

Государственное казенное общеобразовательное учреждение
«Золинская специальная (коррекционная) школа-интернат для детей-сирот и детей,
оставшихся без попечения родителей с ограниченными возможностями здоровья»

Рассмотрено:
На заседании МО
Протокол № 1
от «30» августа 2021 г..

Согласовано:
На педагогическом совете
Протокол № 1
от «30» августа 2021 г.



Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа



Направленность программы: физкультурно-спортивная

(72 часа в год, 2 часа в неделю)

Возраст детей: 10 – 17 лет.

Срок реализации: 1 год обучения.

**Разработана: тренером по мини-футболу
Сарычевым Н.А.**

с. Золино
2021

Структура рабочей программы

1. Пояснительная записка.....	3
1.1 Характеристика программы.....	3
1.2 Цели и задачи.....	5
2. Содержание программы.....	6
2.1 Содержание учебно-тематического плана.....	6
2.2 Учебно-тематический план.....	9
3. Планируемые результаты освоения программы.....	11
3.1 Личностные результаты освоения программы.....	11
3.2 Критерии и нормы оценки знаний, умений и навыков обучающихся.....	12
3.3 Мониторинг результативности достижений воспитанников.....	13
4 .Комплекс организационно-педагогических условий.....	14
4.1 Календарно-учебный график школы-интерната на 2020 – 2021 учебный год..	14
4.2 Условия реализации программы.....	14
4.2.1 Материально-техническое обеспечение программы.....	14
4.3 Учебно-методическое обеспечение программы.....	15
4.3.1.Список литературы для педагогов.....	15
4.3.2. Список рекомендуемой литературы.....	15

1. Пояснительная записка.

Успешная социальная адаптация предполагает наличие у детей-сирот комплекса определенных знаний и умений, необходимых для жизнедеятельности в социуме. Полноценное формирование таких знаний и умений затруднено в условиях государственного попечения. Дети, воспитывающиеся вне семьи, идеализируют жизнь за стенами школы-интерната и представления о себе и своих возможностях.

Перед школой-интернатом в настоящее время стоит актуальная задача воспитания личности, ориентированной на выполнение правил здорового и безопасного для себя и окружающих образа жизни, способной к организации собственной деятельности, готовой самостоятельно действовать и отвечать за свои поступки перед семьей и обществом, доброжелательной, умеющей слушать и слышать собеседника, обосновывать свою позицию и высказывать свое мнение.. Воспитательная система школы-интерната включает в себя несколько направлений. Одним из приоритетных является внеклассная и внеурочная физкультурно-спортивная деятельность, в которую и включена данная программа кружка «Футбол».

Цель организации кружка: пропаганда физической культуры и спорта, приобщение обучающихся к системным занятиям футболом, физическим упражнениям и активному отдыху.

Еженедельные занятия в кружке «Футбол» позволит сформировать у воспитанников такие физические качества как сила, ловкость, выносливость. Кроме физических показателей следует отметить и нравственный аспект спортивного воспитания: развитие воли, силы духа, стремления к победе, коллективизма. Все это даст положительные результаты, которые помогут детям с ОВЗ, адаптироваться к новой среде, новому коллективу при выходе во взрослую жизнь.

1.1 Характеристика программы

Нормативно-правовая база

Программа разработана с учетом требований:

- Федерального закона от 29.12.2012 №273 "Об образовании в Российской Федерации",
- Указа Президента Российской Федерации от 07.05.2012 № 599 "О мерах по реализации государственной политики в области образования и науки",
- Приказа Министерства образования и науки Российской Федерации от 29.08.2013 № 1008 г. "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам",
- Распоряжения Правительства Российской Федерации от 24. 04.2015 №729-р "Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей»,
- Постановления главного государственного санитарного врача РФ от 10 июля 2015 года N 26 "Об утверждении СанПиН 2.4.2.3286-15 "Санитарноэпидемиологические требования к условиям и организации обучения и воспитания в организациях, осуществляющих образовательную деятельность по адаптированным основным общеобразовательным программам для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья"
- Концепции духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России сфере общего образования: проект/ А. Я. Данилюк, А. М. Кондаков, В. А. Тишков. Рос.акад. образования. — М.: Просвещение, 2009;
- Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года;
- Адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)

- Учебный план ГКОУ “Золотинская специальная (коррекционная) школа-интернат для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, с ограниченными возможностями здоровья” на 2021-2022 учебный год.

Направленность программы – физкультурно-спортивная.

Возраст детей: 10-17 лет

По срокам реализации – одногодичная.

Программа является адаптированной к условиям специальных (коррекционных) школ VIII вида.

Описание места учебного курса в учебном плане.

Объём программы – 72 часа в год

Длительность академического часа – 40 минут. **Длительность 1-го занятия** 1 ч.20 минут.

Форма обучения: очная.

Форма занятий - групповые занятия.

График занятий

График занятий.

Продолжительность занятий	Периодичность в неделю	Количество часов в неделю	Всего часов
2 академических часа	среда	2	72

Тип занятия: комбинированный, тренировочный.

Освоение программного материала происходит через *теоретическую и практическую части*, в основном преобладает практическое направление. Занятие включает в себя организационную, теоретическую и практическую части. Организационный этап предполагает подготовку к работе, теоретическая часть очень компактная, отражает необходимую информацию по теме.

Форма проведения занятий – тренировка, соревнование.

Методы обучения

Словесные	Наглядные	Практические
Беседа объяснение	Использование учебных наглядных пособий, видеофильмы, слайды	Групповое занятие
Анализ полученной информации	Жестикуляция	Индивидуальное занятие
	Работа по образцу.	Выполнение упражнений по частям
Указание	Показ упражнений и техники футбольных приемов	Выполнение упражнений в целом
Команды и распоряжение		Учебная игра
		Общефизические упражнения
		Специальные физические упражнения

1.2. Цели и задачи

Цель программы: приобщение к здоровому образу жизни посредством игры в футбол.

Актуальность программы состоит в том, что в настоящее время, значительная часть воспитанников школы-интерната занимается физическими упражнениями лишь на уроках физической культуры, а занятия кружка позволят увеличить воспитанникам период занятия спортом.

Данная программа отличается от других тем, что основой подготовки занимающихся в кружке является не только технико–тактическая подготовка юных футболистов, но и общефизическая подготовка, направленная на более высокий показатель физического развития воспитанников. Расширение кругозора и интереса занимающихся воспитанников к данному виду спорта.

В процессе реализации программы должны быть реализованы следующие **задачи:**

- организация свободного времени воспитанников школы-интерната;
- закрепить представления о значении занятий спортом для укрепления здоровья;
- повышение уровня общефизической подготовленности;
- формирование культуры здорового образа жизни;
- формирование умения оценивать свое физическое состояние, величину физических нагрузок;
- формировать умения взаимодействовать с окружающими людьми в соответствии с общепринятыми нормами поведения, в доступной форме оказывать поддержку и взаимопомощь, сочувствовать и эмоционально реагировать на различные ситуации.

2. Содержание программы

Учебный план

№ п/п	Раздел программы	Количество часов				
		всего	теория	практика	Аттестация	
					промежуточная	итоговая
1.	Выявление уровня первичной подготовки детей в данном виде деятельности.	2	1	1		
2.	Вводное занятие Инструктаж по ТБ	2	2			
3.	Общая физическая подготовка	24		22		
4.	Техническая подготовка	40		40		
5.	Товарищеский матч	4			2	2
	Итого	72	4	64	4	

Ожидаемые результаты программы:

- оздоровление и физическое развитие детей;
- формирование устойчивого интереса к занятиям футболом и спортом;
- развитие волевых качеств: целеустремлённости, настойчивости, решительности, смелости, самообладания.

Календарно-учебный график.

Основной раздел программы	Выявление уровня первичной подготовки детей в данном виде деятельности	Вводное занятие	Техническая подготовка	Общая физическая подготовка	Аттестация
Месяц	сентябрь	сентябрь	сентябрь, октябрь, январь, февраль, март, апрель, май	октябрь, ноябрь, декабрь, январь	Декабрь Май
часы	2	2	40	24	4
Дата	08.09	15.09	22.09, 29.09, 06.10, 13.10, 26.01, 02.02, 09.02, 16.02, 02.03, 09.03, 16.03, 23.03, 30.03, 06.04, 13.04, 20.04, 27.04, 04.05, 11.05, 18.05	20.10, 27.10, 03.11, 10.11, 17.11, 24.11, 01.12, 08.12, 15.12, 22.12, 12.01, 19.01	29.12 25.05

2.1 Содержание учебно-тематического плана

Выявление уровня первичной подготовки детей в данном виде деятельности - 2 часа

Вводное занятие. Вводный инструктаж по ТБ. – 2 часа

Классификация и терминология технических приёмов. Техника владения мячом - основы спортивного мастерства футболиста.

Тактическая подготовка.

Понятие о стратегии, системе, тактике и стиле игры. Тактические варианты игры. Тактика 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 (зональная, персональная опека, комбинированная оборона) спортивной тренировки.

Правила игры. Организация и проведение соревнований.

Права и обязанности игроков, роль капитана. Замечания, предупреждения, удаления игроков с поля. Система розыгрыша: круговая, с выбыванием, смешанная. Правила проведения товарищеских матчей.

Место занятий, оборудование и инвентарь. Футбольное поле для проведения занятий и тренировок, требования к его состоянию.

Инструктаж по ТБ при игре в футбол.

Повторный инструктаж по ТБ.- 2 часа

Общая физическая подготовка – 24 часов

Упражнения для развития силы.

- - Силы мышц рук
- - Силы мышц ног
- - Силы мышц туловища (брюшного пресса, спины)
- - Развитие силовой выносливости

Упражнения для развития быстроты:

- - ОРУ для развития быстроты
- - Упражнения для разгибателей туловища
- - Упражнения для разгибателей ног
- - Упражнения общего воздействия

Упражнения для развития гибкости.

- - Гибкости плечевого сустава
- - Гибкости спины
- - Гибкости ног (тазобедренный ,коленный, голеностопный суставы)

Упражнения с предметом

- с набивными мячами

Акробатические упражнения

- кувырки
- перекаты, перевороты

Подвижные игры и эстафеты.

Специальная физическая подготовка:

- Упражнения для развития быстроты;
- Упражнения для развития скоростно-силовых качеств;
- Упражнения для вратарей;
- Упражнения для развития выносливости;
- Упражнения для развития ловкости.

Техническая и тактическая подготовка – 40 часа

- - Техника передвижения;
- - Удары по мячу ногой;
- - Удары по мячу головой;
- - Остановка мяча;
- - Ведение мяча;
- - Обманные движения (финты);
- - Отбор мяча;
- - Вбрасывание мяча из-за боковой линии;
- - Техника игры вратаря;

Тактика нападения:

- - Индивидуальные действия без мяча;
- - Индивидуальные действия с мячом;
- - Групповые действия;

Тактика защиты:

- - Индивидуальные действия ;
- - Групповые действия;
- - Тактика вратаря;
- - Ведение учебных игр по избранной тактической системе.

Промежуточная/итоговая аттестация – товарищеский матч – 4 часа

Формы подведения итогов реализации дополнительной образовательной программы:

1.Товарищеский матч по футболу – 4 часа

2.2. Учебно-тематический план на 2021 – 2022 учебный год

№	Дата	Тема занятия	Количество часов	Теория	Практика
1.	08.09	Выявление уровня первичной подготовки детей в данном виде деятельности.	2	1	1
2.	15.09	Вводное занятие. <i>Вводный инструктаж по Т.Б.</i>	2	2	
Техническая подготовка – 8 часов					
3.	22.09	ОРУ с мячом, ведение мяча, техника перемещения	2		2
4.	29.09	л\а упр, ведение мяча, прием мяча	2		2
5.	06.10	ОРУ с мячом, ведение мяча, техника перемещения	2		2
6.	13.10	Учебная игра, техника перемещения, ведение мяча	2		2
Общефизическая подготовка – 24 часов					
7.	20.10	ОРУ б\м, развитие скоростных качеств, упр. на гибкость	2		2
8.	27.10	л\а упр., скоростно - силовые упр., подвижная игра	2		2
9.	03.11	Подвижная игра, упр. на координационной лестнице, учебная игра	2		2
10.	10.11	Л\а упр, бег на короткие дистанции, футбол	2		2
11.	17.11	Л\а упр, челночный бег, подвижная игра, футбол	2		2
12.	24.11	ОРУ б\м, прыжковые упр., футбол	2		2
13.	01.12	ОРУ б\м, развитие скоростных качеств, упр. на гибкость, футбол	2		2
14.	08.12	Подвижная игра, развитие силы мышц рук и спины, футбол	2		2
15.	15.12	Л\а упр, бег на короткие дистанции, футбол	2		2
16.	22.12	ОРУ б\м, развитие скоростных качеств, упр. на гибкость	2		2
17.	29.12	Промежуточная аттестация – товарищеский матч	2		2
18.	12.01	<i>Повторный инструктаж по Т.Б.</i> Л\а упр., скоростно - силовые упр., подвижная игра	2		2
19.	19.01	ОРУ б\м, развитие выносливости, футбол	2	1	1

Техническая подготовка– 32					
20.	26.01	ОРУ с мячом, удар по неподвижному мячу, прием мяча	2		2
21.	02.02	ОРУ с мячом, удар по неподвижному мячу, прием мяча	2		2
22.	09.02	ОРУ с мячом, удар по неподвижному мячу, прием мяча бедром	2		2
23.	16.02	Ла упр, ведение мяча, удар по движущемуся мячу	2		2
24.	02.03	ОРУ с мячом, удар по неподвижному мячу, прием мяча	2		2
25.	09.03	ОРУ б\м, остановка летящего мяча, удар по мячу в движении	2		2
26.	16.03	ОРУ б\м, остановка летящего мяча, удар по мячу в движении	2		2
27.	23.03	Подвижная игра, тактика игры в обороне, отбор мяча подкатом	2		2
28.	30.03	Подвижная игра, тактика игры в обороне, отбор мяча подкатом	2		2
29.	06.04	Подвижная игра, тактика игры в обороне, отбор мяча подкатом	2		2
30.	13.04	ОРУ с мячом, удар по мячу головой, тактика игры в нападении	2		2
31.	20.04	ОРУ с мячом, удар по мячу головой, тактика игры в нападении	2		2
32.	27.04	ОРУ с мячом, удар по мячу головой, тактика игры в нападении	2		2
33.	04.05	Ла упр, ведение мяча, передача верхом, прием мяча	2		2
34.	11.05	Ла упр, ведение мяча, передача верхом, прием мяча	2		2
35.	18.05	Ла упр, ведение мяча, передача верхом, прием мяча	2		2
36.	25.05	Итоговая аттестация – товарищеский матч	2		2

3. Планируемые результаты освоения программы:

Воспитанники должны знать и иметь представление:

- 1) о правилах игры футбол;
- 2) о физических качествах и правилах их тестирования;
- 3) основы личной гигиены, причины травматизма при занятиях футболом и правила его предупреждения;
- 4) основы судейства игры футбол.

воспитанники должны уметь:

- 1) устойчиво владеть навыками игры;
- 2) контролировать психическое состояние.
- 3) владеть правилами техники безопасности при занятиях данным виде спорта и правилами игры;
- 4) занять свое свободное время.
- 5) выполнять упражнения по физической подготовке в соответствии с возрастом;
- 6) владеть тактико-техническими приемами футбола;
- 7) уметь организовать самостоятельные занятия футболом, а также, с группой игроков;
- 8) организовывать и проводить соревнования по футболу в своей группе, среди воспитанников школы-интерната во время прогулки, в оздоровительном лагере.

3.1 Личностные результаты освоения программы

Воспитанники будут:

1. гордиться спортивными успехами и достижениями как собственными, так и своих товарищей;
2. излагать свое мнение и аргументировать свою точку зрения и оценку событий;
3. дифференцированно использовать разные виды речевых высказываний (вопросы, ответы, повествование, отрицание и др.)
4. осознанно действовать на основе разных видов инструкций для решения практических спортивных задач;
5. осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности (игре в футбол),
6. адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;
7. осуществлять самооценку и самоконтроль в деятельности,
8. адекватно реагировать на внешний контроль и оценку, корректировать в соответствии с ней свою деятельность
9. овладеют техническими приемами и тактическими взаимодействиями игры футбол.
10. повысят спортивное мастерство;
11. получают опыт участия в соревнованиях;
12. обретут позитивные социальные отношения между членами команды, что очень часто приводит к крепкой продолжительной дружбе; будут участвовать в жизни спортивной жизни школы-интерната, общества и развивать интересы к спорту вне кружка.

3.2 Критерии и нормы оценки планируемых результатов освоения программы.

Показателем эффективности реализации программы является уровень общего развития ребенка: положительное отношение к игре в футбол, стремление к ЗОЖ; призовые места в турнирах по мини-футболу.

Критерии оценки результатов освоения программы:

- мотивация к занятиям спортом
- активность и увлеченность в выполнении заданий
- умение слаженно играть в команде
- умение выполнять упражнения при зрителях
- посещение занятий

3.3 Мониторинг результативности достижений воспитанников

Оценка образовательных результатов (минимальный %, средний %, высокий %)

№	Ф.И. ребенка	Теоретическая подготовка		Практическая подготовка			Общеучебные умения и навыки				Уровень образовательных результатов
		Теоретические знания (по основным разделам учебно-тематического плана программы на начальном этапе)	Разнообразие умений и навыков игры в футбол	Уровень активности в обучении и интереса к игре в футбол	Наличие способностей и готовности к занятиям спортом	Развитие памяти, внимания	Умение слушать и слышать тренера	Умение организовать рабочее пространство	Навыки соблюдения ТБ в процессе деятельности	Умение выполнять задания в соответствии с требованиями педагога	

Эффективность воспитательных воздействий (минимальный, средний, максимальный)

№	Ф.И. ребенка	Культура поведения	Организационно-волевые качества			Ориентационные качества		Поведенческие качества		Уровень воспитательных воздействий
		Соблюдение общепринятых норм	Терпение	Воля	Самоконтроль	Самооценка	Интерес к знаниям	Конфликтность	Отношение к общим делам	

4.Комплекс организационно-педагогических условий

4.1 Календарно-учебный график работы ДО в школе-интернате на 2021 – 2022 учебный год.

1. Начало занятий – 06.09.2021
- 2.Окончание работы ДО в школе-интернате - 31.05.2022 г.

4.2 Условия реализации программы

4.2.1 Материально-техническое обеспечение программы

В учреждении школы-интерната для занятий спортом оборудован спортивный зал (площадью; 162 кв.км.; 9*18), а также на улице – футбольное поле.

ОБЪЕКТЫ

№	Спортивный объект	Функциональное использование	Оснащенность спортивным оборудованием	
1.	Игровой зал – 162 кв.м	Организация и проведение тренировочных занятий Организация массовых спортивно-досуговых мероприятий с детьми и взрослыми.	Волейбольные стойки и сетка. Разметка для волейбола, баскетбола, мини-футбола Форма футбольная Мяч футбольный Комплект вратарский Конус пластик Манишка 2 цветов	1 12 шт. 5 шт. 1 шт. 12 шт. 12 шт.
2.	Футбольное поле	Организация и проведение тренировочных занятий Организация массовых спортивно-досуговых мероприятий с детьми и взрослыми	Ворота футбольные Ворота переносные Координационная лестница	2 шт. 2 шт. 1 шт.

4.3 Учебно-методическое обеспечение.

4.3.1.Список литературы для педагогов:

1. Чанади А. Футбол. Стратегия. Пер.с венгерского Гербст Ю. М.: ФиС, 1981.
2. Чанади А. Футбол. Тренировка. Пер.с венгерского. М.: ФиС, 1985.
3. Выжгин В.А. под ред. Полишкиса М.С.. Футбол: Учебник для институтов физической культуры. М.: Физкультура, образование и наука, 1999.

4.3.2.Список рекомендуемой литературы:

1. Андреев С.Н., Лапшин О.Б., Ежов П.Ф. Учебная программа для детско-юношеских спортивных школ: Минск, 1992.
2. Алабин В.Г., Алабин А.В., Бизин В.П. Многолетняя тренировка юных спортсменов.-Х.: Основа, 1993.
3. Лях В.И. Тесты в физическом воспитании школьников. М.: Акт, -1998.

Интернет ресурсы

1. www.football.kulichki.net
2. www.soccer.ru