



Отдел образования администрации Невского района Санкт-Петербурга
Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
школа №17 Невского района Санкт-Петербурга
192131, Санкт-Петербург, ул. Бабушкина д.58 корп.1
тел. 417-55-58 тел./факс 417-55-60
ОКПО 53250470 ОКОГУ 23280 ОГРН 1027806078266 ИНН 7811066830 КПП 781101001

ПРИНЯТА:

на Педагогическом совете
Протокол № 1
от « 31» августа 2023г.

УТВЕРЖДЕНА:

Приказ № 77-ш от «01» сентября 2023
Директор ГБОУ школа № 17
Невского района Санкт-Петербурга
С.В. Сандеева

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«Мини-футболу»

Срок освоения программы 1 год
Возраст обучающихся 10-18 лет

Разработчик:
Залесова Людмила Ивановна
Педагог дополнительного образования

Пояснительная записка

Дополнительная общеразвивающая программа «Мини-футболу» имеет спортивную направленность.

Адресат программы. Программа адресована занимающихся с умственной (интеллектуальными нарушениями) младшего, среднего школьного возраста (10-18 лет).

Актуальность программы. Обеспечение реализации прав детей с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) и детей-инвалидов на участие в программах дополнительного образования является одной из важнейших задач государственной образовательной политики. Данная АДОП ориентирована на создание и обеспечение необходимых условий для развития здорового образа жизни, физического воспитания, социализацию и адаптацию к жизни в обществе обучающихся с ограниченными возможностями здоровья.

Отличительной особенностью программы /новизной (при наличии) являются

Данная АДОП разработана для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья. Занятия в спортивной секции «Мини-футбол» развивают моторную ловкость, координацию движений, является способом самовыражения в спорте занимающихся с ОВЗ, инструментом решения конфликтов и средством снятия психологического напряжения. С учетом особенностей тренирующихся в программе предусмотрены комплексы упражнений, способствующие снятию быстрой утомляемости, повышающие работоспособность, укрепляющие весь мышечный аппарат, развивающие моторную ловкость, скоординированность, обучающие действиям в команде. При проведении занятий в секции учитываются особые образовательные потребности занимающихся. При проведении занятий запланировано: предъявлять «пошаговые инструкции» по всем видам спортивной деятельности; оказывать дозированную помощь каждому обучающемуся во время тренировочного и игрового процесса; использовать специальные методы, приемы, способствующие общему развитию обучающегося; обеспечивающие контроль за устной речью; обеспечение непрерывного контроля за выполнением всех комплексов физических упражнений; стимулирование активности, развитие коммуникации, через общение в команде со сверстниками и взрослым педагогом; необходимо учитывать индивидуальный темп обучения и продвижения в образовательном пространстве. Большое значение отводится физической подготовке, направленной на развитие физических способностей организма. Также выделяется общая и специальная физическая подготовка. Общая физическая подготовка - предусматривает всестороннее развитие физических возможностей, специальная - развитие качеств и функциональных возможностей для футболистов. Получение детьми-инвалидами и занимающимися с ограниченными возможностями здоровья дополнительного образования способствует социальной защищенности на всех этапах социализации, повышению социального

статуса, становлению гражданственности и способности активного участия в общественной жизни.

Уровень освоения программы

(общекультурный, базовый, углубленный)

Уровень освоения программы	Показатели	Целеполагание	Требование к результативности усвоения программы
	Срок реализации	Максимальный объем программы в год	
Общекультурный	2 год обучения	3-11 класс	-Формирование и развитие спортивных способностей занимающихся -Тренировочные упражнения, направленные на совершенствование физических качеств и индивидуальной техники владения мячом. -Формирование здорового образа жизни

Объем ДОП 1год

Срок освоения 2023-2024 учебный год

Режим занятий - занятия проводятся 2 раза в неделю, продолжительность занятия 60 минут. Занятия проводятся по следующему расписанию:

Вторник, четверг с 8:00 -9:00

Цель: создание условий для развития физических качеств, личностных качеств, овладения способами оздоровления и укрепления организма учащихся с ОВЗ посредством занятий мини-футболом.

Задачи:

Обучающие задачи:

1) Образовательные: обучить учащихся техническим приемам мини-футболом, дать представление об оздоровлении организма и улучшении самочувствия, дать необходимых дополнительных знаний и умений в области раздела физической культуры и спорта – спортивные игры (футбол), обучить учащихся техническим и тактическим приёмам футбола, научить правильно регулировать свою физическую нагрузку.

Развивающие задачи:

2) Развивающие: развить координацию движений и основные физические качества, способствовать повышению работоспособности занимающихся, формировать навыки самостоятельных занятий физическими упражнениями во время игрового досуга.

Воспитательные задачи:

3) Воспитательные: воспитывать чувство коллективизма, взаимопомощи и взаимовыручки, воспитывать дисциплинированность, способствовать снятию стрессов и раздражительности.

Коррекционно-развивающая:

4) Коррекция мелкой моторики рук, координации движений, точности. Воспитательные: Воспитание нравственных, морально-волевых качеств, настойчивости, навыков культурного поведения, инициативности и самостоятельности у учащихся, психологическую устойчивость. 2. Развитие и воспитание интереса к физической культуре.

Планируемые результаты

Результат	
<i>Предметные</i>	- овладеть известными техническими приемами футболиста и уметь применять их в различных ситуациях; - организовывать здоровьесберегающую деятельность с помощью комплекса упражнений с мячом и учебной игры в футбол.
<i>Метапредметные</i>	- формировать потребности и умение выполнять упражнения игровой деятельности в футболе; - формировать мыслительные операции по каждому из разученных элементов футбола; - формировать собственное мнение и позицию, договариваться, приходить к общему решению в совместной деятельности; - формировать умение работать в парах, группах, команде.
<i>Личностные</i>	- формирование положительного отношения учащихся к занятиям физкультурной деятельностью, накопление необходимых знаний, умений и навыков для достижения личностно значимых результатов в физическом совершенствовании

Организационно-педагогические условия реализации программы

Язык реализации программы-

Русский

Форма обучения –

Очная

Особенности реализации программы

(модульный принцип представления содержания ДОП и построения учебных планов, сетевая форма реализации ДОП, реализация с использованием электронного обучения и дистанционных образовательных технологий.

Новизна и оригинальность программы в том, что она учитывает специфику дополнительного образования и охватывает значительно больше желающих заниматься этим видом спорта, предъявляя посильные требования в процессе обучения. Она дает возможность заняться Мини-футболом с «нуля» тем занимающимся, а также внимание к вопросу воспитания здорового образа жизни, всестороннего подхода к воспитанию гармоничного человека.

Особенности организации образовательного процесса

(особое построение содержания и хода освоения программы, описание этапов, модулей, ступеней прохождения программы и т.д.)

Условие набора в коллектив.

В группу принимаются все желающие заниматься футболом, не имеющие медицинских противопоказаний к занятиям. Для занятий необходимо иметь допуск врача.

Условия формирования групп.

В группу принимаются занимающиеся разных возрастов и обучающиеся по разным программам обучения.

• Наполняемость группы.

Количество учащихся в группе до 12-14 человек. Зачисляются занимающиеся которые учатся по разным программам обучения.

• Формы проведения занятий.

Включают в себя теорию и практику. Каждое занятие содержит разминку (ОРУ), ОФП и СФП. Два раза в год происходит сдача спортивных нормативов. В программу включена теоретическая часть (просмотр игр), которая реализуется следующими принципами и методами обучения мини-футболом.

• Формы организации деятельности учащихся на занятии с указанием конкретных видов деятельности;

Успех в достижении результатов зависит от правильно оставленной перед занимающимися цели, от методов и приёмов обучения с учётом актуального морально- психологического состояния и физических возможностей каждого тренирующегося;

-фронтальный (одновременная работа со всеми занимающимися)

-коллективная (творческое взаимодействие между всеми занимающимися), техника нападения и защиты

• **Материально-техническое обеспечение программы;**

Занятия проходят в СОК» Звезда».

Оборудование: ворота и футбольные мячи.

Учебный план 2023-2024 года обучения

2 год обучения (для 10-18лет)

№ п/п	Название раздела/темы	Количество часов			Формы контроля/аттестации
		Всего	Теория	Практика	
1	Вводное занятие	1	1		Теоретические знания
2	Общефизическая подготовка		В процессе занятия	15	Сдача нормативов
3	Специальная физическая подготовка		В процессе занятия	14	Сдача нормативов
4	Техническая подготовка		В процессе занятия	16	Мониторинг физического развития
5	Тактическая подготовка		В процессе занятия	16	Мониторинг физического развития
6	Игровая подготовка			На каждом практическом занятии	Учебная двусторонняя игра
7	Контрольные игры			8	Учебная двусторонняя игра
8	Общие основы мини- футбола.		1		Учебная двусторонняя игра
9	Итоговое занятие			1	Учебная двусторонняя игра
	Итого часов	72	2	70	



Отдел образования администрации Невского района Санкт-Петербурга
Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение

школа №17 Невского района Санкт-Петербурга

192131, Санкт-Петербург, ул. Бабушкина д.58 корп.1

тел. 417-55-58 тел./факс 417-55-60

ОКПО 53250470 ОКОГУ 23280 ОГРН 1027806078266 ИНН 7811066830 КПП 781101001

Утвержден

Приказ № ____ от «__» _____ 20__

Директор

_____ ФИО

"__" _____ 20__

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

реализации дополнительной общеразвивающей программы

«Мини-футбол»

на 2023-2024 год

Педагог: Залесова Людмила Ивановна

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

реализации дополнительной общеразвивающей программы

Год обучения	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Количество учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий
2 год	01.09.2023	20.05.2024	36	170	70	2 раза в неделю (по вторникам и четвергам)



Отдел образования администрации Невского района Санкт-Петербурга
Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
школа №17 Невского района Санкт-Петербурга
192131, Санкт-Петербург, ул. Бабушкина д.58 корп.1
тел. 417-55-58 тел./факс 417-55-60

ОКПО 53250470 ОКОГУ 23280 ОГРН 1027806078266 ИНН 7811066830 КПП 781101001

ПРИНЯТА:

на Педагогическом совете
Протокол № 1
от « 31» августа 2023г.

УТВЕРЖДЕНА:

Приказ № 77-ш от «01» сентября 2023
Директор ГБОУ школа № 17
Невского района Санкт-Петербурга
С.В. Сандеева

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
К ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЕ

«Мини-футбол»

Год обучения 2023-2024

Разработчик:

Залесова Людмила Ивановна

Задачи (по текущему году)

Обучающие:

Образовательные: обучить учащихся техническим приемам мини-футбола

дать представление об оздоровлении организма и улучшении самочувствия, дать необходимых дополнительных знаний и умений в области раздела физической культуры и спорта – спортивные игры (мини-футбол), обучить занимающихся техническим и тактическим приёмам мини-футбола, научить правильно регулировать свою физическую нагрузку.

Развивающие:

Развивающие: развить координацию движений и основные физические качества (скоростно-силовые), способствовать повышению работоспособности тренирующимся, формировать навыки самостоятельных занятий физическими упражнениями во время игрового досуга.

Воспитательные :

1. Формировать патриотизм и патриотические ценности к нашей стране, любить свою Родину.
2. Воспитывать высокие волевые, морально-этические и эстетические качества.
3. Воспитывать чувство ответственности и товарищества.
4. Приобщить занимающегося к здоровому образу жизни.

Ожидаемые результаты (по текущему году)

Результат	
Предметные	- овладеть известными техническими приемами мини-футбола и уметь применять их в различных ситуациях; - организовывать здоровьесберегающую деятельность с помощью комплекса упражнений с мячом и учебной игре.
Метапредметные	- формировать потребности и умение выполнять упражнения игровой деятельности в мини-футболе; - формировать мыслительные операции по каждому из разученных элементов мини-футбола; - формировать собственное мнение и позицию, договариваться, приходить к общему решению в совместной деятельности; - формировать умение работать в парах, группах, команде.
Личностные	- формирование положительного отношения учащихся к занятиям физкультурной деятельностью, накопление необходимых знаний, умений и навыков для достижения лично значимых результатов в физическом совершенствовании

Содержание образовательной программы (по каждому году)

№ п/п	Название раздела/темы	Количество часов			Формы контроля/аттестации
		Всего	Теория	Практика	
1	Вводное занятие	1	1		Теоретические знания
2	Общефизическая подготовка		В процессе занятия	15	Сдача нормативов
3	Специальная физическая подготовка		В процессе занятия	14	Сдача нормативов
4	Техническая подготовка		В процессе занятия	16	Мониторинг физического развития
5	Тактическая подготовка		В процессе занятия	16	Мониторинг физического развития
6	Игровая подготовка			На каждом практическом занятии	Учебная двусторонняя игра
7	Контрольные игры			8	Учебная двусторонняя игра
8	Общие основы волейбола.		1		Учебная двусторонняя игра
9	Итоговое занятие			1	Учебная двусторонняя игра
	Итого часов	72	2	70	

Содержание раздела(темы)

1. Общие основы мини-футбола. Правила поведения и ТБ на занятиях по мини-футболу. Последовательность обучения футболиста. Становление как мини-футбола вида спорта. Общие основы мини-футбола. Правила игры и методика судейства соревнований. Эволюция правил игры по мини-футбола Упрощенные правила игры. Действующие правила игры. Сведения о строении и функциях организма человека.

2. Общефизическая подготовка Подвижные игры. ОРУ. Бег. Прыжки. Метания мяча из-за головы.

3. Специальная физическая подготовка. Упражнения для развития прыгучести, координации выносливости, упражнения силовой подготовки. Подбор упражнений, составление комплексов упражнений для развития быстроты перемещений, для защиты и нападения. Подбор упражнений для развития взрывной силы. Подбор упражнений для воспитания быстроты ответных действий.

4. Техническая подготовка. Техника выполнения удара по мячу. Обучение передвижению в парах с изменением направления движения по звуковому и зрительному сигналу. Обучение технике передачи мяча в парах на месте, со сменой мест. Поведение игрока при выполнении приемов. Правила безопасного выполнения.

5. Техника выполнения пенальти и угловых ударов. Упражнения на отработку движений рук, туловища и ног при выполнении удара по воротам с углового и пенальти. Правила безопасного выполнения приема мяча.

6. Тактическая подготовка. Обучение групповым взаимодействиям. Обучения отвлекающим действиям при атакующим ударе. Обучение переключению внимания и переходу от действий защиты к действиям в атаке (и наоборот). Обучение групповым действиям в нападении через выходящего игрока защитной линии. Изучение слабых нападающих ударов с имитацией сильных (обманные нападающие удары). Обучение индивидуальным действиям. Обучение технике передаче в движении. Отвлекающие действия при передачах и пасах. Упражнения на расслабления и растяжения. Обучение технике приема мяча головой в прыжке. Подбор упражнений для совершенствования ориентировки игрока. Обучения тактике передач, навесов, пасов, подач СФП. Обучения индивидуальным тактическим действиям игрока. Обучения индивидуальным тактическим действиям при выполнении передач на удар.

7. Игровая подготовка - Основы взаимодействия игроков во время игры. Понятие развития игровой комбинации. Понятие: оборонительная, наступательная игра. Правила безопасного ведения двусторонней игры. Техника игры в нападении. Техника игры в защите.

8. Контрольные игры Двухсторонние контрольные игры по упрощенным правилам мини-футбола.

Календарно-тематический план (по текущему году)

	Наименование тем занятий	Количество часов		Дата занятий	
		теория	практика	план	факт
1	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.	1			
2	Повторение правил игры в «малый футбол». Инструктаж по технике безопасности.		1		
3	Специальные упражнения, свободная практика. Учебная игра.		1		
4	Специальные упражнения, свободная практика. Учебная игра.		1		
5	Физподготовка. Челночный бег, футбол, изучение упражнения «квадрат».		1		
6	Совершенствование навыков приема мяча головой и передачи мяча сверху.		1		
7	Совершенствование навыков передач. Учебная игра.		1		
8	Игровые взаимодействия в парах. Учебная игра.		1		
9	Групповые упражнения. Учебная игра.		1		
10	Физподготовка. Челночный бег, футбол, изучение упражнения «квадрат».		1		
11	Совершенствование передач мяча в тройках. Учебная игра.		1		
12	Совершенствование приема мяча в двойках. Учебная игра.		1		
13	Упражнения с мячом в парах. Удары по воротам. Учебная игра.		1		
14	Техника передач мяча с углового. Учебная игра.		1		
15	Сочетание способов перемещений с мячом. Учебная игра.		1		
16	Учебно-тренировочная игра с тактическим действием в нападении. Учебная игра.		1		
17	Совершенствование передач мяча снизу, с навеса.		1		
18	Нападающие удары, пенальти. Учебная игра.		1		
19	Бег, прыжки, изучение упражнения «контроль мяча». Учебная игра.		1		
20	Защита и нападение игроков. Учебная игра.		1		
21	Передачи мяча с задней линии. Учебная игра.		1		
22	Чередование способов приема мяча и паса. Учебная игра.		1		
23	Нападающий удар в диагональ. Учебная игра.		1		

24	Нападающий удар с задней линии. Учебная игра.		1		
25	Взаимодействие игроков линии защиты. Учебная игра.		1		
26	Чередование способов передач. Учебная игра.		1		
27	Командные тактические действия в нападении с изменением позиций игроков.		1		
28	Подача мяча на игрока, слабо владеющего приемом. Учебная игра.		1		
29	Физподготовка. Бег с изменением направления, «квадрат», футбол. Учебная игра.		1		
30	Совершенствование приема мяча в двойках. Учебная игра.		1		
31	Сочетание способов перемещений с мячом. Учебная игра.		1		
32	Учебно-тренировочная игра с тактическим действием в нападении. Учебная игра.		1		
33	Совершенствование углового удара и пенальти. Учебная игра.		1		
34	Игровые взаимодействия игроков нападения. Учебная игра		1		
35	Взаимодействие игроков линии защиты. Учебная игра.		1		
36	Взаимодействие игроков линии нападения. Учебная игра.		1		
37	Совершенствование передач мяча снизу, с навеса.		1		
38	Игровые взаимодействия игроков защиты и нападения. Учебная игра.		1		
39	Физподготовка. Бег с изменением направления, «квадрат», футбол. Учебная игра.		1		
40	Чередование способов передач. Учебная игра.		1		
41	Взаимодействие игроков линии защиты. Учебная игра.		1		
42	Взаимодействие игроков линии нападения. Учебная игра.		1		
43	Учебно-тренировочная игра с тактическим действием в нападении. Учебная игра.		1		
44	Бег, прыжки, изучение упражнения «контроль мяча». Учебная игра.		1		
45	Командные тактические действия в нападении с изменением позиций игроков.		1		
46	Игровые взаимодействия игроков защиты и нападения. Учебная игра.		1		
47	Игровые взаимодействия игроков нападения. Учебная игра		1		
48	Совершенствование навыков передач. Учебная игра.		1		
49	Игровые взаимодействия в парах. Учебная игра.		1		

50	Взаимодействие игроков линии защиты. Учебная игра.		1		
51	Взаимодействие игроков линии нападения. Учебная игра.		1		
52	Физподготовка. Бег с изменением направления, «квадрат», футбол. Учебная игра.		1		
53	Игровые взаимодействия игроков защиты и нападения. Учебная игра.		1		
54	Учебно-тренировочная игра с тактическим действием в нападении. Учебная игра.		1		
55	Чередование способов передач. Учебная игра.		1		
56	Совершенствование передач мяча снизу, с навеса. Учебная игра.		1		
57	Командные тактические действия в нападении с изменением позиций игроков.		1		
58	Взаимодействие игроков линии нападения. Учебная игра.		1		
59	Игровые взаимодействия игроков нападения. Учебная игра		1		
60	Игровые взаимодействия игроков защиты и нападения. Учебная игра.		1		
61	Физподготовка. Бег с изменением направления, «квадрат», футбол. Учебная игра.		1		
62	Чередование способов передач. Учебная игра.		1		
63	Игровые взаимодействия игроков защиты и нападения. Учебная игра.		1		
64	Игровые взаимодействия игроков нападения. Учебная игра.		1		
65	Учебно-тренировочная игра с тактическим действием в нападении. Учебная игра.		1		
66	Взаимодействие игроков линии защиты. Учебная игра.		1		
67	Взаимодействие игроков линии нападения. Учебная игра.		1		
68	Итоговое занятие. Учебная двусторонняя игра.		1		
69	Взаимодействие игроков линии защиты. Учебная игра.		1		
70	Совершенствование передач мяча сверху, с навеса. Учебная игра.		1		
71	Физподготовка. Бег с изменением направления, «ромб», футбол. Учебная игра.		1		
72	Контрольное занятие. Итоговая двусторонняя игра.		1		
	Итого: 72 часа		70		

Методические и оценочные материалы

Методические материалы.

№	Тема программы (раздел)	Форма организации занятия	Методы и приемы	Дидактический материал, техническое оснащение	Формы подведения итогов
1	Вводное занятия и инструктаж ТБ.	Ознакомительная беседа	Изучение правил игры в волейбол	Методическая литература ,просмотр видеоурока	Опрос
2	ОФП и СФП	Тренировочное практическое занятие	Общеразвивающие упражнения без предметов,упражнение с набивным мячом, упражнение в висах и упорах	Спортивная площадка , стека и стойки волейбольные	Сдача спортивных нормативов
3	Подвижные игры и виды спорта	Тренировочное практическое занятие	Подвижные игры и эстафеты, футбол и баскетбол, волейбол	Спортивная площадка, инвентарь по видам спорта	Учебные игры
4	Основы техники и тактики	Тренировочное практическое занятие	Основы техники стоек, перемещений, передач, нападающих ударов, блокирования и подач	Спортивная площадка и инвентарь для мини-футбола	Сдача спортивных нормативов

Информационные источники (списки литературы, интернет-источники).

Список литературы Основная литература:

Б.Г. Чирва «Футбол. Игровые упражнения при сближенных воротах для тренировки техники игры» Изд-во: ТВТ Дивизион 2008 г.

Массимо Люкези «Обучение системе игры 4-3-3» Изд-во: ТВТ Дивизион 2008 г.

Б.Г. Чирва «Футбол. Концепция технической и тактической подготовки футболистов» Изд-во: ТВТ Дивизион 2008 г.

Робин Джоунс, Том Трэнтер «Футбол. Тактика защиты и нападения» Изд-во: ТВТ Дивизион 2008 г.

Мартин Бидзинский «Искусство первого касания мяча. Как подготовить техничного футболиста». Изд-во: ООО «РА Квартал» Фонд «Национальная академия футбола», 2009 г

Хан Бергер «Уроки футбола для молодежи 6-11 лет. Овладеть мячом и учиться играть в команде». Изд-во: ООО «Агентство «КРПА Олимп»» Фонд «Национальная академия футбола», 2010 г.

«Внеурочная деятельность учащихся. Футбол» Г.А. Колодницкий, В.С. Кузнецов, М.В. Маслов. - М.: Просвещение, 2011 г.

Материально-техническое обеспечение

Помещение спортивного зала СОК «Звезда», оборудованное волейбольной сеткой, волейбольные мячи 10-12 штук, свисток.

Оценочные материалы

Для отслеживания результативности образовательной деятельности по программе проводятся: входной, текущий контроль, промежуточная аттестация, итоговое оценивание.

Входной контроль - сентябрь.

Текущий контроль -каждый месяц.

Промежуточная аттестация- в конце каждой четверти.

Итоговое оценивание (итоговый контроль) -май двусторонняя учебная игра.