

Комитет общего и профессионального образования Ленинградской области  
Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Ленинградской области  
«Тихвинская школа-интернат, реализующая адаптированные образовательные программы»  
(ГБОУ ЛО «Тихвинская школа-интернат»)

---

ПРИНЯТА  
на заседании педагогического совета  
протокол №1 от 31.08.2023

УТВЕРЖДЕНА:  
распоряжением ГБОУ ЛО «Тихвинская школа-интернат» от 01.09.2023 №127

**Адаптированная дополнительная  
общеобразовательная общеразвивающая программа  
физкультурно-спортивной направленности  
«Мини-футбол»**

Возраст обучающихся, осваивающих программу: 1, 5, 7-9 классы (9–17 лет)

Срок реализации программы: 2023 – 2024 учебный год

Количество часов неделю: 4 часа

Количество часов в год: 144 часа

Автор (составитель):  
Морозов Сергей Константинович,  
педагог дополнительного образования

г. Тихвин  
2023 г.

**Адаптированная дополнительная общеобразовательная  
общеразвивающая программа физкультурно-спортивной  
направленности «Мини-футбол»  
I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Адаптированная дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности «Мини-футбол» разработана на основе:

- Федерального закона от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями и дополнениями).
- Распоряжения Правительства РФ от 31 марта 2022 года № 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей и признании утратившим силу Распоряжения Правительства РФ от 04.09.2014 N 1726-р».
- Письма от 30 декабря 2022 г. № АБ-3924/06 «О направлении методических рекомендаций» (вместе с «Методическими рекомендациями «Создание современного инклюзивного образовательного пространства для детей с ограниченными возможностями здоровья и детей-инвалидов на базе образовательных организаций, реализующих дополнительные общеобразовательные программы в субъектах Российской Федерации»).
- СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденных постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 №28.
- СанПиН 1.2.3685-21 "Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания" утвержденных постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 №2.
- Приказа Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. N 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
- Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей, утвержденная приказом Минпросвещения России от 3 сентября 2019 г. N 467 (с изменениями и дополнениями от 2 февраля 2021 г., 21 апреля 2023 г.).
- Письма Минобрнауки России от 29 марта 2016 г. N ВК-641/09 «О направлении методических рекомендаций» (вместе с «Методическими рекомендациями 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»).

Цель адаптированной дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы физкультурно-спортивной направленности «Мини-футбол»: содействие всестороннему развитию личности обучающегося посредством формирования физической культуры, адаптация обучающегося к жизни в социуме, его самореализация.

Задачи адаптированной дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы физкультурно-спортивной направленности «Мини-футбол»:

*Обучающие:*

- Освоение знаний о спортивной игре – футбол, его истории и современном развитии, роли в формировании здорового образа жизни.
- Знакомство с основными правилами футбола, правилами судейства и организацией проведения соревнований.
- Освоение и совершенствование техники и тактики основных элементов футбола.
- Формирование и воспитание гигиенических навыков при выполнении физических упражнений.

- Обучение обучающихся использовать в своей речи правильной спортивной терминологии, понятий и сведений.

*Развивающие:*

- Укрепление опорно-двигательного аппарата и закаливание организма воспитанников, содействие их правильному физическому развитию.
- Развитие основных двигательных качеств, формирование и совершенствование таких качеств, как сила, быстрота, выносливость, подвижность, ловкость, координация движений.
- Организация межличностного взаимодействия обучающихся на принципах успеха, оказание помощи в выработке воли и морально-психологических качеств.

*Воспитывающие:*

- Создание ситуации успеха, воспитание настойчивости, смелости в преодолении трудностей, достижения поставленных задач.
- Содействие воспитанию нравственных и волевых качеств, развитие психических процессов и свойств личности, навыков культурного поведения.
- Привитие любви и устойчивого интереса к систематическим занятиям физкультурой и спортом.

Актуальность адаптированной дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы физкультурно-спортивной направленности «Мини-футбол» заключается в реализации прав обучающихся с ограниченными возможностями здоровья 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 адаптированной дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы физкультурно-спортивной направленности «Мини-футбол» 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.

Сама 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 личности, её индивидуальности, творческого отношения к деятельности. В футболе постоянно изменяется игровая ситуация. Действовать 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 (допинг, неспортивное поведение, взаимоотношения игроков, тренеров, судей и зрителей).

Отличительная особенность адаптированной дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы физкультурно-спортивной направленности «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.

Адаптированная дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности «Мини-футбол» рассчитана на обучающихся 1-9 классов с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) ГКОУ ЛО «Тихвинская школа-интернат», в возрасте 9-17 лет не имеющих специальной подготовки в данной предметной области, но обладающие необходимыми способностями и проявившие личное желание и не имеющие медицинских противопоказаний.

Зачисление обучающегося в объединение производится с согласия родителей (законных представителей).

Минимальный возраст детей для зачисления на обучение 9 лет.

Срок реализации адаптированной дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы физкультурно-спортивной направленности «Мини-футбол» – 1 год. Занятия проводятся 2 раза в неделю.

## II. УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

Адаптированная дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности «Мини-футбол»  
(2 часа в неделю, 144 часов в год)

№	Название разделов	Всего	Формы проведения контроля
1	<b>Комплектование группы. Вводное занятие</b>	<b>1</b>	Собеседование
2	<b>Теоретическая подготовка</b>	В течение всего курса	Беседа
3	<b>Техника и тактика игры</b>	<b>89</b>	Наблюдение Контрольная игра
3.1	Техника игры.	48	
3.2	Тактика нападения.	19	
3.3	Тактика защиты.	7	
3.4	Учебно-тренировочные игры.	15	
4	<b>Общая физическая подготовка</b>	<b>16</b>	
5	<b>Специальная физическая подготовка</b>	<b>37</b>	
6	Итоговое занятие	<b>1</b>	Учёт спортивных достижений
	<b>ИТОГО</b>	<b>144</b>	

Теоретическая и специальная физическая подготовка проводятся в процессе изучения всего программного материала по адаптированной дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе физкультурно-спортивной направленности «Мини-футбол».

## III. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Адаптированная дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности «Мини-футбол» предусматривает проведение теоретических и практических учебно-тренировочных занятий и участие в контрольных играх и спортивных соревнованиях.

Материал программы дается в трех тематических разделах: теоретическая подготовка, специальная физическая подготовка, техника и тактика спортивной игры.

**В разделе "Теоретическая подготовка"** представлен материал, способствующий расширению знаний обучающихся о собственном организме и возможностях человека, гигиенических требованиях, истории развития и возникновения футбола, правилах техники безопасности во время занятий футболом.

*Материал данного раздела целесообразно изучать в ходе освоения содержания других разделов программы.*

**В разделе "Общая и специальная физическая подготовка"** даны упражнения, которые способствуют формированию общей культуры движений, подготавливают организм к физической деятельности, развивают определённые двигательные качества.

**В разделе "Техника и тактика игры"** представлен материал, способствующий обучению техническим и тактическим приёмам игры.

## **ВВОДНОЕ ЗАНЯТИЕ**

План и режим работы спортивной секции. Инструктаж по правилам поведения и безопасности в секции.

## **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 ногами.* 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 ходудвигающемся 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. Учебно-тренировочные игры.**

Учебно-тренировочные двусторонние игры. Контрольные игры.

## **ИТОГОВОЕ ЗАНЯТИЕ**

Подведение итогов спортивной секции. Награждение за спортивные достижения.

#### **IV. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ**

Организационно-педагогические условия реализации адаптированной дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы физкультурно-спортивной направленности «Мини-футбол» обеспечивают её реализацию в полном объеме, качество подготовки обучающихся, соответствие применяемых форм, средств, методов обучения и воспитания возрастным, психофизическим особенностям, склонностям, способностям, интересам и потребностям обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

##### **Создание специальных условий, способствующих освоению программы:**

- обеспечение психолого-педагогических условий (учёт индивидуальных особенностей обучающегося; коррекционная направленность обучения; соблюдение комфортного психоэмоционального режима; использование современных педагогических технологий, в том числе информационных, компьютерных для оптимизации образовательной деятельности, повышения его эффективности, доступности);
- обеспечение здоровьесберегающих условий (оздоровительный и охранительный режим, укрепление физического и психического здоровья, профилактика физических, умственных и психологических перегрузок обучающихся, соблюдение санитарно-гигиенических правил и норм);

Обязательным требованием к организации образовательного процесса по адаптированным дополнительным общеразвивающим программам является обучение без домашних заданий и балльного оценивания знаний обучающихся.

##### **Форма обучения:** очная

Программа предусматривает проведение теоретических и практических учебно-тренировочных занятий, участие в спортивных соревнованиях по спортивным играм. Основной принцип тренировочной работы – всесторонняя физическая подготовка обучающихся, а также знакомство с элементами техники и тактики игры. Тренировка строится традиционно: разминка в виде ходьбы и медленного бега, гимнастические упражнения на растягивание мышечного аппарата, подвижные игры. Далее, в зависимости от задачи занятий, обучающиеся близко знакомятся с техническими и тактическими элементами игры. Теорию проходят в процессе учебно-тренировочных занятий.

Большие возможности для учебно-воспитательной работы заложены в принципе совместной деятельности учителя и обучающегося. Занятия необходимо строить так, чтобы обучающиеся сами находили нужное решение, опираясь на свой опыт, полученные знания и умения.

##### **Место проведения:**

1. Спортивный зал.
2. Пришкольная спортивная площадка.
3. Компьютерный класс (для теоретических занятий).

##### **Формы организации деятельности обучающихся:**

- Фронтальная (фронтальная работа предусматривает подачу учебного материала всей группе обучающихся).
- Индивидуальная (индивидуальная форма предполагает самостоятельную работу обучающихся).
- Групповая (в ходе групповой работы обучающимся предоставляется возможность самостоятельно построить свою деятельность на основе принципа взаимозаменяемости, ощутить помощь со стороны друг друга, учесть возможности каждого на конкретном этапе деятельности).

Для повышения интереса занимающихся к занятиям рекомендуется применять разнообразные формы и методы:



**Словесные методы:** создают у обучающихся предварительные представления об изучаемом движении. Для этой цели учитель использует: объяснение, рассказ, замечание, команды, указания.

**Наглядные методы:** применяются главным образом в виде показа упражнения, наглядных пособий, видеофильмов. Эти методы помогают создать у обучающихся конкретные представления об изучаемых действиях.

**Практические методы:** метод упражнений; круговой тренировки, игровой; соревновательный.

Главным из них является метод упражнений, который предусматривает многократное повторение упражнений. Разучивание упражнений осуществляется в целом и по частям. Метод круговой тренировки предусматривает выполнение заданий на специально подготовленных местах (станциях). Упражнения выполняются с учётом технических и физических способностей занимающихся. Игровой и соревновательный методы применяются после того, как у обучающихся образовались некоторые навыки игры.

**Наполняемость объединения:** количество обучающихся в группе 12-13 чел.

**Срок освоения программы** 1 учебный год (36 учебных недель).

**Объём нагрузки в неделю:** 4 часа в неделю.

**Продолжительность занятия:** 40 минут

**Средства обучения:**

Учебно-методическое обеспечение	Методическое обеспечение	Оборудование и инвентарь
<p><i>Наглядные пособия:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- обучение стойкам, остановкам и передвижениям игрока;</li> <li>- обучение передаче и приёму мяча;</li> <li>- обучение ударам по мячу;</li> <li>- обучение тактическим действиям в нападении и защите.</li> </ul>	<p><i>Литературы для педагога:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Сто одно упражнение для юных футболистов. Малькольм Кук, А.С.Т. Астрель. Москва 2003 г.</li> <li>2. Журнал Физическая культура в школе. - М.: 2009 г. №1.</li> <li>3. Спортивные игры. Техника, тактика, методика обучения. Учебник для вузов. Ю.Д. Железняк, В.И. Савин, Ю.М. Портнов, А.В. Лексанов – «Academia», 2008г.</li> <li>4. Физические упражнения и подвижные игры. Методическое пособие В.С. Кузнецов, Г.А. Колодгницкий, Н.Ц. Эпас, 2006г.</li> <li>5. Футбол в школе. Швыдов И.А. «Терра-Спорт», 2012г.</li> <li>6. Футбол для начинающих. Ричард Дангворд, Дж. Миллер. «Астрель», 2006г.</li> <li>7. Мой друг физкультура В.И. Лях «Просвещение», 2009г.</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- спортивная форма для соревнований – 12 комплектов</li> <li>- секундомер – 1 шт.</li> <li>- рулетка измерительная – 1 шт.</li> <li>- гимнастическая стенка – 6 шт.</li> <li>- гимнастическая скамейка – 2 шт.</li> <li>- скакалка – 13 шт.</li> <li>- футбольный мяч – 10 шт.</li> <li>- набивной мяч – 4 шт.</li> <li>- фишки – 20шт.</li> </ul>

## У. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ

В ходе обучения по адаптированной дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе физкультурно-спортивной направленности «Мини-футбол» обучающиеся приобретут совокупность знаний, умений, навыков, личностных качеств и компетенций.

Будут знать:	Будут уметь:	Смогут решать следующие жизненно-практические задачи:
<ul style="list-style-type: none"> <li>- основные правила футбола;</li> <li>- технику передачи и приёма мяча;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- выполнять индивидуально специально подобранные физические упражнения для</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- умение контролировать и регулировать функциональное состояние организма при</li> </ul>

<ul style="list-style-type: none"> <li>- технику ударов по воротам;</li> <li>- технические приёмы в нападении и защите;</li> <li>- технику бросков;</li> <li>- как самостоятельно провести разминку перед игрой;</li> <li>- простейшие правила судейства по футболу.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- поднятия и укрепления функциональных возможностей организма и развития специальных физических качеств;</li> <li>- обращаться с мячом (передача, приём, удар);</li> <li>- выполнять технические действия с мячом и без мяча в нападении и защите;</li> <li>- организовывать и проводить со сверстниками спортивные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;</li> <li>- бережно обращаться с инвентарем и оборудованием;</li> <li>- соблюдать безопасность в играх и при проведении соревнований;</li> <li>- в доступной форме объяснять правила (технику) игры, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- выполнении физических упражнений, добиваться оздоровительного эффекта и совершенствования физических навыков;</li> <li>- достижение лично значимых результатов в физическом совершенстве;</li> <li>- умение организовывать и проводить со сверстниками спортивные игры и элементарные соревнования;</li> <li>- умение строить общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;</li> <li>- формирование личной потребности и смысла в спортивной тренировке и занятиях в спортивной секции,</li> <li>- умение организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования;</li> <li>- готовность в любой ситуации поступить в соответствии с правилами поведения и этики;</li> <li>- смогут участвовать в соревнованиях.</li> </ul>
---	---	---

Адаптированная дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности «Мини-футбол» обеспечивает достижение обучающимися следующих личностных результатов.

**Личностные результаты:**

- Развитие чувства патриотизма к своему виду спорта, к родной школе, городу, стране.
- Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.
- Формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека.
- Воспитание потребности и умения самостоятельно играть в спортивные игры, сознательно применять их в целях отдыха, тренировки, повышения работоспособности и укрепления здоровья.
- Развитие волевых качеств: целеустремленности, настойчивости, решительности, смелости, самообладания.
- Умение проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях.
- Формирование умения активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания.
- Воспитание потребности оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.
- Умение проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.

## **VI. СИСТЕМА ОЦЕНКИ РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ**

Система оценки результатов освоения адаптированной дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы физкультурно-спортивной направленности «Мини-футбол» состоит из следующих видов контроля:

- текущий контроль, состоящий в оценке качества освоения разделов и тем программы;
- итоговый контроль, состоящий в оценке качества освоения содержания программы в целом.

**Текущий контроль** осуществляется на занятиях в течение всего учебного года для отслеживания уровня освоения учебного материала программы и развития физических и личностных качеств обучающихся. Качественная оценка уровня теоретической и практической подготовки обучающихся по разделам программы осуществляется методом беседы и наблюдения; в форме практических упражнений. С помощью текущего контроля определяются сильные и слабые стороны в тренировочном процессе. Он используется для оценки эффективности средств и методов тренировки.

**Итоговый контроль** проводится в конце обучения по программе. Формой итогового контроля являются турниры по футболу. Контрольные игры проводятся в течение всего учебно-тренировочного годового цикла. Все они наиболее полно характеризуют техническую подготовленность обучающихся. Кроме того, контрольные игры незаменимы при подготовке к соревнованиям.

Основной показатель работы спортивной секции – участие в школьных турнирах и соревнованиях различного уровня.

В мониторинге для отслеживания результативности обучения по адаптированным дополнительным общеобразовательным общеразвивающим программам в ГБОУ ЛО «Тихвинская школа-интернат» с учетом планируемых результатов освоения программы используются:

- карта оценки результатов освоения программы (см. Приложение №3)
- анкета степени удовлетворенности обучающихся качеством дополнительного образования (см. Приложение №3)
- учет спортивных достижений обучающихся.

## **ПРИЛОЖЕНИЯ**

**Приложение №1. Календарный учебный график**, в котором установлены конкретные календарные сроки реализации образовательной программы с учетом праздничных, выходных дней.

**Приложение №2. Календарно-тематическое планирование спортивной секции «Мини-футбол».**

**Приложение №3. Оценочные материалы, обеспечивающие реализацию АДОП.**

**Приложение №4. Методические материалы, обеспечивающие реализацию АДОП.**

**Календарный учебный график**  
**реализации адаптированной дополнительной общеобразовательной**  
**общеразвивающей программы физкультурно-спортивной направленности**  
**«Мини-футбол»**  
**на 2023-2024 учебный год**

Календарный учебный график устанавливает конкретные календарные сроки реализации адаптированной дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы физкультурно-спортивной направленности «Мини-футбол» на 2023-2024 учебный год, определяет даты начала и окончания учебного года, количество учебных недель, учебных часов, а также режим занятий.

**Календарные сроки реализации адаптированной дополнительной**  
**общеобразовательной общеразвивающей физкультурно-спортивной направленности**  
**«Мини-футбол» с учетом праздничных, выходных дней**

Год обучения	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Количество учебных недель	Количество учебных часов	Режим занятий
1 год	01.09.2023	31.05.2024	36	144	4 часа в неделю

1 неделя сентября отведена для комплектования группы в соответствии с запросами обучающихся и их родителей (законных представителей) и приём на обучение в объединение по заявлению родителей (законных представителей).

Календарный учебный график ГБОУ ЛО «Тихвинская школа-интернат» учитывает в полном объеме возрастные психофизические особенности обучающихся с интеллектуальной недостаточностью, отвечает требованиям охраны их жизни и здоровья.

Занятия проводятся в любой день недели, кроме выходных дней (суббота и воскресенье), праздничных дней.

**Режим занятий**

Расписание занятий утверждается распоряжением директора ОО и составляется с учетом того, что они являются дополнительной нагрузкой к обязательной учебной работе обучающихся в ОО, и поэтому необходимо соблюдение следующих гигиенических требований:

- продолжительность перемены между урочной и внеурочной деятельностью должна составлять не менее 30 мин., за исключением за исключением категории обучающихся с умеренной, тяжёлой, глубокой умственной отсталостью, с тяжёлыми множественными нарушениями развития, обучение которых осуществляется по специальным индивидуальным программам развития;
- продолжительность занятий 40 минут, между занятиями необходимо устраивать перерыв длительностью не менее 10 мин для отдыха детей и проветривания помещений.
- окончание занятий должно быть не позднее 20.00 ч.

Формой подведения итогов реализации адаптированной дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы физкультурно-спортивной направленности «Мини-футбол» является контрольная игра. Срок проведения итогового контроля до 31.05.2024 года.

**Календарно-тематическое планирование  
спортивной секции «Мини-футбол»**

№	Тема занятия	Кол-во часов	Дата	
			по плану	по факту
	<b>ВВОДНОЕ ЗАНЯТИЕ</b>	<b>1</b>		
1	Комплектование группы. План и режим работы спортивной секции. Инструктаж по правилам поведения и безопасности в секции.	1	05.09	
	<b>ТЕХНИКА ИГРЫ</b>	<b>48</b>		
2	Тестирование уровня общей физической подготовки на начало учебного года.	1	05.09	
3	Тестирование уровня специальной физической подготовки на начало учебного года.	1	07.09	
4	ТБ на занятиях футболом. Бег. Прыжки. Остановки и повороты во время бега.	1	07.09	
5	Значение правильного режима дня. Удары по мячу ногой. Игра "Салки мячом".	1	12.09	
6	Влияние физических упражнений. Удары по мячу головой. Игра "Борьба за мяч".	1	12.09	
7	Закаливание организма. Ведение мяча. Остановка мяча.	1	14.09	
8	Значение и содержание самоконтроля. Обманные движения (финты).	1	14.09	
9	Отбор мяча. Вбрасывание мяча из-за боковой линии.	1	19.09	
10	Техника игры вратаря. Игра "Живая цель".	1	19.09	
11	Техника игры вратаря. Удары по мячу ногой, головой.	1	21.09	
12	Правила игры в футбол. Наказания при нарушении правил. Упражнения для развития умения "видеть поле".	1	21.09	
13	Челночный бег, футбол, изучение упражнения «квадрат».	1	26.09	
14	Бег, прыжки по лестницам, футбол, изучение упражнения «контроль мяча».	1	26.09	
15	Бег с изменением направления, «квадрат», футбол.	1	28.09	
16	Отработка техники передвижения и владения мячом: остановка прием мяча.	1	28.09	
17	Передвижение спиной вперед, повороты, удары по мячу внутренней частью стопы, ведение мяча по кругу.	1	03.10	
18	Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой. Бег в сочетании с ходьбой.	1	03.10	
19	Обучение ударом по неподвижному мячу, чеканка мяча.	1	05.10	
20	Отработка ударов по мячу из различных положений, комбинации ударов.	1	05.10	
21	Упражнение «квадрат». Двусторонняя учебная игра.	1	10.10	
22	Эстафета на закрепление и совершенствование технических приемов.	1	10.10	
23	Ведение мяча до центра с последующим ударом по воротам, изучение новых технических приемов.	1	12.10	
24	Обводка с помощью обманных движений, отработка изученных ударов.	1	12.10	
25	Отработка паса щечкой в парах. Футбол.	1	17.10	
26	Игры на закрепление тактических действий, силовые упражнения.	1	17.10	
27	Ведение мяча с активным сопротивлением защитников, удар по неподвижному мячу внутренней стороной стопы.	1	19.10	

28	Развитие координационных способностей. Ведение, удар по воротам, квадрат.	1	19.10	
29	Полоса препятствий, удары-по неподвижному мячу, мяч стоит на месте, змейка + удар.	1	24.10	
30	Отработка передач в движении, передача мяча на ход.	1	24.10	
31	Отбор мяча толком плеча в плечо. Двусторонняя учебная игра.	1	26.10	
32	Игры на развитие ориентации и мышления. Чеканка мяча через стойку.	1	26.10	
33	Ввод мяча вратаря ударом ногой. Двусторонняя учебная игра.	1	31.10	
34	Вратарь: ловля катящегося мяча. Удары по воротам из стандартных положений, по катящемуся мячу.	1	31.10	
35	Изучение технических приемов, прием мяча грудью. Двусторонняя учебная игра.	1	02.11	
36	Комбинации из освоенных элементов техники передвижений, эстафета.	1	02.11	
37	Обучение финтам, салки вокруг столба, бег в квадрате.	1	07.11	
38	Эстафета на закрепление изученных финтов, двусторонняя учебная игра.	1	07.11	
39	Скоростные упражнения, удары по мячу из различных положений.	1	09.11	
40	Отбор мяча перехватом в движение, бег с препятствиями.	1	09.11	
41	Ввод мяча вратарем рукой, чеканка мяча, квадрат.	1	14.11	
42	Ведение мяча, удар по воротам.	1	14.11	
43	Прием мяча различными частями тела.	1	16.11	
44	Изучение финтов, применение при сопротивлении защитника.	1	16.11	
45	Удары – с разбега, с места, с подачи партнера, с одного шага.	1	21.11	
46	Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой. Бег в сочетании с ходьбой.	1	21.11	
47	Упражнение змейка, удар по воротам.	1	23.11	
48	Удары по мячу, после передачи мяча партнёром.	1	23.11	
49	Двусторонняя учебная игра.	1	28.11	
	<b>ТАКТИКА НАПАДЕНИЯ</b>	<b>19</b>		
50	Индивидуальные действия без мяча.	1	28.11	
51	Индивидуальные действия с мячом. Использование изученных способов ударов по мячу.	1	30.11	
52	Инд.д. Применение способов остановок в зависимости от направления и скорости мяча.	1	30.11	
53	Инд.д. Определение игровой ситуации, целесообразной для использования ведения, выбор способа и направления ведения.	1	05.12	
54	Инд.д. Применение различных видов обводки в зависимости от игровой ситуации.	1	05.12	
55	Гр.д. Взаимодействие двух и более игроков.	1	07.12	
56	Гр.д. Передача мяча в ноги партнёру, на свободное место, на удар.	1	07.12	
57	Гр.д. Короткая или средняя передача, низом или верхом.	1	12.12	
58	Гр.д. Комбинация "игра в стенку".	1	12.12	
59	Комбинации при свободном ударе.	1	14.12	
60	Комбинации при штрафном ударе.	1	14.12	
61	Комбинации при угловом ударе.	1	19.12	
62	Комбинации при вбрасывании мяча.	1	19.12	
63	Обучение тактики игры в нападении «Высокий темп атаки». Учебная игра.	1	21.12	
64	Атакующие комбинации флангом и центром. Учебная игра.	1	21.12	

65	Совершенствование тактики игры в нападении через игру в одни ворота.	1	26.12	
66	Тактические комбинации в нападении при штрафном.	1	26.12	
67	Тактические комбинации в нападении при угловом.	1	28.12	
68	Тактические комбинации в нападении при ауте.	1	28.12	
	<b>ТАКТИКА ЗАЩИТЫ</b>	<b>7</b>		
69	Инд.д. Закрывание опекаемого игрока.	1	09.01	
70	Инд.д. Выбор момента и способа действия для перехвата мяча.	1	09.01	
71	Инд.д. Отбор мяча изученным способом.	1	11.01	
72	Гр.д. Противодействие комбинации "стенка".	1	11.01	
73	Гр.д. Взаимодействие игроков при розыгрыше противником стандартных комбинаций.	1	16.01	
74	Тактика вратаря.	1	16.01	
75	Гр.д. Комбинации с участием вратаря.	1	18.01	
	<b>ОБЩАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА</b>	<b>16</b>		
76	Прыжки через барьер 2 серии через круг легкого бега, футбол.	1	18.01	
77	Бег с изменением направления, «квадрат», футбол.	1	23.01	
78	Рывки по диагоналям 3 раза, футбол, «контроль мяча».	1	23.01	
79	Челночный бег, удары по воротам, футбол	1	25.01	
80	Подтягивание, приседание, пресс, длительный бег, игра в вышибалы.	1	25.01	
81	Общеразвивающие упражнения с набивным мячом, игра в футбол.	1	30.01	
82	Общеразвивающие упражнения в парах, подтягивания.	1	30.01	
83	Развитие скоростных и скоростно-силовых способностей, прыжки.	1	01.02	
84	Общеразвивающие упражнения по методу круговой тренировки.	1	01.02	
85	Развитие гибкости, старты из различных положений, подтягивания.	1	06.02	
86	Тренировка выносливости, изменение направления движений по сигналу.	1	06.02	
87	Общеразвивающие упражнения без предметов, силовая подготовка.	1	08.02	
88	Игры, развивающие физические способности. Бег с остановками и изменением направления.	1	08.02	
89	Кросс до 3 км. Эстафеты с мячом.	1	13.02	
90	Общеразвивающие упражнения в парах. Игра в мини-футбол на укороченной площадке.	1	13.02	
91	Общеразвивающие упражнения с набивным мячом. Игра в мини-футбол с ограничениями.	1	15.02	
	<b>СПЕЦИАЛЬНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА</b>	<b>37</b>		
92	Развитие координационных способностей. Ведение, удар по воротам, квадрат.	1	15.02	
93	Игры, развивающие физические способности. Бег с остановками и изменением направления.	1	20.02	
94	Полоса препятствий, удары-по неподвижному мячу, мяч стоит на месте, змейка, удар.	1	20.02	
95	Стойка игрока. Перемещение в стойке боком, лицом. Остановка и передача мяча на месте. Учебная игра.	1	22.02	
96	Стойка игрока. Перемещение спиной вперед. Остановка и передача мяча в движении. Учебная игра.	1	22.02	
97	Передача мяча в два касания. Скоростно-силовая подготовка	1	27.02	
98	Удар серединой подъема ТТД защита 3 против 4-х эстафеты.	1	27.02	
99	Удар внутренней частью подъема. Тренировочная игра.	1	29.02	
100	Удар внешней частью стопы. Тренировочная игра с разбором.	1	29.02	
101	Удар носком. Тренировочная игра, эстафеты с ведением мяча.	1	05.03	

102	Удар по мячу с полулёта. Элементы акробатики	1	05.03	
103	Удар по мячу с лета. Тренировочная игра, силовые упражнения.	1	07.03	
104	Удар по опускающему мячу. Эстафеты. Тренировочная игра.	1	07.03	
105	Удар головой. Ведения мяча в парах.	1	12.03	
106	Удар серединой лба в прыжке. Тренировочная игра.	1	12.03	
107	Удар боковой частью головы. Кросс.	1	14.03	
108	Удары по прыгающему и летящему мячу.	1	14.03	
109	Удары по мячу носком, пяткой. Жонглирование. Учебная игра.	1	19.03	
110	Прием (остановка) мяча. Обманные движения.	1	19.03	
111	Прием мяча внутренней частью стопы. Финты. Силовые упражнения.	1	21.03	
112	Прием мяча на высоте бедра. Тренировочная игра.	1	21.03	
113	Прием опускающегося мяча подошвой. Тренировочная игра. Скоростно-силовые упражнения.	1	26.03	
114	Прием опускающегося мяча серединой подъема. Учебно-тренировочная игра.	1	26.03	
115	Прием внешней стороной стопы. Тренировочная игра.	1	28.03	
116	Вбрасывание мяча. Тренировочная игра.	1	28.03	
117	Ведение внутренней стороной стопы. Силовые упражнения.	1	02.04	
118	Ведение с серединой подъема. Тренировочная игра	1	02.04	
119	Совершенствование техники ведения мяча змейкой. Игра в мини-футбол без ударов по воротам.	1	04.04	
120	Обманные движения, финты. Игра	1	04.04	
121	Финт, уходом с убираем мяча внутренней частью подъема.	1	09.04	
122	Финт уходом с ложным запахом на удар. Игра.	1	09.04	
123	Финт убираем мяча подошвой.	1	11.04	
124	Основные приемы отбора мяча.	1	11.04	
125	Отбор накладыванием стопы. Скоростно-силовые упражнения.	1	16.04	
126	Отбор выбиванием. Ведение мяча в тройках.	1	16.04	
127	Бег на короткие дистанции. Игра в квадрат в два касания.	1	18.04	
128	Челночный бег. Игра в мини-футбол с ограничениями.	1	18.04	
	<b>УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫЕ ИГРЫ</b>	<b>15</b>		
129	Правила игры в футбол. Учебно-тренировочная игра.	1	23.04	
130	Наказания при нарушении правил. Учебно-тренировочная игра.	1	23.04	
131	Роль капитана команды, его права и обязанности. Учебно-тренировочная игра.	1	25.04	
132	Тактические комбинации при выполнении стандартных положений. Учебно-тренировочная игра.	1	25.04	
133	Совершенствование изученных приемов. Учебно-тренировочная игра.	1	02.05	
134	Взаимодействия с партнерами при равном соотношении защитников соперника, используя короткие и средние передачи. Учебно-тренировочная игра.	1	02.05	
135	Взаимодействия с партнерами при численном превосходстве защитников соперника, используя короткие и средние передачи. Учебно-тренировочная игра.	1	07.05	
136	Групповые взаимодействия с партнером во время атаки при численном преимуществе над защитниками 4:3, 3:2, 2:1. Учебно-тренировочная игра.	1	07.05	
137	Подстраховка и помощь партнеру. Учебно-тренировочная игра.	1	14.05	
138	Выбор позиции и страховка партнера при атаке противника флангом	1	14.05	



	и через центр. Учебно-тренировочная игра.			
139	Нападение быстрым прорывом. Учебно-тренировочная игра.	1	16.05	
140	Игра вратаря: руководство партнерами по обороне. Учебно-тренировочная игра.	1	16.05	
141	Перестройка от обороны к началу и развитию атаки. Учебно-тренировочная игра.	1	21.05	
142	Организация быстрой контратаки. Учебно-тренировочная игра.	1	21.05	
143	<i>Итоговое занятие.</i> Тестирование.	1	23.05	
144	Подведение итогов спортивной секции. Награждение за спортивные достижения.	<b>1</b>	23.05	

## Мониторинг результатов обучения по адаптированной дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе

№ п/п	Показатели (оцениваемые параметры)	Критерии	Степень выраженности оцениваемого качества	Возможное кол-во баллов	Методы диагностики (примерные)
<b>I Теоретическая подготовка:</b>					
1.1.	<b>Теоретические знания, предусмотренные программой</b>	Соответствие теоретических знаний ребенка программным требованиям	<b>минимальный уровень</b> (обучающийся овладел менее чем ½ объема знаний предусмотренных программой)	1	Наблюдение, тестирование, контрольный опрос и др.
			<b>средний уровень</b> (объем усвоенных знаний составляет более ½)	5	
			<b>максимальный уровень</b> (обучающийся освоил практически весь объем знаний, предусмотренных программой за конкретный период)	10	
1.2.	<b>Владение специальной терминологией</b>	Осмысленность и правильность терминологии	<b>минимальный уровень</b> (обучающийся, как правило, избегает употреблять специальные термины)	1	Собеседование
			<b>средний уровень</b> (обучающийся сочетает специальную терминологию с бытовой)	5	
			<b>максимальный уровень</b> (специальные термины употребляет осознанно и в полном соответствии с их содержанием)	10	
<b>II Практическая подготовка:</b>					
2.1.	<b>Практические умения и навыки, предусмотренные программой</b>	Соответствие практических умений и навыков программным требованиям	<b>минимальный уровень</b> (обучающийся овладел менее чем ½ объема знаний, предусмотренных программой)	1	Контрольное задание
			<b>средний уровень</b> (объем усвоенных умений и навыков составляет более ½)	5	
			<b>максимальный уровень</b> (обучающийся освоил практически весь объем знаний, предусмотренных программой за конкретный период)	10	
2.2.	<b>Владение специальным оборудованием и оснащением</b>	Отсутствие затруднений в использовании оборудования и оснащения	<b>минимальный уровень</b> (обучающийся испытывает серьезные затруднения при работе с оборудованием)	1	Контрольное задание
			<b>средний уровень</b> (работает с оборудованием с помощью педагога)	5	
			<b>максимальный уровень</b> (работает с оборудованием самостоятельно, не испытывает особых трудностей)	10	
2.3.	<b>Творческие навыки и личные достижения</b>	Креативность в выполнении практических заданий	<b>минимальный уровень</b> (обучающийся в состоянии выполнять лишь простейшие практические задания педагога)	1	Контрольное задание
			<b>средний уровень</b> (выполняет в основном задания на основе образца)	5	
			<b>максимальный уровень</b> (выполняет практические задания с элементами творчества, участвует в конкурсах)	10	
<b>III Личностные результаты:</b>					
3.1.	<b>Личностное развитие</b>	Соответствие планируемым личностным результатам	<b>минимальный уровень умений</b> (обучающийся нуждается в постоянной помощи и контроле педагога)	1	Наблюдение
			<b>средний уровень</b> (обучающийся действует в основном самостоятельно, в случаях затруднения может обратиться за помощью к педагогу или обучающимся)	5	
			<b>максимальный уровень</b> (обучающийся действует самостоятельно и может организовать других)	10	

## Оценочные материалы, обеспечивающие реализацию АООП

Анкета степени удовлетворенности обучающихся  
качеством дополнительного образования

## Название объединения \_\_\_\_\_

*Цель:* определить степень удовлетворенности обучающихся качеством образовательного процесса дополнительного образования.

Обучающимся предлагается прочитать (прослушать) утверждения и оценить степень согласия с их содержанием по следующей шкале:

4 – совершенно согласен;

3 – согласен;

2 – трудно сказать;

1 – не согласен;

0 – совершенно не согласен.

Утверждения:		Оценка
1	Я осознано выбрал этот кружок.	4 3 2 1 0
2	Мне нравится заниматься в кружке, секции.	4 3 2 1 0
3	В нашем объединении хороший руководитель.	4 3 2 1 0
4	К руководителю объединения можно обратиться за советом и помощью в трудной ситуации.	4 3 2 1 0
5	В нашем коллективе хорошие отношения между взрослыми и ребятами.	4 3 2 1 0
6	На занятиях кружка я получаю полезные знания, умения и навыки.	4 3 2 1 0
7	Я считаю, что здесь созданы все условия для развития моих способностей.	4 3 2 1 0
8	Я доволен своими достижениями.	4 3 2 1 0
9	Я всегда с радостью посещаю занятия кружка, секции.	4 3 2 1 0
10	Я бы хотел продолжить заниматься в этом кружке, секции	4 3 2 1 0

**Обработка полученных данных.**

Показателем удовлетворенности обучающихся качеством дополнительного образования (У) является частное от деления общей суммы баллов всех ответов обучающихся на общее количество ответов. Если У больше 3, то можно констатировать о высокой степени удовлетворенности, от 2 до 3 – средней степени удовлетворенности; если же У меньше 2, то это свидетельствует о низкой степени удовлетворенности обучающихся занятостью в кружке.

**Результативность участия творческого объединения в конкурсных мероприятиях**

Сроки	Название конкурса	Уровень (муниципальный, региональный, всероссийский, международный)	Количество участников	Призовые места (указать ФИ обучающихся и результативность)

**Техника безопасности на занятиях по спортивным играм****I. Общие требования безопасности**

- 1.1. При проведении занятий должно соблюдаться расписание занятий, установленные режимы занятий и отдыха. Занятия проводятся только с исправным спортивным инвентарём и оборудованием.
  - 1.2. Место проведения занятий должно быть оборудовано средствами пожаротушения (огнетушители и пр.) и иметь аптечку, укомплектованную необходимыми медикаментами и перевязочным материалом для оказания первой доврачебной помощи при травмах.
  - 1.3. К занятиям спортивными играми допускаются обучающиеся:
    - не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья;
    - прошедшие инструктаж по мерам безопасности;
    - имеющие спортивную форму, не стесняющую движений и спортивную обувь с нескользкой подошвой.
- После перенесенных травмы или заболевания обучающийся допускается к занятиям только с разрешения врача (школы или поликлиники).
- 1.4. При проведении занятий по спортивным и подвижным играм возможно воздействие на обучающихся следующих опасных факторов:
    - травмы при столкновениях, нарушении правил проведения игры, при падениях на мокром, скользком полу или площадке.
  - 1.5. Руководитель занятий и обучающиеся обязаны соблюдать правила пожарной безопасности, знать места расположения первичных средств пожаротушения.  
В процессе занятий руководитель и обучающиеся должны соблюдать правила проведения спортивной игры, ношения спортивной одежды и спортивной обуви, правила личной гигиены.
  - 1.6. Обучающиеся на занятиях должны:
    - иметь коротко остриженные ногти;
    - начинать занятие, брать спортивный инвентарь и выполнять упражнения только с разрешения учителя;
    - бережно относиться к спортивному инвентарю и оборудованию, не использовать его не по назначению;
    - внимательно слушать объяснение правил игры и запоминать их;
    - соблюдать правила игры и не нарушать их;
    - начинать игру можно по сигналу учителя;
    - игроки, которые обязаны выйти из игры, согласно правил, должны осторожно, не мешая другим, покинуть игровую площадку и сесть на скамейку;
    - знать и выполнять настоящую инструкцию.
  - 1.7. За несоблюдение мер безопасности обучающийся может быть не допущен или отстранён от занятий.
  - 1.8. О каждом несчастном случае с обучающимся руководитель занятий обязан немедленно сообщить администрации учреждения, оказать первую помощь пострадавшему.

**II. Требования безопасности перед началом занятия**

- 2.1. Руководитель занятий:
  - Проверить надежность установки и крепления стоек и перекладин футбольных ворот, баскетбольных щитов и другого спортивного оборудования.
  - Проверить состояние и отсутствие посторонних предметов на полу или спортивной площадке.
  - Тщательно проветрить спортивный зал.
  - Провести разминку.

2.2. Обучающийся должен:

- Переодеться в раздевалке. Надеть спортивную форму и спортивную обувь с нескользкой подошвой.
- Снять с себя предметы, представляющие опасность для других занимающихся (серьги, часы, браслеты и т.д.).
- Убрать из карманов спортивной формы колющиеся и другие посторонние предметы.
- Под руководством учителя приготовить инвентарь и оборудование, необходимые для проведения занятия.
- Мячи и другой спортивный инвентарь положить на стеллажи, чтобы они не раскатывались и не мешали проведению занятия.
- Выходить на место проведения занятий с разрешения учителя.
- По команде учителя встать в строй для общего построения.

### **III. Требования безопасности во время занятий**

- 3.1. Приступать к занятиям только после разминки.
- 3.2. Вне зала заниматься играми только на ровной площадке.
- 3.3. Начинать игру, делать остановки в игре и заканчивать игру только по команде (сигналу) руководителя занятий.
- 3.4. Строго выполнять правила проведения игры.
- 3.5. Избегать столкновений с игроками, толчков и ударов по рукам и ногам игроков.
- 3.6. При падении необходимо сгруппироваться во избежание получения травмы.
- 3.7. Внимательно слушать и выполнять все команды (сигналы) руководителя занятий.
- 3.8. Во время игры обучающийся должен:
  - следить за перемещением игроков и мяча на площадке;
  - избегать столкновений;
  - по свистку прекращать игровые действия
- 3.9. Нельзя:
  - толкать друг друга, ставить подножки, бить по рукам;
  - бить мяч ногой;
  - хватать игроков соперника, задерживать их продвижение;
  - широко расставлять ноги и выставлять локти;
  - во время броска дразнить соперника, размахивать руками перед его глазами;
  - обучающемуся, который находится на скамейке запасных, выбегать на площадку.

### **IV. Требования безопасности при несчастных случаях и экстремальных ситуациях**

- 4.1. При возникновении неисправности спортивного оборудования и инвентаря прекратить занятия и сообщить об этом администрации учреждения. Занятия продолжать только после устранения неисправности или замены спортивного оборудования и инвентаря.
- 4.2. При получении обучающимся травмы немедленно оказать первую помощь пострадавшему, сообщить об этом администрации учреждения, при необходимости отправить пострадавшего медицинский кабинет или в ближайшее лечебное учреждение.
- 4.3. При возникновении пожара в спортивном зале немедленно эвакуировать обучающихся из зала через все имеющиеся эвакуационные выходы, сообщить о пожаре администрации учреждения и в ближайшую пожарную часть, приступить к тушению пожара с помощью имеющихся первичных средств пожаротушения.

### **V. Требования безопасности по окончании занятий**

- 5.1. Под руководством учителя убрать спортивный инвентарь.
- 5.2. Организованно покинуть место проведения занятия.
- 5.3. Переодеться в раздевалке, снять спортивный костюм и спортивную обувь.
- 5.4. Вымыть лицо и руки с мылом.
- 5.5. Тщательно проветрить спортивный зал.

## МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ПРОФИЛАКТИКЕ ТРАВМАТИЗМА ВО ВРЕМЯ ПРОВЕДЕНИЯ СПОРТИВНЫХ ИГР

### ИГРЫ С БЕГОМ

*Обучающийся должен:*

- смотреть в направлении своего движения;
- исключать резкие стопорящие остановки;
- пропустить вперёд бегущих быстрее;
- не изменять резко направление своего движения;
- во избежание столкновения с другими играющими замедлить скорость своего бега и остановиться, нельзя толкать в спину впереди бегущих;
- не выбегать за пределы игровой площадки;
- не останавливаться, упираясь руками или ногой в стену.

### ИГРЫ С МЯЧОМ

*Обучающийся должен:*

- не бросать мяч в голову играющих;
- соизмерять силу броска мячом в игроков в зависимости от расстояния до них;
- следить за перемещением игроков и мяча на площадке;
- не мешать овладеть мячом игроку, который находился ближе к нему;
- не вырывать мяч у игрока, первым овладевшим им;
- не падать и не ложиться на пол с целью увернуться от мяча;
- ловить мяч захватом двумя руками снизу.

### ЭСТАФЕТЫ

*Обучающийся должен:*

- не начинать эстафету без сигнала учителя;
- выполнять эстафету по своей дорожке;
- если инвентарь оказался на полосе другой команды, осторожно забрать его, вернуться на свою полосу и продолжать выполнять задание;
- не выбегать преждевременно из строя, пока предыдущий игрок не закончил;
- выполнять задание и не передал эстафету касанием руки;
- после передачи эстафеты встать в конец своей команды;
- во время эстафеты не выходить из строя, не садиться и не ложиться на пол.

### ФУТБОЛ

Эта игра связана с длительной физической нагрузкой на организм в целом и в частности – на сердечно-сосудистую систему и на нервную системы, на опорно-двигательный аппарат. Самая большая нагрузка приходится на нижние конечности, и с нарастанием утомления, как правило, наблюдается нарушение координации движений.

*Типичные травмы:* повреждения связок, травмируются мениски коленных суставов и сумочно-связочный аппарат голеностопного сустава. Кроме того, наблюдаются разрывы мышц заднего бедра и приводящих мышц; сотрясение головного мозга; ушибы тела при столкновении и при неудачном падении.

***Рекомендации по технике безопасности и профилактике травматизма на занятиях:***

- занятия по футболу проводятся на стадионах, футбольных полях, площадках, в закрытых залах;
- занимающиеся должны быть в спортивной форме, предусмотренной правилами игры;
- за порядок, дисциплину и своевременный выход обучающихся на футбольное поле к началу занятий отвечают судья, учитель физкультуры и капитан команды;
- преподаватель до начала занятий: проверяет состояние и готовность футбольного поля, наличие необходимого спортивного инвентаря, прочность ворот, отсутствие посторонних предметов на поле, проводит инструктаж обучающихся по технике безопасности на занятиях, по правилам игры;

- все занимающиеся должны знать о профилактике спортивных травм и уметь оказывать первую доврачебную помощь;
- во время занятий на футбольном поле не должно быть посторонних лишний предметов, которые могут стать причиной травмы. За воротами и в 10 метрах от них не должны находиться посторонние лица и спортсмены, занимающиеся другими видами спорта;
- при выполнении прыжков, при случайных столкновениях и падениях футболист должен уметь применять приемы самостраховки (приземление в группировке, кувырки в группировке, перекаты);
- во время игры обучающиеся должны соблюдать игровую дисциплину, не применять грубые и опасные приемы;
- занятия по футболу проводятся только на футбольных полях с ровным покрытием (без ям, канав, луж, камней), расположенных вдали от дорожных магистралей.

*Необходимо соблюдать следующие правила:*

- Перед игрой всегда проводить разминку для мышц и суставов своего организма.
- Последовательно включать нужные силовые нагрузки и растяжки (не перенапрягаться).
- Сделать так, чтобы организм не нуждался в воде и необходимых солях.
- Поддерживать физическую активность во время долгих перерывов
- По возможности во время игры надевать специальное защитное снаряжение- щитки, гетры, футболка, в солнечную погоду повязка на голову.