

Государственное общеобразовательное учреждение Республики Коми
«Специальная (коррекционная) школа-интернат № 9» с. Ижма

Принята
на заседании педагогического
совета от 30.08.2024
Протокол № 1

Утверждена:
И.о. директора
Л.А. Колесова
Приказ № 140-од от 30.08.2024

**Адаптированная дополнительная
общеразвивающая программа
физкультурно-спортивной направленности**

«МИНИ-ФУТБОЛ»

Возраст обучающихся: 10-17 лет
Вид программы по уровню освоения: стартовый
Срок реализации: 1 год

Составитель:
Филиппов Василий Евдокимович,
учитель физической культуры.

с. Ижма
2024

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Адаптированная программа физкультурно-спортивной направленности «Мини-футбол» разработана в соответствии со следующими документами:

- Федеральный Закон от 29.12.2012г. №273-ФЗ «Об образовании в РФ»
- Федеральный закон от 31 июля 2020 г. № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся».
- Федеральный Закон от 02.12.2019 г. № 403-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации».
- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года (Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 г. № 678-р).
- Приказ Министерства просвещения России № 629 от 27.07.2022г. «Об утверждении порядка организации осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 г. № 28 «Об утверждении Санитарных правил СП2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (п.3.6);
- Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ в Республике Коми от 19.09.2019 г. № 07-13/631);
- 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 // Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации № ВК-641/09 от 26.03.2016г.
- Устав ГОУ РК «С(К)ШИ №9» с. Ижма.

Адаптированная программа физкультурно-спортивной направленности «Мини-футбол» разработана для детей с ОВЗ (ментальные нарушения).

Умственная отсталость – это стойкое, необратимое нарушение преимущественно познавательной деятельности, а также эмоционально-волевой и поведенческой сфер, обусловленное органическим поражением коры головного мозга, имеющим диффузный характер.

В *физическом развитии* дети с нарушением интеллекта отстают от нормально развивающихся сверстников. Это отражается в более низком росте, весе, объёме грудной клетки. Сила, быстрота и выносливость развиты хуже, чем у нормально развивающихся детей. Своеобразие психомоторики у этой категории детей состоит в том, что развитие высоких уровней деятельности сочетается у них с резким недоразвитием, более простых форм действий.

Внимание характеризуется рядом особенностей: трудностью его привлечения, невозможностью длительной активной концентрации, быстрой и лёгкой отвлекаемостью, неустойчивостью, рассеянностью, низким объёмом. У школьников снижен объём *восприятия*, замедлена его скорость.

В исследованиях Л.В. Занкова, Х.С. Замского, Б.И. Пинского и других учёных выявлены качественные особенности *памяти* детей с нарушением интеллекта. Отмечается, что у данной категории детей страдают как произвольное, так и произвольное запоминание, причём нет существенных различий между продуктивностью произвольного и произвольного запоминания.

У детей с интеллектуальной недостаточностью отмечаются нарушения *речевого* развития. При этом страдают все компоненты речи: лексика, грамматический строй, звукопроизношение. У школьников значительно нарушено *мышление*. Основным недостатком мышления является слабость обобщений. Мышление также характеризуется косностью, туго подвижностью. *Эмоциональная сфера* школьников характеризуется незрелостью и недоразвитием. Эмоции детей недостаточно дифференцированы: переживания примитивны, часто неадекватны и непропорциональны воздействиям окружающего мира по своей динамике; нарушены *волевые процессы*. Многие школьники безынициативны, не могут самостоятельно руководить своей деятельностью, подчинить её определённой цели.

Особенности психического развития школьников с нарушением интеллекта, возрастные изменения, связанные с перестройкой организма ребёнка, особенно в подростковом возрасте, существенно затрудняют усвоение детьми нравственных понятий, развитие и установление нравственно приемлемых отношений. При неблагоприятных условиях

жизни у школьников с нарушением интеллекта могут возникать трудности в поведении.

Направленность программы – физкультурно-спортивная.

Актуальность программы

Актуальность программы состоит в том, что она направлена на удовлетворение особых образовательных потребностей детей с ограниченными возможностями здоровья. Программа помогает адаптировать учебный процесс к индивидуальным особенностям обучающегося, комфортных условий для развития и формирования талантливого ученика. Этот вид спорта развивает двигательную активность, улучшает сердечно – сосудистую и дыхательную систему, укрепляет иммунную систему организма.

Адаптированная программа «Мини-футбол» является актуальной на сегодняшний день, т.к. её реализация восполняет недостаток двигательной активности. Систематические занятия мини-футболом способствуют развитию у обучающихся силы, быстроты, выносливости, улучшают деятельность центральной нервной, сердечно-сосудистой и дыхательной систем, что положительно сказывается на здоровье детей.

Мини-футбол – это командный вид спорта, который позволяет развить в ребёнке социальное мышление, память, учит работать с группой, способствует дальнейшей адаптации в обществе. Любая спортивная команда – это сплочённый коллектив, в котором вырабатываются такие качества как дружба, уважение друг к другу, честность, справедливость. Участвуя в соревнованиях, дети чувствуют ответственность не только за себя, но и за всю команду.

Адресат программы:

Программа предназначена для проведения занятий с обучающимися с ОВЗ (нарушениями интеллекта) 10-17 лет, не имеющими медицинских противопоказаний, с учетом показаний ПМПК.

Программа рассчитана на 2 группы по 10 человек.

Вид программы по уровню освоения – стартовый.

Объем программы: 34 часа.

Год обучения	Количество часов в неделю	Количество недель в учебном году	Всего часов
1	1	34	34

Сроки реализации: 1 год.

Форма обучения: очная.

Режим занятий: занятия проводятся 1 раз в неделю по 1 академическому часу.

Особенности организации образовательного процесса: Состав группы – постоянный. Форма проведения - групповая.

Форма и режим занятий: Программа предусматривает распределение учебно-тренировочного материала для занятий на 34 часа и направлена на доступный для детей данного возраста уровень освоения навыков и умений игры в мини-футбол. Практические занятия по **физической, технической и тактической** подготовке проводятся в форме игровых занятий по общепринятой методике. Предусмотрены задания на дом для самостоятельного совершенствования физических качеств и индивидуальной техники владения мячом. Большинство практических занятий следует проводить на открытом воздухе. Изучение **теоретического** материала осуществляется в форме 15 – 20-минутных бесед, просмотра презентаций, видеороликов, которые проводятся, как правило, в начале занятий (как часть комплексного занятия). Позже длительность беседы может быть увеличена до 30 минут или проведено самостоятельное теоретическое занятие длительностью до 45 минут. Основными формами обучения игры в мини-футбол, являются: групповые занятия, которые отвечают характеру игры в мини-футбол, предусматривают повышенное требование взаимодействия между игроками, необходимость решения коллективных задач, а так же тестирование, участие в соревнованиях и инструкторская и судейская практика. В групповых занятиях занимающиеся выполняют задание при различных методах организации: фронтальном, в подгруппах, индивидуальном.

Формы проведения занятий: разучивание материала, практические занятия, закрепление навыков полученных на занятиях:

1. Практические занятия в зале, на спортивной площадке, в парке;
2. Кроссовая подготовка
3. Силовая подготовка
4. Тренировочные школьные и районные соревнования;
5. Подвижные игры;
6. Эстафеты.

ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ

Цель: привитие интереса к регулярным занятиям мини-футболом и физической культурой в целом.

Задачи:

Обучающие:

- овладение основным техническими требованиями мини-футбола

(ведения мяча, ведения с изменением направления, удары);

Развивающие:

- развитие специальных физических качеств (быстроты реакции, ловкости, выносливости, чувства мяча, координации движений);
- развитие навыков дифференцированно воспринимать окружающий мир, его временно-пространственную организацию;
- развитие способности соотносить свои действия и их результаты с заданными образцами, принимать оценку деятельности, оценивать ее с учетом предложенных критериев, по возможности корректировать свою деятельность с учетом выявленных недочетов.

Воспитательные:

- формирование основных морально-этических принципов (уважение к окружающим, вежливости, взаимопонимания, взаимопомощи);
- привитие чувства ответственности, сознательности и активности;

Коррекционно-развивающие

- Развитие внимания, памяти, восприятия, мышления. Улучшение пространственно-временных способностей.

Учебный план

№	Наименование разделов/модулей	Теория	Практика	Всего	Формы аттестации /контроля
1.	Инструктаж по Т/Б	1	-	1	-
2.	Техническая подготовка	1	7	8	Тестирование Сдача нормативов
3.	Тактическая подготовка.	1	4	5	Тестирование Сдача нормативов
4.	Общая физическая подготовка.	1	6	7	Сдача нормативов
5.	Специальная физическая подготовка.	1	3	4	Тестирование Сдача нормативов
6.	Игровая подготовка.	1	8	9	-
	Итого:	6	28	34	

Содержание учебного плана

Раздел 1. Инструктаж по технике безопасности.

Теория: Правила безопасности на занятиях. Знаменитые спортсмены Республики Коми и России.

Раздел 2 Техническая подготовка.

Техника передвижения

Теория: Техника выполнения беговых упражнений и прыжков. Передвижения футболистов. Правила безопасности.

Практика: выполнение беговых упражнений:

- обычный, спиной вперед, крестными приставным шагом;
- выполнение беговых упражнений: по прямой, дугами, изменением направления и скорости;
- выполнение прыжков: вверх, вверх и вперед, вверх и назад, вверх и вправо, вверх и влево (толчком двумя ногами с места, толчком одной и двумя ногами с разбега).

Удары по мячу ногами.

Теория: Техника выполнения ударов ногами. Правила безопасности.

Практика:

- выполнение ударов внутренней стороны стопы, внутренней и средней частью подъема,
- выполнение ударов по неподвижному и катящемуся (навстречу, от игрока, справа или слева) мячу.
- выполнение ударов по прыгающему и летящему мячу внутренней стороны стопы и средней частью подъема.
- выполнение ударов внешней частью подъема.
- Выполнение ударов носком.
- выполнение ударов после остановки, рывков, ведения, обманных движений, посылая мяч низом и верхом на короткое и среднее расстояние.
- Игры и конкурсы.

Удары по мячу головой.

Теория: техника выполнения ударов головой. Правила безопасности.

Практика:

- выполнение ударов серединой лба без прыжка и в прыжке, с места и с разбега, по летящему навстречу мячу.
- выполнение ударов на точность: в определенную цель на поле, в ворота, партнеру.

Остановка мяча.

Теория: техника остановки мяча. Правила безопасности.

Практика:

- остановка подошвой и внутренней стороной стопы катящегося и опускающегося мяча на месте, в движении впереди назад.
- остановка внутренней стороны стопы, бедром и грудью летящего навстречу мяча.
- остановка с переводом в стороны, подготавливая мяч для последующих действий и закрывая его туловищем от соперника.

Передачи мяча.

Теория: Культура паса в современном футболе. Правила безопасности.

Практика:

- передачи мяча внутренней частью подъема, носком, подъемом, подошвой, пяткой.
- передачи мяча в одно касание, после обработки мяча, а также грудью.
- передачи мяча с навесной траекторией.

Ведение мяча. Обманные движения (финты).

Теория: Финты визитная карточка футболиста. Правила безопасности.

Практика:

- ведение внутренней частью подъема, внешней частью подъема.
- ведение правой, левой ногой поочередно по прямой и по кругу, между стоек, меняя направление движения, изменяя скорость, выполняя ускорения и рывки, не теряя контроль над мячом.
- обманные движения "уход" выпадам (при атаке противника спереди умение показать туловищем движение в одну сторону и уйти с мячом в другую).
- финт "остановкой" мяча ногой (после замедления бега и ложной попытки остановки мяча выполняется рывок с мячом).
- Обманное движение "ударом" по мячу ногой (имитируя удар, уход от соперника вправо или влево).

Отбор мяча.

Теория: Значение защитных действий в игре. Подкат. Правила безопасности.

Практика:

- отбор мяча при единоборстве с соперником, находящимся на месте, движущимся навстречу или сбоку, применяя выбивание мяча ногой в выпаде.

Раздел 3 «Тактическая подготовка»

Атакующая тактика.

Теория: Презентация на тему: «Олимпийское и параолимпийское движение». Индивидуальные действия с мячом и без мяча. Правильное расположение на площадке. Умение ориентироваться, реагировать

соответствующим образом на действие партнера и соперника. Выбор момента и способа передвижения для "открывания" на свободное место с целью получения мяча. Самостоятельное освобождение зоны для получения мяча. Взаимодействие двух и более игроков. Создание численного преимущества в нападении и его реализация.

Практика:

- отработка индивидуальных действий с мячом.
- отработка групповых действий.
- отработка техники выполнения передач: в ноги партнеру, на свободное место, на удар; короткую или среднюю передачу, низом или верхом.
- отработка комбинаций: «стенка», «каблучок», «скрещивание», «забегания за спину партнера», «смена мест».
- отработка простейших комбинаций: при стандартных положениях: угловом, штрафном и сводном ударах.
- двухсторонние игры.

Оборонительная тактика.

Теория: Индивидуальные действия, правила безопасности.

Практика:

- умение правильно выбирать позицию по отношению к опекаемому игроку и противодействовать ему в приеме мяча, т.е. осуществлять "прикрытие соперника". Выбор момента и способа действия (удар или остановка) для перехвата мяча. Умение оценить игровую ситуацию и осуществить отбор мяча изученным способом. Игра на опережение. Противодействия комбинациям «стенка», «скрещивание», забегание, смена мест. Взаимодействие игроков и правильный выбор позиций при розыгрыше противником "стандартных" комбинации. Коллективный отбор (прессинг), зонная защита, создание численного преимущества в защите, за счет подключения к обороне вратаря.
- отработка индивидуальных оборонительных действий (перехват мяча и игра на опережение).
- отработка оборонительных групповых действий (прессинг и зонная защита).
- двухсторонние игры.

Раздел 4 «Общезащитная подготовка»

Общеразвивающие упражнения.

Теория: значение и техника выполнения общеразвивающих упражнений. Правила безопасности. Критерии оценки упражнений.

Практика:

- выполнение упражнений для рук и плечевого пояса: сгибания и

разгибания, вращения, махи, рывки.

- выполнение упражнений для мышц шеи: наклоны, вращения и повороты головы в различных направлениях.
- выполнение упражнений на формирование правильной осанки в различных исходных положениях - наклоны, повороты, вращения туловища.
- выполнение упражнений в положении лежа - поднимание и опускание ног, круговые движения одной и обеими ногами, поднимание и опускание туловища.
- выполнение упражнений для ног: различные маховые движения ногами, приседания на обеих и на одной ноге, выпады, выпады с дополнительными пружинящими движениями.

Упражнения на координацию и равновесие.

Теория: Техника выполнения упражнений для развития правильной осанки, укрепления мышц туловища. Правила безопасности.

Практика:

- выполнение упражнений на координацию.
- выполнение упражнений на равновесие.

Упражнения со скакалкой.

Теория: Техника прыжков с длинной и короткой скакалкой. Правила безопасности.

Практика:

- выполнение прыжков на двух ногах с вращением скакалки вперед (назад).
- выполнение прыжков с попеременной сменой ног с вращением скакалки вперед (назад).
- игры и конкурсы со скакалкой.

Раздел 5 Специальная физическая подготовка.

Беседа: «Выдающиеся спортсмены Ижемского района».

Эстафеты на закрепление и совершенствование технических приемов.

Специальные упражнения. Чеканка мяча.

Вратарь: ловля катящегося мяча. Удары по воротам из стандартных положений, по катящемуся мячу.

Отбор мяча перехватом, тактика игры 2 против 1.

Изучение технических приемов, прием мяча грудью. Двусторонняя учебная игра.

Остановка мяча различными частями тела: бедром, грудью, животом.

Двусторонняя учебная игра.

Комбинации из освоенных элементов техники передвижений + эстафета.

Комбинации из освоенных элементов техники передвижений + эстафета.

Комбинации из освоенных элементов техники передвижений + эстафета.
Товарищеская игра 5-6 и 7, 8, 9 классы.
Обучение финтам, салки вокруг столба, бег в квадрате.
Эстафета на закрепление изученных финтов, двусторонняя учебная игра.
Скоростные упражнения + удары по мячу из различных положений.
Изучение техники игры вратаря, точный бросок в цель.
Отбор мяча перехватом в движение, бег с препятствиями. Ввод мяча вратарем рукой, чеканка мяча, квадрат.
Ведение мяча + удар по воротам. Футбол.

Раздел 6 «Игровая подготовка»

Теория: Игры с ограниченными правилами в баскетбол, футбол, волейбол ногами, комбинированные эстафеты

Практика:

Подвижные игры: «Караси-щука», «Кто последний», «Смелые мышки», «Нитка, иголка», «У медведя во бору», «День и ночь». Правила безопасности.

- -спортивные игры.
- -подвижные игры.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Предметные:

- овладели основными техническими требованиями мини-футбола (ведение мяча, ведение мяча с изменением направления, удары, броски (вратарь))
- научились играть в среднем темпе, владея счетом игры.

Метапредметные:

- повысился уровень специальных физических качеств (быстроты реакции, ловкости, выносливости, чувства мяча, быстроты исполнения ударов, открываний в штрафной площадке);
- развились навыки дифференцированно воспринимать окружающий мир, его временно-пространственную организацию;
- повысился уровень способности соотносить свои действия и их результаты с заданными образцами, принимать оценку деятельности, оценивать ее с учетом предложенных критериев, по возможности корректировать свою деятельность с учетом выявленных недочетов.

Личностные:

- сформировались основные морально-эстетические принципы (уважение к окружающим, вежливость, взаимопонимание, взаимопомощь),
- укрепились чувство ответственности, сознательности и активности.

Коррекционно-развивающие:

- улучшились внимание, память, восприятие, пространственно-временные способности.

Календарный учебный график (Приложение 1).

Календарный план воспитательной работы (Приложение 2).

Оборудование:

- скакалки;
- мячи мини-футбольные;
- гимнастические маты;
- кегли(стойки);
- секундомер;
- мячи набивные;
- эстафетные палочки;
- накидки для двухсторонних игр;
- гимнастические скамейки;
- фишки;
- стойки;

Формы контроля

Формами подведения итогов: реализации адаптированной дополнительной общеобразовательной программы «Мини-футбол» служат результаты выполнения тестовых заданий, участия в соревнованиях различного уровня.

В конце учебного года с целью выявления общего уровня подготовки учащихся проводится сдача нормативов. Так же, в течение учебного года, по мере изучения разделов программы, педагог методом наблюдения и собеседования с учащимися подводятся предварительные итоги.

Оценочные материалы представлены в Приложении 3.

Характеристика оценочных материалов представлена в Приложении 4.

Методические материалы

Методическое обеспечение программы предусматривает рациональное чередование нагрузок и отдыха, соответствующим для обучающихся с ОВЗ. Это особенно важно при воспитании физических качеств. При этом соблюдается посильность заданий и регулярность занятий. Успех выполнения программы во многом зависит от правильной организации процесса обучения детей. Специфика методических приемов зависит от возрастных особенностей детей.

В работе используются следующие методы:

- методы использования слова (объяснение, беседы, разбор, задание, указание, оценка, команда)
- методы наглядного восприятия (показ, демонстрация видеофильмов, демонстрация видеослайдов, рисунков мелом на доске)
- практические методы (разучивание по частям, разучивание в целом, игровой, соревновательный)

Хорошие результаты приносят методические приемы, обращенные сразу ко всей группе детей, или направленные на активизацию каждого ребенка в отдельности:

- индивидуальная оценка уровня усвоенных навыков, наблюдение за поведением ребенка, его успехами;
- использование в процессе занятия приемов, обращенных к каждому ребенку, создание обстановки, вызывающей у неуверенных ребят желание действовать;

Одной из форм эмоционального обогащения учащихся являются

соревнования. Они оставляют массу впечатлений, создают приподнятое настроение.

В работе используются следующие образовательные технологии:

1. Технология разноуровневого обучения.

Учитывающая индивидуальные особенности каждого ребёнка, создающая комфортные психолого-педагогические условия для активной познавательной деятельности обучающихся, развивающая их мышление, самостоятельность. Особенно актуальна она в коррекционной школе, где обучаются дети с нарушением интеллектуального развития. Цель данной технологии состоит в том, чтобы все обучающиеся овладели базовым уровнем знаний и умений и имели возможности для своего дальнейшего развития.

3. Технология проблемного обучения

На современном занятии ключевым этапом является этап мотивации. Процесс создания мотивации требует от педагога особенного творческого подхода, нужно всё предвидеть и просчитать. От правильно поставленной мотивации зависит результативность всего урока.

4. Игровая технология

Практика показывает, что занятия с использованием игровых ситуаций, делая увлекательным учебный процесс, способствуют появлению активного познавательного интереса обучающихся. На таких занятиях складывается особая атмосфера, где есть элементы творчества и свободного выбора. Развивается умение работать в группе, в парах.

5. Здоровьесберегающая технология

Цель - обеспечить обучающемуся возможность сохранения здоровья. Важная составная часть здоровьесберегающей работы учителя – это рациональная организация занятия. Использование данной технологии в коррекционной школе позволяет без каких-либо особых материальных затрат не только сохранить уровень здоровья детей с ОВЗ, но и повысить эффективность учебного процесса.

6. Коррекционно-развивающая технология

Это технология, которая направлена на развитие или коррекцию какой-либо психической или физической деятельности.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Башкирова В.Г., Петросян А.Т. Некоторые рекомендации по тактике нападения против личной и зонной защиты-М.,1999.
2. Казаков С.В. Спортивные игры. -Ростов-на-Дону:Феникс,2004,2004-442с.
3. Комплексная программа физического воспитания учащихся 1–11-х классов /В.И.Лях, Л.А.Зданевич/“Просвещение”.М.,2010.
4. Костикова Л.В., Шерстюк А.А., Григорович И.М. Особенности обучения и тренировки футболистов 10-13 лет.- М.,1999.
5. Мандриков В.Б., Туркин Р.А., Мицулина М.П., Ушакова И.А., Голубин С.А. Футбол на занятиях по физической культуре Учебное пособие.- Волгоград,2012.
6. Никитушкин В.Г., Губа В.П. Методы отбора в игровые виды спорта - М.,1998.
7. Официальные правила мини-футбола для мужчин и женщин 1998-2002 гг. -М.,1998.
8. Организация работы спортивных секций в школе. Каинов А.Н.- Волгоград:Учитель,2010г.
9. Портнов Ю.М. Основы управления тренировочно-соревновательным процессом в спортивных играх. -М.,1996.
10. Примерная федеральная программа(Матвеев А.П.,2005).

Интернет-ресурсы

1. <http://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2012/03/26/programma-dopolnitelnogo-obrazovaniya-basketbol> (последняя дата посещения 18.06.2022)
2. <http://festival.1september.ru/articles/610026/> (последняя дата посещения 18.06.2022)
3. <http://obasketbole.ru/dvd-i-lit> (последняя дата посещения 18.06.2022)
4. http://www.bcmetallurg.ru/books/aya_gomelskii_upravlenie_komandoi/page3 (последняя дата посещения 18.06.2022)
5. <http://fizkultura-na5.ru/> (последняя дата посещения 18.06.2022)

Календарный учебный график

№	Тема занятия	Количество часов	Дата проведения (план)	Дата проведения (факт)
<i>Раздел 1 «Инструктаж по технике безопасности»</i>				
1.	Вводное занятие. Инструктаж по Технике безопасности. Знаменитые спортсмены Р.К. и России.	1		
<i>Раздел 2 «Техническая подготовка»</i>				
2.	Втягивающая тренировка. Специальные упражнения, учебная игра	1		
3.	Физподготовка. Челночный бег, футбол, изучение упражнения «квадрат»	1		
4.	Физподготовка. Бег, прыжки, футбол, изучение упражнения «контроль мяча»	1		
5.	Физподготовка. Прыжки через барьер 2 серии через круг легкого бега, Футбол	1		
6.	Физподготовка. Рывки по диагоналям 3 раза, футбол, «контроль мяча»	1		
7.	Отработка техники передвижения и	1		

	владения мячом: остановка прием мяча			
8.	Передвижение спиной вперед, повороты, удары по мячу внутренней частью стопы, ведение мяча по кругу.	1		
9.	Физподготовка. Бег с изменением направления, «квадрат», футбол			
Раздел 3 «Тактическая подготовка»				
10	Отработка ударов по мячу из различных положений, комбинации ударов. Презентация на тему: «Олимпийское и параолимпийское движение»	1		
11	Ведение мяча до центра с последующим ударом по воротам, изучение новых технических приемов	1		
12	Обводка с помощью обманных движений, отработка изученных ударов	1		
13	Отработка паса щечкой в парах. Футбол.	1		
14	Игры на закрепление тактических действий, силовые упражнения	1		
Раздел 4 «Общая физическая подготовка»				
15	Ведение мяча с активным сопротивлением защитников, удар по неподвижному мячу	1		

	внутренней стороной стопы.			
16	Изучение индивидуальных тактических действий в защите. Двусторонняя учебная игра.	1		
17	Развитие координационных способностей. Ведение + удар по воротам, квадрат.	1		
18	Игры, развивающие физические способности. Бег с остановками и изменением направления.	1		
19	Изучение позиционного нападения: Без изменений позиций игроков + удар с сопротивлением	1		
20	Общеразвивающие упражнения по Методу круговой тренировки	1		
21	Полоса препятствий, удары по неподвижному мячу, мяч стоит на месте, змейка + удар	1		
Раздел 5 «Специальная подготовка»				
22	Специальные упражнения. Чеканка мяча. Беседа: «Выдающиеся спортсмены Ижемского района».	1		
23	Вратарь: ловля катящегося мяча. Удары поворотом из стандартных	1		

	положений, по катящемуся мячу			
24	Отбор мяча перехватом, тактика игры 2 против 1	1		
25	Остановка мяча различными частями тела: грудью, животом. Двусторонняя учебная игра	1		
Раздел 6 «Игровая подготовка»				
26	Тактическая подготовка, треугольник, три колонны.	1		
27	Эстафета дриблеров, двусторонняя Учебная игра.	1		
28	Игра на опережение, старты из различных положений.	1		
29	Общеразвивающие упражнения, силовая подготовка.	1		
30	Футбол без ворот, теннисбол, гандбол. Тренировка меткости.	1		
31	Игры, развивающие физические способности. Бег с изменением направления.	1		
32	Развитие координационных способностей. Ведение мяча + удар по воротам, квадрат. Двусторонняя игра.	1		
33	Прием мяча различными частями тела.	1		
34	Изучение финтов, применение при сопротивлении защитника.	1		

Календарный план воспитательной работы

№п /п	Направление воспитательной работы	Наименование мероприятий	Дата выполнения	Планируемый результат	Примечание
1.	Физическое развитие и культура здоровья	Мероприятия по ЗОЖ (Кросс Наций, эстафета в День Учителя, День здоровья, Декада спорта, сдача Норм ГТО)	Сентябрь – октябрь 2023 г.	Развитие физических качеств: силы, выносливости, быстроты, ловкости, укрепление здоровья	
2.	Приобщение учащихся к культурному наследию	Мероприятия по Празднованию Нового года	25-29.12.23 г.	Уважительное отношение к традициям, традиционным праздникам	
3.	Гражданско-патриотическое воспитание	Мероприятия по Празднованию Дня Победы в ВОВ. Мероприятия ко дню защитника Отечества («Зарница», соревнования по стрельбе из пневматической винтовки.)	03-09.05.24 г. 12-23.02.24 г.	Развитие чувства патриотизма и гражданственности, знание истории своих соотечественников, села, чествование тружеников тыла и детей войны.	

Оценочные материалы

В начале (сентябрь) учебного года проводится контрольные нормативы по физической, в середине учебного года—контрольные нормативы по технической подготовке, и в конце (май) учебного года обязательная сдача контрольных нормативов по физической и технической подготовке.

Оценочная форма достижения предметных результатов

Общездоровьеская подготовка. Техника футбола

Тактика футбола

Общеразвивающие упражнения.

Упражнения на координацию и равновесие

Удары по мячу ногами.

Удары по мячу головой. Ведение мяча

Примерные нормативные требования по специальной подготовке

Контрольные упражнения	по л	Возраст, лет									
		8	9	10	11	12	13	14	15	16	17
Жонглирование мяча ногами	м	-	6	8	12	16	20	24	30	36	40
	д	-	4	6	10	12	15	18	22	26	30
Выполнение пасов на точность в парах	м	-	5	8	12	16	18	22	24	26	30
	д	-	4	6	8	10	12	14	16	18	22
Бег, 30 м	м	-	60,9	65	63	62	60	58	55	51	4,8
	д	-	7,2	68	66	65	63	60	57	54	5,1
Ведение мяча по с изменением направления	м	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
	д	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
Челночный бег	м	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
	д	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
Удар ногой по неподвижному мячу в цель, число попаданий	м	-	2	3	3	3	3	3	4	4	5
	д	-	2	3	3	3	3	3	4	4	4

Для вратарей												
Вбрасывание мяча в цель, количество попаданий	1 упражнения		-	-	-	3	4	3	4	4	4	5
			-	-	-	3	3	3	3	3	3	4
	2 упражнения		-	-	-	3	4	3	4	4	4	5
			-	-	-	3	3	3	3	3	3	4
Удар ногой с полуполета в цель, число попаданий			-	-	-	2	3	4	4	4	3	4
			-	-	-	2	3	3	3	3	3	3

Характеристика оценочных материалов программы

№	Предмет оценивания	Формы и методы оценивания	Критерии оценивания	Показатели оценивания	Виды контроля
1.	Теоретические знания по Разделу «Теория Мини-футбола»	Тестирование (Приложение 5)	Полнота, системность, прочность знаний программным требованиям. Чем больше верно выполненных заданий к общему объему, тем выше показатель надежности полученных результатов, что дает основание оценивать их как «удовлетворительные», «хорошие», «очень хорошие» (отличные). В текущей оценочной деятельности целесообразно соотносить результаты, продемонстрированные учеником, с оценками типа: «удовлетворительно» (зачёт), если обучающиеся верно выполняют от 35% до 50% заданий; «хорошо» — от 51% до 65% заданий. «очень хорошо» (отлично) - свыше 65%.	3балла— полное, в системе, Допускаются единичные ошибки, самостоятельно исправляемые учащимися, 2балла— полное, в системе, Допускаются отдельные несущественные ошибки, исправляемые после указания педагога 1балл— неполное, допускаются отдельные Существенные ошибки, Исправленные с помощью	Промежуточный

				педагога	
2.	Практически е знания по Разделу «Общефизическа я подготовка»	Сдача нормативов	Степень самостоятельности выполнения Действия (умения)	3 балла – свободно применяет умение (выполняет действие) на практике, в различных ситуациях 2 балла – применяет умение (выполняет действие) на практике, возможны незначительные ошибки, которые учащийся сам исправляет 1 балл – применяет умение (выполняет действие) в знакомой ситуации (по алгоритму, с опорой на подсказки педагога)	Промежу точный
3	Групповая работа	Игра «Мини- футбол»	Применение полученных знаний и использование их на практике	Самостоятель ность выполнения работы 3 балла – работа выполнена самостоятель но с творческим подходом, 2 балла –	Итого вый

				работа выполнена Самостоятел ьно частично по Алгоритму (шаблону), 1 балл– работа выполнена по алгоритму (шаблону), с опорой на подсказки педагога	
--	--	--	--	---	--

Тестовые задания «Теория мини-футбола».

1. Размеры площадки в мини-футболе?
 - a) Длина **38-42м** Ширина **18-25 м**
 - b) Длина 18-25м Ширина 8-10 м
 - c) Длина 90-100 м Ширина 50-60м
2. Продолжительность матча
 - a) 4 тайма по 10 минут
 - b) 2 тайма по 25 минут**
 - c) 3 тайма по 15 минут
3. Количество игроков на площадке
 - a) 2 команды по 5 полевых игроков и вратарь.
 - b) 2 команды по 4 полевых игрока и вратарь.**
 - c) 2 команды по 6 полевых игроков и вратарь.
4. Размеры ворот
 - a) 4 х 6 м
 - b) 2 х 3 м**
 - c) 2,5 х 5 м
5. Перерыв между таймами в мини-футболе равен ...
 - a) 15 мин
 - b) 10 мин**
 - c) 20 мин
6. Какое правило действует при введении мяча из аута?
 - a) Правило 5 секунд
 - b) Правило 4 секунд**
 - c) Правило 10 секунд
7. Со сколько метров бьется пенальти в мини-футболе?
 - a) 5
 - b) 11
 - c) 6**
8. За что могут дать желтую карточку?
 - a) За двойное касание при свободном ударе
 - b) При введении вратарем мяча ногой
 - c) За удар сзади**