЕДЖ
ИМЕНИ Г. Б. КАЗИХМЕДОВА»

ОДОБРЕНО
на заседании Педагогического совета
ГБПОУ РД «ДПТК им. Г. Б. Казихмедова»
протоколом №1 от «27» августа 2025 г.
И.о. зам. директора по УР
Гаджимагомедова Л.С.



ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

ОПЦ. 13.04. Футбол

индекс и наименование дисциплины

49.02.01.Физическая культура

Специальность

код и наименование укрупненной группы специальностей 49.00.00. Физическая культура спорт

объем: 88 ч.

ДЕРБЕНТ

2025г.

Рабочая программа учебной дисциплины **ОПЦ. 13.04. Футбол**
разработана на основе:

- Федерального государственного образовательного стандарта (далее – ФГОС) по специальности **49.02.01.Физическая культура** (углубленной подготовки), входящей в состав укрупненной группы специальностей **49.00.00. Физическая культура и спорт**
- Рабочего учебного плана образовательного учреждения на 2025/2026 учебный год

Организация-разработчик: Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение «Дербентский профессионально-педагогический колледж им Г. Б. Казиахмедова»

Разработчики:

- Курбанов А. Г., преподаватель по физической культуре ГБПОУ «Дербентский профессионально-педагогический колледж им. Г. Б. Казиахмедова» - Отличник образования РД, почетный работник СПО РФ, Заслуженный учитель РД, преподаватель высшей категории.

Рецензент: Курбанов Н. А., - Отличник образования РД, Заслуженный учитель РД, преподаватель высшей категории, руководитель ГМО учителей физической культуры г. Дербент, руководитель МЦТ ГТО в городском округе «г. Дербент»

Рассмотрен на заседании ПЦК физической культуры № 1 от 26 августа 2025г

Рекомендована научно-методическим советом ГБПОУ «Дербентский профессионально-педагогический колледж» для применения в учебном процессе.

Заключение научно - методического совета № 1 от 27 августа 2025г.

СОДЕРЖАНИЕ

	стр.
1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	4
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	5
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	10
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	12

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ОПЦ.13.04 ФУТБОЛ

1.1. Область применения рабочей программы

Рабочая программа учебной дисциплины является частью основной профессиональной образовательной программы среднего профессионального образования – программы подготовки специалиста среднего звена ГБПОУ «Дербентский профессионально-педагогический колледж им Г. Б. Казиахмедова» в соответствии с ФГОС среднего профессионального образования по специальности 49.02.01 Физическая культура.

Рабочая программа учебной дисциплины может быть использована для подготовки учителей физической культуры на базе основного общего образования.

1.2. Место учебной дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы:

профессиональный учебный цикл, общепрофессиональные дисциплины

1.3. Цели и задачи учебной дисциплины – требования к результатам освоения учебной дисциплины:

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен **уметь**:

- планировать, проводить и анализировать занятия по футболу;
- выполнять профессионально значимые двигательные действия по футболу;
- использовать терминологию футбола;
- применять приемы страховки и самостраховки при выполнении физических упражнений;
- обучать двигательным действиям футбола;
- подбирать, хранить, осуществлять мелкий ремонт оборудования и инвентаря;
- использовать оборудование и инвентарь для занятий футболом в соответствии с его назначением и особенностями эксплуатации;

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен **знать**:

- историю и этапы развития футбола;
- терминологию футбола;
- технику профессионально значимых двигательных действий футбола;
- содержание, формы организации и методику проведения занятий по футболу;
- методику обучения двигательным действиям в футболе;
- особенности и методику развития физических качеств в футболе;
- основы судейства в футболе;
- разновидности спортивно-оздоровительных сооружений, оборудования и инвентаря для занятий футболом, особенности их эксплуатации;
- технику безопасности и требования к физкультурно-спортивным сооружениям, оборудованию и инвентарю.

1.4. Количество часов на освоение рабочей программы учебной дисциплины:

максимальной учебной нагрузки обучающегося 88 часов, в том числе:
обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося 74.25 часов;
самостоятельной работы обучающегося 13.75 часов.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ОПЦ. 13.04. Футбол

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Максимальная учебная нагрузка (всего)	88
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	74.25
в том числе:	
практические занятия	52
теоретические занятия	22
курсовые работы	0.25
Самостоятельная работа обучающегося (всего), в том числе: Изучение истории развития футбола. Пробегание коротких отрезков, бег со старта, челночный бег. Упражнения с отягощением и использованием тренажеров Упражнения для развития силовых качеств: подтягивания, отжимания Разучивание упражнений сложной координации. Составление упражнений с прогибанием, маховыми пружинистыми движениями. Подготовка к сдаче контрольных нормативов. Отработка техники технических элементов игры в футбол. Творческое задание: составить инструкцию техники безопасности при проведении уроков по футболу. Учебная деловая игра «Я инструктор по мини-футболу». Футбол в вооруженных силах. Занятия в спортивных секциях. Изучение спорных вопросов по судейству соревнований. Самостоятельные занятия по отработке технических приемов в футболе. Составление периодизации спортивной тренировки. Наблюдение за ходом соревнований, работой судей. Анализ работы судейских бригад. Просмотр урока во время педагогической практики, их анализ. Подготовка к контрольной работе и проведению отдельных частей урока. Оснащение спортивной площадки, соблюдение техники безопасности.	13.75
Итоговая аттестация; дифференцированный зачет	

Таблица 1

2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины ОП. 08.04. Футбол

наименование

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работ (проект) (если предусмотрены)	Объем часов	Уровень освоения
1	2	3	4
Раздел 1. Введение в футбол		6	
Тема 1.1. Зарождение и развитие футбола, основные понятия и требования.	Содержание учебного материала Правила игры в футбол. Возникновение и развитие игры в футбол. Развитие отечественного и зарубежного футбола. История развития футбола; Развитие футбола в СССР и России. Современное состояние и перспективное развитие футбола. Задачи учебной дисциплины.; Нормы и требования к учащимся по изучению данной дисциплины. Основы технических и тактических элементов защиты и нападения в футболе. Самостоятельная работа. Изучение истории развития футбола.	1 1	2
Раздел 2. Развитие двигательных качеств на уроках по футболу		62	
Тема 2.1. Быстрота, сила как физические качества	Содержание учебного материала Быстрота, сила их характеристика. Методика развития быстроты, силы. Виды упражнений для их развития. Практическое занятие. Выполнение упражнений для развития быстроты и силы. Практическое занятие. Подвижные игры, круговая тренировка на развитие быстроты и силы. Самостоятельная работа. Пробеги коротких отрезков, бег со старта, челночный бег.	2 1 2 1	2
Тема 2.3. Ловкость, гибкость как физические качества	Содержание учебного материала Ловкость, гибкость их характеристика.; Методы развития ловкости, гибкости: повторный, интервальный, игровой, круговой тренировки, соревновательный. Практическое занятие. Использование методических приемов для развития координационных способностей.; Подбор упражнений с повышенными требованиями к координации. Выполнение упражнений на растягивание. Самостоятельная работа. Разучивание упражнений сложной координации.	2 3 1	2
2.5. Выносливость как физическое качество	Содержание учебного материала Выносливость, ее характеристика; Методика развития выносливости; Практическое занятие. Выполнение упражнений для развития выносливости. Практическое занятие. Выполнение упражнений для развития скоростной выносливости, силовой выносливости. Самостоятельная работа. Подготовка к сдаче контрольных нормативов.	1 1 1	2
Раздел 3. Основы технических и тактических элементов защиты и нападения в футболе		222	
Тема 3.1. Техника и методика обучения техническим элементам игры футбол.	Содержание учебного материала Методика обучения техническим элементам игры в футбол. Практическое занятие. Техника передвижений (бег, прыжки, остановки, повороты). Удары по мячу ногой (удар внутренней стороной стопы, удар внутренней частью подъема, удар средней частью подъема, удар внешней частью подъема, удар носком, удар пяткой, удары по неподвижному мячу, удары по катящемуся мячу, удары по летящему мячу, удар с поворотом, удар с полуката, удар по мячу головой, удар с середины лба, удар боковой частью лба). Практическое занятие. Остановка мяча (ногой, подошвой, подъемом, бедром, с переводом, внутренней частью	1 16 16	2

	подъема, внешней частью подъема, грудью, головой). Введение мяча (средней частью подъема, внутренней стороной стопы, внешней частью подъема, носком). Обманные движения (финты).		
	Самостоятельная работа. Отработка техники технических элементов игры в футбол.	1	
Тема 3.2. Организация и проведение занятий по футболу в различных звеньях физического воспитания	Содержание учебного материала	1	2
	Обучение мини-футболу, футболу в детском саду. Обучение футболу в общеобразовательной школе. Футбол в летних оздоровительных лагерях. Футбол в высших учебных заведениях.		
Тема 3.3. Обеспечение техники безопасности на занятиях футбола.	Содержание учебного материала	1	2
	Правила поведения в спортивном зале и требования к технике безопасности. Техника безопасности при проведении соревнований и спортивно-зрелищных мероприятий по футболу.		
	Самостоятельная работа. Составить инструкцию техники безопасности при проведении уроков по футболу.	1	
Тема 3.4. Организация и проведение соревнований по футболу.	Содержание учебного материала	1	2
	Права и обязанности игроков по футболу. Обязанности линейных судей.		
	Самостоятельная работа. Изучение спорных вопросов по судейству соревнований.	1	
Тема 3.5. Физкультурно-оздоровительное значение футбола.	Содержание учебного материала	1	2
	Физкультурно-оздоровительные технологии с использованием средств футбола. Использование футбола в рекреационной деятельности		
Тема 3.6. Основы спортивной тренировки в футболе.	Содержание учебного материала	1	2
	Цели и задачи спортивной тренировки; Определение спортивная тренировка, освоение техники и тактики, развитие физических способностей, совершенствование психических процессов. Характеристика основных видов подготовки в спорте; Виды подготовки: физическая, тактическая, техническая, интеллектуальная, интегральная. Средства и методы спортивной тренировки; Словесные, наглядные методы. Практические: равномерный, переменный, повторный, интервальный, игровой, метод круговой тренировки. Периодизация спортивной тренировки; Определение, Принцип круглогодичной тренировки, циклы, периоды: подготовительный, соревновательный, переходный, этапы.		
	Самостоятельная работа. Самостоятельные занятия по отработке технических приемов в футболе.	1	
	Самостоятельная работа. Составление периодизации спортивной тренировки.	1	
Раздел 4. Организация и проведение соревнований по футболу.		26	
Тема 4.1. Организационная работа и подготовка к проведению соревнований	Содержание учебного материала	2	2
	Спортивный календарь; Составление спортивного календаря. Расписания. Подготовка мест соревнований; Оборудование и инвентарь при проведении соревнований..		
Тема 4.2. Судейство соревнований	Содержание учебного материала	1	2
	Состав судейской коллегии; Ознакомление с обязанностями судей, их функциями на соревнованиях. Правила соревнований в футболе.		
	Самостоятельная работа. Наблюдение за ходом соревнований, работой судей.	1	
	Самостоятельная работа. Анализ работы судейских бригад.	1,75	
Раздел 5. Организация и методика проведения урока по футболу		20	
Тема 5.1. Структура и методика	Содержание учебного материала	1	2

составления урока по футболу	Структура урока по футболу; Ознакомление с особенностями и характеристиками отдельных частей урока. Конспект урока по футболу; Составление и разработка конспекта на заданную тему		
	Самостоятельная работа. Просмотр урока во время педагогической практики, их анализ.	1	
Раздел 6. Техника безопасности на занятиях по футболу		10	
Тема 6.1. Оборудование и требования к занятиям по футболу	Содержание учебного материала	1	2
	Оборудование мест занятий по футболу; Правильность размещения мест для занятий. Требования к оборудованию секторов и инвентарю при занятиях футболом.; Размещение, проверка инвентаря на исправность		
	Самостоятельная работа. Оснащение спортивной площадки, соблюдение техники безопасности.	1	
Раздел 7. Планирование учебно-тренировочного процесса		18	
Тема 7.1. Виды планирования	Содержание учебного материала	2	
	Роль планирования учебно-тренировочного процесса, перспективное, текущее, оперативное планирование		
	Самостоятельная работа. Последовательность в дозировках спортивных нагрузок	1	
Раздел 8. Методика подготовки футболистов		20	
Тема 8.1. Виды подготовки юных футболистов	Содержание учебного материала	2	
	Единство обучения и тренировки. Задачи, средства обучения и тренировки. Основные принципы обучения и тренировки		
Тема 8.2. Виды подготовки футболистов	Практическое занятие	12	
	Физическая подготовка	2	
	Техническая подготовка	2	
	Тактическая подготовка	2	
	Психологическая подготовка	2	
	Теоретическая подготовка	2	
	Воспитательная подготовка	2	
	Всего	88	

Для характеристики уровня освоения учебного материала используются следующие обозначения:

1. – ознакомительный (узнавание ранее изученных объектов, свойств);
2. – репродуктивный (выполнение деятельности по образцу, инструкции или под руководством)
3. – продуктивный (планирование и самостоятельное выполнение деятельности, решение проблемных задач)

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Реализация учебной дисциплины требует наличия учебного кабинета, универсального спортивного зала.

Оборудование учебного кабинета:

1. рабочие места по количеству обучающихся;
2. рабочее место преподавателя, оборудованное персональным компьютером, проектором, экраном, колонками;
3. комплект учебно-методических материалов;
4. наглядные пособия (схемы, таблицы, портреты спортсменов и др.);
5. технические средства обучения: компьютер с лицензионным программным обеспечением и выходом в Интернет, мультимедийный проектор, колонки
6. Аудио аппаратура

Оборудование спортивной площадки:

- 1 Футбольные ворота;
- 2 Сетка для ворот;
- 3 Угловые флажки;
- 3 Футбольные мячи;
- 4 Стойки для обводок;
- 5 Низкие барьеры;
- 6 Гимнастические скакалки.

3.2. Информационное обеспечение обучения

Основные источники:

1. Теория и методика футбола [Электронный ресурс]: учебник / А.В. Антипова [и др.]. — Электрон. текстовые данные. — М. : Издательство «Спорт», 2015. — 568 с. — 978-5-9906578-9-2. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/43919.html>
2. Железняк, Ю.Д., Портнов Ю.М., Савин В.П., Лексаков А.В. Спортивные игры: Техника, тактика, методика обучения. [Текст]: учебник. - 2-е изд., стереотип. - М.: Академия, 2004. - 520 с. - (Высшее профессиональное образование).
2. Железняк, Ю.Д., Портнов Ю.М., Савин В.П., Лексаков А.В. Спортивные игры: Совершенствование спортивного мастерства [Текст]: учебник. - М.: Академия, 2004. - 400 с. : ил. - (Высшее профессиональное образование)

Дополнительные источники:

1. Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта футбол [Электронный ресурс] / . — Электрон. текстовые данные. — М. : Советский спорт, 2014. — 24 с. — 2227-8397. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/57668.html>
2. Кузнецов А.А. Футбол. Настольная книга детского тренера. I этап (8—10 лет) [Электронный ресурс] : организационно-методическая структура учебно-тренировочного процесса в футбольной школе / А.А. Кузнецов. —

- Электрон. текстовые данные. — М. : Человек, Олимпия, 2007. — 112 с. — 978-5-903508-02-0. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/27618.html>
3. Кузнецов А.А. Футбол. Настольная книга детского тренера. II этап (11-12 лет) [Электронный ресурс] : организационно-методическая структура учебно-тренировочного процесса в футбольной школе / А.А. Кузнецов. — Электрон. текстовые данные. — М. : Человек, Олимпия, 2008. — 208 с. — 978-5-903508-09-9. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/27580.html>
4. Кузнецов А.А. Футбол. Настольная книга детского тренера. III этап (13-15 лет) [Электронный ресурс] : организационно-методическая структура учебно-тренировочного процесса в футбольной школе / А.А. Кузнецов. — Электрон. текстовые данные. — М. : Человек, Олимпия, 2008. — 312 с. — 978-5-903508-10-5. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/27581.html>
5. Кузнецов А.А. Футбол. Настольная книга детского тренера. IV этап (16-17 лет) [Электронный ресурс] : организационно-методическая структура учебно-тренировочного процесса в футбольной школе / А.А. Кузнецов. — Электрон. текстовые данные. — М. : Человек, Олимпия, 2008. — 168 с. — 978-5-903508-11-2. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/27582.html>
6. Губа В.П. Организация учебно-тренировочного процесса футболистов различного возраста и подготовленности [Электронный ресурс] : учебное пособие / В.П. Губа, А.В. Лексаков. — Электрон. текстовые данные. — М. : Советский спорт, 2012. — 176 с. — 978-5-9718-0610-3. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/16822.html>
7. Губа В. Методология подготовки юных футболистов [Электронный ресурс] : учебно-методическое пособие / В. Губа, А. Стула. — Электрон. текстовые данные. — М. : Издательство «Спорт», Человек, 2015. — 184 с. — 978-5-906131-55-3. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/43907.html>
8. Кугно Э.Э Футбол: Учебно-методическое пособие для студентов высших учебных заведений, обучающихся по направлению 49.03.01 «Физическая культура»/ Э.Э Кугно. К. В. Якимов.- Иркутск : ООО «Мегапринт», 2015-78с.
9. Левченко Е.С. Футбол [Электронный ресурс] : учебное пособие / Е.С. Левченко. — Электрон. текстовые данные. — Ставрополь: СевероКавказский федеральный университет, 2014. — 159 с. — 2227-8397. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/63028.html>

Интернет-ресурсы

1. Библиотека международной спортивной информации. – Режим доступа: <http://bmsi.ru/source/d6189538-a182-446f-a368-e90d0392945d>
2. Журнал «Вестник спортивной науки». - Режим доступа: http://vniifk.ru/journal_vsn.php
3. Научная электронная библиотека E-LIBRARY.ru. – Режим доступа: <http://elibrary.ru/defaultx.asp>
4. Педагогический журнал. – Режим доступа: <http://publishingvak.ru/pedagogy.htm>
5. Перспективы науки и образования. Режим доступа: http://psyjournals.ru/science_and_education/index.shtml
6. Российский футбольный союз. Режим доступа: www.rfs.ru/

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий, тестирования, а также выполнения обучающимися индивидуальных заданий, проектов, исследований.

Таблица 3

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
Уметь: - планировать, проводить и анализировать занятия по футболу; - выполнять профессионально значимые двигательные действия по футболу; - использовать терминологию футбола; - применять приемы страховки и самостраховки при выполнении физических упражнений; - обучать двигательным действиям футбола; - подбирать, хранить, осуществлять мелкий ремонт оборудования и инвентаря; - использовать оборудование и инвентарь для занятий футболом в соответствии с его назначением и особенностями эксплуатации;	Наблюдение, экспертная оценка планов занятий Наблюдение, выполнение контрольных упражнений Наблюдение, экспертная оценка планов занятий Наблюдение Наблюдение за процессом проведения учебного занятия Наблюдение Наблюдение
Знать: - историю и этапы развития футбола; - терминологию в футболе; - технику профессионально значимых двигательных действий в футболе; - содержание, формы организации и методику проведения занятий по футболу; - методику обучения двигательным действиям в футболе; - особенности и методику развития физических качеств в футболе; - основы судейства в футболе; - разновидности спортивно-оздоровительных сооружений, оборудования и инвентаря для занятий футболом, особенности их эксплуатации; - технику безопасности и требования к физкультурно-спортивным сооружениям, оборудованию и инвентарю.	Письменный опрос, тестирование Устный опрос, тестирование, наблюдение Выполнение контрольных упражнений, наблюдение Наблюдение, экспертная оценка планов занятий Письменный опрос, наблюдение Письменный опрос, наблюдение, тестирование Наблюдение Наблюдение Письменный опрос, тестирование

Разработчики:

- Агаев Н. Н., преподаватель по физической культуре ГБПОУ «Дербентский профессионально-педагогический колледж им. Г. Б. Казиахмедова».

Рецензент: Курбанов Н. А., руководитель ГМО учителей физической культуры г. Дербент, руководитель МЦТ ГТО в городском округе «г. Дербент»