

Министерство труда и социального развития Краснодарского края

**Государственное бюджетное учреждение социального обслуживания
Краснодарского края «Армавирский реабилитационный центр для лиц с
умственной отсталостью»**

Принята на заседании
педагогического совета

«28» декабря 2023 г.
Протокол № 4



«УТВЕРЖДАЮ»

Директор ГБУ СО КК
«Армавирский РЦ»

В. Матусевич
«28» декабря 2023 г.

**Дополнительная общеобразовательная, общеразвивающая
программа
«Мини-футбол»**

Возраст обучающихся – старше 18 лет.
Объем программы – 208 часов.

Составитель:
Матусевич Е.П.
инструктор-методист
по физической культуре

Армавир
2023

Раздел № 1. Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной, общеразвивающей программы

1.1. Пояснительная записка.

Мини-футбол - один из видов спорта, развиваемых общественной благотворительной организацией «Специальная Олимпиада России», которая предлагает целый комплекс мероприятий для людей с ментальными нарушениями.

Турниры по мини-футболу включены в единый календарный план спортивных мероприятий Специальной Олимпиады. Занятия этим видом спорта позволяют инвалидам не только развивать и совершенствовать основные физические качества (выносливость, координацию движений, ловкость, быстроту и т.д.), но и в перспективе стать участником краевых, всероссийских и международных соревнований по настольному теннису.

Игра в футбол предоставляет уникальные возможности не только для физического, но и для нравственного воспитания обучающихся, особенно для развития познавательных интересов, выработки воли и характера, формирования умения ориентироваться в окружающей действительности, воспитания чувства коллективизма. Игровой процесс обеспечивает развитие образовательного потенциала инвалида, её индивидуальности, творческого отношения к деятельности. В футболе постоянно изменяется игровая ситуация, действовать игрокам приходится в зависимости от ситуации, а это значит, требуется мгновенная оценка ситуации, решение тактических задач, выбор ответных действий. В ходе игры серьёзное внимание уделяется этике спортивной борьбы на футбольной площадке и вне её. Здесь важно сформировать у занимающихся должное отношение к запрещённым приёмам и действиям в футболе (неспортивное поведение, взаимоотношения игроков, тренеров, судей и зрителей).

Дополнительная общеобразовательная, общеразвивающая программа «Мини-футбол» имеет физкультурно-спортивную направленность: направлена на укрепление здоровья, формирование навыков здорового образа жизни и спортивного мастерства, морально-волевых качеств, системы ценностей с приоритетом жизни и здоровья.

Психолого-педагогическое сопровождение участника программы направлено на гармоничное развитие личности, повышение эффективности всех видов подготовки, обеспечение психологической готовности к участию в тренировках и соревновательных мероприятиях, создание предпосылок к продолжительному мотивированному участию в настоящей программе и стабильную демонстрацию высоких результатов.

Психолого-педагогическое сопровождение участников программы осуществляется по трем направлениям:

1) индивидуально-социальное – изучение и развитие особенностей личности, разрешение психологических проблем, связанных с адаптацией, бытом, учебой и общением;

2) консультативное – психологическая помощь, направленная на преодоление негативных установок и формирование позитивного эмоционального настроения в период тренировок и соревнований;

3) тренировочно-соревновательное – реализация потенциала личности в процессе психологического сопровождения спортивной деятельности.

Программа составлена на основе следующих нормативно-правовых и инструктивно-методических документов:

Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 №273-ФЗ;

Приказ Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

Приказ Министерства образования и науки РФ от 23 августа 2017 года N 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;

Письмо Министерства образования и науки РФ от 28.08.2015 № АК-2563/05 «О методических рекомендациях по организации образовательной деятельности с использованием сетевых форм реализации образовательных программ»;

СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей» (утверждено постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 04.07.2014 № 41);

Письмо Минобрнауки РФ от 28.08.2015 № АК-2563/05 «О методических рекомендациях по организации образовательной деятельности с использованием сетевых форм реализации образовательных программ»;

Методические рекомендации «Структурирование программы дополнительного образования», разработанных ГКУ КК «Краевой методический центр» (г. Краснодар, 2022 год);

Лицензия на осуществление образовательной деятельности ГБУ СО КК «Армавирский РЦ»;

Устав ГБУ СО КК «Армавирский РЦ».

Новизна программы «Мини-футбол» в том, что она разработана с учетом специфики усвоения знаний, умений и навыков обучающимися с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) в:

- адаптации содержания программного материала для освоения обучающимся с ОВЗ направленной на раскрытие жизненными и социальными компетенциями;
- «пошаговом» предъявлении материала;
- осуществлении индивидуального подхода в работе с обучающимися с нарушением интеллекта при выполнении физических упражнений;
- использовании адекватных возможностям и потребностям обучающихся современных технологий, методов, приемов и средств, способствующих как общему развитию обучающихся, так и компенсации индивидуальных недостатков развития.

Актуальность адаптированной дополнительной общеразвивающей программы физкультурно-спортивной направленности «Мини-футбол» заключается в реализации прав инвалидов с ментальными нарушениями на участие в программах дополнительного образования.

Спортивные игры, в том числе футбол, являются отличным средством поддержания и укрепления здоровья, развития физических и психических качеств обучающихся. Кроме того, в настоящее время футбол как вид спорта получил широкое распространение в России и мире.

Педагогическая целесообразность программы в том, что игра в футбол (мини-футбол) способствует совершенствованию многих необходимых в жизни двигательных и морально-волевых качеств. Специально подобранные игровые упражнения создают неограниченные возможности для развития координационных способностей: ориентирование в пространстве, быстрота реакций и перестроение двигательных действий, точность дифференцирования, воспроизведение и оценивание пространственных, силовых и временных параметров движений, способность к согласованию движений в целостные комбинации. Программой предусмотрено сочетание различных методов обучения (подражание, показ, образец, словесная инструкция) с преобладанием практических методов обучения.

1.2. Цель и задачи программы.

Цель программы: разносторонняя физическая подготовка посредством овладения основами мини-футбола.

Задачи программы:

Обучающие:

1. Освоение знаний о спортивной игре – футбол, его истории и современном развитии, роли в формировании здорового образа жизни.
2. Знакомство с основными правилами футбола, правилами судейства и организацией проведения соревнований.
3. Освоение и совершенствование техники и тактики основных элементов футбола.

4. Формирование и воспитание гигиенических навыков при выполнении физических упражнений.

5. Обучение инвалидов использовать в своей речи правильной спортивной терминологии, понятий и сведений.

Развивающие:

1. Укрепление опорно-двигательного аппарата и закаливание организма воспитанников, содействие их правильному физическому развитию.

2. Развитие основных двигательных качеств, формирование и совершенствование таких качеств, как сила, быстрота, выносливость, подвижность, ловкость, координация движений.

3. Организация межличностного взаимодействия обучающихся на принципах успеха, оказание помощи в выработке воли и морально-психологических качеств.

Воспитательные:

1. Создание ситуации успеха, воспитание настойчивости, смелости в преодолении трудностей, достижения поставленных задач.

2. Содействие воспитанию нравственных и волевых качеств, развитие психических процессов и свойств личности, навыков культурного поведения.

3. Привитие любви и устойчивого интереса к систематическим занятиям физкультурой и спортом.

Коррекционные:

1. Коррекция недостатков физического и психического развития.

2. Развитие крупной и мелкой моторики, координации.

3. Восстановление утраченных или нарушенных функций, т.е. использование физических упражнений для стимулирования восстановления организма.

Адресат программы

Программа «Мини-футбол» разработана для инвалидов с ментальными нарушениями в возрасте от 18 лет и старше.

Объем программы

Общее количество – 208 часов.

Срок освоения программы – 1 год.

Режим занятий

Занятия проходят в групповой форме, 2 раза в неделю по 2 академических часа (90 минут).

1.3. Учебный план

**дополнительной общеобразовательной, общеразвивающей программы
«Мини-футбол»**

№ п/п	Наименование разделов	Количество часов		
		Всего	Теоретические занятия	Практические занятия
1.	Теоретическая подготовка	4	2	2
2.	Техническая подготовка	140	-	140
3.	Тактика нападения	26	-	26
4.	Техника защиты	26	-	26
5.	Учебные игры	12	1	12
ВСЕГО		208	3	205

1.3 Содержание программы

Теоретическая подготовка.

Основы здорового образа жизни. Значение правильного режима дня. Закаливание организма: использование естественных факторов природы (солнце, воздух, вода) в целях закаливания организма. Обтирание, обливание и ножные ванны как гигиенические и закаливающие процедуры.

Значение мини-футбола для укрепления здоровья и работоспособности. Гигиена занятий спортом. Влияние физических упражнений на развитие силы, быстроты, выносливости и ловкости. Значение и содержание самоконтроля.

История возникновения и развития мини-футбола. История возникновения и развития футбола.

Мини-футбол как наиболее доступный для любого возраста вид спорта, имеющий прикладное значение.

Техника безопасности во время занятий мини-футболом. Предупреждение травматизма.

Правила пользования спортивным инвентарем, одеждой и обувью. Дисциплина – основа безопасности во время занятий мини-футболом. Возможные травмы и их предупреждения.

Места занятий, оборудование и инвентарь для занятий мини-футболом. Ознакомление с местами занятий мини-футболом. Оборудование и инвентарь, одежда и обувь для занятий и соревнований.

Ознакомление с правилами судейства по мини-футболу. Правила игры. Правила проведения соревнований по мини-футболу. Роль капитана команды, его права и обязанности. Наказания при нарушении правил. Судейство соревнований в футболе.

Общая и специальная физическая подготовка.

Общеразвивающие упражнения без предметов. Поднимание и опускание рук в стороны и вперед, сведение рук вперед и разведение, круговые вращения,

сгибание и разгибание рук в упоре на высоте пояса. Наклоны туловища вперед и в стороны; то же, в сочетании с движениями рук. Круговые движения туловища с различным положением рук (на поясе, за головой, вверх).

Поднимание и вращение ног в положении лежа на спине. Полуприседание и приседание с различными положениями рук. Выпады вперед, назад и в стороны с наклонами туловища и движениями рук. Прыжки в полуприседе. Переход из упора присев в упор лежа и снова в упор присев. Упражнения на формирование правильной осанки.

Упражнения с набивным мячом (масса 1-2 кг). Броски мяча друг другу двумя руками от груди, из-за головы, снизу. Подбрасывание мяча вверх и ловля его; то же, с поворотом кругом.

Наклоны и повороты туловища в сочетании с различными положениями и движениями рук с мячом. Перекатывание набивного мяча друг другу ногами в положении сидя.

Акробатические упражнения. Кувырок вперед с шага. Два кувырка вперед. Кувырок назад из седа. Длинный кувырок вперед. Стойка на лопатках перекатом назад из упора присев. Перекаты вперед и назад в положение лежа, прогнувшись. Переворот в сторону.

Упражнения в висах и упорах. Из виса хватом сверху подтягивание: два подхода по 2-4 раза, 2-3 подхода по 3-5 раз. Из упора лежа на гимнастической скамейке сгибание и разгибание рук: два подхода по 2-4 раза, 2-3 подхода по 3-5 раз.

Подвижные игры и эстафеты. Игры с бегом на скорость, с прыжками в высоту и длину, с метаниями мяча. Эстафеты с элементами акробатики, с преодолением препятствий.

Специальные упражнения для развития быстроты. Упражнения для развития стартовой скорости. По сигналу (преимущественно зрительному) рывки на 5-10 м из различных исходных положений: стоя лицом, боком и спиной к стартовой линии, из приседа, широкого выпада, седа.

Бег на 10-15 м из различных стартовых положений – сидя, бега на месте, лежа. Ускорения на 15, 30, 60 м без мяча и с мячом. Бег прыжками. Бег с изменением направления до 180°. Бег боком и спиной вперед (наперегонки). Обводка стоек (на скорость). Рывок с мячом с последующим ударом по воротам.

Упражнения для развития дистанционной скорости. Ускорения на 15, 30 м. Бег "змейкой" между расставленными в различном положении стойками для обводки. Бег с быстрым изменением скорости: после быстрого бега резко замедлить бег или остановиться, затем выполнить новый рывок в том же или другом направлении.

Специальные упражнения для развития ловкости. Прыжки с разбега толчком одной и двух ног, стараясь достать головой высоко подвешенный мяч; то же, выполняя в прыжке поворот направо и налево. Имитация ударов ногами по воображаемому мячу в прыжке. Держание мяча в воздухе (жонглирование), чередуя удары различными частями стопы, бедром, головой.

Техника и тактика игры.

1. Техника игры.

Бег: по прямой, изменяя скорость и направление; приставным и скрестным шагом (влево и вправо).

Прыжки вверх толчком двух ног с места и толчком одной и двух ног с разбега.

Остановки во время бега: выпадом и прыжками (на обе ноги).

Повороты во время бега налево и направо.

Удары по мячу ногой. Удары правой и левой ногой: внутренней стороной стопы, внутренней и внешней частью подъема по неподвижному и катящемуся навстречу справа или слева мячу; направляя мяч в обратном направлении и в стороны. Выполнение ударов после остановки, ведения и рывка, посылая мяч низом и верхом, на короткое и среднее расстояние. Удар по летящему мячу внутренней стороной стопы. Удары на точность: в ноги партнеру, ворота, цель, на ходу двигающемуся партнеру.

Удары по мячу головой. Удары серединой лба без прыжка и в прыжке, с места и с разбега, по летящему навстречу мячу; направляя мяч в обратном направлении и в стороны, посылая мяч верхом и вниз, на среднее и короткое расстояние. Удары на точность: в определенную цель на поле, в ворота, партнеру.

Остановка мяча. Остановка подошвой и внутренней стороной стопы катящегося и опускающегося мяча – на месте, в движении вперед и назад, подготавливая мяч для последующих действий. Остановка внутренней стороной стопы и грудью летящего мяча – на месте, в движении вперед и назад, опуская мяч в ноги для последующих действий.

Ведение мяча. Ведение внешней частью, внутренней частью подъема и внутренней стороной стопы: правой, левой ногой и поочередно; по прямой, меняя направления, между стоек и движущихся партнеров; изменяя скорость, не теряя контроль над мячом.

Обманные движения (финты). Обучение финтам: после замедления бега или остановки – неожиданный рывок с мячом (прямо или в сторону); во время ведения внезапная отдача мяча назад, откатывая его подошвой партнеру, находящемуся сзади; показать ложный замах ногой для сильного удара по мячу – вместо удара захватить мяч ногой и уйти с ним рывком; имитируя передачу партнеру, находящемуся слева, перенести правую ногу через мяч и, наклонив туловище влево, захватить мяч внешней частью подъема правой ноги и резко уйти вправо, этот же финт в другую сторону.

Отбор мяча. Перехват мяча – быстрый выход на мяч с целью опередить соперника, которому адресована передача мяча. Отбор мяча в единоборстве с соперником, владеющим мячом, – выбивая и останавливая мяч ногой в выпаде.

Вбрасывание мяча из-за боковой линии. Вбрасывание с места из положения ноги вместе и шага.

Вбрасывание мяча на точность: под правую и левую ногу партнеру, на ход партнеру.

Техника игры вратаря. Основная стойка вратаря. Передвижение в воротах без мяча в сторону приставным, скрестным шагом и скачками на двух ногах. Ловля летящего навстречу и несколько в сторону от вратаря мяча на высоте груди и живота без прыжка и в прыжке. Ловля катящегося и низко летящего навстречу и несколько в сторону мяча без падения. Ловля высоко летящего навстречу и в сторону мяча без прыжка и в прыжке.

Ловля катящегося и летящего в сторону низкого, на уровне живота, груди мяча с падением перекатом. Быстрый подъем с мячом на ноги после падения. Отбивание мяча одним кулаком без прыжка и в прыжке. Выбивание мяча ногой: с земли (по неподвижному мячу) и с рук (с воздуха по выпущенному из рук и подброшенному перед собой мячу) на точность.

Упражнения для развития умения "видеть поле". Выполнение заданий по зрительному сигналу (поднятая вверх или в сторону рука, шаг вправо или влево): во время передвижения шагом или бегом – подпрыгнуть, имитировать удар ногой; во время ведения мяча – повернуться кругом и продолжить ведение или сделать рывок вперед на 5 м. Несколько игроков на ограниченной площади (центральный круг, штрафная площадь) водят в произвольном направлении свои мячи и одновременно наблюдают за партнерами, чтобы не столкнуться друг с другом.

2. Тактика нападения.

Индивидуальные действия без мяча. Правильное расположение на футбольном поле. Умение ориентироваться, реагировать соответствующим образом на действие партнеров и соперника.

Выбор момента и способа передвижения для "открывания" на свободное место с целью получения мяча.

Индивидуальные действия с мячом. Целесообразное использование изученных способов ударов по мячу. Применение необходимого способа остановок в зависимости от направления, траектории и скорости мяча. Определение игровой ситуации, целесообразной для использования ведения мяча, выбор способа и направления ведения. Применение различных видов обводки с изменением скорости и направления движения с мячом, изученные финты) в зависимости от игровой ситуации.

Групповые действия. Взаимодействие двух и более игроков. Уметь точно и своевременно выполнить передачу в ноги партнеру, на свободное место, на удар; короткую или среднюю передачи, низом или верхом. Комбинация "игра в стенку". Выполнять простейшие комбинации при стандартных положениях: начале игры, угловом, штрафном и свободном ударах, вбрасывание мяча (не менее одной по каждой группе).

3. Тактика защиты.

Индивидуальные действия. Правильно выбирать позицию по отношению опекаемого игрока и противодействовать получению им мяча, т. е. осуществлять "закрывание". Выбор момента и способа действия (удар или остановка) для перехвата мяча. Умение оценить игровую ситуацию и осуществить отбор мяча изученным способом.

Групповые действия. Противодействие комбинации "стенка". Взаимодействие игроков при розыгрыше противником стандартных комбинаций.

Тактика вратаря. Уметь выбрать правильную позицию в воротах при различных ударах в зависимости от "угла удара", разыгрывать удар от своих ворот, ввести мяч в игру (после ловли) открывшемуся партнеру, занимать правильную позицию при угловом, штрафном и свободном ударах вблизи своих ворот.

4. Учебные игры.

Учебно-тренировочные двусторонние игры. Контрольные игры.

1.5. Планируемые результаты.

У обучающихся:

- сформируется понимание правил игры в мини-футбол;
- усовершенствуются спортивные навыки: быстрота, ловкость, точность;
- разовьются личные качества: внимание, координация, пространственное мышление;
- разовьется мотивация для участия в соревнованиях по мини-футболу, спортивных соревнованиях различного уровня.

Раздел № 2. Комплекс организационно-педагогических условий

2.1. Календарный учебный график дополнительной общеобразовательной программы «Мини-футбол»

№ раздела, темы	Дата проведения	Название разделов и тем	Количество часов		
			Всего	Теоретические занятия	Практические занятия
		Раздел 1. Футбол как вид спорта	4	2	2
1.1		Техника безопасности. История развития футбола. Отличия мини-футбола от футбола.		1	
1.2		Правила игры в мини-футбол. Разметка площадки.		0,5	
1.3		Правила игры в мини-футбол. Разметка площадки.		0,5	
1.4		Подвижные игры с мячом.			1
1.5		Легкоатлетическая подготовка.			1
		Раздел 2. Техническая подготовка	125	В ходе занятий	125
2.1		ТБ на занятиях футболом. Бег. Прыжки. Остановки и повороты во время бега.	1	-	1
2.2		Значение правильного режима дня. Удары по мячу ногой. Игра "Салки мячом".	1	-	1
2.3		Легкоатлетическая подготовка.	8	-	8
2.4		Отработка ударов по мячу.	25	-	25
2.5		Подвижные игры с мячом.	4	-	4
2.6		Влияние физических упражнений. Удары по мячу головой. Игра "Борьба за мяч".	2	-	2
2.7		Закаливание организма. Ведение мяча. Остановка мяча.	1	-	1
2.8		Ведение мяча. Остановка мяча.	10	-	10
2.9		Подвижные игры с мячом.	4	-	4
2.10		Ведение мяча. Остановка мяча.	10	-	10
2.11		Значение и содержание самоконтроля. Обманные движения (финты).	1	-	1
2.12		Обманные движения (финты).	5	-	5
2.13		Обманные движения (финты).	5	-	5

2.14	Отбор мяча. Ввод мяча из-за боковой линии.	1	-	1
2.15	Отбор мяча без нарушения правил.	5	-	5
2.16	Легкоатлетическая подготовка.	5	-	1
2.17	Подвижные игры с мячом.	1	-	
2.18	Техника игры вратаря. Игра "Живая цель".	1	-	1
2.19	Техника игры вратаря.	10	-	10
2.20	Игры с элементами футбола.	1	-	1
2.21	Игры с элементами футбола.	1	-	1
2.22	Игры с элементами футбола.	1	-	1
2.23	Легкоатлетическая подготовка.	4	-	4
2.24	Правила игры в футбол. Наказания при нарушении правил. Упражнения для развития умения "видеть поле".	1	-	1
2.25	Правила игры в футбол. Наказания при нарушении правил.	1	-	1
2.26	Учебная игра на одни ворота.	2	-	2
2.27	Учебная игра на одни ворота.	4	-	4
2.28	Учебная игра.	10	-	10
	Раздел 3. Тактика нападения.	41		41
3.1	Индивидуальные действия без мяча.	1	-	1
3.2	Индивидуальные действия без мяча.	1	-	1
3.3	Индивидуальные действия без мяча.	1	-	1
3.4	Индивидуальные действия с мячом. Использование изученных способов ударов по мячу	1	-	1
3.5	Использование изученных способов ударов по мячу	1	-	1
3.6	Легкоатлетическая подготовка.	1	-	1
3.7	Способы остановок в зависимости от направления и скорости мяча.	1	-	1
3.8	Способы остановок в зависимости от направления и скорости мяча.	1	-	1
3.9	Способы остановок в зависимости от направления и скорости мяча.	1	-	1
3.10	Способы остановок в зависимости от направления и скорости мяча.	1	-	1
3.11	Подвижные игры с мячом.	1	-	1
3.12	Индивидуальные действия. Определение игровой ситуации, целесообразной для использования ведения, выбор способа и направления ведения.	1	-	1

3.13	Выбор способа и направления ведения.	1	-	1
3.14	Легкоатлетическая подготовка.	1	-	1
3.15	Индивидуальные действия. Применение различных видов обводки (дриблинга) в зависимости от игровой ситуации.	1	-	1
3.16	Виды обводки.	1	-	1
3.17	Виды обводки.	1	-	1
3.18	Виды обводки.	1	-	1
3.19	Подвижные игры с мячом.	1	-	1
3.20	Групповые действия. Взаимодействие двух и более игроков.	1	-	1
3.21	Взаимодействие двух и более игроков.	1	-	1
3.22	Взаимодействие двух и более игроков.	1	-	1
3.23	Легкоатлетическая подготовка.	1	-	1
3.24	Групповые действия. Передача мяча в ноги партнёру, на свободное место, на удар.	1	-	1
3.25	Виды передач.	1	-	1
3.26	Виды передач.	1	-	1
3.27	Подвижные игры с мячом.	1	-	1
3.28	Групповые действия. Короткая или средняя передача, низом или верхом.	1	-	1
3.29	Короткая или средняя передача, низом или верхом.	1	-	1
3.30	Короткая или средняя передача, низом или верхом.	1	-	1
3.31	Подвижные игры с мячом.	1	-	1
3.32	Легкоатлетическая подготовка.	1	-	1
3.33	Групповые действия. Комбинация "игра в стенку".	1	-	1
3.34	Комбинация "игра в стенку".	1	-	1
3.35	Комбинации при штрафном ударе.	1	-	1
3.36	Комбинации при штрафном ударе.	1	-	1
3.37	Комбинации при вбрасывании мяча.	1	-	1
3.38	Комбинации при вбрасывании мяча.	1	-	1
3.39	Подвижные игры с мячом.	1	-	1
3.40	Легкоатлетическая подготовка.	1	-	1
3.41	Учебная игра.	1	-	1
	Раздел 4. Тактика защиты.	26		26
4.1	Индивидуальные действия. Закрывание опекаемого игрока.	1	-	1
4.2	Закрывание опекаемого игрока.	1	-	1
4.3	Подвижные игры с мячом.	1	-	1

4.4	Индивидуальные действия. Выбор момента и способа действия для перехвата мяча.	1	-	1
4.5	Выбор момента и способа действия для перехвата мяча.	1	-	1
4.6	Выбор момента и способа действия для перехвата мяча.	1	-	1
4.7	Легкоатлетическая подготовка.	1	-	1
4.8	Индивидуальные действия. Отбор мяча изученным способом.	1	-	1
4.9	Отбор мяча изученным способом.	2	-	2
4.10	Отбор мяча изученным способом.	2	-	2
4.11	Групповые действия. Противодействие комбинации "стенка".	1	-	1
4.12	Противодействие комбинации "стенка".	1	-	1
4.13	Противодействие комбинации "стенка".	1	-	1
4.14	Подвижные игры с мячом.	1	-	1
4.15	Групповые действия. Взаимодействие игроков при розыгрыше противником стандартных комбинаций.	1	-	1
4.16	Взаимодействие игроков при розыгрыше противником стандартных комбинаций.	1	-	1
4.17	Легкоатлетическая подготовка.	1	-	1
4.19	Групповые действия. Тактика вратаря.	1	-	1
4.20	Тактика вратаря.	1	-	1
4.21	Групповые действия. Комбинации с участием вратаря.	1	-	1
4.22	Подвижные игры с мячом.	1	-	1
4.23	Комбинации с участием вратаря.	1	-	1
4.24	Комбинации с участием вратаря.	1	-	1
	Раздел 4. Тренировочные игры	12	2	12
4.1	Правила игры в футбол. Роль капитана команды, его права и обязанности.	1	2	
4.2	Учебно-тренировочная игра.	2	-	2
4.3	Наказания при нарушении правил. Учебно-тренировочная игра.	2	-	2
4.4	Обязанности судей. Контрольная игра.	2	-	2
4.5	Учебная игра	2	-	2
4.6	Учебная игра.	3	-	3
	ВСЕГО	208	4	204

2.2. Условия реализации программы.

Материально-техническое оснащение

Оборудованные спортивный зал, открытые игровые и спортивные площадки, уличный гимнастический комплекс (перекладины, бревно, параллельные брусья, рукоход, лабиринт, шведская стенка). В работе используются современный спортивный инвентарь и оборудование: ворота мини-футбольные, гимнастические скамьи, обручи, канат, мячи футбольные и набивные, кегли, конусы, плиобоксы.

2.3. Формы контроля (аттестации) планируемых результатов.

В целях анализа динамики физического развития инвалидов и освоения ими программы проводятся учебные контрольные игры.

2.5. Методическое обеспечение программы

Методические материалы.

При составлении данной программы мы использовали следующие принципы:

Принцип деятельного подхода – включение инвалида в разнообразные, доступные ему виды деятельности по овладению опытом физического совершенствования. Данный принцип предписывает усвоение не только знаний, но и различных способов деятельности для их получения. Принцип вариативности – многообразие видов физической активности и видов деятельности с инвалидами. Принцип оптимизации предполагает наличие критериев оптимально выбранных нагрузок. Принцип наглядности – обозначает необходимость личного примера инструктора по физической культуре в процессе обучения движениям и физическим нагрузкам. Принцип доступности и индивидуализации – предполагает необходимость соблюдения посильной меры трудности в процессе занятий физкультурой, дифференцирование направленности тренировочных занятий, величины физической нагрузки и способов ее регулирования, приемов реабилитационного воздействия в соответствии с индивидуальными особенностями занимающихся. Принцип систематичности – выражается в непрерывности и определенной последовательности занятий физической культурой. В зависимости от того, на какой стадии выполняется нагрузка, выделяют режимы реабилитационных воздействий – развивающий, поддерживающий, восстановительный. Доказано, что повторное выполнение движений и упражнений как минимум 2 раза в неделю, способствует удержанию имеющегося уровня развития физических качеств и техники движений. Принцип динамичности – выражается в неуклонном повышении требований к организму занимающихся, которые предполагают постоянное

обновление и постепенное усложнение применяемых упражнений, условий занятий, величины нагрузки, ее объемов и интенсивности. Это будет вести только к положительным результатам, если нагрузки не превышают функциональных возможностей инвалидов.

Данные принципы ориентируются на первоочередное формирование у инвалида убежденности в полезности и целесообразности занятий физкультурой, осознанном отношении к освоению физической культуры, развитию мотивации и самоорганизации здорового образа жизни.

Методы работы:

Ведущими методами данной программой являются:

- словесные методы, создающие у инвалидов предварительное представление об изучаемом движении; для этой цели рекомендуется использовать: объяснение, рассказ, замечания; команды, распоряжения, указания, подсчет и т.д;
- наглядные методы – применяются главным образом в виде показа упражнений, учебных наглядных пособий, видеофильмов. Эти методы помогают создать у обучающихся конкретные представления об изучаемых действиях.
- практические методы: метод упражнений, игровой метод, соревновательный.

Педагогические технологии используемые при реализации программы

№ п/п	Название	Цель	Механизм	Результат применения
1.	Технология развивающего обучения	Развитие личности и ее способностей	Обеспечение совместной или самостоятельной деятельности обучающихся, при которой они сами «додумываются до решения проблемы»	Развиваются мыслительные способности, активизируется самостоятельная деятельность, происходит творческое овладение предложенным материалом
2.	Личностно-ориентированная технология	Максимальное развитие индивидуальных способностей, обучающихся на основе	Выработка индивидуального пути развития каждого обучающегося через создание	Саморазвитие личности каждого обучающегося, исходя из его индивидуальных особенностей

		использования имеющегося у него опыта жизнедеятельности	альтернативных форм, индивидуальных программ обучения	
3.	Здоровьесберегающая технология	Формирование, укрепление и сохранение социального, физического, здоровья	Создание совокупности организационных, обучающих условий	Приобретение привычки заботиться о собственном здоровье, реализуя специальные техники и технологии его сохранения и укрепления
4.	Игровая технология	Создание оптимальных, соответствующих возрасту условий усвоения, обучающихся информации, знаний, получения опыта	Включение обучающихся в процесс игровой деятельности	Повышается мотивационный уровень обучающихся, мобилизуются личностные ресурсы каждого участника
5.	Технология дифференцированного обучения	Создание оптимальных условий для выявления задатков, развития способностей обучающихся	Подбор методов индивидуального обучения	Обучающиеся усваивают программный материал на различных уровнях, в соответствии с их способностями, возможностями и возрастом

Кадровое обеспечение.

Программа реализуется инструктором-методистом по физической культуре и инструкторами по физической культуре, имеющими высшее профессиональное образование (образовательный ценз указанных лиц подтверждается документами государственного образца о соответствующем уровне образования и (или) квалификации).

3. Список литературы

1. Сто одно упражнение для юных футболистов. Малькольм Кук, А.С.Т. Астрель. Москва, 2003 г.
2. Журнал Физическая культура в школе. - М.: 2009 г. №1.
3. Спортивные игры. Техника, тактика, методика обучения. Учебник для вузов. Ю.Д. Железняк, В.И. Савин, Ю.М. Портнов, А.В. Лексанов – «Academia», 2008 г.
4. Физические упражнения и подвижные игры. Методическое пособие В.С. Кузнецов, Г.А. Колодгницкий, Н.Ц. Эпас, 2006 г.
5. Футбол в школе. Швыдов И.А. «ТерраСпорт», 2012 г.
6. Футбол для начинающих. Ричард Дангворд, Дж. Миллер. «Астрель», 2006 г.
7. Мой друг физкультура В.И. Лях «Просвещение», 2009 г.