

Государственное бюджетное учреждение Калининградской области  
общеобразовательная организация для обучающихся, воспитанников с  
ограниченными возможностями здоровья «Школа-интернат №1»

Принята на заседании  
Педагогического совета  
От «18 » июня 2021г.  
Протокол № 9

Утверждаю:  
Директор ГБУ КО «Школа-интернат №1»  
\_\_\_\_\_ Н.Ю. Андреева  
«18» июня 2021г.

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

Возраст обучающихся: 12-18 лет  
Срок реализации: 9 месяцев

Автор-составитель:  
Эйленкриг Александр Владленович,  
педагог дополнительного образования

г. Калининград  
2021 год

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

### **Направленность программы**

Адаптированная дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Мини-футбол» имеет физкультурно-спортивную направленность.

### **Актуальностью программы**

В наше время в жизни современного школьника существует проблема гиподинамии. Такая ситуация, о которой уже не один день бьют тревогу педагоги, врачи и ученые, опасна, прежде всего, создающимся дефицитом двигательной активности. Естественно, что в условиях повышенной учебной нагрузки и дефицита двигательной активности детей с ОВЗ (ограниченными возможностями здоровья), важнейшую роль играет эффективная организация физкультурно-оздоровительной работы в школе, в том числе во внеурочное время. Вот почему наиболее эффективным средством физкультурно-оздоровительной работы с детьми с ОВЗ во внеурочное время мини-футбол занимает видное место. Занятия мини-футболом развивают двигательную активность, улучшают сердечно-сосудистую и дыхательную систему, укрепляют иммунную систему организма ребенка с ОВЗ. Развитие физических способностей детей с ОВЗ (в частности, занятиями подвижными видами спорта) рассматривается сегодня, как одно из приоритетных направлений в современной педагогике. Разработка адаптированной дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы физкультурно-спортивной направленности «Мини-футбол» обусловлена необходимостью создания условий для равноправного участия детей с ОВЗ в различных спортивных играх с нормально развивающимися детьми. Становясь участниками детских образовательных сообществ, дети с ОВЗ получают широкий опыт конструктивных взаимодействий и продуктивной деятельности.

Программа позволяет развивать физические качества, необходимые для овладения игрой в футбол, придерживаться принципов гармоничности, оздоровительной направленности учебного процесса. Данная программа направлена на привитие обучающимся с ОВЗ умения правильно выполнять основные технические приемы и тактические действия в мини-футболе на любительском уровне, обеспечивает разностороннюю физическую подготовку детей с ОВЗ.

Занятия по данной программе решают проблему по поддержанию и укреплению здоровья детей с ОВЗ, формируют привычку к здоровому образу жизни, приучают рационально использовать свободное время. В плане решения основных задач дополнительного образования занятия по данной программе способствуют отвлечения детей с ОВЗ от негативных явлений современной действительности, формированию личностных качеств, нравственных норм, активному творческому подходу к жизни, обеспечению самоопределению личности ребенка с ОВЗ, создают условия для коллективной самореализации.

**Отличительная особенность программы** заключается в том, что основой подготовки занимающихся в секции детей с ОВЗ является не только технико-тактическая подготовка, но и общефизическая подготовка, направленная на более высокий показатель физического развития учащихся. Кроме того, теоретический материал программы позволит расширить кругозор детей с ОВЗ в области спорта вообще, сформирует интерес занимающихся к мини-футболу, положительному влиянию спорта на здоровье ребенка с ОВЗ. Программа учитывает различный уровень физической подготовки детей с ОВЗ, их возрастные особенности, индивидуальные личностно-психологические характеристики.

### **Адресат программы**

Данная программа адресована детям с ОВЗ в возрасте от 12 до 18 лет.

Программа учитывает особенности психофизического развития данной категории детей, их индивидуальные возможности, обеспечивает коррекцию нарушений развития и социальную адаптацию.

### **Объем и срок освоения программы**

Срок реализации программы – 9 месяцев.

На полное освоение программы требуется 68 часов.

## **Формы обучения**

Форма обучения – очная.

## **Особенности организации образовательного процесса**

Специального отбора детей для обучения по адаптированной дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Мини-футбол» не предусмотрено. Педагог учитывает желание ребенка посещать занятия в кружке, рекомендации медиков и пожелания родителей, заключение ПМПК. Состав группы – 10-15 человек.

### **Режим занятий, периодичность и продолжительность занятий**

Общее количество часов – 68. Продолжительность занятий исчисляется в академических часах – 40 минут, между занятиями предусмотрены 10 минутные перерывы. Недельная нагрузка: 2 часа. Занятия проводятся 2 раза в неделю.

**Педагогическая целесообразность программы** заключается в создании в школе-интернате особой развивающей среды для выявления и развития возможностей детей с ОВЗ в мини - футболе, приобщения обучающихся, независимо от возраста, пола и физической подготовки к занятиям спортом вообще, что может способствовать не только их дальнейшему физическому совершенствованию, но и приобщению к здоровому образу жизни в целом, раскрытию и формированию лучших человеческих качеств.

По сравнению со здоровыми сверстниками дети с ОВЗ с трудом переключаются с одного вида деятельности на другой. Недостатки организации внимания обуславливаются слабым развитием интеллектуальной активности детей с ОВЗ, несовершенством навыков и умений. У данных воспитанников снижена познавательная активность, отмечается замедленный темп переработки информации. При этом наглядно-действенное мышление развито в большей степени, чем наглядно-образное и тем более словесно-логическое. У детей с ОВЗ ограничен объем памяти: над долговременной памятью преобладает кратковременная, механическая над логической, наглядная над словесной. У большинства детей с ОВЗ имеются нарушения речевых функций, либо не все компоненты языковой системы сформированы. А низкая работоспособность является следствием возникновения у детей явлений психомоторной расторможенности. Может также наблюдаться несформированность произвольного поведения по типу психической неустойчивости, расторможенности влечений, учебной мотивации.

В работе с детьми с ОВЗ педагог:

- учитывает принципы индивидуально-дифференцированного подхода к каждому ребенку с ОВЗ;
- предотвращает утомление детей с ОВЗ во время занятий, используя для этого разнообразные средства;
- использует методики и технологии, с помощью которых можно максимально активизировать познавательную деятельность детей с ОВЗ и формировать необходимые навыки деятельности;
- уделяет постоянное внимание коррекции всех видов физической деятельности ребенка с ОВЗ;
- проявляет во время работы с ребенком с ОВЗ педагогический такт;
- поощряет малейшие успехи ребенка с ОВЗ.

Основное достоинство мини-футбола — это разнообразие действий и движений, способствующих развитию координации движений ребенка с ОВЗ. Кроме того, игровая деятельность способствует укреплению нервной системы, двигательного аппарата, улучшению обмена веществ и деятельности всех систем организма ребенка с ОВЗ. Игра в мини-футбол связана с инициативным моментом решения двигательных задач и протекает на высоком эмоциональном фоне, стимулирующем двигательную активность и препятствующем возникновению утомления. Занятия мини-футболом помогают формировать такие психофизиологические свойства у детей с ОВЗ, как устойчивость внимания, оперативность мышления, объем и периферию зрения, простую и сложную реакцию на движущийся объект (мяч). В процессе игры в мини-футбол развиваются морально-волевые качества, расширяются интеллект и эрудиция. В силу изменчивости игровых ситуаций у детей с ОВЗ возникает

необходимость быстро ориентироваться на ограниченной площадке, что развивает наблюдательность, умение анализировать и оценивать сложившуюся ситуацию, самостоятельно решать различные двигательные и технические задачи, соответствующие создавшейся обстановке.

### **Практическая значимость**

Разработанная программа может применяться педагогами дополнительного образования для развития быстроты двигательной реакции при организации занятий мини-футболом среди детей с ОВЗ.

Обучение детей по программе позволит:

- узнать и понять правила игры в мини-футбол;
- овладеть основами техники игры в мини-футбол;
- улучшить координацию движений, быстроту реакции, ловкость;
- развивать мотивацию к познавательной деятельности, побуждая обучающихся интересоваться информацией об игре мини-футбол;
- влиять на темп выполнения упражнений и заданий, понимания инструкций;
- научить детей справляться с повышенной впечатлительностью (тревожностью, болезненностью реакции на тон голоса партнера, изменениями в настроении, инфантилизмом, низкой самооценкой, утомляемостью, зависимостью от постоянной помощи педагога).

**Цель программы:** всестороннее развитие личности ребенка посредством формирования физической культуры обучающихся с ОВЗ через занятия мини-футболом.

Каждое занятие мини-футболом имеет ясную целевую направленность, конкретные и четкие педагогические задачи, которые определяют его содержание, выбор методов, средств обучения и воспитания, способов организации обучающихся. Обучение детей с ОВЗ игре в мини-футбол – педагогический процесс, направленный на укрепление здоровья занимающихся, развитие их физических качеств и освоение технико-тактических приемов игры в мини-футбол.

### **Задачи программы**

#### **Образовательные:**

- формирование у детей с ОВЗ представления о мини-футболе, его возникновении, развитии и правилах соревнований;
- приобретение детьми с ОВЗ теоретических знаний и практических навыков в области мини-футбола;
- обучение детей с ОВЗ основам техники мини-футбола;
- формирование у детей с ОВЗ знаний о закалывающих процедурах и укреплении здоровья;
- формирование у детей с ОВЗ знаний о технике безопасности при занятиях мини-футболом.

#### **Развивающие:**

- развитие мотивации и положительного отношения ребёнка с ОВЗ к занятиям по мини-футболу;
- развитие у детей с ОВЗ всесторонней физической подготовки с преимущественным развитием быстроты, ловкости и координации движений;
- развитие у детей с ОВЗ волевых качеств - смелости, решительности, самообладания;
- развитие у детей с ОВЗ лидерских качеств, инициативы и социальной активности;
- развитие у детей с ОВЗ морально-волевых качеств;
- способствование у детей с ОВЗ укреплению здоровья, закаливанию организма и устойчивости к неблагоприятным условиям внешней среды.

#### **Воспитательные:**

- воспитание у детей с ОВЗ трудолюбия, сознательной дисциплины, внимания, настойчивости и волевых качеств;
- воспитание у детей с ОВЗ сознательного интереса к занятиям по мини-футболу;

- воспитание у детей с ОВЗ стремления к здоровому образу жизни;
- воспитание духовно-нравственных качеств поведения детей с ОВЗ в коллективе.

### **Основные формы и методы**

- объяснение, описание, указание, распоряжение, команда;
- показ предметных, пространственных, тактических и технических приемов мини-футбола;
- игровой (командный и индивидуальный) метод обучения;
- работа в команде, парах, индивидуально;
- индивидуальные рекомендации и консультации.

### **Принципы отбора содержания**

Программа по содержанию проста и доступна. Важной особенностью при занятиях мини-футболом является гармоничное развитие человеческого тела, развитие координации движения, выносливости, здоровья и силы. Совершенствование физических способностей доступно каждому человеку, независимо от его физических данных. Основная часть тренировок — это практические занятия, то есть отработка тех или иных физических и тактических приемов при игре в мини-футбол.

Образовательный процесс построен с учетом уникальности и неповторимости каждого ребенка с ОВЗ, и направлен на максимальное развитие его способностей. Содержание программы и ее реализация основывается на педагогических принципах:

- развивающего обучения и воспитания активного эстетического и нравственного отношения к физической культуре как части общей культуры общества;
- преемственности как потребности в физическом развитии, являющимся основой для интересной жизни, положительных эмоций, способствующей дальнейшему умственному и физическому развитию;
- совместной деятельности учителя и обучающегося;
- индивидуализации и дифференциации каждого обучающегося.

### **Планируемые результаты реализации дополнительной общеобразовательной программы**

По окончании программы обучающиеся с ОВЗ должны знать и уметь:

- Выполнять правила личной гигиены, соблюдать санитарно-гигиенические нормы.
- Правила техники безопасности при игре в мини-футбол.
- Технику и тактику игры в мини-футбол.
- Правила игры в мини-футбол.
- Специальную терминологию тактических и технических приемов в мини-футболе.
- Играть в составе команды и индивидуально в мини-футбол.

### **Ожидаемые результаты реализации программы**

Результатом освоения адаптированной дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Мини-футбол» является приобретение обучающимися следующих знаний, умений, навыков:

*Обучающиеся с ОВЗ*

*будут знать / понимать:*

- историю развития мини-футбола в России;
- влияние физкультуры и спорта на укрепление здоровья, профилактику заболеваний и увеличение продолжительности жизни;
- требования техники безопасности к занятиям по мини-футболу;
- общие технику и правила соревнований по мини-футболу;

*будут уметь:*

- владеть техническими приёмами мини-футбола;
- выполнять приемы самостраховки;
- выполнять комплексы упражнений по адаптивной физической подготовке;
- использовать полученные знания и навыки в повседневной жизни.

Обучающиеся с ОВЗ по данной программе смогут решать следующие жизненно-практические задачи:

- анализировать свои действия и давать им оценку;
- ответственно относиться к учебно-образовательному процессу, поручениям, обязанностям;
- владеть знаниями о чувстве товарищества и нравственных правилах поведения в коллективе;
- иметь потребность в самообразовании в области физической культуры и спорта, здорового образа жизни.

#### **Формы подведения итогов реализации дополнительной общеобразовательной программы:**

- 1) проведение школьных соревнований по мини-футболу;
- 2) участие в межшкольных соревнованиях по мини-футболу.
- 3) участие в школьных спортивных праздниках.
- 4) сдача контрольных нормативов по адаптивной физической культуре.

### **Учебный план**

№ п/п	Название темы, раздела	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Теория	Практика	Всего	
1.	<b>Вводное занятие. Техника безопасности при игре в мини-футбол. История развития мини-футбола. Знания о спортивно-оздоровительной деятельности.</b>	1	1	2	опрос, беседа
2.	<b>Общая и специальная физическая подготовка для игры в мини-футбол.</b>	-	14	14	Опрос, наблюдение
<i>Тема 1. ОРУ без предметов</i>					
2.1.	1.1.1.Бросание и ловля набивных мячей.	-	1	1	наблюдение
	1.2.1.Упражнения на силу и гибкость.	-	1	1	
	1.3.1.Бег в медленном темпе (до 10 минут).	-	1	1	
	1.4.1.Прыжки со скакалкой (5 минут).	-	1	1	
<i>Тема 2. Комбинированные беговые и прыжковые упражнения</i>					
2.2.	2.2.1.Бег с перемещением из различных исходных положений (до 5 минут), бег на месте в упоре стоя с максимальной частотой шагов, рывки вперед, челночный бег (5x5м), эстафеты с быстрым изменением направления бега.	-	5	5	наблюдение
	2.2.2.Прыжки на одной и обеих ногах через гимнастические скамейки, выпрыгивания вверх, прыжки с доставанием предмета, прыжки с доставанием подвешенных предметов рукой, головой, прыжки вверх с подтягиванием коленей.	-	5	5	
3.	<b>Основы техники и тактики игры в мини-футбол</b>	3	47	50	Опрос, наблюдение
3.1	<i>Тема 1. Основы техники и тактики игры в мини-футбол</i>				

	3.1.1.Классификация и терминология технических приёмов игры в мини-футбол.	0,5	-	0,5	Опрос, наблюдение
	3.1.2.Техника исполнения прямого и резаного удара по мячу. Понятия – точность удара по воротам, виды траекторий полёта мяча после удара.	0,5	-	0,5	
	Выполнение технических приёмов и их применение в игровых ситуациях.				
	3.1.4.Техника передвижения по полю: - бег по прямой с изменением скорости и направления движения; -бег приставным шагом;		2	1	
	-повороты во время бега налево и направо.		1	1	
	3.1.5.Удары по мячу головой: -удары серединой лба без прыжка; - в прыжке, с места и с разбега.				
3.2.	<i>Тема 2. Удары по мячу ногой. Удары правой и левой ногой: внутренней стороной стопы, внутренней и внешней частью подъёма по неподвижному мячу</i>				
	3.2.1. Остановка мяча подошвой и внутренней стороной катящегося и опускающего мяча - на месте, в движении вперёд и назад, подготавливая мяч для поступающих действий.		1	1	Опрос, наблюдение
	3.2.2. Ведение мяча внешней, внутренней частью подъёма и внутренней стороной стопы: правой, левой ногой поочередно.		1	1	
	3.2.3. Обманные движения (финты). Обучение финтам: после замедления бега или остановки - неожиданный рывок с мячом: во время ведения - внезапная отдача мяча назад, откатывая его подошвой партнёру, находящемуся сзади.		2	2	
	3.2.4. Отбор мяча. Перехват мяча - быстрый выход на мяч с целью определения соперника, которому адресована передача мяча.		1	1	
	3.2.5. Вбрасывание мяча из-за боковой линии с места из положения ноги вместе и шага.		1	1	
	3.2.6. Техника игры вратаря. Основная стойка вратаря. Передвижение в воротах без мяча и в сторону приставным, крестным 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.		1	1	
	<i>Тема 3. Тактика игры в мини-футбол</i>				
	3.3.1. Понятие о тактике и тактической комбинации в мини-футболе.	0,5	-	0,5	
	3.3.2. Характеристика игровых действий				

	команды: вратаря, защитников, полузащитников, нападающих.	0,5	-	0,5	
	3.3.3. Понятие о тактике нападения во время игры в мини - футбол.	0,5	-	0,5	
	3.3.4. Понятие о тактике защиты во время игры в мини - футбол.	0,5	-	0,5	
	3.3.5. Упражнение для развития умения «видеть поле». Выполнение заданий по зрительному сигналу.	-	1	1	
	3.3.6. Тактика нападения. Индивидуальные действия без мяча. Правильное расположение игроков на футбольном поле.	-	1	1	
	3.3.7. Тактика нападения. Индивидуальные действия с мячом. Применение необходимого способа остановок мяча в зависимости от его направления, траектории и скорости.	-	1	1	Опрос, наблюдение
	3.3.8. Тактика нападения. Групповые действия. Взаимодействие двух и более игроков. Уметь точно и своевременно выполнять передачу в ноги партнёру, на свободное место, на удар.	-	1	1	
	3.3.9. Тактика защиты. Индивидуальные действия. Правильно выбирать позицию по отношению опекаемого игрока и противодействие получению им мяча.	-	1	1	
	3.3.10. Тактика защиты. Групповые действия. Противодействие комбинации «стенка».	-	1	1	
	3.3.11. Тактика защиты вратаря. Умение выбирать правильную позицию в воротах при различных ударах в зависимости от угла удара, дальности и траектории полета мяча. Удар по мячу от своих ворот, введение мяча в игру (после ловли руками).	-	1	1	
	3.3.12. Учебные командные игры в мини-футбол.	-	29	29	
<b>4.</b>	<b>Правила соревнований по мини - футболу, их организация и проведение.</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	
	4.1. Организация и проведение соревнований по мини-футболу.	1	-	1	
	4.2. Какие бывают нарушения правил в мини-футболе. Жесты судей. Требования к технике безопасности на массовых соревнованиях по мини-футболу.	-	1	1	Опрос, наблюдение, самоанализ
	<b>Итого</b>	<b>5</b>	<b>63</b>	<b>68</b>	



## Содержание программы

(68 часов, 2 часа в неделю)

### 1. Знания о спортивно-оздоровительной деятельности – 3 часа

Тема 1. Вводное занятие. Техника безопасности при игре в мини-футбол. История развития мини-футбола. Знания о спортивно-оздоровительной деятельности.

### 2. Общая и специальная физическая подготовка для игры в мини-футбол

- 14 часов

*Практика:*

Тема 1. Общеразвивающие упражнения без предметов, упражнения с набивными мячами, упражнения на силу и гибкость, бег в медленном темпе (до 10 минут). Прыжки со скакалкой (5 минут).

Тема 2. Бег с перемещением из различных исходных положений (до 5 минут), бег на месте в упоре стоя с максимальной частотой шагов, рывки вперед, челночный бег (5х5м), эстафеты с быстрым изменением направления бега. Прыжки на одной и обеих ногах через гимнастические скамейки, выпрыгивания вверх, прыжки с доставанием предмета, прыжки с доставанием подвешенных предметов рукой, головой, прыжки вверх с подтягиванием коленей.

### 3. Основы техники и тактики игры в мини-футбол - 50 часов

Тема 1. Основы техники и тактики игры в мини-футбол.

*Теория:*

Классификация и терминология технических приёмов игры в мини-футбол.

Техника исполнения прямого и резаного удара по мячу. Понятия – точность удара по воротам, виды траекторий полёта мяча после удара.

Выполнение технических приёмов и их применение в игровых ситуациях.

*Практика:*

Техника передвижения по полю:

- бег по прямой с изменением скорости и направления движения;
- бег приставным шагом;
- повороты во время бега налево и направо.

Удары по мячу головой:

- удары серединой лба без прыжка;
- в прыжке, с места и с разбега.

Тема 2. Удары по мячу ногой. Удары правой и левой ногой: внутренней стороной стопы, внутренней и внешней частью подъёма по неподвижному мячу.

*Практика:*

Остановка мяча подошвой и внутренней стороной катящегося и опускающего мяча - на месте, в движении вперёд и назад, подготавливая мяч для поступающих действий.

Ведение мяча внешней, внутренней частью подъёма и внутренней стороной стопы: правой, левой ногой поочерёдно.

Обманные движения (финты). Обучение финтам: после замедления бега или остановки - неожиданный рывок с мячом: во время ведения - внезапная отдача мяча назад, откатывая его подошвой партнёру, находящемуся сзади.

Отбор мяча. Перехват мяча - быстрый выход на мяч с целью определения соперника, которому адресована передача мяча.

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

Техника игры вратаря. Основная стойка вратаря. Передвижение в воротах без мяча и в сторону приставным, крестным 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.

Тема 3. Тактика игры в мини-футбол.

### *Теория:*

Понятие о тактике и тактической комбинации в мини-футболе.

Характеристика игровых действий команды: вратаря, защитников, полузащитников, нападающих.

Понятие о тактике нападения во время игры в мини - футбол.

Понятие о тактике защиты во время игры в мини - футбол.

### *Практика:*

Упражнение для развития умения «видеть поле». Выполнение заданий по зрительному сигналу.

Тактика нападения. Индивидуальные действия без мяча. Правильное расположение игроков на футбольном поле.

Тактика нападения. Индивидуальные действия с мячом. Применение необходимого способа остановок мяча в зависимости от его направления, траектории и скорости.

Тактика нападения. Групповые действия. Взаимодействие двух и более игроков. Умение точно и своевременно выполнять передачу в ноги партнёру, на свободное место, на удар.

Тактика защиты. Индивидуальные действия. Правильно выбирать позицию по отношению опекаемого игрока и противодействие получению им мяча.

Тактика защиты. Групповые действия. Противодействие комбинации «стенка».

Тактика защиты вратаря. Умение выбирать правильную позицию в воротах при различных ударах в зависимости от угла удара, дальности и траектории полета мяча. Удар по мячу от своих ворот, введение мяча в игру (после ловли руками).

Учебные командные игры в мини-футбол.

## **4. Правила соревнований, их организация и проведение - 2 часа**

Тема 1. Основные правила организации, проведения и судейства мини-футбола.

Организация и проведение соревнований по мини-футболу. Какие бывают нарушения правил в мини-футболе. Жесты судей.

Требования к технике безопасности на массовых соревнованиях по мини-футболу.

## **Оценивание образовательных результатов**

В целях контроля освоения обучающимися с ОВЗ дополнительной общеобразовательной программы используются следующие тестовые задания, которые проводятся в начале (входной контроль), середине (промежуточный контроль), и конце учебного года (итоговый контроль) с целью определения уровня общей и специальной физической подготовленности, теоретического и практического освоения пройденного материала:

1. Подтягивание (для оценки силы и силовой выносливости мышц плечевого пояса).
2. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (для оценки уровня силовой (динамической) выносливости мышц плечевого пояса, а также статической выносливости мышц спины, брюшного пресса, таза и ног). *(Критерием служит максимальное число сгибаний и разгибаний за 1 мин.)*
3. Сгибание рук до касания грудью пола (скамейки), разгибание – до полного выпрямления рук - отжимание *(Критерием служит максимальное число отжиманий за 1 мин.)*
4. Прыжки через скакалку (для оценки уровня развития скоростных и координационных способностей) *(Критерием служит максимальное число прыжков за 1 мин.)*
5. Бег 60 метров с высокого старта (для оценки уровня развития скоростных и координационных способностей) *(Критерием служит время – более 10,5 секунд)*

### Календарный учебный график

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма аттестации/контроля
1.	сентябрь	02.09	15.40-16.20 16.30-17.10	Теоретическое занятие.	2	Вводное занятие. Техника безопасности при игре в мини-футбол. История развития мини-футбола.	Универсальная спортивная площадка	Опрос, беседа
2.	сентябрь	9.09	15.40-16.20	Теоретическое занятие.	1	Знания о спортивно-оздоровительной деятельности.	Универсальная спортивная площадка	Опрос, беседа
			16.30-17.10	Общеразвивающие упражнения.	1	Общая и специальная физическая подготовка для игры в мини-футбол.	Универсальная спортивная площадка	Опрос, наблюдение
3.	сентябрь	16.09	15.40-16.20 16.30-17.10	Общеразвивающие упражнения. Учебная игра.	2	Общая и специальная физическая подготовка для игры в мини-футбол.	Универсальная спортивная площадка	наблюдение
4.	сентябрь	23.09	15.40-16.20 16.30-17.10	Общеразвивающие упражнения. Учебная игра.	2	Общая и специальная физическая подготовка для игры в мини-футбол.	Универсальная спортивная площадка	наблюдение
5.	сентябрь	30.09	15.40-16.20 16.30-17.10	Общеразвивающие упражнения. Учебная игра.	2	Общая и специальная физическая подготовка для игры в мини-футбол.	Универсальная спортивная площадка	Наблюдение, самоанализ
6.	октябрь	14.10	15.40-16.20 16.30-17.10	Общеразвивающие упражнения. Учебная игра.	2	Общая и специальная физическая подготовка для игры в мини-футбол.	Спортивный зал	Наблюдение, самоанализ
7.	октябрь	21.10	16.30-17.10	Учебная игра.	2	Общая и специальная физическая подготовка для игры в мини-футбол.	Спортивный зал	Наблюдение, беседа, самоанализ
8.	октябрь	28.10	15.40-16.20 16.30-17.10	Учебная игра.	2	Общая и специальная физическая подготовка для игры в мини-футбол.	Спортивный зал	Наблюдение, самоанализ
			15.40-16.20	Общеразвивающие	1	Общая и специальная	Спортивный	Опрос,

9.	ноябрь	11.11		упражнения. Учебная игра.		физическая подготовка для игры в мини-футбол.	зал	наблюдение
			16.30-17.10	Теоретическое занятие.	1	Основы техники и тактики игры в мини-футбол.	Спортивный зал	Наблюдение
10.	ноябрь	18.11	15.40-16.20 16.30-17.10	Практический показ. Учебная игра.	2	Основы техники игры в мини-футбол.	Спортивный зал	Опрос, наблюдение
11.	декабрь	2.12	15.40-16.20 16.30-17.10	Практический показ. Учебная игра.	2	Основы тактики игры в мини-футбол.	Спортивный зал	Опрос, наблюдение
12.	декабрь	9.12	15.40-16.20 16.30-17.10	Практический показ. Контрольная игра.	2	Основы техники игры в мини-футбол.	Спортивный зал	Беседа, наблюдение
13.	декабрь	16.12	15.40-16.20 16.30-17.10	Практический показ. Учебная игра.	2	Основы тактики игры в мини-футбол.	Спортивный зал	Беседа, наблюдение
14.	декабрь	23.12	15.40-16.20 16.30-17.10	Практический показ. Учебная игра.	2	Основы техники игры в мини-футбол.	Спортивный зал	Беседа, наблюдение
15.	декабрь	30.12	15.40-16.20 16.30-17.10	Практический показ. Контрольная игра.	2	Основы тактики игры в мини-футбол.	Спортивный зал	Беседа, наблюдение
16.	январь	13.01	15.40-16.20 16.30-17.10	Практический показ. Учебная игра.	2	Основы техники игры в мини-футбол.	Спортивный зал	Беседа, наблюдение
17.	январь	20.01	15.40-16.20 16.30-17.10	Практический показ. Учебная игра.	2	Основы тактики игры в мини-футбол.	Спортивный зал	Беседа, наблюдение
18.	январь	27.01	15.40-16.20 16.30-17.10	Практический показ. Контрольная игра.	2	Основы техники игры в мини-футбол.	Спортивный зал	Беседа, наблюдение
19.	февраль	3.02	15.40-16.20 16.30-17.10	Практический показ. Учебная игра.	2	Основы тактики игры в мини-футбол.	Спортивный зал	Беседа, наблюдение
20.	февраль	3.02	15.40-16.20 16.30-17.10	Учебная двухсторонняя игра.	2	Основы тактики игры в мини-футбол.	Спортивный зал	Беседа, наблюдение
21.	февраль	10.02	15.40-16.20 16.30-17.10	Практический показ. Контрольная игра.	2	Основы тактики игры в мини-футбол.	Спортивный зал	Беседа, наблюдение
22.	февраль	17.02	15.40-16.20 16.30-17.10	Учебная двухсторонняя игра.	2	Основы тактики игры в мини-футбол.	Спортивный зал	Самоанализ, наблюдение

23.	март	3.03	15.40-16.20 16.30-17.10	Учебная двухсторонняя игра.	2	Основы тактики игры в мини-футбол.	Спортивный зал	
24.	март	10.03	15.40-16.20 16.30-17.10	Учебная двухсторонняя игра.	2	Основы тактики игры в мини-футбол.	Спортивный зал	Самоанализ, наблюдение
25.	март	17.03	15.40-16.20 16.30-17.10	Практический показ. Учебная игра.	2	Основы тактики игры в мини-футбол.	Спортивный зал	Самоанализ, наблюдение
26.	март	24.03	15.40-16.20 16.30-17.10	Практический показ. Учебная игра.	2	Основы тактики игры в мини-футбол.	Спортивный зал	Самоанализ, наблюдение
27.	март	31.03	15.40-16.20 16.30-17.10	Практический показ. Учебная игра.	2	Основы тактики игры в мини-футбол.	Спортивный зал	Самоанализ, наблюдение
28.	апрель	7.04	15.40-16.20	Теоретическое занятие.	1	Правила соревнований.	Спортивный зал	Самоанализ, наблюдение
			16.30-17.10	Практический показ. Учебная игра.	1	Организация и проведение соревнований	Спортивный зал	Самоанализ, наблюдение
29.	апрель	21.04	15.40-16.20 16.30-17.10	Практический показ. Учебная игра.	2	Правила соревнований, их организация и проведение.	Универсальная спортивная площадка	Самоанализ, наблюдение
30.	апрель	28.04	15.40-16.20 16.30-17.10	Практический показ. Учебная игра.	2	Правила соревнований, их организация и проведение.	Универсальная спортивная площадка	Самоанализ, наблюдение
31.	май	5.05	15.40-16.20 16.30-17.10	Двухсторонняя командная контрольная игра.	2	Правила соревнований, их организация и проведение.	Универсальная спортивная площадка	Самоанализ, наблюдение
32.	май	12.05	15.40-16.20 16.30-17.10	Двухсторонняя командная контрольная игра.	2	Правила соревнований, их организация и проведение.	Универсальная спортивная площадка	Самоанализ, наблюдение
33.	май	19.05	15.40-16.20 16.30-17.10	Двухсторонняя командная контрольная игра.	2	Правила соревнований, их организация и проведение.	Универсальная спортивная площадка	Самоанализ, наблюдение
34.	май	26.05	15.40-16.20 16.30-17.10	Двухсторонняя командная контрольная игра. Подведение итогов работы кружка.	2	Правила соревнований, их организация и проведение.	Универсальная спортивная площадка	Самоанализ, наблюдение

## МАТЕРИАЛЬНО - ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

№ п/п	Наименование объектов и средств материально-технического оснащения	Необходимое количество	Примечание
1.	Площадка для мини-футбола 15х35м	1	
2.	Комплект ворот с сеткой	1	
3.	Мячи футбольные для мини-футбола	4	
4.	Сетка для переноса и хранения мячей	1	
5.	Спортивный зал	1	

### Организационно-педагогические условия реализации, адаптированной дополнительной общеразвивающей программы

Образовательный процесс осуществляется на основе учебного плана, рабочей программы и регламентируется расписанием занятий. В качестве нормативно-правовых оснований проектирования данной программы выступает Федеральный закон Российской Федерации от 29.12.2012 г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 19.11.2019 г. № 196 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

#### Кадровое обеспечение

Качество реализации адаптированной дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы обеспечивается за счет наличия состава педагогических работников, имеющих среднее профессиональное или высшее образование, соответствующее профилю преподаваемого кружка. Педагогом должны быть пройдены курсы повышения квалификации в сфере ДО для детей с ОВЗ.

#### Методическое обеспечение

При обучении используются основные методы организации и осуществления учебно-познавательной работы, такие как словесные, наглядные, практические, индуктивные и проблемно-поисковые. Выбор методов (способов) обучения зависит от психофизиологических, возрастных особенностей детей, темы и формы занятий. При этом в процессе обучения все методы реализуются в теснейшей взаимосвязи. Методика проведения занятий предполагает постоянное создание ситуаций успешности, радости от преодоления трудностей в освоении изучаемого материала.

№ п/п	Раздел, тема занятия	Форма занятий	Приемы и методы организации учебно-воспитательной работы	Дидактический материал	Форма подведения итогов
1.	Введение	Беседа	Словесный метод (беседа, диалог)	Инструктаж по технике безопасности	Опрос
2.	Выполнение технических и тактических приемов	Практическая, тренинг	Наглядный метод (наблюдение, исполнение педагогом),	Наглядный метод (наблюдение, исполнение	Наблюдение педагога

			практический (тренинг, упражнения)	педагогом), практический (тренинг, упражнения)	
3.	Соревнование	Соревнование	Фронтальный и групповой методы, метод взаимосвязи теоретических и практических знаний, умений и навыков	Спортивный инвентарь, спортивная площадка	Самоанализ по итогам участия в играх

### Список литературы

#### Нормативные правовые акты

##### *Федеральный уровень:*

1. Федеральный закон от 29.12.2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
2. Указ Президента Российской Федерации «О мерах по реализации государственной политики в области образования и науки» от 07.05.2012 № 599 .
3. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 04.09.2014 года «1726-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей».
4. Приказ Министерства просвещения РФ от 9 ноября 2018 г. №196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
5. Приказ Министерства труда и социальной защиты РФ от 05.05.2018г. №298н об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых».
6. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 04.07.2014 N 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей».

##### *Региональный уровень:*

1. Постановление Правительства Калининградской области от 31.12.2013 г. №1023 «О государственной программе Калининградской области «Развитие образования».
2. Закон Калининградской области от 01.07.2013г. №241 «Об образовании в Калининградской области».
3. Распоряжение Правительства Калининградской области от 28.04.2018г. №87-рп «О внедрении системы персонифицированного финансирования дополнительного образования детей на территории Калининградской области».
4. Правила персонифицированного финансирования дополнительного образования детей.

#### Для педагога:

1. Андреев С. Н. Футбол в школе: книга ля учителя. – М., Просвещение. 2004,144 с., ил.
2. Голомазов С, Чива Б. Футбол. Тренировка точности юных спортсменов. – М., ТОО «Валери» 1994– 81 с.
3. Голомазов С, Чирва Б. Футбол. Анализ игр кубка мира 1998 г. – метод. разработка – М., РГАФК, 1999, 55 с.
4. Голомазов С, Чирва Б. Футбол. Аналитические закономерности взятия ворот. Научно-методическое издание. Выпуск 14. – М., РГАФК, 2000, 31 с.

5. Голомазов С, Шинкаренко И. Футбол: Тренировка специальной работоспособности футболистов. – М., 1994, 87 с.
6. Голомазов С.В., Чирва Б.Г. Теория и методика футбола. Техника игры. – М., «СпортАкадемПресс», 2002, 472 с.
7. Гужаловский А.А. Этапность развития физических (двигательных) качеств и проблема оптимизации физической подготовки детей школьного возраста. М., 1979, 26 с.
8. Гуревич И.А. 1500 упражнений для моделирования круговой тренировки. – Минск: Высшая школа, 1980, 255 с.
9. Джанузакв К.Ч. Индивидуализация учебно-тренировочного процесса футболистов 16-17 лет на основе педагогического контроля: Автореф. дис. канд. пед. наук. – М., 1982, 23 с.
10. Кузнецов А.А. Футбол. Настольная книга детского тренера II этап (12-18 лет). М.: Олимпия. Человек, 2007, 88с.

Для обучающихся:

1. Андреев С. Н. Мини – футбол. М. «Физкультура и спорт». 1978 г., 111 с.
2. Варюшин В.В. Тренировка юных футболистов: учебное пособие.- М.: ФиС, 2007, 131с.
3. Сучилин А. А. Футбол во дворе. М. «Физкультура и спорт»,1978 г., 95с.
4. Цзен Н.В., Пахомов Ю.В. Психотехнические игры в спорте. – М.: ФиС, 1985, 160с.
5. Цирин Б. Я., Лукашин Ю. С. Футбол. – М.: Физкультура и спорт. 1982, 87с.
6. Шамардин А.М. Методика развития и совершенствования двигательных (физических) качеств у юных футболистов: Учебное пособие. – Волгоград: ВГИФК. – 1995, 49 с.
7. Юный футболист / Под ред. А.П. Лаптева, А.А. Сучилина: Учебное пособие для тренеров. – М.: ФиС, 1983, 225 с.