

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ ОМСКОЙ ОБЛАСТИ
казенное общеобразовательное учреждение Омской области
«Калачинская адаптивная школа-интернат»

Принято на заседании
методического совета
протокол №1 от 29.08.2024 г.

Утверждаю
Директор КОУ «Калачинская
адаптивная школа-интернат»
_____ Н.В. Козицкая
Приказ № 41-од от 30.08.2024 г.

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
«Футбол»
для обучающихся с ОВЗ
(интеллектуальные нарушения)**

Целевая аудитория - 11-17 лет
Направленность — физкультурно-спортивная
Срок реализации-1 год
Трудоемкость программы – 68 часов
Очная форма освоения
Базовый уровень сложности содержания

Автор-составитель Яркова В.Н.
Андреева Т.Н.
педагоги дополнительного образования

Калачинск, 2024 г.

Пояснительная записка.

Направленность программы - физкультурно-спортивная.

Форма освоения – очная.

Актуальность программы заключается во всестороннем развитии личности обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) в процессе приобщения их к физической культуре, повышении уровня их психофизического развития, расширении индивидуальных двигательных возможностей, комплексной коррекции нарушений развития, социальной адаптации. У многих детей с ограниченными возможностями здоровья, обучающихся в данном учреждении, наряду с основным диагнозом, имеется много различных сопутствующих заболеваний, таких как различные нарушения сердечно-сосудистой, дыхательной, эндокринной систем, отмечаются нарушения зрения и слуха, ожирение, ограниченность речевого развития. В двигательной сфере детей, страдают координация, точность и темп движений, сенсомоторика, наблюдаются различные аномалии опорнодвигательного аппарата (нарушение осанки, сколиозы, плоскостопие), мышечная слабость, отставание в росте. Память характеризуется слабым развитием и низким уровнем запоминания. Систематические занятия футболом способствуют повышению общего уровня двигательной активности детей с нарушением интеллекта, служат важным фактором компенсации гиподинамии, что, безусловно, положительно скажется на состоянии здоровья учащихся данной категории детей.

Педагогическая целесообразность программы заключается в том, что она предполагает приобщение детей с нарушением интеллекта к здоровому образу жизни, формирование мотивов и потребностей в бережном отношении к собственному здоровью, умение использовать средства физической культуры и спорта в организации здорового образа жизни и досуговой деятельности.

Программа разработана для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) 11-17 лет. В подростковом и юношеском возрасте складываются, оформляются устойчивые формы поведения, черты характера, способы эмоционального реагирования. Для обучающихся это пора достижений, стремительно наращивания знаний, умений. В личностной сфере у обучающихся происходит становление «Я», обретение новой социальной позиции. Вместе с тем, происходит потеря детского мироощущения, появление чувства тревожности и психологического дискомфорта. У обучающихся увеличивается внимание к себе, к своим физическим особенностям; обостряется реакция на мнение окружающих, повышается чувство собственного достоинства и обидчивость. Физические недостатки часто преувеличиваются. Образовательная деятельность выстраивается с полным учетом особенностей заболевания. Деятельность по программе ориентирована на формирование у детей самостоятельности, самоконтроля, умения действовать в группе сверстников, заботиться о своем здоровье.

Цель программы: развитие физических качеств у обучающихся 11-17 лет, потребности к занятиям физической культурой посредством игры в футбол.

Задачи программы:

- ✓ Осуществлять коррекцию имеющихся нарушений развития, обеспечение разностороннего физического развития и укрепление здоровья детей с нарушением интеллекта, посредством игры в футбол.
- ✓ Укреплять здоровье детей, развитие основных физических качеств учащихся.
- ✓ Развивать физические возможности (силовые, скоростные, координационные качества, выносливость, гибкость).
- ✓ Корректировать недостатки познавательной сферы и психомоторного развития (посредством обучение технике и тактике игры), развитие и совершенствование волевой сферы.
- ✓ Формировать устойчивый интерес к занятиям футболом.

В группе занимаются 15 человек. Прием осуществляется на основе инициативы обучающихся и по заявлению родителей. Занятия проводятся в спортивном зале и на спортивной площадке на территории КОУ «Калачинская адаптивная школа-интернат».

Формы и режим занятий: периодичность занятий: один раз в неделю, по 2 часа. Продолжительность одного учебного часа - 40 мин, перемена между занятиями составляет 10 минут. Программа рассчитана на 1 года (68 часов).

Формы организации учебных занятий:

- словесные;
- наглядные;
- практические упражнения.

Формы организации работы:

- фронтальная: работа педагога со всеми учащимися одновременно;
- групповая: организация работы в группах;
- индивидуальная: организуется для работы с детьми, с целью подготовки их участие в различных футбольных турнирах, соревнованиях.

Планируемые результаты освоения программы:

Коммуникативные:

- уметь вести диалог, распределять функции и роли в процессе выполнения коллективной игры;
- уметь слушать и задавать вопросы;
- проявлять уважительное отношение к окружающим, товарищам по команде и соперникам.

Познавательные:

- уметь самостоятельно определять цели своего обучения, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;
- владеть приемами самоконтроля.

Регулятивные:

- уметь принимать и сохранять учебную задачу;
- уметь осуществлять учебные действия в соответствии с поставленной задачей;
- уметь адекватно воспринимать предложения и оценку педагога, учащихся в учебной и игровой деятельности.

Предметные результаты (общие):

- ориентироваться в понятиях «здоровый образ жизни»,
- знать названия атрибутов футбола, технических и тактических элементов и уметь их показывать
- уметь самостоятельно организовать игровую деятельность
- характеризовать значение соревнований по футболу;
- раскрывать понятия: физическое качество (сила, быстрота, гибкость, выносливость, ловкость), техника выполнения упражнения, действия ориентироваться в тактических и технических действиях в футболе;
- знать технико-тактические комбинации;
- уметь исправить ошибки в технико-тактических элементах у себя и у своих сверстников.

Предметные результаты по разделам программы:

Раздел № 1. Общая физическая подготовка. Введение:

- требования безопасности перед началом занятий;
- правила техники безопасности во время игры в футбол;
- состояние и развитие футбола в России;
- профилактика травматизма.

- раскрывать основные понятия правила игры в футбол и применять их в процессе самостоятельных и совместных занятий физическими упражнениями;
- излагать особенности техники выполнения двигательных действий и физических упражнений игры «футбол»;
- знать название упражнений для развития физических качеств футболистов;
- устранять ошибки в технике выполнения упражнений с футбольным мячом.

Раздел № 2. Специальная физическая подготовка.

- способы выявления и устранения ошибок в технике выполнения упражнений;
- отработка технических приемов и тактических действий;
- выполнение упражнений, рекомендуемых футболистам для развития физических качеств;
- владеть техническими и тактическими действиями в атаке и в обороне;
- использовать знания и практические навыки по взаимодействию игроков во время игры в футбол;
- руководствоваться правилами техники безопасности занятий футболом, правильного выбора обуви и формы одежды в зависимости от места проведения занятий;
- применять полученные знания и умения в соревновательной деятельности по футболу;
- определять объективные и субъективные данные самоконтроля;
- выполнять контрольные упражнения футболиста.

Раздел № 3. Техническая и тактическая подготовка.

- совершенствование техники ведения, остановки и отбора мяча; ударов по мячу;
- понятие о стратегии, системе, тактике и стиле игры;
- понятие о тактических вариантах игры;
- понятие о тактике 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.

Раздел № 4. Психологическая подготовка.

- понимать выполнение основных упражнений с футбольным мячом;
- знать контрольные упражнения для определения уровня физической подготовленности футболиста;
- сравнивать свои результаты выполнения контрольных упражнений с результатами других обучающихся.

Учебно-тематический план

№ раздела	Тема занятия	Всего
Раздел № 1	Общая физическая подготовка (20 часов)	
1.1	Вводное занятие: Значение ОФП в подготовке футболистов. Виды общеразвивающих упражнений. Подбор инвентаря для занятий.	2
1.2	Эстафеты: с бегом, с прыжками. Общеразвивающие упражнения на гимнастической стенке.	2
1.3	Общеразвивающие упражнения с набивными мячами. Эстафеты с прыжками и чехардой.	2
1.4	Бег 20,30,40 метров Подвижные игры с мячом.	2
1.5	Общеразвивающие упражнения со скакалкой. Прыжки на скакалке. Подвижные игры с мячом.	2
1.6	Общеразвивающие упражнения с гимнастическими палками. Подвижные игры «Возов номеров с мячом», «Гонка мячей».	2
1.7	Общеразвивающие упражнения на снарядах (скамейка). Подвижные игры «Перестрелка», «Мяч ловцу».	2
1.8	Эстафетный бег с этапами до 40м Подвижные игры с мячом.	2
1.9	Общеразвивающие упражнения с мячами различных размеров. Подвижная игра «Перетягивание через черту»	2
1.10	Эстафетный бег. Подвижные игры «Борьба за мяч», «Метко в цель»	2
Раздел № 2	Специальная физическая подготовка (18 часов)	
2.1	Значение СФП в подготовке футболистов. Виды упражнений. Правила безопасности при выполнении специальных физических упражнений.	2
2.2	Скоростной бег с переключениями. Подвижные игры с мячом.	2
2.3	Броски мяча с максимальной скоростью. Командная игра по упрощённым правилам.	2
2.4	Старты из различных исходных положений, семенящий бег на месте. Командная игра по упрощённым правилам.	2
2.5	Бег с изменением направления и скорости, с остановками по сигналу. Подвижные игры с мячом	2
2.6	Бег по наклонной дорожке. Подвижная игра «Салочки с мячом»	2
2.7	Эстафеты с преодолением препятствий. Скоростной бег с переключениями.	2
2.8	Ведение мяча с обводкой стоек. Игры с мячом.	2
2.9	Стартовые рывки футболистов к мячу с последующим ударом по воротам. Подвижная игра «Рывок за мячом».	2
Раздел № 3	Техническая и тактическая подготовка (26 часов)	
3.1	Значение технической и тактической подготовки в футболе. Правила	2
3.2	Передвижения боком, спиной вперед, ускорения, остановки. Повороты и старты из различных исходных положений.	2

3.3	Действия вратаря. Удар по неподвижному мячу в ворота. Двусторонняя игра.	2
3.4	Удары по неподвижному и катящемуся мячу внутренней стороной стопы и средней частью подъема.	2
3.5	Остановка катящегося мяча подошвой. Командная игра по упрощённым правилам.	2
3.6	Ведение мяча по прямой. Двусторонняя игра по упрощённым правилам.	2
3.7	Ведение мяча с изменением направления движения и скорости. Эстафеты с передачей мяча.	2
3.8	Ведение мяча с обводкой стоек. Ведение мяча с обводкой стоек, последующим ударом в цель.	2
3.9	Жонглирование мячом. Двусторонняя игра по упрощённым правилам.	2
3.10	Закрепление техники перемещения боком, спиной вперёд. Командная игра по упрощённым правилам.	2
3.11	Удар по неподвижному мячу внутренней стороной стопы. Удар по катящемуся мячу внутренней стороной стопы.	2
3.12	Закрепление техники остановки катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой. Двусторонняя игра по упрощённым правилам.	2
3.13	Ведение мяча с изменением направления движения и скорости. Обводка стоек. Удар по воротам.	2
Раздел № 4	Психологическая подготовка (4 часа)	
4.1	Способы регуляции психологического состояния. Упражнения на релаксацию. Игра в футбол малыми составами.	2
4.2	Итоговое занятие. Викторина «Всё о футболе». Соревнования.	2
	Итого:	68 час ов

Содержание программы

Раздел №1 Общая физическая подготовка (20 часов)

1.1 Вводное занятие: История возникновения футбола. Значение ОФП в подготовке футболистов (2 часа)

Дидактические единицы. Терминология в футболе. Подготовка к тренировочным занятиям. Общефизическая подготовка футболиста.

Деятельность обучающихся. Просмотр презентации. Знакомство с историей возникновения футбола. Ответы на вопросы педагога. Выполнение тестирования.

Форма организации учебных занятий: беседа

Форма контроля: рефлексия, тестирование.

1.2 Эстафеты: с бегом, с прыжками. Общеразвивающие упражнения на гимнастической стенке.

Дидактические единицы. Виды общеразвивающих упражнений. Правила выполнения эстафет. Контроль за состоянием во время тренировки. Виды инвентаря.

Деятельность обучающихся. Просмотр учебного видео. Знакомство с инвентарём. Выполнение общеразвивающих упражнений, эстафет, прыжков. Рефлексия.

Форма организации учебных занятий: беседа, тренировочное занятие.

Форма контроля: рефлексия.

1.3 Общеразвивающие упражнения с набивными мячами.

Эстафеты с прыжками и чехардой. (2 часа)

Дидактические единицы. Техника выполнения упражнений с набивным мячом. Правила эстафет. Техника безопасности во время опорных прыжков через партнёра.

Деятельность обучающихся. Выполнение ОРУ с мячами и выполнение прыжков. Соревновательная деятельность. Рефлексия. Самоанализ.

Форма организации учебных занятий: тренировочное занятие

Форма контроля: игровое задание, рефлексия.

1.4 Бег 20,30,40 метров. Подвижные игры с мячом. (2 часа)

Дидактические единицы. Виды коротких дистанций. Распределение нагрузки. Соблюдение правил подвижных игр.

Деятельность обучающихся. Выполнение разминки, бега на короткие дистанции. Знакомство с правилами и содержанием подвижных игр. Игровые действия. Рефлексия. Самооценка.

Форма организации учебных занятий: Тренировочное занятие.

Форма контроля: рефлексия.

1.5 Общеразвивающие упражнения со скакалкой. Прыжки на скакалке.

Подвижные игры с мячом.(2 часа)

Дидактические единицы. Виды прыжков со скакалкой. Самоконтроль качества выполнения упражнений. Правила игры, их соблюдение.

Деятельность обучающихся. Подбор скакалок по росту. Выполнение ОРУ, подводящих упражнений. Прыжки со скакалкой. Игровые действия. Обсуждение итогов занятия. Рефлексия.

Форма организации учебных занятий: тренировочное занятие

Форма контроля: рефлексия.

1.6 Общеразвивающие упражнения с гимнастическими палками. Подвижные игры «Вызов номеров с мячом», «Гонка мячей».(2 часа)

Дидактические единицы. Техника безопасности при выполнении ОРУ с гимнастическими палками. Правила подвижных игр.

Деятельность обучающихся. Выполнение разминки, ОРУ с гимнастическими палками. Знакомство с правилами подвижных игр. Игровые действия. Обсуждение итогов. Рефлексия.

Форма организации учебных занятий: тренировочное занятие.

Форма контроля: игровые задания, рефлексия.

1.7 Общеразвивающие упражнения на снарядах (скамейка).

Подвижные игры «Перестрелка», «Мяч ловцу».(2 часа)

Дидактические единицы. Виды ОРУ на гимнастической скамье, техника выполнения приседаний и поднимания туловища с помощью гимнастической скамьи. Правила подвижных игр.

Деятельность обучающихся. Выполнение разминки, ОРУ с гимнастическими скамейками. Знакомство с правилами подвижных игр. Игровые действия. Рефлексия.

Форма организации учебных занятий: Тренировочное занятие.

Форма контроля: задания, рефлексия.

1.8 Эстафетный бег с этапами до 40м. Подвижные игры с мячом. (2 часа)

Дидактические единицы. Особенности подготовки дистанции и инвентаря. Правила подвижных игр. Действия с мячом.

Деятельность обучающихся. Выполнение разминки, упражнений с предметами. Знакомство с дистанцией и правилами эстафетного бега. Выполнение эстафетного бега. Игровые действия. Рефлексия. Самооценка.

Форма организации учебных занятий: тренировочное занятие.

Форма контроля: рефлексия, контроль за выполнением упражнений.

1.9 Общеразвивающие упражнения с мячами различных размеров. Подвижная игра «Перетягивание через черту» (2 часа)

Дидактические единицы. Правила подбора инвентаря. Техника выполнения ОРУ с мячами.

Деятельность обучающихся. Выполнение разминки, подбор мячей. Выполнение ОРУ с мячами. Игровые действия. Просмотр видеоролика. Взаимоконтроль. Самоконтроль. Рефлексия.

Форма организации учебных занятий: тренировочное занятие

Форма контроля: рефлексия.

1.10 Эстафетный бег. Подвижные игры «Борьба за мяч», «Метко в цель» (2 часа)

Раздел № 2. Специальная физическая подготовка (18 часов)

2.1 Значение СФП в подготовке футболистов. Виды упражнений. Правила безопасности при выполнении специальных физических упражнений. (2 часа)

Дидактические единицы Виды упражнений. Правила техники безопасности при выполнении физических упражнений.

Деятельность обучающихся. Просмотр презентации. Видео. Обсуждение. Выполнение тестирования. Рефлексия. Самооценка.

Форма организации учебных занятий: беседа

Форма контроля: рефлексия.

2.2. Скоростной бег с переключениями. Подвижные игры с мячом. (2 часа)

Дидактические единицы. Понятие скоростной бег. Правила безопасная игра с мячом в подвижные игры.

Деятельность обучающихся. Выполнение разминки, ОРУ с предметами. Выполнение скоростного бега. Контроль за дыханием. Повторение правил игры. Игровые действия. Подведение итогов тренировки. Рефлексия. Самооценка.

Форма организации учебных занятий: тренировочное занятие.

Форма контроля: рефлексия.

2.3 Броски мяча с максимальной скоростью. Командная игра по упрощённым правилам.(2 часа)

Дидактические единицы. Технически правильное выполнение двигательных действий.

Деятельность обучающихся. Выполнение упражнений в ходьбе и беге. Выполнение ОРУ с предметами, бросков мячей. Игровые командные действия. Просмотр видеоролика. Обсуждение игры. Рефлексия

Форма организации учебных занятий: тренировочное занятие.

Форма контроля: рефлексия.

2.4 Старты из различных исходных положений, семенящий бег на месте. Командная игра по упрощённым правилам. (2 часа)

Дидактические единицы. Правильность выполнения старта из различных положений.

Деятельность обучающихся. Выполнение разминки, комплекса ОРУ со скакалкой, семенящего бега и бега из различных стартовых положений. Игровые действия. Обсуждение игры.

Форма организации учебных занятий: тренировочное занятие.

Форма контроля: выполнение упражнений, рефлексия.

2.5 Бег с изменением направления и скорости, с остановками по сигналу.

Подвижные игры с мячом. (2 часа)

Дидактические единицы. Понятие о технике передвижения футболиста. Техника передвижения футболиста.

Деятельность обучающихся. Выполнение разминки, комплекса ОРУ, бега из различных стартовых положений. Игровые действия. Обсуждение игры. Рефлексия. Самооценка.

Форма организации учебных занятий: тренировочное занятие.

Форма контроля: рефлексия.

2.6 Бег по наклонной дорожке. Подвижная игра «Салочки с мячом» (2 часа)

Дидактические единицы. Правильное выполнение ходьбы по гимнастической скамейке. Сохранение осанки. Техника выполнения упражнений.

Деятельность обучающихся. Выполнение разминки, комплекса ОРУ на гимнастической скамье. Бег по наклонной дорожке. Просмотр видеоролика. Игровые действия. Рефлексия

Форма организации учебных занятий: тренировочное занятие.

Форма контроля: рефлексия.

2.7 Эстафеты с преодолением препятствий. Скоростной бег с переключениями.(2 часа)

Дидактические единицы. Правила прохождения полосы препятствий.

Деятельность обучающихся. Выполнение разминки, ОРУ. Бег с преодолением препятствий. Бег с переключением скорости. Игровые действия. Рефлексия. Самооценка.

Форма организации учебных занятий: тренировочное занятие.

Форма контроля: рефлексия.

2.8. Ведение мяча с обводкой стоек. Игры с мячом (2 часа)

Дидактические единицы. Техника ведения мяча с обводкой стоек.

Деятельность обучающихся. Самостоятельная разминка. Беговые упражнения. Выполнение ОРУ. Ведение мяча по прямой и с обводкой стоек. Просмотр видеоролика. Игровые действия. Рефлексия. Самооценка.

Форма организации учебных занятий: тренировочное занятие.

Форма контроля: рефлексия.

2.9 Стартовые рывки футболистов к мячу с последующим ударом по воротам.

Подвижная игра «Рывок за мячом». (2 часа)

Дидактические единицы. Техника ударов по мячу и остановок мяча. Техника ведения мяча. Техника ударов по воротам. Рефлексия. Самооценка.

Деятельность обучающихся. Выполнение Разминки, ОРУ с гимнастическими палками.

Рывки к мячу с последующим ударом по воротам из разных позиций. Знакомство с правилами игры. Игровые действия. Обсуждение итогов занятия.

Форма организации учебных занятий: тренировочное занятие.

Форма контроля: выполнение упражнений, рефлексия.

Раздел №3 Техническая и тактическая подготовка (26 часов)

3.1 Значение технической и тактической подготовки в футболе. Правила игры.

Терминология в футболе. (2 часа)

Дидактические единицы. Знакомство с основами технической и тактической подготовки в футболе.

Деятельность обучающихся. Просмотр презентации. Ответы на вопросы педагога. Выполнение тестирования. Рефлексия. Самооценка.

Форма организации учебных занятий: Беседа

Форма контроля: рефлексия, тестирование.

3.2 Передвижения боком, спиной вперед, ускорения, остановки. Повороты и старты из различных исходных положений.(2 часа)

Дидактические единицы. Техника выполнения стойки, передвижения боком спиной вперед и остановки.

Деятельность обучающихся. Выполнение разминки, общеразвивающих упражнений. Передвижение различными способами с ускорениями и остановками. Выполнение поворотов и стартов. Игровые действия. Обсуждение. Рефлексия.

Форма организации учебных занятий: Беседа, тренировочное занятие.

Форма контроля: выполнение упражнений, рефлексия.

3.3 Действия вратаря. Удар по неподвижному мячу в ворота. Двусторонняя игра.(2 часа)

Дидактические единицы. Техника выполнения ударов по воротам с разных позиций. Действия вратаря. Некоторые правила игры в футбол.

Деятельность обучающихся. Выполнение ОРУ с мячами, прыжков. Выполнение ударов по воротам. Знакомство с действиями вратаря. Просмотр презентации. Соревновательная и игровая деятельность. Рефлексия. Самооценка.

Форма организации учебных занятий: тренировочное занятие

Форма контроля: игровое задание, рефлексия.

3.4 Удары по неподвижному и катящемуся мячу внутренней стороной стопы и средней частью подъема. (2 часа)

Дидактические единицы. Техника ударов по неподвижному и катящемуся мячу внутренней стороной стопы, средней частью подъема.

Деятельность обучающихся. Выполнение разминки, бега на короткие дистанции. Знакомство с техникой удара по мячу. Игровые действия. Самооценка.

Форма организации учебных занятий: Тренировочное занятие.

Форма контроля: рефлексия.

3.5 Остановка катящегося мяча подошвой. Командная игра по упрощённым правилам. (2 часа)

Дидактические единицы. Техника остановки катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой.

Деятельность обучающихся. Выполнение разминки, ОРУ, подводящих упражнений. Прыжки со скакалкой. Знакомство с остановки мяча. Игровые действия. Обсуждение игры и итогов занятия. Рефлексия. Самооценка.

Форма организации учебных занятий: тренировочное занятие

Форма контроля: рефлексия.

3.6 Ведение мяча по прямой. Двусторонняя игра по упрощённым правилам. (2 часа)

Дидактические единицы. Техника ведения мяча по прямой.

Деятельность обучающихся. Выполнение разминки, комплекса ОРУ со скакалкой, семенящего бега и бега из различных стартовых положений. Знакомство с техникой ведения мяча по прямой. Игровые действия. Обсуждение игры. Рефлексия. Самооценка.

Форма организации учебных занятий: тренировочное занятие.

Форма контроля: рефлексия.

3.7 Ведение мяча с изменением направления движения и скорости. Эстафеты с передачей мяча (2 часа)

Дидактические единицы. Техника ведения мяча с изменением направления движения. Действия с мячом при изменении скорости.

Деятельность обучающихся. Выполнение разминки, комплекса ОРУ на гимнастической скамье. Бег по наклонной дорожке. Выполнение ведения мяча с изменением направления и скорости. Соревновательные действия. Просмотр презентации. Рефлексия. Самооценка.

Форма организации учебных занятий: тренировочное занятие.

Форма контроля: рефлексия.

3.8 Ведение мяча с обводкой стоек. Ведение мяча с обводкой стоек, последующим ударом в цель. (2 часа)

Дидактические единицы. Техника ведения мяча с обводкой стоек. Правила игры.

Деятельность обучающихся. Выполнение разминки, ОРУ. Бег с преодолением препятствий. Ведение мяча с обводкой стоек, удары в цель. Игровые действия. Рефлексия. Самооценка.

Форма организации учебных занятий: тренировочное занятие.

Форма контроля: рефлексия.

Жонглирование мячом. Двусторонняя игра по упрощенным правилам. (2 часа)

Дидактические единицы. Прикладные упражнения. Разновидности передвижения в беге. Стандартные положения: угловой, штрафной, пенальти, стенка. Правила игры в футбол.

Деятельность обучающихся. Самостоятельная разминка. Беговые упражнения. Выполнение ОРУ. Ведение мяча по прямой. Жонглирование мячом. Игровые действия. Рефлексия. Самооценка.

Форма организации учебных занятий: тренировочное занятие.

Форма контроля: рефлексия.

3.10 Закрепление техники перемещения боком, спиной вперёд. Командная игра по упрощённым правилам.(2 часа)

Дидактические единицы. Удары по мячу разными способами. Остановка и передача мяча.

Деятельность обучающихся. Выполнение Разминки, ОРУ. Прыжковые и беговые упражнения. Перемещение боком и спиной. Просмотр презентации.

Рывки к мячу с последующим ударом по воротам из разных позиций. Игровые действия.

Обсуждение итогов занятия. Рефлексия.

Форма организации учебных занятий: тренировочное занятие.

Форма контроля: рефлексия.

3.11 Удар по неподвижному мячу внутренней стороной стопы. Удар по катящемуся мячу внутренней стороной стопы. (2 часа)

Дидактические единицы. Техника ударов по неподвижному и катящемуся мячу внутренней стороной стопы.

Деятельность обучающихся. Выполнение разминки, ОРУ с предметами. Выполнение скоростного бега. Контроль за дыханием. Выполнение ударов по неподвижному и катящемуся мячу. Подведение итогов тренировки. Рефлексия.

Форма организации учебных занятий: тренировочное занятие.

Форма контроля: рефлексия.

3.12 Закрепление техники остановки катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой. Двусторонняя игра по упрощённым правилам.(2 часа)

Дидактические единицы. Техника остановки катящегося мяча. Правила игры в футбол.

Деятельность обучающихся. Выполнение разминки, комплекса ОРУ со скакалкой, бега из различных стартовых положений. Выполнение остановки катящегося мяча подошвой. Игровые действия. Обсуждение игры. Рефлексия. Самооценка.

Форма организации учебных занятий: тренировочное занятие.

Форма контроля: рефлексия.

3.13 Ведение мяча с изменением направления движения и скорости. Обводка стоек. Удар по воротам. (2 часа)

Дидактические единицы. Правила нанесения ударов по воротам, удары из различных положений.

Деятельность обучающихся. Выполнение разминки, комплекса ОРУ на гимнастической скамье. Бег по наклонной дорожке. Просмотр презентации. Выполнение ведения мяча с обводкой стоек и последующим ударом по воротам. Игровые действия. Рефлексия

Форма организации учебных занятий: тренировочное занятие.

Форма контроля: рефлексия.

Раздел № 4 Психологическая подготовка (2 часа)

Способы регуляции психологического состояния. Упражнения на релаксацию. Игра в футбол малыми составами.

Дидактические единицы. Значение и виды релаксирующих упражнений.

Деятельность обучающихся. Просмотр презентации. Ответы на вопросы педагога. Выполнение упражнений на релаксацию. Игровые действия. Выполнение тестирования. Рефлексия. Самооценка.

Форма организации учебных занятий: Беседа, тренировочное занятие.

Форма контроля: рефлексия, тестирование.

Итоговое занятие. Викторина «Всё о футболе». Соревнования. (2 часа)

Дидактические единицы. Правила участия в викторине. Положение соревнований.

Судейство соревнований. Правила игры.

Деятельность обучающихся. Участие в викторине. Командная игра. Рефлексия. Самооценка.

Форма организации учебных занятий: Игра. Соревнование.

Форма контроля: рефлексия.

Контрольно-оценочные средства.

Результаты освоения обучающимися программы обучения отслеживаются следующими видами контроля:

- входящий (тестирование знаний, умений, навыков);
- итоговый (позволяет оценить состояние занимающихся в процессе тренировочных занятий и осуществить оперативную коррекцию тренировочного воздействия).

Способы оценки личностных результатов:

- наблюдение (на каждом занятии);
- тестирование (входящая и итоговая аттестация);
- организация и участие в спортивных мероприятиях:
 - соревнования по футболу;
 - физкультурно - досуговая деятельность;
 - контрольные игры проводятся регулярно в учебных целях как более высокая ступень учебных игр с заданиями.

Критерии и методики оценки образовательных результатов реализации программы

Критерии оценки/темы	Уровни оценки образовательной деятельности			Методики/диагностики/способы проведения оценки
	низкий уровень	средний уровень	высокий уровень	
Результаты по профилю программы (входящий, итоговый мониторинг)				
Физическая подготовка. Бег по прямой, змейкой. Перемещение по площадке.	не выполняет	выполняет при помощи педагога	выполняет	Педагогическое наблюдение. Выполнение практических упражнений. Тестирование.

Техническая подготовка. Удар по мячу на точке Остановка мяча.	не выполняет	выполняет при помощи педагога	выполняет	Педагогическое наблюдение. Выполнение практических упражнений. Тестирование.
Удары по воротам с места, в движении, разных точек.	не выполняет	выполняет при помощи педагога	выполняет	Педагогическое наблюдение. Выполнение практических упражнений. Тестирование.
Индивидуальные и коллективные действия с мячом.	не выполняет	выполняет при помощи педагога	выполняет	Педагогическое наблюдение. Выполнение практических упражнений. Тестирование.
Учебная игра. Соблюдение правил игры	не выполняет	выполняет при помощи педагога	выполняет	Педагогическое наблюдение. Выполнение практических упражнений. Тестирование.

Фиксация показателей развития:

Н – низкий -(1 балл)

С – средний- (2 балла)

В – высокий- (3 баллов)

Результаты тестирования по каждому критерию суммируются.

Н – низкий от 1 до 5 - репродуктивный характер деятельности при низкой самостоятельности, необходимость прямой помощи взрослого; результат труда низкого качества.

С – средний от 6 до 9 - качество результата относительно хорошее при небольшой организующей и направляющей помощи педагога. Требуются советы, указания, включение взрослого в трудовой процесс.

В – высокий от 10 до 15 - Самостоятельность, результат достаточно высокого качества.

Личностные результаты (входящий, итоговый мониторинг)		
Социальная адаптированность	<p>Высокий уровень: яркая степень проявления критерия.</p> <p>Средний уровень: достаточная степень проявления критерия.</p> <p>Низкий уровень: недостаточная степень проявления критерия.</p>	<p>- Тест на доброжелательность. Диагностика по шкале Д. Кэмпбелла.</p>
Метапредметные результаты		

(промежуточный, итоговый мониторинг)		
Коммуникативные УУД	1 уровень - низкий уровень (1 балл) – задание не выполнено или фишки разделены произвольно, с нарушением правила 2 уровень - средний уровень (2 балла) – задание выполнено частично 3 уровень - высокий уровень (3 балла) – фишки разделены на четыре кучки	Методика №13. «Совместная сортировка» (Бурменская г. В.)
Регулятивные УУД	7-8 заданий – высокий уровень 4-6 заданий – средний уровень 1-3 задания – низкий уровень	Тест простых поручений (модификация теста «Интеллектуальная лабильность» ППМС-центр «Доверие»)
Познавательные УУД	высокий уровень – 7-12 рядов обобщены с родовыми понятиями средний – 7-12 рядов с одним родовым понятием низкий – 1-6 рядов с одним родовым понятием	Методика «Исключение лишнего»

Условия реализации программы

Раздел программы №	Материально-техническое обеспечение	Информационно-образовательные ресурсы	Учебно-методическое обеспечение	Кадровое обеспечение
Раздел №1 Общая физическая подготовка (18 часов)	ПК -Медиа проектор, экран -Принтер Гимнастическая стенка Гимнастическая скамья. Секундомер Гимнастические палки Скакалки Мячи разного размера Гантели Легкоатлетические барьеры Эстафетные палочки Гимнастические маты	<u>Обучающие материалы: Истрия возникновения и развития футбола.</u> <u>Картотека общеразвивающих упражнений с гимнастическими палками.</u> <u>Комплексы упражнений с большими мячами.</u> <u>Комплекс ОРУ со скакалкой.</u> <u>«Техника безопасности при выполнении ору»</u>	Инструкция: Техника безопасности на занятиях. Анкета «Что я знаю о футболе» Картотека подвижных игр. Схематические картинки. Презентация	Педагог дополнительного образования

<p>Раздел №2 Специальная физическая подготовка</p>	<p>Гимнастическая стенка Гимнастическая скамья. Секундомер Гимнастические палки Скакалки Мячи разного размера Гантели Легкоатлетические барьеры Эстафетные палочки Гимнастические маты Футбольные мячи Стойки</p>	<p>Обучающие видео название: «Скоростной бег с переключениями»</p> <p>Специальная физическая подготовка в футболе картинки</p> <p>«Техника передвижения футболиста»</p> <p>«Техника ведения мяча»</p>	<p>Картотека специальных физических упражнений.</p> <p>Картотека подвижных игр.</p> <p>Схематические картинки.</p> <p>Презентация</p> <p>Презентация</p>	<p>Педагог дополнительного образования</p>
<p>Раздел №3 Техническая и тактическая подготовка</p>	<p>Средства обучения и воспитания, приобретённые в рамках федерального проекта «Успех каждого ребёнка» национального проекта «Образования»: Мячи футбольные; Насос с иглой для надувания мячей; Сетка для переноса и хранения мячей; Футбольные ворота (для мини-футбола); Сетки для футбольных ворот; Сетки для переноски мячей; Барьеры легкоатлетичес</p>	<p>Обучающие видео: «Ведение и передача мяча»</p> <p>Техническая подготовка футболистов</p> <p>Тактическая подготовка футболистов</p> <p>«Техника выполнения ударов по воротам»</p>	<p>Картотека общеразвивающих упражнений</p> <p>Картотека подвижных игр</p> <p>Схематические картинки.</p> <p>Презентация</p>	<p>Педагог дополнительного образования</p>

	кие; Скакалки; Гетры футбольные, трусы футбольные, бутсы футбольные, щитки футбольные; Одежда для вратаря; Костюмы спортивные Флажки разметочные с опорой; Стойки для обводки; Конусы; Фишки; Свисток судейский; Секундомер.			
Способы регуляции психологиче ского состояния. Упражнения на релаксацию. Игра в футбол малыми составами.	Гимнастически е маты Мячи Аудиоколонка	Упражнения на релаксацию https://4brain.ru/blog/ynp-ajneniya-dlya-releksatsii/	Картотека упражнений на расслабление и релаксацию.	Педагог дополн ительно го образов ания

Список литературы

Нормативные правовые документы:

1. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
2. Федеральный закон от 15.11.1997 N 143-ФЗ (ред. от 02.07.2021) "Об актах гражданского состояния". Статья 23. Свидетельство о рождении
3. Стратегия развития воспитания в РФ на период до 2025 года. Распоряжение правительства Российской Федерации № 996-р от 29 мая 2015 года.
4. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 года № 678-р.
5. Приказ Минпросвещения РФ «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (от 9 ноября 2018 г. N 196).

6. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы). Письмо Министерства образования и науки РФ от 18 ноября 2015 г. № 09-3242.
7. Методические рекомендации Министерства образования Омской области по разработке и проведению экспертизы дополнительной образовательной (общеразвивающей) программы (от 12.02. 2019 г. №19).

Список литературы для педагога:

- 1.Аверьянов, И.В. Методика совершенствования кинестетических координационных способностей футболистов 10-11 лет: автореф. дис. ... канд. пед. наук / И.В. Аверьянов. — Тюмень, 2018. — 26 с.
- 2.Губа, В.П. Методология подготовки юных футболистов: учебно-методическое пособие / В.П. Губа, А. А. Стула. -Москва: Человек, 2019. – 272 с.
- 3.Колодницкий, Г.А. Внеурочная деятельность учащихся. Футбол: пособие для учителей и методистов/ Г.А. Колодницкий, В.С. Кузнецов, М.В. Маслов. - Москва: Просвещение, 2018. - 200 с.
- 4.Литвинов, Е.Н. Веселая физкультура. Учебник для учащихся/ Е.Н.Литвинов-Москва: Просвещение, 2017.- 250с
- 5.Лях, В.И. Комплексная программа физического воспитания учащихся/В.И.Лях, А.А. Зданевич – Москва: Просвещение, 2019. -300с
- 6.Сборник авторских программ педагогов- победителей конкурса «Сердце отдаю детям», Москва: 2018. -150 с

Список литературы для обучающихся и родителей:

1. Баскаков, Ю. Футбол. Суд мой и судьба / Юрий Баскаков. – Москва: Городец, 2018. - 336 с.
2. Галедин, В.И. Лев Яшин / В.И. Галедин. – Москва: Молодая Гвардия, 2019. - 607 с.
3. Гиффорд, К. Футбол. Факты, голы, суперзвезды / К. Гиффорд. – Москва: АСТ, 2018. - 653 с.

Интернет-источники:

- 1.Законодательство в сфере физической культуры и спорта РФ [электронный ресурс]: сайт. – 2022 г. – режим доступа: <https://www.consultant.ru/>, свободный.
- 2.Методическая разработка по обучению игре в футбол [электронный ресурс]: [электронный ресурс]: сайт. – 2022 г. – режим доступа: <https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2021/12/13/metodicheskaya-razrabotka-po-obucheniyu-detey-mladshhego>, свободный, свободный.
- 3.Образовательный модуль «Футбол для всех». электронный ресурс]: сайт. – 2022 г. – режим доступа: <https://фцомофв.пф/files/ioe/documents/D1EWWSK161BCBMG8KP7V.pdf?ysclid=lrhh657yov764593228>, свободный.

