ГБОУ ЛО «Волховская школа»

УТВЕРЖДЕНО

приказом директора № 156

от «01» сентября 2022 г.

по ГБОУ ЛО «Волховская школа»

**Рабочая программа**

**по ощеразвивающему курсу**

«Футбол»

для 5-7 классов (7 и 8 видов)

Разработана

Н.А. Дегтярёвой,

учителем физкультуры

**г. Волхов**

**2022 г.**

**1. Пояснительная записка**

Рабочая программа по ощеразвивающему курсу **«**Футбол»   является программой дополнительного образования, предназначенной для внеурочной формы дополнительных занятий по физическому воспитанию для детей с ОВЗ.

 Рабочая программа составлена на основе авторского пособия для учителей и методистов «Внеурочная деятельность учащихся. Футбол» под редакцией Г.А. Колодницкий, В.С. Кузнецов, М.В. Маслов, Просвещение, 2011 и адаптирована в соответствии с требованиями СанПиН 2.4.2.3286-15 г. для обучающихся с ОВЗ.

 Рабочая программа по «Футболу» адресована для учеников средней ступени (5-7 классов обучающихся с ЗПР и УО (интеллектуальными нарушениями)) и составляется на основе Адаптированной общеразвивающей программы физкультурно-спортивной направленности «Твой путь к здоровью».

**Цели и задачи**

Цель программы – углубленное изучение спортивной игры в мини – футбол.

 Программа предусматривает овладение техническими приемами и тактическими действиями, приобретение необходимых навыков и умений для самостоятельной работы.

**Основными задачами** программы являются:

* укрепление здоровья обучающихся с ОВЗ;
* содействие правильному физическому развитию;
* приобретение необходимых теоретических знаний;
* овладение основными приемами техники и тактики игры;
* воспитание воли, смелости, настойчивости, дисциплинированности, коллективизма, чувства дружбы;
* привитие ученикам организаторских навыков;
* повышение специальной, физической, тактической подготовки школьников по мини - футболу;

**2. Общая характеристика общеразвивающего курса «Футбол»**

Игра в мини – футбол направлена на всестороннее физическое развитие и способствует совершенствованию многих необходимых в жизни двигательных и морально – волевых качеств.

Рабочая программа по «Футболу» адресована для учеников средней ступени (5-7 классов обучающихся с ЗПР и УО (интеллектуальными нарушениями)) и составляется на основе Адаптированной общеразвивающей программы физкультурно-спортивной направленности «Твой путь к здоровью».

Футбол - игра универсальная. Она оказывает на организм всестороннее влияние. В процессе тренировок и игр у занимающихся футболом совершенствуется функциональная деятельность организма, обеспечивается правильное физическое развитие, формируются такие положительные навыки и черты характера, как умение подчинять личные интересы интересам коллектива, взаимопомощь, активность и чувство ответственности. Следует также учитывать, что занятия футболом - благодатная почва для развития двигательных качеств.

**3. Место предмета в учебном плане**

Программа предназначена для обучающихся 11-13 лет и рассчитана на 3 учебных года. Объём программы 102 часа, которые распределяются следующим образом:

На изучение курса в каждом классе отводится по 1 ч: в 5 -7 классах – не менее 34 ч.

Направление программы дополнительного образования «Футбол»: физкультурно-спортивное.

**4. Личностные и предметные результаты освоения общеразвивающего курса «Футбол»**

Данная рабочая программа направлена на достижение учащимися с ОВЗ личностных и предметных результатов.

**Личностными результатами** освоения, обучающимися содержания программы по мини-футболу, 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, обучающимися с ОВЗ содержания программы по мини-футболу, являются следующие умения:

* планировать занятия специальными физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры;
* представлять физическую культуру как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
* измерять (познавать) индивидуальные показатели физического развития (длину и массу тела), развития основных физических качеств;
* 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 игры по мини-футболу и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;
* взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения игр и соревнований по мини-футболу;
* в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;
* находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия, выделять отличительные признаки и элементы;
* выполнять технические действия мини-футбола, применять их в игровой и соревновательной деятельности;
* применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

**5. Содержание общеразвивающего курса «Футбол»**

Материал даётся в четырёх разделах: основы знаний; общефизическая подготовка; техника и тактика игры.

В разделе «Основы знаний» представлен материал по истории футболу (мини-футбол), правила соревнований.

В разделе «Общефизическая подготовка» даны упражнения, которые способствуют формированию общей культуры движений, подготавливают организм к физической деятельности, развивают определённые двигательные качества.

В разделе «Техника и тактика игры» представлении материал, способствующий обучению техническими и тактическими приёмами игры.

В конце обучения по программе, обучающиеся с ОВЗ должны знать правила игры и принимать участие в соревнованиях.

Содержание самостоятельной работы включает в себя выполнение комплексов упражнений для повышения общей и специальной физической подготовки.

**6. Тематическое планирование**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Содержание курса** | **Количество часов** | **Перечень универсальных действий обучающихся** |
| I.Основы знаний. Требования к экипировке. История футбола. Требования к технике безопасности. | 3 | Анализируют необходимость и состояние экипировки. Изучают правила, чтобы избежать травм при занятиях футболом. |
| II.Техническая подготовка. | 14 |  |
| а) Стойки и передвижения игрока | 1 | Описывают технику изучаемых игровых приёмов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки. |
| б) Ведение мяча. | 3 | Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приёмов и действий, соблюдают правила безопасности. |
| в) Удары по мячу. | 3 | Моделируют технику освоения приемов и действий. Выполняют контрольные упражнения и тесты |
| г) Остановка и передача мяча | 7 | Овладевают основными приёмами игры в футбол. Описывают технику изучаемых игровых приёмов.  |
| III.Тактическая подготовка | 10 | Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения тактики игровых действий. Моделируют тактику освоенных игровых действий, варьируют её в зависимости от ситуации и условий, возникающих в процессе игровой деятельности.  |
| IV.Общефизическая подготовка  | 4 | Описывают технику общеразвивающих упражнений. Выполняют контрольные упражнения и контрольные тесты. |
| Всего по курсу | 34 |  |

**7. Планируемые результаты освоения общеразвивающего курса «Футбол»**

Требования к знаниям и умениям, которые обучающиеся должны приобрести в процессе реализации программы:

1. Занятия будут иметь оздоровительный и развивающий эффект.
2. Дети овладеют техническими приемами и тактическими взаимодействиями, научатся играть в мини-футбол и будут распространять его в уличной среде среди сверстников.
3. Команда примет участие в школьных соревнованиях по мини-футболу.
4. Перспективные ребята присоединятся к сборной команде школы и примут участие в районных соревнованиях по мини-футболу.

Обучающиеся должны:

1. Знать об особенностях зарождения, истории мини-футбола;
2. Знать о физических качествах и правилах их тестирования;
3. Знать основы личной гигиены, причины травматизма при занятии мини-футболом и правила его предупреждения;
4. Обосновывать значение занятий футболом в совершенствовании функциональных возможностей организма человека;
5. Уметь организовать самостоятельные занятия мини-футболом, а также, с группой товарищей;
6. Организовывать и проводить соревнования по мини-футболу в классе, во дворе, в оздоровительном лагере и др.
7. Выполнять требования по общей физической подготовке в соответствии с возрастом;
8. Выполнять требования по специальной физической подготовке в соответствии с возрастом;
9. Выполнять игровые упражнения, подвижные игры и эстафеты с элементами футбола;
10. Владеть техническими и тактическими приемами мини-футбола по возрасту;
11. Знать основы судейства и выполнять жесты футбольного арбитра;
12. Играть в мини-футбол с соблюдением основных правил.

**8. Учебно-методическое и материально техническое обеспечение общеразвивающего курса «Футбол»**

**Учебно-методические средства**

1. Григорьев Д.В., Степанов П.В. Внеурочная деятельность школьников. Методический конструктор. Пособие для учителя.- Москва, «Просвещение», 2011.
2. Колодницкий Г.А.,Кузнецов В.С., Маслов М.В. Внеурочная деятельность. Футбол. - Москва, «Просвещение», 2011.
3. Лях В.И., Зданевич А.А. Программы общеобразовательных учреждений. Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов. – М.: «Просвещение», 2012.
4. Степанов П.В., Сизяев С.В., Сафронов Т.С. Программа внеурочной деятельности.Спортивно-оздоровительная деятельность. - Москва, «Просвещение», 2011.

**Материально – техническое обеспечение**

Для занятий должны быть привлечены следующие материально-тех­нические ресурсы:

* игровой спортивный зал
* спортивная площадка
* подсобное помещение для хранения ин­вентаря и оборудования
* кабинет для проведения аудиторных занятий
* медицинская аптечка
* автоматический тонометр
* во­рота для мини-футбола
* мячи футбольные
* маты спортивные
* стойки для обводки
* гимнастическая стенка
* гимнастические скамейки
* скакалки
* мячи набивные различной массы
* сетки для мячей
* насос ручной
* рулетка
* свисток