

УТВЕРЖДАЮ  
Директор КОУ «Калачинская  
адаптивная школа-интернат»  
\_\_\_\_\_ Н.В.Козицкая  
(подпись)

Приказ № 62-од от «30» августа 2023 г.

Дополнительная адаптированная общеобразовательная  
(общеразвивающая) программа  
«Футбол»

физкультурно-спортивной направленности  
для обучающихся 11-18 лет

Срок реализации программы: 2 года

Составитель: учитель \_\_\_\_\_ Т.Н. Андреева  
(подпись)

Рассмотрена на заседании МО 29.08.2023г., протокол № 1

Руководитель МО \_\_\_\_\_ С.В. Степанова  
(подпись)

Согласована на МС протокол № 1 29.08.2023г.,

Согласовано зам. директора по ВР \_\_\_\_\_ И.В. Малышева  
(подпись)

## Содержание

### **1. Основные характеристики программы**

|   |      |
|---|------|
| 1.1 Пояснительная записка.....            | 3-4  |
| 1.2 Цель, задачи программы.....           | 4    |
| 1.3 Содержание программы.....             | 4-10 |
| 1.4 Планируемые результаты программы..... | 10   |

### **2. Организационно педагогические условия**

|  |       |
|--|-------|
| 2.1 Календарно-учебный график.....                     | 10-11 |
| 2.2 Условия реализации программы.....                  | 11    |
| 2.3 Формы аттестации в дополнительном образовании..... | 11-13 |
| 2.4 Методические материалы.....                        | 13    |

### **3. Список литературы.....** 13-14

# **1. Основные характеристики программы**

## **1.1 Пояснительная записка.**

Дополнительная адаптированная общеобразовательная (общеразвивающая) программа «Футбол» физкультурно-спортивной направленности составлена на основе нормативно-правовой документации:

-Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

-приказ Минпросвещения России от 9 ноября 2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

-Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 N 28 "Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи";

- Учебный план КОУ «Калачинская адаптивная школа-интернат»

- Устав КОУ «Калачинская адаптивная школа - интернат».

### **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. 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.

Программа ориентирована на формирование у детей самостоятельности, самоконтроля, умения действовать в группе сверстников, заботиться о своем здоровье.

**Отличительные особенности** программы заключаются 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.

### **Адресат программы.**

Основной контингент – учащиеся от 11 до 18 лет. В кружок по футболу принимаются все желающие, интересующиеся этой увлекательной игрой независимо от наличия специальных способностей и не имеющие ограничения по здоровью.

Программа рассчитана на 2 года (136 часов) 68 часов в год (продолжительность учебного года) – 34 недели.

### **Форма обучения:** очная.

Зачисление обучающихся производится с согласия родителей (законных представителей).

### **Методы работы.**

При обучении используются **основные методы** организации и осуществления учебно-познавательной работы, такие как словесные, наглядные, практические, индуктивные и проблемно-поисковые. Выбор методов (способов) обучения зависит о психофизиологических, возрастных особенностей детей, темы и формы занятий. При этом в процессе обучения все методы реализуются в теснейшей взаимосвязи.

Методика проведения занятий предполагает постоянное создание ситуаций успешности, радости от преодоления трудностей в освоении материала.

С первых занятий учащиеся приучаются к технике безопасности, к правильной организации собственного труда, рациональному использованию рабочего времени, грамотному использованию спортивного инвентаря и спортивных снарядов. **Программа основана на принципах:**

- индивидуального подхода;
- доступности;
- систематичности;
- активности;
- последовательности;
- эмоционального благополучия каждого ребенка;
- оздоровительной направленности.

#### **Тип занятия.**

Тренировочные занятия включают в себя практическую и теоретическую часть. Причем большее количество времени занимает практическая часть.

Тренировочные занятия 1 года обучения носят в основном игровой характер и строятся по типу общей подготовки, идёт формирование значительного объёма двигательных действий. Используются прыжки, акробатика, подвижные и спортивные игры. На это в занятии отводится до 60% времени, а 40% на занятия с мячом для ознакомления с техническими приёмами. Занятия 2 года обучения предполагают больше технико-тактической подготовки, соревновательных игр.

#### **Форма проведения занятий:**

- фронтальная: работа педагога со всеми учащимися одновременно (беседа, объяснение учебного материала)

- групповая: организация работы в группах; индивидуальная работа – анализ ошибок в сыгранном матче или в тренировочном процессе.

- индивидуальная: организуется для работы с детьми, с целью подготовки их участие в различных футбольных турнирах, соревнованиях.

Занятия проводятся один раз в неделю, по 2 часа для каждой группы. Продолжительность одного учебного часа - 40 мин, перемена между занятиями составляет 10 минут.

#### **1.2 Цель и задачи программы:**

**Цель:** сформировать осознанную, устойчивую потребность детей к занятиям физической культурой и интерес к здоровому образу жизни посредством игры в футбол.

#### **Задачи программы:**

- ✓ Коррекция имеющихся нарушений развития, обеспечение разностороннего физического развития и укрепление здоровья детей с нарушением интеллекта, посредством игры в футбол.
- ✓ Укрепление здоровья детей, развитие основных физических качеств учащихся.
- ✓ Развитие физических возможностей (силовых, скоростных, скоростных – силовых, координационных, выносливости, гибкости).
- ✓ Коррекция недостатков познавательной сферы и психомоторного развития (посредством обучение технике и тактике игры), развитие и совершенствование волевой сферы.
- ✓ Формирование устойчивого интереса к занятиям футболу.

#### **1.3.Содержание программы**

**Разделы адаптированной дополнительной общеразвивающей программы «Футбол» стартовый уровень.**

##### **1 год обучения**

##### **1.Техника безопасности. Введение**

**Теория (2 часа)** Правила безопасности при занятиях футболу. История возникновения и развития футбола. Терминология в футболе.

## **2.Общая физическая подготовка. (10 часов):**

**Теория(1 час):** Значение ОФП в подготовке футболистов.

**Практика(9 часов):**

### ***Гимнастические упражнения.***

Общеразвивающие упражнения с предметами (набивные мячи, гимнастические палки, гантели, резиновые амортизаторы, обручи, мячи различного диаметра, скакалки).

На снарядах (гимнастическая стенка, перекладина, прыжки с мостика и через планку, скамейка)

### ***Легкоатлетические упражнения.***

Бег: 20, 30, 60м

Эстафетный бег с этапами до 40м

Бег с горизонтальными и вертикальными препятствиями (учебные барьеры, набивные мячи)

Бег в умеренном темпе в чередовании с ходьбой.

***Спортивные и подвижные игры.*** Подвижные игры: «Гонка мячей», «Салки», «Невод», «Метко в цель», «Подвижная цель», «Охотники и утки», «Перестрелка», «Перетягивание через черту», «Ловцы», «Борьба за мяч», «Мяч ловцу», «Перетягивание», «Катающаяся мишень», «Двое против одного», «Вызов номеров с мячом», «Десять ударов с передачей», «Штрафные броски», «День и ночь», «Мяч капитану». Эстафеты: с бегом, с прыжками, с прыжками чехардой, встречная эстафета с мячом, эстафеты футболистов, регбистов.

## **3.Специальная физическая подготовка (8 часов)**

**Теория (1 час):** Значение СФП в подготовке футболистов. Виды специальных физических упражнений. Техника безопасности при выполнении упражнений.

**Практика (7часов).**

***Упражнения для развития стартовой и дистанционной скорости, частоты движений:*** семенящий бег на месте и в движении, старты из разных исходных положений, бег с пульсирующей скоростью, эстафеты, бег за партнером с изменением скорости и направления движения. Бег по наклонной дороге.

Стартовые рывки футболистов к мячу с последующим ударом по воротам. Бег змейкой между стойками, расставленными в определенном порядке или хаотично. Скоростной бег с переключениями (через каждые 1,5-2,0 с изменения ритм темпа, направления, с выполнением технических приемов, внезапным взаимодействием с партнерами и т.п.).

***Упражнения для развития скоростно-силовых качеств:*** прыжковые упражнения, выполняемые на коротких отрезках (не более 10-12 м) с высокой частотой и скоростью; упражнения с сопротивлением партнера, бег по наклонной дорожке вверх с максимальной частотой (угол наклона не более 4-6°, дистанция - не более 15-20 м), броски мячей с максимальной скоростью.

## **4.Техническая и тактическая подготовка(10 часов)**

**Теория (1 час):** Значение технической и тактической подготовки в футболе. Характеристика техники сильнейших футболистов. Анализ тактических действий футбольных команд.

**Практика (9 часов)**

Передвижения боком, спиной вперед, ускорения, остановки, повороты и старты из различных исходных положений;

-Удары по неподвижному и катящемуся мячу внутренней стороной стопы и средней и внешней частью подъема;

-Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой;

- Ведение мяча внешней и внутренней стороной стопы по прямой, с изменением направления движения и скорости.

-Ведение мяча носком.

- Ведение мяча с обводкой стоек, последующим ударом в цель.
- Приём мяча, катящегося с разной скоростью и под разными углами по отношению к игроку.
- Короткие, средние и длинные передачи мяча.
- Удар по неподвижному мячу после линейного и зигзагообразного бега.
- Жонглирование мячом.

## **5. Психологическая подготовка(4 часа)**

**Теория(1 час)** Способы регуляции психического состояния.

**Практика(3 часа)** Упражнения на релаксацию. Игра в футбол малыми составами.

## **2 год обучения**

### **1. Техника безопасности. Введение.**

**Теория(2 часа)** Правила безопасности при занятиях футболом. Правила безопасности при выполнении игровых действий. Современное состояние футбола. Терминология в футболе.

### **2. Общая физическая подготовка.**

#### **Теория(1 час)**

Техника безопасности при занятиях общеразвивающими упражнениями и профилактика травматизма.

Правила поведения на занятиях, в спортзале и на улице. Подбор одежды. Причины и профилактика простудных заболеваний. Закаливание организма.

#### **Практика(9 часов)**

##### **Гимнастические упражнения.**

Общеразвивающие упражнения с партнером, с предметами (набивные мячи, гантели, резиновые амортизаторы, мячи различного диаметра, скакалками).

Группировки, кувырки, стойки, перевороты, перекаты.

##### **Легкоатлетические упражнения.**

Бег: 20, 30, 60м, повторный бег, два-три отрезка по 20-30м Бег с низкого старта 60м Эстафетный бег с этапами до 40м. Бег с горизонтальными и вертикальными препятствиями (учебные барьеры, набивные мячи). Равномерный бег до 15мин.

##### **Спортивные и подвижные игры.**

Подвижные игры: «Гонка мячей», «Салки», «Метко в цель», «Подвижная цель», «Охотники и утки», «Перестрелка», «Вызывай смену», «Ловцы», «Борьба за мяч», «Мяч ловцу», «Двое против одного», «25 передач», «Вызов номеров с мячом», «Солнышко», «Десять ударов с передачей», «Штрафные броски», «День и ночь», «Мяч капитану».

Эстафеты: с бегом, с прыжками, с прыжками чехардой, встречная эстафета с мячом, эстафеты футболистов. **Упражнения для развития стартовой и дистанционной скорости, частоты движений:** семенящий бег на месте и в движении, старты из разных исходных положений, бег с пульсирующей скоростью, эстафеты, бег за партнером с изменением скорости и направления движения. Бег по наклонной дорожке.

Стартовые рывки футболистов к мячу с последующим ударом по воротам. Бег змейкой между стойками, расставленными в определенном порядке или хаотично. Скоростной бег с переключениями (через каждые 1,5-2,0 с изменения ритм темпа, направления, с выполнением технических приемов, внезапным взаимодействием с партнерами и т.п.).

**Упражнения для развития скоростно-силовых качеств:** прыжковые упражнения, выполняемые на коротких отрезках (не более 1012 м) с высокой частотой и скоростью; упражнения с сопротивлением партнера, бег по наклонной дорожке вверх с максимальной частотой (угол наклона не более 4-6°, дистанция - не более 15-20 м), броски мячей с максимальной скоростью.

**Упражнения для развития гибкости:** маховые и вращательные движения руками и ногами с большой амплитудой; сгибательные и разгибательные упражнения, выполняемые с помощью партнера.

**Упражнения для развития силовых качеств:** Упражнения с преодолением веса собственного тела или тела партнера. Упражнения на тренажерах с небольшими отягощениями, выполняемые с повышенной скоростью и частотой. Упражнения с набивными мячами и гантелями.

#### **4. Техническая и тактическая подготовка(10 часов)**

**Теория(1 час)** Основные правила. Основные положения. Правила игры. Требования к площадке. Ворота, мяч, форма и обувь игроков.

#### **Практика(9 часов)**

##### **Ведение мяча:**

- с разной скоростью и с мгновенной сменой направлений;
- с применением обманных движений;
- с последующим ударом в цель;

##### **Жонглирование мячом:**

- одной ногой (стопой);
- двумя ногами (стопами);

##### **Прием (остановка) мяча:**

-катящегося с разной скоростью и под разными углами по отношению к игроку - подошвой и разными частями стопы;

##### **Передачи мяча:**

- короткие, средние и длинные;
- выполняемые разными частями стопы;

##### **Удары по мячу:**

- после имитации сопротивления партнера;
- обводка стоек и удар;

#### **Учебно-тематический план по программе «Футбол» (1 год обучения)**

|  | Содержание материала  | Дата | Количество часов<br>Теория/ практика |   |
|--|---|------|--------------------------------------|---|
| <b>1 раздел Техника безопасности. Введение (2часа)</b> |   |      |                                      |   |
| -2   | Правила поведения. Техника безопасности. История возникновения футбола  |      | 2                                    |   |
| <b>2 раздел Общая физическая подготовка (10 часов)</b> |   |      |                                      |   |
| -4   | Значение ОФП в подготовке футболистов.<br>Виды общеразвивающих упражнений. Подбор инвентаря для занятий.<br>Общеразвивающие упражнения на гимнастической стенке. Эстафеты: с бегом, с прыжками, с прыжками чехардой, встречная эстафета с мячом |      | 1                                    | 1 |
| -6   | Общеразвивающие упражнения с набивными мячами. Подвижные игры с мячом. Бег 20,30,40 метров. Эстафеты с прыжками и чехардой.   |      |                                      | 2 |
| -8   | Общеразвивающие упражнения со скакалкой. Прыжки на скакалке. Подвижные игры «Возов номеров с мячом», «Гонка мячей».   |      |                                      | 2 |
| -10  | Общеразвивающие упражнения на снарядах (скамейка). Эстафетный бег с этапами до 40м<br>Подвижные игры «Перестрелка», «Мяч ловцу».  |      |                                      | 2 |

|  |  |  |            |            |
|--|--|--|------------|------------|
| 1-12   | Общеразвивающие упражнения с мячами различных размеров. Эстафетный бег. Подвижные игры «Борьба за мяч», «Метко в цель», «Перетягивание через черту»  |  |            | 2          |
| <b>3 раздел Специальная физическая подготовка(8 часов)</b>       |  |  |            |            |
| 4-15   | Значение СФП в подготовке футболистов. Виды упражнений. Правила безопасности при выполнении специальных физических упражнений.<br><br>Скоростной бег с переключениями. Броски мяча с максимальной скоростью. Подвижные игры с мячом. |  | 1          | 1          |
| 6-17   | Старты из различных исходных положений, семенящий бег на месте, бег по наклонной дорожке.<br>Подвижная игра «Салочки с мячом»  |  |            | 2          |
| 8-19   | Многоскоки. Скоростной бег с переключениями. Ведение мяча с обводкой стоек. Эстафеты с преодолением препятствий.   |  |            | 2          |
| 0-21   | Стартовые рывки футболистов к мячу с последующим ударом по воротам. Упражнения с сопротивлением партнёра. Подвижная игра «Рывок за мячом».   |  |            | 2          |
| <b>4 раздел Техническая и тактическая подготовка ( 10 часов)</b> |  |  |            |            |
| 2-24   | Значение технической и тактической подготовки в ф<br>у<br>Передвижения боком, спиной вперед, ускорения, бстановки, повороты и старты из различных исходных положений.  |  | 1          | 1          |
| 5-26   | Удары по неподвижному и катящемуся мячу внутренней стороной стопы и средней частью подъема. Остановка катящегося мяча подошвой.  |  |            | 2          |
| 7-28   | Ведение мяча носком по прямой, с изменением направления движения и скорости. Двусторонняя игра по упрощённым правилам.   |  |            | 2          |
| 9-30   | Ведение мяча с обводкой стоек, последующим ударом в цель.  |  |            | 2          |
| 1-32   | Жонглирование мячом. Двусторонняя игра по упрощенным правилам.   |  |            | 2          |
| <b>5 раздел Психологическая подготовка (4 часа)</b>              |  |  |            |            |
| 3  | Способы регуляции психологического состояния.<br><br>Упражнения на релаксацию  |  | 1          | 1          |
| 4  | Игра в футбол малыми составами.  |  |            | 2          |
|  | Итого:   |  | 6<br>часов | 8<br>часов |

#### Учебно-тематический план по программе «Футбол» (2 год обучения)

|  | Содержание материала | Дата | Количество часов<br>Теория/ практика |
|--|----------------------|------|--------------------------------------|
|--|----------------------|------|--------------------------------------|



| <b>1 раздел Техника безопасности. Введение (2 часа)</b>          |   |  |   |   |
|--|---|--|---|---|
| -2   | Правила безопасности при занятиях футболом. Правила безопасности при выполнении игровых действий. Современное состояние футбола. Терминология в футболе.  |  | 2 |   |
| <b>2 раздел Общая физическая подготовка (10 часов)</b>           |   |  |   |   |
| -4   | Техника безопасности при занятиях общеразвивающими упражнениями и профилактика травматизма. Правила поведения на занятиях, в спортзале и на улице. Подбор одежды. Причины и профилактика простудных заболеваний. Закаливание организма. Общеразвивающие упражнения с партнёром. Бег: 20, 30, 60м, повторный бег, два-три отрезка по 20-30м. Подвижные игры с мячом. |  | 1 | 1 |
| -6   | Общеразвивающие упражнения с гантелями и резиновыми амортизаторами. Группировки, кувырки. Подвижные игры «Двое против одного», «Борьба за мяч».   |  |   | 2 |
| -8   | Общеразвивающие упражнения со скакалкой. Прыжки на скакалке. Подвижная игра «Десять ударов с передачей». Бег на 5,10,15м из различных исходных положений.   |  |   | 2 |
| -10  | Общеразвивающие упражнения на снарядах (гимнастическая лестница). Эстафетный бег с этапами до 60м. Подвижная игра «Штрафные броски»   |  |   | 2 |
| 1-12   | Равномерный бег до 15 минут. Бег с преодолением препятствий. Подвижные игры с мячом.  |  |   | 2 |
| <b>3 раздел Специальная физическая подготовка(8 часов)</b>       |   |  |   |   |
| 4-15   | Правила безопасности при выполнении специальных физических упражнений. Виды специальных физических упражнений.<br><br>Маховые и вращательные движения руками и ногами с большой амплитудой;<br>Скоростной бег с переключениями. Броски мяча с максимальной скоростью. Подвижные игры с мячом.   |  | 1 | 1 |
| 6-17   | Упражнения на тренажерах с небольшими отягощениями. Старты из различных исходных положений, семенящий бег на месте, бег по наклонной дорожке.   |  |   | 2 |
| 8-19   | Бег за партнёром. Скоростной бег с переключениями. Ведение мяча с обводкой стоек. Эстафеты с преодолением препятствий в виде барьеров.  |  |   | 2 |
| 0-21   | Стартовые рывки футболистов к мячу с последующим ударом по воротам. Упражнения с сопротивлением партнёра. Бег по наклонной дорожке с максимальной скоростью.  |  |   | 2 |
| <b>4 раздел Техническая и тактическая подготовка ( 10 часов)</b> |   |  |   |   |
| 2-24   | Основные правила. Основные положения. Правила игры. Требования к площадке. Ворота, мяч, форма и обувь игроков.  |  | 1 |   |

|   |   |  |            |                 |
|---|---|--|------------|-----------------|
|   | Ведение мяча с разной скоростью и с мгновенной сменой направлений, с применением обманных движений и последующим ударом в цель. |  |            | 1               |
| 5-26  | Жонглирование мячом разными способами:<br>-одной ногой (стопой);<br>-двумя ногами (стопами);                                    |  |            | 2               |
| 7-28  | Остановка мяча, катящегося с разной скоростью и под разными углами по отношению к игроку - подошвой и разными частями стопы.    |  |            | 2               |
| 9-30  | Короткие, средние и длинные передачи мяча, выполняемые разными частями стопы.   |  |            | 2               |
| 1-32  | Удары по мячу после имитации сопротивления партнера.<br>Обводка стоек и удар  |  |            | 2               |
| <b>5 раздел Психологическая подготовка (4 часа)</b> |   |  |            |                 |
| 3   | Способы регуляции психологического состояния.<br><br>Упражнения на релаксацию   |  | 1          | 1               |
| 4   | Игра в футбол малыми составами.   |  |            | 2               |
|   | Итого:  |  | 6<br>часов | 2<br>8<br>часов |

#### 1.4 Планируемые результаты освоения программы

##### Учащиеся должны уметь:

- уметь организовать самостоятельные занятия мини-футболом;
- владеть основами техники футбола;
- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных ситуациях и условиях;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- уметь содержать в порядке спортивный инвентарь и оборудование, спортивную одежду, осуществлять их подготовку к занятиям и спортивным соревнованиям;
- соблюдать технику безопасности на уроке, в школе, вне школы;
- владеть навыками выполнения жизненно важных двигательных умений (ходьба, бег, прыжки, лазанья и др.) различными способами.

**Личностными результатами** освоения обучающихся содержания программы являются следующие умения:

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

**Предметными результатами** освоения обучающихся содержания программы являются следующие умения:

- представлять физическую культуру как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;

-оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;

-организовывать и проводить со сверстниками элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;

-применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

## 2.Организационно-педагогические условия

### 2.1 Календарный учебный график

Календарные периоды учебного года:

-Дата начала учебного года: 1 сентября 2023 года.

-Дата окончания учебного года (завершение учебных занятий)-24 мая 2024 года – 34 учебные недели.

Продолжительность учебной недели: 5 дней.

Периоды образовательной деятельности:

Учебный год делится на четверти, являющиеся периодами, за которые детям выставляются промежуточные отметки за текущее освоение дополнительной общеобразовательной программы.

|                 | Дата               |                       | Продолжительность<br>(количество учебных недель) |
|-----------------|--------------------|-----------------------|--|
|                 | Начала<br>четверти | Окончания<br>четверти |  |
| I<br>четверть   | 01.09.2023 г.      | 27.10.2023 г.         | 8 недель   |
| II<br>четверть  | 06.11.2023г.       | 29.12.2023 г.         | 8 недель   |
| III<br>четверть | 10.01.2024 г.      | 21.03.2024 г.         | 10 недель  |
| IV<br>четверть  | 01.04.2024 г.      | 24.05.2024 г.         | 8 недель   |
| ИТОГО           |                    |                       | 34 недели  |

Продолжительность каникул в течение 2023-2024учебного года:

| Вид каникул | Начало каникул | Окончание<br>каникул | Продолжительность<br>в днях |
|-------------|----------------|----------------------|-----------------------------|
| Осенние     | 28.10.2023г.   | 05.11.2023 г.        | 9 дней                      |
| Зимние      | 30.12.2023 г.  | 09.01.2024 г.        | 11 дней                     |
| Весенние    | 22.03.2024 г.  | 31.03.2024 г.        | 10 дней                     |
| Летние      | 25.05.2024 г.  | 31.08.2024 г.        | 98 дней                     |

### 2.2 Условия реализации программы

Занятия проводятся в спортивном зале и на спортивной площадке на территории

школы.

**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 легкоатлетические;  
 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.

### 2.3 Формы аттестации в дополнительном образовании

Педагогический контроль и оценка подготовленности учащихся являются важнейшим элементом системы управления, определяющим эффективность процесса обучения и тренировки. Для получения объективной информации педагогом используются следующие виды контроля:

- **входной,**
- **итоговый.**

С помощью входного контроля определяются изменения состояния занимающихся под влиянием относительно длительного периода тренировочных воздействий и определяется стратегия на последующий период занятий.

Итоговый контроль позволяет оценить состояние занимающихся в процессе тренировочных занятий и осуществить оперативную коррекцию тренировочного воздействия.

В качестве контроля и оценки подготовленности учащихся на практике используются педагогические наблюдения и тестирование.

**Результаты** дают возможность получить объективную информацию об уровне усвоения знаний, умений и навыков.

Формой подведения итогов реализации программы являются

- Соревнования по футболу
- Физкультурно - досуговая деятельность.
- Контрольные игры проводятся регулярно в учебных целях как более высокая ступень учебных игр с заданиями.

### Критерии оценивания

| Критерии |   | Показатели | Показатели оценки тестирования |
|----------|---|------------|--------------------------------|
| .        | Физическая подготовка.<br>Бег по прямой, змейкой.<br>Перемещение по площадке. | Низкий     | не выполняет;                  |
|          |   | Средний    | выполняет при помощи педагога; |
|          |   | Высокий    | выполняет                      |
| .        | Техническая подготовка.<br>Удар по мячу на точке<br>Остановка мяча.           | Низкий     | не выполняет;                  |
|          |   | Средний    | выполняет при помощи педагога; |
|          |   | Высокий    | выполняет                      |
| .        | Удары по воротам с места,<br>в движении, разных точек.                        | Низкий     | не выполняет                   |
|          |   | Средний    | выполняет с помощью педагога   |

|   |  |         |                               |
|---|--|---------|-------------------------------|
|   |  | Высокий | выполняет                     |
| Индивидуальные и коллективные действия с мячом. |  | низкий  | не выполняет;                 |
|   |  | средний | выполняет с помощью педагога; |
|   |  | высокий | выполняет;                    |
| Учебная игра. Соблюдение правил игры            |  | низкий  | не выполняет;                 |
|   |  | средний | выполняет с помощью педагога; |
|   |  | высокий | выполняет;                    |

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.

#### **2.4 Методические материалы.**

Методические рекомендации по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ, способствующих социально-психологической реабилитации, профессиональному самоопределению детей с ограниченными возможностями здоровья, включая детей-инвалидов, с учетом их особых образовательных потребностей

- дидактические материалы (карточки, схемы, )
- инструкция по технике безопасности;
- видеоматериалы;
- электронное пособие по организации самостоятельной работы обучающихся;
- компьютерная поддержка программы;
- презентации к темам.

### **3.Список литературы:**

1. Андреев С.Н. «Играй в мини-футбол».- М.: Советский спорт, 1999
2. Андреев С.Н. «Футбол – твоя игра» Кн. Для учащихся сред.и ст. классов.- М:Просвещение, 2006
3. Клусов Н.П.,Цуркан А.А. Стадионы во дворе: Кн. Для учащихся. -М:Просвещение, 2004
- 4.Колодницкий Г.А. Внеурочная деятельность учащихся. Футбол: пособие для учителей и методистов/ Г.А. Колодницкий, В.С. Кузнецов, М.В. Маслов.-М :Просвещение,2011
5. Лебедев Л.Г. «Все о футболе. Справочник»-М.: Советский спорт, 2003
- 6.Литвтов Е.Н. и др «Веселая физкультура» Учебник для учащихся .- М:Просвещение, 2007
- 7..Лях В.И. Зданевич А.А. Комплексная программа физического воспитания учащихся/Программы общеобразовательных учреждений.-М:Просвещение,2011

8.Сборник авторских программ педагогов- победителей конкурса «Сердце отдаю детям», М.2001

9.Спортивные игры. Под ред. А. Комарова и В. Хомутского.М.:Физкультура и спорт,2010

10. Футбол: Правила игры.-М.: Физкультура и спорт,2003

11. .Цирик Б.Я., Лукашин Ю.С. «Футбол». – 3-е изд. испр. доп.-М: Физкультура и спорт, 2002