

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Специальная
(коррекционная) общеобразовательная школа-интернат для обучающихся
с ограниченными возможностями здоровья
(тяжелыми нарушениями речи) № 11 г. Челябинска»

454074 г. Челябинск, ул. Героев Танкограда, 21т/ф 772-15-29; эл.почта internat011@rambler.ru

РАССМОТРЕНА И
РЕКОМЕНДОВАНА
К УТВЕРЖДЕНИЮ
Педагогическим советом
МБОУ «С(К)ОШ № 11
г. Челябинска»
Протокол № 1
от «30» августа 2021 г.

УТВЕРЖДАЮ:
директор МБОУ
«С(К)ОШ №11 г. Челябинска»

Н.В. Войниленко
Приказ № _____
от «30» августа 2021 г.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
физкультурно-спортивной направленности
детского объединения

«Футбол»

Срок реализации - 2 года
Возрастная категория 10 -14 лет

Автор: Кочмарев Алексей Викторович,
педагог дополнительного образования

г. Челябинск, 2020г



ИНФОРМАЦИОННАЯ КАРТА ПРОГРАММЫ

Ф.И.О. педагога

КОЧМАРЕВ АЛЕКСЕЙ ВИКТОРОВИЧ

ТИП ПРОГРАММЫ

АДАПТИРОВАННАЯ

ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЛАСТЬ

ПРОФИЛЬНАЯ

НАПРАВЛЕННОСТЬ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНАЯ

СПОСОБ ОСВОЕНИЯ СОДЕРЖАНИЯ ОБРАЗОВАНИЯ

РЕПРОДУКТИВНЫЙ, АЛГОРИТМИЧЕСКИЙ, ТВОРЧЕСКИЙ

УРОВЕНЬ ОСВОЕНИЯ СОДЕРЖАНИЯ ОБРАЗОВАНИЯ

ОБЩЕКУЛЬТУРНЫЙ, УГЛУБЛЁННЫЙ

УРОВЕНЬ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

НАЧАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАНИЕ

ФОРМА РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

ГРУППОВАЯ.

ПРОДОЛЖИТЕЛЬНОСТЬ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

2 года

Содержание.

1. Пояснительная записка	стр. 4
1.1. Направленность программы	стр. 4
1.2. Актуальность	стр. 5
1.3. Цель и задачи	стр. 7
1.4. Организация образовательного процесса	стр. 7
1.5. Методическое обеспечение	стр. 9
1.6. Предполагаемый результат по этапам обучения	стр. 11
1.7. Диагностика результатов обучения	стр. 13
2. Учебно-тематический план	стр. 15
2.1. Учебно - тематический план 1 год обучения.	
2.2. Учебно - тематический план 2 год обучения.	
3. Содержание программного материала	
3.1. Содержание 1 года обучения	стр. 17
3.2. Содержание 2 года обучения	стр.22
3.3. Коррекционная работа	стр.26
4. Условия реализации программы	стр. 29
5. Приложения	стр. 33
Приложение № 1 Мониторинг результатов обучения воспитанников (с критериями оценок)	
Приложение № 2 Мониторинг личностного развития воспитанников (с критериями оценок)	
Приложение № 3 Реализация творческого потенциала воспитанников	
Приложение № 4 Нормативы физической подготовки и техники игры в футбол	
Приложение № 5 Коррекционные упражнения	

1. Пояснительная записка.

1.1. Направленность программы.

Образовательная программа «Футбол» является программой физкультурно-спортивной направленности и методическим документом организации и планирования учебно-тренировочной и воспитательной работы в детском объединении «Футбол» при МБОУ «С(К)ОШ №11 г. Челябинска».

Футбол занимает особое место по массовости и популярности в детском и подростковом возрасте. Футбол – всеми любимая и доступная для любого возраста игра, для организации и проведения которой, необходим минимальный набор спортивного оборудования и инвентаря. В тоже время футбол – мощное средство агитации и пропаганды физической культуры и спорта. Научные исследования игровой деятельности подчеркивают ее уникальные возможности не только для физического, но и нравственного воспитания детей, особенно для развития познавательных процессов, выработки воли и характера, формирования умения ориентироваться в окружающей действительности, воспитывая чувство коллективизма.

Привлечение детей с ОВЗ к занятиям в секции футбола возможно благодаря его общедоступности, здоровому соревновательному духу и положительному мотивационному потенциалу. Все эти уникальные свойства футбола открывают большие возможности для активизации интереса у детей с ОВЗ к данному виду спорта. Способствует развитию мотивации к ведению активного здорового образа жизни, удовлетворению потребности лиц с ограниченными возможностями здоровья в двигательной активности, восстановлению, укреплению и поддержания здоровья, личностного развития, социализации в общество.

Дополнительная образовательная программа «Футбол» составлена в соответствии с требованиями следующих нормативных документов:

* «Конвенцией о правах ребенка»;

* Законом РФ «Об образовании» (с изменениями и дополнениями, утверждёнными Законом РФ от 13.01.96 г. № 12-ФЗ);

* «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в образовательных учреждениях» / Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 29.12.2010 3 02-600 (Зарегистрирован Минюстом России 03.03.2011 г. №23290);

* Письмо министерства образования РФ от 04.09.1997 г. №48 «О специфике деятельности специальных (коррекционных) образовательных учреждений I – VIII видов» (с изменениями от 26.12.2000 г.);

* Типовым положением об образовательном учреждении дополнительного образования детей (утверждено постановлением Правительства РФ от 07.03.1995

г. № 233) с изменениями и дополнениями (утверждены постановлением Правительством РФ от 22.02.1997 г. № 212);

*Законом РФ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» (от 29.04.98 № 80-ФЗ);

*Комплексной программой физического воспитания учащихся 1-11 классов. Авторы: В.И. Лях, А.А.Зданевич – Москва, «Просвещение», 2009 г.

*Методическими рекомендациями «Организация занятий по физическому воспитанию школьников, отнесенных к специальной медицинской группе» (01.06.1987г.).

*Также программа соответствует *нормативно-правовым документам*, регламентирующим деятельность МБОУ «С(К)ОШ №11 г. Челябинска на базе, которого она реализуется:

- уставу МБОУ «С(К)ОШ №11 г. Челябинска»;
- программе развития МБОУ «С(К)ОШ №11 г. Челябинска»;
- положение о дополнительном образовании МБОУ «С(К)ОШ №11 г. Челябинска».

1.2. Актуальность

Футбол помогает воспитывать такие ценные морально-волевые качества, как целеустремленность, дисциплинированность, выдержку и самообладание, а также совершенствовать основные двигательные способности: быстроту и точность движений, ловкость, силу, выносливость.

Систематические занятия футболом способствуют повышению общего уровня двигательной активности детей, служат важным фактором компенсации гиподинамии, что, безусловно, положительно скажется на состоянии здоровья подрастающего поколения. Тренировочные занятия при этом рассматриваются как средство не только физической, технической, тактической подготовки юных футболистов, но и повышения умственной работоспособности и снятия утомления учащихся.

Огромная популярность футбола позволяет широко использовать эту игру как действенное средство физического развития и укрепления здоровья широких слоев населения. При игре в футбол выполняется достаточно высокая по нагрузке работа, что способствует повышению уровня функциональных возможностей.

Поскольку в футбол играют в самых различных, нередко резко меняющихся климатических и метеорологических условиях, эта игра способствует закаливанию и повышению сопротивляемости организма простудными заболеваниями, а также расширению адаптационных возможностей.

Особенностью данной программы является то, что в ней собран определенный материал методик и опыта проведения тренировок по футболу, в том числе для детей, имеющих морфофункциональные заболевания.

Упор на обучение и совершенствование технических приемов и тактических действий, развитие физических способностей, формирование знаний по теории и методике игры в футбол, позволит достигнуть более высокого результата. Программа создает условия для развития и подъема массовости детского футбола.

Данная программа **адаптирована** для условий муниципального бюджетного образовательного учреждения «Специальная (коррекционная) общеобразовательная школа-интернат для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (тяжелые нарушения речи) V – вида №11 г. Челябинска» и возрастными особенностями воспитанников (от 9 до 11 лет).

Новизна программы в более объемном материале раздела «подвижные игры на основе футбола», благодаря чему введено большее количество часов на разучивание и совершенствование технико-тактических приемов, что позволяет привлечь как можно больше учащихся с ОВЗ к занятиям по футболу и привить им любовь к этому виду спорта. Реализация программы предусматривает также психологическую подготовку, которой в других программах уделено, незаслуженно мало внимания.

Актуальность программы в том, что она направлена на удовлетворение естественных потребностей детей с ограниченными возможностями здоровья в активных формах двигательной деятельности. Обеспечивает физическое, психическое и нравственное оздоровление воспитанников т.к. в основу программы положены нормативные требования по физической и технической подготовке, данные научных исследований и спортивной практики, опыт педагогов физической культуры и спорта.

Педагогическая целесообразность программы в формировании устойчивых навыков адаптации в обществе у детей с ОВЗ, умение правильно себя вести, развивать и совершенствовать свою физическую, психологическую и морально-этическую подготовку. Занятия по программе позволяют учащимся компенсировать недостаток навыков и овладеть необходимыми приемами игры во внеурочное время, т.к. количество учебных часов отведенных на изучение раздела «Футбол» в школьной программе недостаточно для качественного овладения игровыми навыками и в особенности тактическими приемами.

Программа актуальна на сегодняшний день, т.к. ее реализация восполняет недостаток двигательной активности, имеющийся у детей в связи с высокой учебной нагрузкой. Занятия футболом улучшают деятельность центральной нервной системы, сердечно-сосудистой, дыхательной системы и др., что положительно сказывается на здоровье занимающихся.

1.3. Цель и задачи.

Цель программы: сформировать осознанную, устойчивую потребность детей с ограниченными возможностями здоровья к систематическим занятиям физической культурой и интерес к здоровому образу жизни посредством игры в футбол.

Задачи программы:

Обучающие:

- обучение навыкам игры в футбол;
- обучение техническим приемам и правилам игры;
- обучение приемам и методам контроля физической нагрузки при самостоятельных занятиях.

Развивающие:

- развитие физических качеств и укрепление здоровья;
- повышение технической и тактической подготовленности;
- освоение базовых технических приемов.

Воспитательные:

- формирование у детей интереса и любви к футболу и спорту;
- воспитание чувства ответственности, дисциплинированности, взаимопомощи;
- формирование потребности к ведению здорового образа жизни.

Коррекционные:

- закрепление навыков самоконтроля в процессе мышечного и эмоционального расслабления;
- развитие соответствующей их индивидуально-типологическим особенностям динамической и зрительно-моторную координацию.
- формирование у детей устойчивых навыков к произвольному мышечному напряжению и расслаблению;

1.4 Организация образовательного процесса.

Образовательная программа «Футбол» предназначена для детей 9-11 лет – учеников начальной коррекционной школы.

Прием детей в объединение осуществляется с личного согласия воспитанника, согласия родителей, при наличии медицинской справки о состоянии здоровья учащегося. Учебные группы комплектуются по смешанному типу. Мальчики и девочки занимаются вместе. Дети не отчисляются из групп, не зависимо от способностей ребенка и результатов обучения.

При организации и проведении занятий следует строго соблюдать установленные санитарно-гигиенические требования и технику безопасности.

Программа рассчитана на 2 года обучения и включает в себя два этапа подготовки:

1 этап: 1 год обучения - подготовительный 8 – 9 лет.

2 этап: 2 год обучения - начальной подготовки 10-11 лет

Каждый этап подготовки может быть отдельно взятой программой, а два раздела - комплексной программой обучения футболу.

Основные задачи каждого этапа:

1 этап подготовительный:

- Укрепление здоровья и закаливание организма.
- Привитие интереса к систематическим занятиям футболом.
- Всесторонняя физическая подготовка с преимущественным развитием быстроты, ловкости и координации движений.
- Овладение техническими приёмами, которые наиболее часто и эффективно применяются в игре.
- Основами индивидуальной, групповой и командной тактики игры в футбол, технике и тактике, правил игры в футбол.
- Участие в соревнованиях по футболу.

На первом этапе дети знакомятся с физическими упражнениями, преимущественно в игровой форме. Они должны понять важность правильного выполнения движений. На данном этапе необходимо обеспечить, возможно, более широкий охват воспитанников начальной школы интерната №11. Цель педагога на этом этапе подготовки – обеспечить физическую и координационную готовность учащихся к простейшим упражнениям.

2 этап начальной подготовки:

- Укрепление здоровья и закаливание организма.
- Привитие интереса к систематическим занятиям футболом.
- Совершенствование всесторонней физической подготовки с преимущественным развитием быстроты, ловкости и координации движений;
- Овладение техническими приёмами, которые наиболее часто и эффективно применяются в игре;
- Основами индивидуальной, групповой и командной тактики игры в футбол;
- Освоение процесса игры в соответствии с правилами футбола; технике и тактике, правил игры в футбол.
- Участие в соревнованиях по футболу.

На втором этапе двигательные действия разучиваются и осваиваются до уровня умений для формирования в дальнейшем двигательного навыка.

Распределение учебного времени по годам обучения

Таблица №1

Год обучения	Наполняемость групп	Прод-ность занятия	Пер-ность в неделю	Кол-во часов в неделю	Кол-во в год
1 год	15 человек	2 часа	2 раза	4 часа	144
2 год	13-15 человек	2 часа	2 раза	4 часа	144

1.5. Методическое обеспечение.

Технологии обучения.

Педагог, реализующий данную программу, использует в своей деятельности педагогические образовательные технологии:

1. По подходу к личности ребёнка:

- Здоровье сберегающие технологии — это система работы образовательного пространства по сохранению и развитию здоровья всех участников — детей и взрослых. Обучение здоровому образу жизни, активной жизненной позиции, приема саморегуляции и закаливания, психорегулирующей тренировке и двигательным навыкам на основе учета индивидуальных особенностей развития.

- Технологии сотрудничества — это совместная развивающая деятельность взрослых и детей, скрепленной взаимопониманием, общими интересами, совместным анализом хода и результата этой деятельности.

- Технологии свободного воспитания — это акцент на предоставление ребенку свободы выбора и самостоятельности. Осуществляя выбор, ребёнок наилучшим способом реализует позицию субъекта, идя к результату от внутреннего побуждения, а не от внешнего воздействия.

2. По преобладающему (доминирующему) методу:

- Репродуктивные технологии - учащиеся усваивают готовые знания и воспроизводят их; методы репродуктивной группы:

- Объяснительно - иллюстративные (объяснение, рассказ, беседа, иллюстрация, демонстрация)

Деятельность педагога: сообщение готовой информации с помощью слов и наглядности.

Деятельность учащихся: восприятие, осознание, запоминание информации

- Побуждающие репродуктивные

Деятельность педагога: организует и побуждает работу учащихся в целях формирования умений и навыков (объяснение, показ приемов работы, алгоритмизация)

Деятельность учащихся: неоднократное воспроизведение сообщенных знаний (решение сходных задач, работа по образцам, упражнение, практическая работа).

3. По организационным формам:

Выбирая форму проведения занятий необходимо учитывать индивидуальные и возрастные особенности, обучающихся и необходимо знать какую нагрузку давать и как контролировать содержание тренировки.

Технологии дифференцированного обучения — это учет индивидуальных особенностей детей в такой форме, когда воспитанники группируются на основании определенных физических данных.

Индивидуализация обучения — это выбор способов, приемов, темпа обучения, обусловленного индивидуальными особенностями детей.

В основе подготовки футболистов должна быть игра. На первых тренировках (приблизительно 6-8 занятий) педагог должен дать ребятам «почувствовать» мяч, чтобы они в форме игровых упражнения могли бросать, ловить, перехватывать, отбивать мяч, вести его руками и ногами, производить элементарные удары по мячу и т.д. на этом микро этапе идет изучение индивидуальных особенностей детей и создания у них общего представления о структуре выполнения основных движений и навыков. И только когда педагог увидит, что ребята привыкли к мячу, не боятся бить ногой, головой и ловить его, останавливать или хотя бы подставлять под мяч ногу или корпус, тогда можно начинать обучать основам техники и давать играть в игры с элементами футбола.

Техническая и тактическая подготовка на данном этапе осуществляется в основном за счет малых игр, простейших игровых упражнений с облегченным мячом.

При планировании последовательности учебного процесса рекомендуется придерживаться некоторых дидактических принципов:

- ✓ От известного к неизвестному;
- ✓ От легкого к трудному, от простого к сложному;
- ✓ Принцип сознательности;
- ✓ Принцип наглядности;
- ✓ Принцип систематичности;
- ✓ Принцип доступности;
- ✓ Принцип прочности.

Основными *формами* обучения игры в футбол, являются: групповые занятия, которые отвечают характеру игры в футбол, предусматривают повышенное требование взаимодействия между игроками, необходимость решения коллективных задач, а так же тестирование, участие в соревнованиях, инструкторская и судейская практика.

В групповых занятиях занимающиеся выполняют задание при различных методах организации: фронтальном, в подгруппах, индивидуальном. При начальном обучении в основном используется фронтальный метод обучения. Он позволяет более полно контролировать и корректировать деятельность занимающихся.

Для того чтобы занимающиеся остро не реагировали на сбивающие факторы внешних помех, необходимо периодически сознательно усложнять внешние условия, в которых выполняются упражнения.

Для эмоциональности занятий рекомендуется широко применять игры, эстафеты и игровые упражнения, включать элементы соревнований, использовать футбольные мячи разные по объему и фактуре.

Методы организации и проведения образовательного процесса:

Словесные	Наглядные	Практические
•Описание •Объяснение •Рассказ •Разбор •Указание •Дискуссия	•Показ упражнений и техники футбольных приёмов •Использование учебных наглядных пособий •Видеофильмы, DVD, слайды •Жестикуляции.	• Помощь тренера •Метод упражнений •Метод разучивания по частям •Метод разучивания в целом •Соревновательный метод •Игровой метод

Большое значение для успешного обучения техническим приёмам игры в футбол имеют мячи, соответствующие возрасту занимающихся.

Обучение технике игры в футбол является наиболее сложным и трудоёмким процессом, поэтому на него отводится программой большая часть времени.

Для эффективности обучения техническим приёмам игры необходимо широко использовать учебное оборудование: отражающие стенки, стойки для обводки, переносные мишени, подвесные мячи, переносные ворота.

Методы обучения и совершенствования техники и тактики: демонстрация (показ), разучивание технико-тактических действий по частям и в целом, анализ действий, творческие задания в процессе тренировки и соревнований.

Методы выполнения упражнений для развития физических качеств: повторный, переменный, интервальный, равномерный, поточный, круговой, игровой, соревновательный.

Систематическое участие в соревнованиях — важнейшее условие непрерывного роста и совершенствования технической и тактической подготовленности юных футболистов.

1.6. Предполагаемый результат по этапам обучения.

Результатом образовательной деятельности детей с ограниченными возможностями здоровья по программе «Футбол» являются показатели, характеризующие их оздоровление и развитие:

- коррекция имеющихся нарушений психофизического развития;
- повышение уровня физической подготовленности и физического развития;
- улучшение состояния здоровья;
- приобретение теоретических знаний и практических умений соблюдения принципов здорового образа жизни;
- освоение правил игры в футбол;
- освоение основ техники и тактики игры в футбол;
- освоение умения адекватного общения в команде сверстников;
- умение объективно оценивать свои достижения и неудачи;
- овладение навыками бытового самообслуживания.

По окончании первого года обучения учащиеся должны:

Знать и иметь представление:

- о значении занятий физическими упражнениями для укрепления здоровья, о личной гигиене;
- об основных положениях тела в пространстве, об измерениях роста, массы тела, окружности грудной клетки;
- об олимпийской эмблеме и символике;
- соблюдать порядок и безопасность при выполнении упражнений, помогать друг другу и тренеру во время занятий.

Уметь:

- выполнять элементарные строевые команды, комплексы упражнений с предметами и без предметов. Выполнять гимнастические упражнения: группировку, перекаты. Выполнять прыжки различными способами.
- выполнять удары по мячу ведущей ногой (любой частью), ведение мяча по прямой, с изменением направления движения. Выполнять передачу внутренней стороной стопы.

По окончании второго года обучения учащиеся должны:

Знать и иметь представление:

- об основных физических качествах; знать и научиться чувствовать признаки переутомления;
- об эмблемах футбольных клубов России;
- об одежде для занятий физическими упражнениями и футболом;
- основные футбольные понятия: пас, аут, угловой, штрафной и свободный удары и др.

Уметь:

- перестраиваться из одной колоны в две, три, выполнять размыкание; пробегать дистанцию 30 метров с максимальной скоростью, выполнять группировки, перебаты, кувырки вперед и назад, стойку на лопатках, подтягивания. Бегать различными способами. Выполнять различные виды прыжков. Преодолевать различные препятствия.

- выполнять удары по мячу ведущей ногой (внутренней стороной стопы, серединой подъема), ведение и остановка мяча разными частями стопы, выполнять обманные движения «с уходом в сторону», правильно располагаться в играх на малой площадке, в ограниченных составах, определять и понимать игровые ситуации для ведения мяча, обводки соперника, передач мяча партнеру.

1.7 Диагностика результатов

Педагогический контроль учащихся играет важную роль в повышении эффективности обучения навыкам игры в футбол. Он проводится педагогом на всех этапах обучения игре. Материалом для анализа и оценки успеваемости служат данные систематических наблюдений и контрольных испытаний по основным разделам обучения.

Контроль и оценка детей с ОВЗ применяется таким образом, чтобы стимулировать стремление ребенка к своему личному физическому совершенствованию и самоопределению, улучшению результатов, повышению активности, радости от занятий футболом.

Оценке подлежит уровень теоретических знаний, технической, физической и специальной подготовки. При обучении элементам техники результат оценивается по схеме «получилось – не получилось». Эффективность обучения может определяться и количественно – «сделал столько-то раз». Если оценивается минимальный достигнутый уровень физической подготовки, то устанавливается ряд контрольных упражнений, тестов, оцениваемых в соответствующих единицах (секундах, метрах, количестве раз, или в процентах от исходного уровня).

Контрольные испытания позволяют выявить уровень развития, отдельных физических качеств обучающихся, оценить технико-тактическую подготовленность, выявить преимущества или недостатки применяемых средств и методов обучения и т. д.

Предварительный контроль:

Проводится в начале года. Выполняются контрольные нормативы по ОФП, подвижные игры, требующие быстроты ориентировки, рациональных ответных действий. Проводятся испытания для определения прыгучести, результатов в прыжке в длину с места, беге на 30 м, удар по мячу ногой на дальность и точность попаданий.

Цель: определить уровень физической подготовленности учащихся.

Форма: зачет (сдача контрольных нормативов, контрольные испытания).

Промежуточный контроль:

Проводится после прохождения определенных разделов программы.

Цель: определить достигнутый уровень теоретической и общей физической подготовки и уровень ЗУН воспитанников для дальнейшей корректировки учебно-воспитательного процесса.

Форма: зачет (сдача контрольных нормативов), соревнования.

Итоговый контроль:

Проводится в конце учебного года.

Цель: определить уровень ЗУН воспитанников по окончании учебного года. Дать оценку личностного роста обучающегося.

Форма: сдача контрольных нормативов, зачет. Основной формой контроля и диагностики усвоения программы является участие в соревнованиях и турнирах по футболу.

При оценке достижений учащихся с ОВЗ в основном следует ориентироваться на индивидуальные темпы продвижения в развитии их двигательных способностей.

Высшим спортивным результатом обучения детей футболу по данной программе является достижение соревновательного уровня подготовки.

На основе полученной информации педагог должен вносить соответствующие коррективы в тренировочный процесс.

2. Учебно-тематический план

Распределение учебного времени на различные виды программного материала
(сетка часов).

№п/п	Виды программного материала	Год обучения - количество часов	
		1 год обучения	2 год обучения
	1.Теоретическая подготовка	4	6
1.1	Вводное занятие. Введение в образовательную программу.	1	1
1.2	Места занятий оборудование, инвентарь.	1	
1.3	Гигиенические знания и навыки.		1
1.4	Установка перед играми; разбор проведенных игр	1	2
1.5	Правила игры в футбол.	1	1
1.6	Врачебный контроль и самоконтроль.		1
	2.Практическая подготовка		
2.1	Техническая подготовка	44	48
2.2	Тактическая подготовка	34	34
2.3	Общая физическая подготовка	16	12
2.4	Специальная физическая подготовка	24	20
2.5	Психологическая подготовка	12	14
2.6	Инструкторская и судейская практика	4	2
2.7	Учебные и тренировочные игры	4	6
2.8	Текущие и контрольные испытания	2	2
2.9	Коррекционная работа	На каждом занятии	
	ИТОГО:	144	144

Учебно-тематический план 1 года обучения.

№	Наименование темы	Количество часов		
		Всего	Теоретические	Практические
1	Вводное занятие. Введение в ДОО программу.	1	1	
2	Установка перед играми и разбор проведенных игр	1	1	
3	Правила игры в футбол.	1	1	
4	Место занятий, оборудование. Инвентарь.	1	1	
5	Общая физическая подготовка.	16		16
6	Специальная физическая подготовка.	24		24
7	Техническая подготовка.	44		44
8	Тактическая подготовка.	34		34
9	Психологическая подготовка	12		12
10	Учебные и тренировочные игры.	6		6
11	Инструкторская и судейская практика	4		4
12	Текущие и контрольные испытания	2		2
	Итого:	144	4	140

Учебно - тематический план 2 года обучения.

№	Наименование темы	Количество часов		
		Всего	Теоретические	Практические
1	Вводное занятие. Введение в ДОО программу.	1	1	
2	Установка перед играми и разбор проведенных игр	2	2	
3	Гигиенические знания и навыки.	1	1	
4	Правила игры в футбол.	1	1	
5	Врачебный контроль и самоконтроль.	1	1	
6	Общая физическая подготовка.	12		12
7	Специальная физическая подготовка.	20		24
8	Техническая подготовка.	48		48
9	Тактическая подготовка.	34		34
10	Психологическая подготовка	14		14
11	Учебные и тренировочные игры.	4		4
12	Инструкторская и судейская практика	2		2
13	Текущие и контрольные испытания	2		2
	Итого:	144	6	138

3. Содержание программного материала.

3.1. Содержание 1 года обучения.

I. Теоретическая часть.

- Вводное занятие. Введение в образовательную программу.

Техника безопасности на занятиях. Краткая характеристика футбола как средства физического воспитания. История возникновения футбола и развитие его в России.

- Установка перед играми и разбор проведенных игр.

Значение предстоящей игры и особенности турнирного положения команды.

Определение состава своей команды. Тактический план предстоящей игры. Возможные изменения тактического плана в процессе соревнований.

Руководящая роль капитана команды в процессе игры. Использование перерыва после окончания первой половины игры, для отдыха и исправления допущенных ошибок в игре команды.

Разбор прошедшей игры. Анализ игры всей команды, отдельных звеньев и игроков.

- Гигиенические знания и навыки.

Общее понятие о гигиене. Личная гигиена спортсмена. Общий режим дня школьника. Значение правильного режима дня юного спортсмена.

- Правила игры в футбол.

Разбор и изучение правил игры в «футбол». Роль капитана команды, его права и обязанности. Обязанности судей. Замечания, предупреждения и удаления игроков с поля. Роль судьи как воспитателя.

- Места занятий оборудование, инвентарь.

Площадка для игры в футбол, её устройство, разметка. Подготовка площадки для занятий и соревнований по футболу. Уход за футбольными мячами, подготовка их к тренировочным занятиям и играм. Требования к спортивной одежде и обуви, уход за ними.

II. Практическая часть.

- Общая физическая подготовка.

Общеразвивающие упражнения без предметов.

Поднимание и опускание рук в стороны-вперёд, сведение рук вперёд и разведение, круговые вращения, сгибание и разгибание рук в упоре на высоте пояса. Наклоны туловища вперёд 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 лёжа на спине. Полуприседание и приседание с различными положениями рук. Выпады вперёд,

назад и в стороны с наклонами туловища и движениями рук. Прыжки в полу приседе. Переход из упора присев в упор лёжа и снова и снова в упор присев. Упражнения на формирование правильной осанки.

Акробатические упражнения.

Кувырок вперёд с шага. Два кувырка вперёд, назад из седа. Длинный кувырок вперёд. Перекаты вперёд и назад в положение лёжа, прогнувшись.

Легкоатлетические упражнения.

Бег на 30,60,100м.

Прыжки с места в длину. Метание малого (теннисного) мяча: в цель, на дальность (с места и с подхода шагом).

Подвижные игры и эстафеты: «Сильный бросок», «Борьба за мяч», «Не давай мяч водящему». Эстафеты с бегом, преодолением препятствий, встречные.

Специальная физическая подготовка

Упражнения для развития быстроты.

Бег на 10 – 15 м. из различных стартовых положений – сидя, бега на месте, лёжа.

Ускорения на 15, 30, 60 м. без мяча и с мячом. Бег прыжками. Бег с изменением направления до 180°. Бег боком и спиной вперёд (наперегонки). Обводка стоек (на скорость). Бег «змейкой» между расставленными в различном положении стойками для обводки.

Бег с быстрым изменением скорости: после быстрого бега быстро резко замедлить бег или остановиться, затем выполнить новый рывок в том же или другом направлении.

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. Подвижные игры: «Живая цель», «Салки мячом».

▪ Инструкторская и судейская практика.

Занятия проводятся в форме бесед, самостоятельного изучения литературы, практических занятий в рамках подготовки, обучающихся к роли помощника учителя и участия в организации и проведении спортивных соревнований в качестве судьи.

Практические занятия по обучению судейству начинаются после того, как усвоены, правила игры. Обучение судейству осуществляется во время проведения двухсторонних учебных, тренировочных игр и соревнований. Каждый воспитанник группы должен уметь заполнить протокол соревнований, написать заявку, составить игровую таблицу, уметь организовать соревнования по футболу.

Задача инструкторской практики – научить подавать строевые команды, правильно показывать и объяснять упражнения, самостоятельно проводить занятия с группой.

- Техническая подготовка.

Техника передвижения.

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. Повороты во время бега налево и направо. Остановки во время бега (выпадом и прыжками на ноги).

Удары по мячу.

Удары правой и левой ногой: внутренней стороной стопы, внутренней и внешней частью подъёма по неподвижному и катящемуся навстречу справа или слева мячу; Выполнение ударов после остановки, ведения и рывка..Удар по летящему мячу внутренней стороной стопы. Удары по мячу головой. Удары серединой лба без прыжка и в прыжке, с места и с разбега, по летящему навстречу мячу.

Остановка мяча.

Подошвой и внутренней стороной катящегося и опускающегося мяча – на месте, в движении вперёд и назад. Остановка внутренней стороной стопы и грудью летящего мяча – на месте, в движении вперёд и назад.

Ведение мяча.

Внешней частью. Внутренней частью подъёма и внутренней стороной стопы: правой, левой ногой и поочерёдно; по прямой, меняя направления.

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 партнёру, находящемуся сзади; ложный замах ногой для сильного удара по мячу; умение показывать туловищем в одну сторону уйти с мячом в другую; имитировать удар.

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 партнёру, на ход партнёру.

Техника игры вратаря.

Основная стойка вратаря. Передвижение в воротах без мяча и 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 (с места и с разбега). Быстрый подъём с мячом на ноги после падения.

Отбивание мяча одним кулаком без прыжка и в прыжке (с места и с разбега).

Бросок мяча одной рукой из-за плеча на точность.

Выбивание мяча ногой: с земли (по неподвижному мячу) и с рук (с воздуха по выпущенному из рук и подброшенному перед собой мячу) на точность.

■ Тактическая подготовка.

Тактика нападения.

Индивидуальные действия без мяча.

Правильное расположение на футбольном поле. Умение ориентироваться, реагировать соответствующим образом на действие партнёров 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. Определение игровой ситуации, целесообразной для использования ведения мяча, выбор способа и направления ведения. Применение различных способов обводки (с изменением скорости и направления движения с мячом, изученные финты) в зависимости от игровой ситуации.

Групповые действия.

Взаимодействие двух и более игроков. Выполнять простейшие комбинации при стандартных положениях: начале игры, угловом, штрафном и свободном ударах, вбрасывание мяча (не менее одной по каждой группе).

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 партнёру, занимать правильную позицию при угловом, штрафном и свободном ударах вблизи своих ворот.

Учебные и тренировочные игры, применяя в них изученный программный материал.

Участие в районных и городских турнирах по футболу. Участие в товарищеских матчах.

■ Психологическая подготовка

Понятие о психологической подготовке футболиста. Индивидуальный подход к учащимся в зависимости от типа нервной системы, темперамента. Важно довести до сознания каждого воспитанника, что для овладения техникой игры требуется большая настойчивость, прилежание и трудолюбие.

Задача психологической подготовки адаптировать игрока и его психику настолько, чтобы он мог во время встречи максимально использовать игровой потенциал, накопленный на тренировках. Непосредственная психологическая подготовка футболиста к предстоящим соревнованиям.

Основные методы развития волевых качеств и совершенствования психологической подготовки футболистов в процессе тренировки. Умение преодолевать трудности, возникающие у футболистов в связи с переносом больших физических нагрузок.

Весь учебный материал программы распределён в соответствии с возрастным принципом комплектования групп кружка по футболу и рассчитан на последовательное и постепенное расширение теоретических знаний, практических умений и навыков.

Кроме обучения навыков игры футбол, занимающиеся должны получать элементарные навыки судейства игр по футболу.

Практические занятия по обучению судейству начинаются после того, как усвоены, правила игры. Обучение судейству осуществляется во время проведения двухсторонних учебных, тренировочных игр и соревнований

Инструкторская практика проводится не только в отведённое учебным планом время, но и в процессе учебно-тренировочных занятий.

3.2. Содержание 2 года обучения.

I. Теоретическая часть.

- Вводное занятие. Введение в образовательную программу.

Техника безопасности на занятиях. Краткая характеристика футбола как средства физического воспитания. История возникновения футбола и развитие его в России.

- Установка перед играми и разбор проведенных игр.

Значение предстоящей игры и особенности турнирного положения команды. Определение состава своей команды. Тактический план предстоящей игры. Возможные изменения тактического плана в процессе соревнований.

Руководящая роль капитана команды в процессе игры. Использование перерыва после окончания первой половины игры, для отдыха и исправления допущенных ошибок в игре команды.

Разбор прошедшей игры. Анализ игры всей команды, отдельных звеньев и игроков.

- Гигиенические знания и навыки.

Общее понятие о гигиене. Личная гигиена спортсмена. Общий режим дня школьника. Значение правильного режима дня юного спортсмена.

- Врачебный контроль и самоконтроль.

Врачебный контроль и самоконтроль при занятиях футболом. Значение и содержание самоконтроля. Понятие о «спортивной форме», утомлении, переутомлении. Меры предупреждения переутомления. Значение активного отдыха для спортсмена.

Понятие о травмах. Особенности спортивного травматизма. Причины травм и их профилактика. Оказание первой помощи (до врача).

- Правила игры в футбол.

Разбор и изучение правил игры в «футбол». Роль капитана команды, его права и обязанности. Обязанности судей. Замечания, предупреждения и удаления игроков с поля. Роль судьи как воспитателя.

II. Практическая часть

- Общая физическая подготовка.

Общеразвивающие упражнения без предметов.

Маховые упражнения, круговые вращения рук в сочетании с движениями ног и туловища. Разгибание рук в упоре лёжа. Круговые движения туловищ, повороты и наклоны с одноимёнными движениями рук и ног, разноимённые движения на координацию. Отведение, приведение и маховые движения ноги вперёд, в стороны, назад.

Акробатические упражнения. Кувырок вперёд с прыжка. Кувырок назад в упор стоя ноги врозь из упора присев, из седа, из основной стойки. Стойка на руках толчком одной и махом другой ноги. Переворот в сторону.

Легкоатлетические упражнения.

Бег на 30, 60, 100, 500 м.

Прыжки в высоту с разбега способом «перешагивание». Прыжки в длину с разбега способом «согнув ноги». Метание малого (теннисного) мяча: в цель, на дальность (с места и с подхода шагом).

Подвижные игры.

Игры с бегом на скорость, с мячами.

Спортивные игры.

Баскетбол, ручной мяч (по упрощенным правилам).

- Специальная физическая подготовка.

Упражнения для развития быстроты.

Бег на 10 – 15 м. из различных стартовых положений – сидя, бега на месте, лёжа.

Ускорения на 15, 30, 60 м. без мяча и с мячом. Бег прыжками. Бег с изменением направления до 180°. Бег боком и спиной вперёд (наперегонки). Обводка стоек (на скорость). Бег «змейкой» между расставленными в различном положении стойками для обводки. Рывок с мячом с последующим ударом по воротам.

Упражнения для развития ловкости.

Прыжки с разбега вверх, стараясь достать высоко подвешенный мяч ногой, головой; то же, выполняя в прыжке поворот до 180°. Прыжки вверх с места и разбега, выполняя удары по мячам, подвешенным на различной высоте. Эстафеты с элементами акробатики.

- Инструкторская и судейская практика.

Занятия проводятся в форме бесед, самостоятельного изучения литературы, практических занятий в рамках подготовки, обучающихся к роли помощника учителя и участия в организации и проведении спортивных соревнований в качестве судьи.

Практические занятия по обучению судейству начинаются после того, как усвоены, правила игры. Обучение судейству осуществляется во время проведения двухсторонних учебных, тренировочных игр и соревнований. Каждый воспитанник группы должен уметь заполнить протокол соревнований, написать заявку, составить игровую таблицу, уметь организовать соревнования по футболу. Задача инструкторской практики – научить подавать строевые команды, правильно показывать и объяснять упражнения, самостоятельно проводить занятия с группой.

- Техническая подготовка.

Удары по мячу

Удары правой и левой ногой: внутренней стороной стопы, внутренней и внешней частью подъёма по неподвижному и катящемуся навстречу справа или слева мячу; Выполнение ударов после остановки, ведения и рывка..Удар по летящему мячу внутренней стороной стопы. Удары по мячу головой. Удары серединой лба без прыжка и в прыжке, с места и с разбега, по летящему навстречу мячу.

Остановка мяча.

Подошвой и внутренней стороной катящегося и опускающегося мяча – на месте, в движении вперёд и назад. Остановка внутренней стороной стопы и грудью летящего мяча – на месте, в движении вперёд и назад.

Ведение мяча.

Внешней частью. Внутренней частью подъёма и внутренней стороной стопы: правой, левой ногой и поочерёдно; по прямой, меняя направления.

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 партнёру, находящемуся сзади; ложный замах ногой для сильного удара по мячу; умение показывать туловищем в одну сторону уйти с мячом в другую; имитировать удар.

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 партнёру, на ход партнёру.

Техника игры вратаря.

Ловля катящегося и летящего на различной высоте мяча на выходе из ворот без падения, с падением, в броске. Ловля опускающегося мяча.

Отбивание (в сторону, за линию ворот) ладонями, пальцами рук в броске мячей, летящих и катящихся в сторону от вратаря. Перевод мяча через перекладину ворот ладонями (двумя, одной) в прыжке.

Броски мяча одной рукой с боковым запахом и снизу.

Броски рукой, выбивание мяча с земли и с рук на точность и дальность.

- Тактическая подготовка.

Понятие о тактической системе и стиле игры. Характеристика игровых действий футболистов команды при расстановке по схеме 1 – 4 – 3 – 3. Тактика

игры в нападении: организация атаки, атака флангом и через центр, атакующие комбинации с участием игроков различных тактических линий, комбинации с переменной местами. Тактика игры в защите: организация обороны, «персональная опека», комбинированная оборона, страховка.

Разбор проведённых учебных и календарных игр: положительные моменты в ходе игры, ошибки, оценка игры каждого футболиста и команды в целом.

- Тактика нападения.

Индивидуальные действия.

Уметь оценивать целесообразность той или иной позиции, своевременно занимать наиболее выгодную позицию для получения мяча. Эффективно использовать изученные технические приёмы, способы и разновидности для решения тактических задач в зависимости от игровой ситуации.

Групповые действия.

Уметь взаимодействовать с партнёрами при равном соотношении и численном превосходстве соперника, используя короткие и средние передачи. Комбинации в парах: «стенка», «скрещивание». Комбинация «пропуск мяча». Начинать и развивать атаку из стандартных положений.

Командные действия.

Уметь выполнять обязанности в атаке на своём игровом месте, играя по избранной тактической системе в составе команды. Расположение и взаимодействие игроков при атаке флангом и через центр.

- Тактика защиты.

Индивидуальные действия.

Противодействие маневрированию, т. е. осуществлять «закрывание» и препятствовать сопернику в получении мяча. Совершенствование в «перехвате» мяча. В зависимости от игровой обстановки применять отбор мяча изученным способом. Уметь противодействовать передаче, ведению и удару по воротам.

Групповые действия.

Уметь взаимодействовать в обороне при равном соотношении сил и при численном преимуществе соперника, осуществляя правильный выбор позиции и страховку партнёров. Организация противодействия «стенка», «скрещивание», «пропуск мяча». Уметь взаимодействовать в обороне при выполнении противником стандартных комбинаций. Организация и построение «стенки». Комбинация с участием вратаря.

Командные действия.

Уметь выполнять основные обязательные действия в обороне на своём игровом месте согласно избранной тактической системе в составе команды. Организация обороны по принципу персональной и комбинированной защиты.

Выбор позиции и взаимодействия игроков при атаке противника флангом и через центр.

- Тактика вратаря.

Уметь организовать построение «стенки» при пробитии штрафного и свободного ударов вблизи своих ворот. Играть на выходах из ворот при ловле катящихся по земле и летящих на различной высоте мячей. Подсказывать партнёрам по обороне, как занять правильную позицию, выполнять с защитниками комбинации при введении мяча в игру от ворот; введение мяча в игру, адресуя его свободному от опеки партнёру.

Учебные и тренировочные игры, совершенствуя индивидуальные, групповые и командные тактические действия.

Участие в районных и городских турнирах по футболу. Участие в товарищеских матчах.

- Психологическая подготовка

Понятие о психологической подготовке футболиста. Индивидуальный подход к обучающимся в зависимости от типа нервной системы, темперамента. Важно довести до сознания каждого воспитанника, что для овладения техникой игры требуется большая настойчивость, прилежание и трудолюбие.

Задача психологической подготовки адаптировать игрока и его психику настолько, чтобы он мог во время встречи максимально использовать игровой потенциал, накопленный на тренировках. Непосредственная психологическая подготовка футболиста к предстоящим соревнованиям.

Основные методы развития волевых качеств и совершенствования психологической подготовки футболистов в процессе тренировки. Умение преодолевать трудности, возникающие у футболистов в связи с переносом больших физических нагрузок.

3.3. Коррекционная работа.

В объединении «Футбол» при школе-интернате №11 занимаются дети с ограниченными возможностями здоровья – тяжелые нарушения речи, поэтому коррекционные задачи решаются на каждом занятии в процессе всего учебного периода.

Среди детей с проблемами в речевом развитии высок процент тех, у кого имеются проблемы с развитием общей и мелкой моторики, памяти, внимания, а зачастую и мышления. Соответственно возникает необходимость проведения комплексной оздоровительно-коррекционной работы с данными детьми, которая включает в себя мышечную релаксацию, дыхательную гимнастику, артикуляционную гимнастику, пальчиковую гимнастику, упражнения на развитие

высших психических функций (внимания, памяти, мышления), физкультминутки, упражнения для профилактики зрения.

Необходимо совместить решение задач физического воспитания, так необходимого детям с тяжелыми нарушениями речи, с задачами развития речи, для чего обучение основным видам движений (ходьба, бег, лазанье, прыжки, метание), общеразвивающие упражнения, подвижные игры необходимо стремиться наполнять коррекционно-речевой составляющей.

Чем выше двигательная активность ребенка, тем лучше развивается его речь. Взаимосвязь общей и речевой моторики изучена и подтверждена исследованиями многих крупнейших ученых, таких как И.П.Павлов, А.А.Леонтьев, А.Р.Лурия. Когда ребенок овладевает двигательными умениями и навыками, развивается координация движений. Формирование движений происходит при участии речи. Точное, динамичное выполнение упражнений для ног, туловища, рук, головы подготавливает совершенствование движений артикуляционных органов: губ, языка, нижней челюсти, что способствует преодолению дизартрических проявлений у детей с ОНР.

Ведущее место среди разнообразных и многочисленных заданий на развитие предметно-манипуляторной деятельности детей занимают упражнения с мячом.

Почему с мячом?

Мяч имеет форму шара. Никакое тело другой формы не имеет большей поверхности соприкосновения с ладонью, это соприкосновение дает полноту ощущения формы.

Упражнения в бросании, катании мячей способствуют развитию глазомера, координации, ловкости, ритмичности, согласованности движений, совершенствуют пространственную ориентировку. Во время действий с мячом создаются условия для включения в работу левой руки, что важно для полноценного моторного развития детей. Упражнения с мячами различного объема развивают не только крупные, но и мелкие мышцы, увеличивают подвижность в суставах пальцев и кистях, усиливают кровообращение. Они укрепляют мышцы, удерживающие позвоночник, и способствуют выработке хорошей осанки. Мячи могут быть не только разного размера, но и разного цвета. Разные цвета по-разному воздействуют на психическое состояние и физиологические функции человека.

Мяч (большой или маленький) – это снаряд, который требует проворных рук и повышенного внимания. Сюжеты упражнений с мячом разнообразны. Мяч можно перебрасывать, надо уметь его ловить, мячом можно пятнать, выбивать.

Игры с мячом развивают мышечную силу, усиливают работу важнейших органов организма – легких, сердца, улучшают обмен веществ.

Игры с мячом являются необходимыми предпосылками для лучшего функционирования речевых органов и оказывают положительное влияние на выработку у детей правильных речевых навыков

Для детей с речевой патологией характерно нарушение пространственного восприятия, что создаёт значительные сложности по ориентации в пространстве, а в дальнейшем приводит к дисграфии. Система упражнений с мячом направлена на отработку силы, точности движения, возможности определения себя и предмета в пространственном поле. Для этого используются мячи из различных материалов.

Эти игры не требуют большого пространства. С целью коррекции речевых нарушений упражнения с мячом выполняются под речевое сопровождение. Применение речевого сопровождения помогает подчинить движения тела определенному темпу, сила голоса определяет их амплитуду и выразительность. Этот прием особенно важен для детей с речевыми расстройствами, так как индивидуальный внутренний ритм детей зачастую или ускорен, или, наоборот, замедлен. У них часто изменен тонус мышц, поэтому включение упражнений на активное расслабление и напряжение мышц, особенно в сочетании с речью крайне необходимо.

Звуковая гимнастика действует подобно вибромассажу, расслабляя тем самым мышцы гортани, а это, в свою очередь, очень важно для детей с речевой патологией, не умеющих расслаблять мускулатуру лица, шеи, гортани. Для детей с речевыми отклонениями проговаривание стихов и другого материала одновременно с движениями дает ряд преимуществ: речь ритмизируется движениями, становится более громкой, четкой и эмоциональной.

Кроме коррекционных упражнений обязательно включаем в работу корригирующие упражнения.

Удовлетворяя потребность человека в движениях, физические упражнения укрепляют здоровье, совершенствуют защитные механизмы, увеличивают приспособляемость к внешней среде. В настоящее время на основании результатов многочисленных физиологических исследований можно утверждать, что при многих заболеваниях роль методики правильно применяемых и физиологически обоснованных физических упражнений очень велика.

Основным средством формирования правильной осанки, коррекции её нарушений и профилактики плоскостопия являются специальные физические упражнения для мышц пояса верхних конечностей, спины, живота и мышц, поддерживающих свод стопы. Навыки, приобретаемые в процессе выполнения этих упражнений необходимо постоянно закреплять.

Профилактика и коррекция нарушения осанки средствами физической культуры в условиях школы-интерната — реально выполнимая задача, так как физиологическая основа осанки — это своеобразный навык, формирование

любого двигательного навыка. Занятия футболом расширяют двигательный режим школьников.

Обучая школьников двигательным действиям, необходимо формировать у них не только пространственно-временные представления, но и умение оценивать степень мышечных напряжений — выполнять упражнения в полную силу, в пол силы, различать длину шага (короткого, среднего, длинного) при ходьбе и беге, длину и высоту прыжка, определять заданные дистанции при построениях и перестроениях. Почти любое правильно выполненное физическое упражнение способствует формированию правильной осанки. Необходимо постоянно объяснять школьникам, каким должно быть положение головы, плеч, спины, грудной клетки, живота при выполнении физических упражнений с целью сохранения правильной осанки.

4. Условия реализации программы.

Дополнительное образование детей, хотя и не имеет единых стандартов, в соответствии с которыми можно было бы проверить уровень обученности детей, но все-таки подчиняется общим требованиям педагогической деятельности (имеет цели и задачи, определяемое ими содержание, взаимодействие педагога с детьми, результат обучения, воспитания и развития ребенка).

Все это актуализирует необходимость системного выявления результативности и критериев оценки образовательной деятельности. Мониторинг результативности в объединениях МБОУ «С(К)ОШ №11 г. Челябинска». – это процесс внутренней экспертизы результатов деятельности педагога и его воспитанников, цель и содержание которого совпадает с образовательной программой.

В МБОУ «С(К)ОШ №11 г. Челябинска» принята единая система мониторинга и разработаны общие критерии оценки реализации образовательной программы:

1. «Мониторинг результатов обучения воспитанников школы-интерната №11 по образовательной программе» (смотри приложение №1);
2. «Мониторинг личностного развития воспитанников школы-интерната №11 в процессе освоения образовательной программы» (смотри приложение №2);
3. «Реализация творческого потенциала воспитанников школы-интерната №11» (смотри приложение №3).

Целью системы мониторинга является выявление индивидуальных особенностей детей, влияющих на эффективность занятия; отслеживание развития личностных качеств под влиянием целенаправленной работы с

воспитанниками и, соответственно, корректировка методики работы с каждым ребенком.

Образовательная деятельность в системе дополнительного образования детей предполагает не только обучение воспитанников определенным знаниям, умениям и навыкам, но и развитие многообразных личностных качеств обучающихся – поэтому о результатах образовательной деятельности необходимо судить по трем группам показателей:

1. Учебным – фиксируют приобретенные ребенком, в процессе освоения программы предметные, общеучебные знания, умения и навыки;
2. Личностным – которые выражают изменения личностных качеств ребенка под влиянием занятий в данном объединении по данной программе;
3. Творческим – которые фиксируют уровень реализации творческого потенциала воспитанников, а, следовательно, и уровень реализации образовательной программы.

Работа по предложенной технологии позволяет содействовать личностному росту ребенка: выявлять то, каким он пришел в объединение, чему научился в процессе освоения образовательной программы, каким стал через некоторое время.

В качестве методов диагностики результатов обучения можно использовать тестирование, опросы, викторины, творческие задания, рефераты, спортивные нормативы, соревнования, творческие отчеты и т. п.

Результаты обучения воспитанников МБОУ «С(К)ОШ №11 г. Челябинска» фиксируются в приложении № 1 «Мониторинг результатов обучения» по четырем основным направлениям: теоретическая подготовка, практическая подготовка, общеучебные умения и навыки, учебно-организационные умения и навыки. Эти направления рассматриваются по следующим параметрам: оцениваемые показатели, критерии оценки, степень выраженности оцениваемого качества и методы диагностик, которые педагог выбирает в соответствии со своей образовательной программой. Первую графу – оцениваемые показатели – педагог также заполняет в соответствии со своей образовательной программой.

В качестве методов диагностики личностных изменений ребенка можно использовать наблюдение, анкетирование, тестирование, диагностическую беседу, метод рефлексии, метод незаконченного предложения и др.

Результаты личностного развития воспитанников школы-интерната №11 фиксируются в приложении №2 «Мониторинг личностного развития».

1 группа показателей – организационно-волевые качества: терпение, воля, самоконтроль.

2 группа показателей – ориентационные качества: интерес к занятиям, самооценка.

3 группа показателей – поведенческие качества: конфликтность, тип сотрудничества.

В совокупности, приведённые в таблице, личностные качества (свойства) отражают многомерность личности; позволяют выявить основные индивидуальные особенности ребёнка; легко наблюдаемые, доступные для анализа любому педагогу и не требующие привлечения других специалистов.

Предложенный в таблице перечень качеств может быть дополнен педагогом в соответствии с целевыми установками его программы.

Уровень реализации образовательной программы фиксируется в приложении №3 «Реализация творческого потенциала воспитанников МБОУ «С(К)ОШ №11 г. Челябинска»», где отмечаются уровневые (район, город, регион, федерация и т. д.) достижения воспитанников в реализации образовательной программы.

Контроль за реализацией образовательной программы проводится два раза в год (в конце 1 полугодия – промежуточный; в конце учебного года – итоговый). В группах первого года обучения проводится 0-срез на начало учебного года для фиксации уровня подготовки вновь поступивших воспитанников.

Работа по утвержденной в МБОУ «С(К)ОШ №11 г. Челябинска» единой системе мониторинга позволяет проследить за продвижением каждого воспитанника (в учебной деятельности, в личностном развитии, в реализации творческого потенциала) в период освоения образовательной программы, а также проконтролировать работу педагога по реализации дополнительной образовательной программы.

Материально-технические условия реализации программы.

1. Футбольное поле размером до 40 X 60 метров с травяным, земляным или синтетическим покрытием.
2. Спортивный зал для тренировочной работы.
3. Ворота футбольные размером от 3м X 2м и меньше.
4. Футбольные мячи 20-30 штук.
5. Инвентарь для проведения занятий (фишки, конусы, скакалки и т.д.).
6. Квалификационные кадры педагогических, медицинских, психологических, логопедических работников.

Список литературы для педагогов:

1. Андреев С. Н. Играй в футбол. – М.: Издательство «Поматур», 1999.
2. Гандельсман А. Б., Смирнов К. М. Физиологические основы методики спортивной тренировки. – М.: ФиС, 1970.
3. Куколевский Г. М. Гигиенический режим спортсмена. – М.: ФиС, 1967.

4. Общая психология. Под редакцией Ю. В. Коломенского. - М., 2003.
5. Подготовка футболистов. Под редакцией В. И. Козловского. – М.: ФиС, 1977.
6. Пособие для начинающих тренеров. Под редакцией С.Д. Вознесенского. - М., 2003.
7. Чанади А. Футбол. Техника. М., 1978.
8. Чанади А. Футбол. Стратегия. М., 1981.
9. Психология воспитания школьника. Учебное пособие. - Мн., 1996 — 128с.
10. Юный футболист. Учебное пособие для тренеров/ Под общей редакцией А. П. Лаптева, А. А. Сучилина. М. 1983.

Список литературы для воспитанников

1. Футбол. Самоучитель игры. Пособие для начинающего мастера. г.Ростов на-Дону Изд. «Феникс» 2000г.
- 2.Цирин Б. Я., Лукашин Ю. С. Футбол. М., 1982.
3. Правила игры в футбол. АСТ. Астрель Москва 2001.
4. Лаптев А.П. Режим футболиста.- Москва изд Физкультура и спорт 1981г.
5. Дворцов В.И. Футбольные байки. Г. Москва изд. Физкультура и спорт 2001г.

ПРИЛОЖЕНИЯ К ДОО ПРОГРАММЕ «ФУТБОЛ»:

Приложение №1

«Мониторинг результатов обучения воспитанников

В процессе освоения образовательной программы» (с критериями оценки)

№ n/n	Ф.И. воспитанник а	Теоретическая подготовка			Практическая подготовка			Общеучебные умения и навыки			Учебно- организационные умения и навыки		
		0- срез	1 полу год	2 полу год	0- срез	1 полу год	2 полу год	0- срез	1 полу год	2 полу год	0- срез	1 полу год	2 полу го д
1.													
2.													
3.													
4.													
5.													
6.													
7.													
8.													
9.													
10.													
11.													
12.													
	Итого: *низкий *средний *высокий												

Критерии оценивания «результатов обучения воспитанника»

Показатели (оцениваемые параметры)	Критерии	Степень выраженности оцениваемого качества	Методы диагностики
Теоретическая подготовка			
1. Теоретические знания (по основным разделам УТП программы)	Соответствие теоретических знаний ребёнка программным требованиям	минимальный уровень (ребёнок овладел менее чем ½ объёма знаний, предусмотренных программой); средний уровень (объём усвоенных знаний составляет более ½); максимальный уровень (ребёнок освоил практически весь объём знаний, предусмотренных программой за конкретный период)	наблюдение, тестирование, контрольный опрос
2. Владение специальной терминологией	Осмысление и правильность использования специальной терминологии	минимальный уровень (знает не все термины); средний уровень (знает все термины, но не применяет); максимальный уровень (знание терминов и умение их применять)	собеседование
Практическая подготовка			
1. Практические умения и навыки, предусмотренные программой (по основным разделам УТП)	Соответствие практических умений и навыков программным требованиям	минимальный уровень (ребёнок овладел менее чем ½ предусмотренных умений и навыков); средний уровень; максимальный уровень (ребёнок освоил практически всеми умениями и навыками, предусмотренными программой за конкретный период)	контрольное задание

2. Владение специальным оборудованием и оснащением	Отсутствие затруднений в использовании специального оборудования и оснащения	минимальный уровень (ребёнок испытывает серьёзные затруднения при работе с оборудованием); средний уровень (работает с оборудованием с помощью педагога); максимальный уровень (работает с оборудованием самостоятельно, не испытывает особых трудностей)	контрольное задание
3. Творческие навыки	Креативность в выполнении практических заданий	начальный (элементарный) уровень развития креативности (ребёнок в состоянии выполнять лишь простейшие задания педагога); репродуктивный уровень (выполняет в основном задания на основе образца); творческий уровень (выполняет практические задания с элементами творчества)	контрольное задание
Общеучебные умения и навыки			
1. Учебно-интеллектуальные умения анализировать специальную литературу	Самостоятельность в подборе и анализе литературы	минимальный уровень умений, обучающийся испытывает серьёзные затруднения при работе с литературой, нуждается в постоянной помощи и контроле педагога; средний уровень (работает с литературой с помощью педагога или родителей); максимальный уровень (работает с литературой самостоятельно, не испытывает особых трудностей)	анализ исследовательской работы
2. Умение пользоваться компьютерными источниками информации	Самостоятельность в использовании компьютерным и источниками	минимальный уровень умений, обучающийся испытывает серьёзные затруднения при работе с компьютером, нуждается в постоянной помощи и контроле педагога; средний уровень (работает с компьютером с помощью педагога или родителей); максимальный уровень (работает с компьютером самостоятельно, не испытывает особых трудностей)	
Учебно-организационные умения и навыки			
1. Умение организовать своё рабочее место	Способность готовить своё рабочее место к деятельности и убирать его за собой	минимальный уровень умений (обучающийся испытывает серьёзные затруднения, нуждается в постоянной помощи и контроле педагога); средний уровень; максимальный уровень (всё делает сам)	наблюдение
2. Навыки соблюдения в процессе деятельности правил безопасности	Соответствует реальным навыкам соблюдения правил безопасности программным требованиям	минимальный уровень (ребёнок овладел менее чем ½ объёма навыков соблюдения правил безопасности, предусмотренных программой); средний уровень (объём усвоенных навыков составляет более ½); максимальный уровень (ребёнок освоил практически весь объём навыков, предусмотренных программой за конкретный период)	наблюдение
3. Умение аккуратно выполнять работу	Аккуратность и ответственность в работе	удовлетворительно; хорошо; отлично	наблюдение

Приложение №2

**«Мониторинг личностного развития воспитанников МБСКОУ школы-интерната № 11
В процессе освоения образовательной программы» (с критериями оценки)**

№	Ф.И. воспитанника	Организационно-волевые качества			Ориентационные качества			Поведенческие качества			Личностные достижения воспитанника		
		0-срез	1 полугод	2 полугод	0-срез	1 полугод	2 полугод	0-срез	1 полугод	2 полугод	0-срез	1 полугод	2 полугод
1.													
2.													
3.													
4.													
5.													
6.													
7.													
8.													
9.													
10.													
11.													
12.													
	Итого: * низкий * средний * высокий												

Критерии оценивания « личностного развития воспитанника»

Показатели оценивания	Критерии	Степень выраженности оцениваемого качества	Уровень оценки	Методы диагностики
Организационно волевые качества				
* Терпение * Воля * Самоконтроль	Способность выдерживать учебные нагрузки, побуждать себя к практическим действиям, контролировать поступки	- терпения хватает меньше, чем на ½ занятия, волевые условия побуждаются педагогом, воспитанник действует под воздействием контроля; - терпения хватает больше, чем на ½ занятия, иногда проявляются волевые качества, может контролировать себя сам; - терпения хватает на всё занятие, волевые качества ярко выражены, постоянно контролирует себя	низкий средний высокий	наблюдение
Ориентационные				
Интерес к занятиям в объединении, самооценка	Осознание участия воспитанника в освоении программы,	- интерес к занятию слабо выражен, самооценка занижена; - интерес поддерживать самим	низкий средний	анкетирование, тестирование

	способность воспитывать себя адекватно реальным достижениям	воспитанником, самооценка занижена; • постоянный интерес к занятию, самооценка нормальная	высокий	
Поведенческие качества				
Конфликтность, тип сотрудничества	Умение контролировать себя в конфликтной ситуации, умение сотрудничать	• провоцирует конфликт, сотрудничает по принуждению педагога; • сторонний наблюдатель конфликта, проявляет желание к сотрудничеству; • доброжелательный, неконфликтный, проявляет инициативу в сотрудничестве	низкий средний высокий	наблюдение, тестирование
Личностные достижения воспитанника				
Участие в мероприятиях различного уровня	Степень и качество	• не принимает участия; • принимает участие при поддержке взрослого; • самостоятельно проявляет инициативу	низкий средний высокий	наблюдение

Приложение № 3

**«Реализация творческого потенциала воспитанников
МБСКОУ школы-интерната № 11
(уровень реализации образовательной программы)»**

Дата	Мероприятие	Кол-во детей	Результативность				
			МОУ	Район	Город	Регион	Федерация
200__ - 200__ учебный год							
200__ - 200__ учебный год							
200__ - 200__ учебный год							
200__ - 200__ учебный год							

Приложение №4

Нормативы по физической подготовке и техники игры в футбол

№	Контрольные упражнения	Возраст (лет)		
		7-8	9-10	11-12
1	Бег 60 м (сек)	9,8	9,6	9,2
2	Бег 300 м (сек)	76	74	72
3	Прыжок в длину с места (см.)	125	135	145
4	Бег 30 м. с ведением мяча (сек.)	6,8	6,6	6,4
5	Удар по мячу ногой на дальность (м.)	10	14	20
6	Жонглирование мячом (количество ударов)	8	10	14
7	Удар по мячу ногой на точность попадания (число попаданий.)	6	8	12
8	Ведение мяча с обводкой стоек и удар по воротам (сек.)	14,0	12,0	10,0
9	Бросок мяча рукой на дальность (м.)	7	9	13

Примечания:

Условия выполнения упражнений:

Бег на 60, 300, и прыжок в длину с места выполняется по правилам соревнований по лёгкой атлетике. Бег выполняется с высокого старта.

Бег на 30 м. с ведением мяча выполняется с высокого старта (мяч на линии старта), мяч можно вести любым способом, делая на отрезке не менее трёх касаний, не считая остановки за финишной линией. Упражнение считается законченным, когда игрок оставит мяч за линией финиша. Время фиксируется с момента старта до пересечения игроком (вслед за мячом) линии финиша. Судья на старте фиксирует правильность старта и количество касаний мяча, а судья на финише – время.

Удар по мячу ногой на дальность выполняется с разбега правой и левой ногой любым способом по неподвижному мячу. Измерение дальности полёта мяча производится от места удара до точки первого касания мяча о землю. Для удара каждой ногой даются по три попытки. Засчитывается лучший результат ударов каждой ногой. Конечный результат определяется по сумме лучших ударов обеими ногами.

Жонглирование мячом: выполняются удары правой, левой ногой (серединой подъёма, внутренне и внешней стороной стопы, бедром) и головой в любой последовательности, не повторяя один способ удара два раза подряд.

Удары по мячу ногой на точность попадания выполняются с разбега любым способом по неподвижному мячу правой и левой ногой с расстояния 8 м. (7-9 лет), с расстояния -11 м (подростки 10-12 лет). Мячом надо попасть в заданную треть ворот, разделённых по вертикали. Выполняется по пять ударов каждой ногой. Учитывается сумма попаданий.

Ведение мяча, обводка стоек и удар по воротам выполняются с линии старта (30 м. от линии штрафной площади). Вести мяч, далее обвести «змейкой» четыре стойки (первая стойка ставится на линию штрафной площади, далее в центре через каждые 2 м. ещё три стойки), и, не доходя до 11-метровой отметки, забить мяч в ворота. Время фиксируется с момента старта до пересечения линии ворот мячом. В случае если мяч не будет забит в ворота, упражнение не засчитывается. Из трёх попыток засчитывается лучший результат.

Бросок мяча рукой на дальность (разбег не более четырёх шагов) выполняется по коридору шириной 3 м. Мяч, упавший за пределы коридора, не засчитывается. Учитывается лучший результат из трёх попыток.

Выполнение контрольных упражнений проводится в форме соревнований, результаты их фиксируются в протоколах и доводятся до сведения всех занимающихся в кружке.

Приложение № 5

Коррекционные упражнения.

Методика применения физических упражнений с лечебными целями.

Ходьба, бег. Выполняется в среднем темпе под счет; с различными движениями рук, разнообразными сочетаниями медленного и быстрого темпа, со скачками в соответствии с частотой счета. Бег короткими и средним шагом в среднем и быстром темпе по разметкам. Бег 20,30 м. на скорость в полную силу.

Общеразвивающие упражнения. Выполняются с большой, средней, малой амплитудой, быстро, в среднем темпе, медленно, расслаблено или с мышечным напряжением, с изменением направления, с исключением зрения.

Прыжки. В длину с места на максимальное или на заданное расстояние прямо, вправо, влево, на одной ноге; то же, но с исключением зрения. Тройной прыжок в медленном, среднем, быстром темпе на максимальное или заданное расстояние по отметкам, толчком двух ног или одной ноги, с исключением зрения; то же, но с разбега. Прыжки с места вверх толчком двух ног, одной ноги на максимальную

высоту (ориентир на стене), на заданную высоту, серия прыжков в быстром, среднем и медленном темпе; то же, но с исключением зрения.

Акробатические упражнения. Кувырки вперед в различном темпе прямо, вправо, влево; то же с закрытыми глазами.

Метание малого мяча. На дальность в полную силу, в полсилы, на заданное расстояние, то же, но с исключением зрения; метание в щит с заданного расстояния. Поочередное метание на дальность, в цель больших и малых мячей.

Комплекс упражнений для тренировки ощущения положения правильной осанки можно применять не только при проведении разминки на тренировке, но и на уроках физической культуры, рекомендовать для домашних заданий.

Упражнения у вертикальной плоскости

1. Встать у стены так, чтобы касаться её затылком, лопатками, плечами, ягодицами и пятками. Такое положение помогает создать представление о правильной осанке. Не нарушая принятого положения, сделать шаг вперед, затем шаг назад. То же с закрытыми глазами.

2. Стоя у стены, прижавшись к ней, присесть с прямой спиной и вернуться в исходное положение. То же с закрытыми глазами.

3. Стоя у стены, касаясь её затылком и туловищем, присесть, зафиксировать это положение на счет 1-4, затем вернуться в исходное положение. То же с закрытыми глазами.

4. Стоя у стены в положении правильной осанки, выполнить движения: руки вверх, в стороны, за голову, вперед, на пояс, согнуть правую (левую) ногу и прижать её к туловищу руками, то же фиксируя каждое положение на счет 1-4, то же с закрытыми глазами.

Упражнения для профилактики плоскостопия и лечения начальных форм искривления позвоночника:

1. Исходное положение — стоя на наружных сводах стопы. Подняться на носки. Вернуться в исходное положение (6-8 раз).

2. Исходное положение — стоя на наружных сводах стопы. Полуприсед (6-8 раз).

3. Исходное положение — руки на пояс. Ходьба на наружных сводах стоп (30-60 сек.).

4. Исходное положение — стоя с сомкнутыми носками, руки на пояс. Встать на пятки, вернуться в исходное положение (10-15 раз).

5. Исходное положение — стоя носки врозь, стопы параллельны, руки в стороны. Присесть на всей ступне, встать в исходное положение (6-8 раз).

6. Исходное положение — стоя ноги врозь, стопы параллельны, руки в стороны. Присесть на всей ступне, встать в исходное положение (6-8 раз).

7. Исходное положение — стоя, правая (левая) перед левой (правой). Подняться на носки, вернуться в исходное положение (8-10 раз).

8. Исходное положение — стоя на носках, руки на пояс (стопы параллельны). Покачивание в голеностопных суставах, поднимаясь на носки и опускаясь на всю ступню (8-10 раз).

9. Исходное положение — стоя на носках. Развести пятки к наружи, вернуться в исходное положение (8-10 раз).

10. Исходное положение — стоя, стопы параллельны, на расстоянии ладони. Сгибая пальцы, поднять внутренний край стопы, вернуться в исходное положение (8-10 раз).

11. Исходное положение — стоя, стопы повернуть внутрь. Подняться на носки, медленно согнуть ноги в коленях, медленно выпрямить их, вернуться в исходное положение (6-8 раз).

12. Ходьба в полуприседе (30-40 сек.).

13. Исходное положение — стоя. Поднять ногу — разгибание и сгибание стопы (10-12 раз каждой ногой в быстром темпе).

14. Исходное положение — стоя. Поднять ногу — повороты стопы кнаружи и внутрь (4-6 раз).

15. Исходное положение — стоя. Поднять ногу — круговые движения стопой.

16. Исходное положение — стоя (перед каждой стопой теннисный мяч). Подкатывание мяча пальцами ног к пятке, не поднимая её.

17. Ходьба на носках в полуприседе, носки внутрь.

18. Ходьба гусиным шагом.

19. Исходное положение — стоя, носки внутрь. Обычная ходьба в сочетании с ходьбой на носках и с прыжками.

20. Прыжки: ноги врозь — ноги вместе.

21. Прыжки со скакалкой.

22. Прыжки с поворотами на 90-180°.

Календарно-тематическое планирование

Тематическое планирование 1 год обучения

№	Изучаемый материал	Кол-во часов
1	Вводное занятие Техника безопасности на занятиях. Понятие игры футбол. Правила игры.	2
2	ОРУ. Ведение мяча. Отработка передач. Коррекционные упражнения.	2
3	ОРУ. Ведение мяча. ОФП. Передачи мяча. Коррекционные упражнения.	2
4	ОФП. Ведение мяча со сменой мест. Коррекционные упражнения.	2
5	Бег. ОРУ техника ведения мяча, коррекционные упражнения.	2
6	ОРУ. Удар по неподвижному мячу внутренней стороной стопы. Остановка катящегося мяча подошвой. Коррекционные упражнения.	2
7	ОРУ. Удар внешней частью подъёма. Приём катящихся мячей внутренней стороной стопы. Коррекционные упражнения	2
8	ОФП. Учебная игра. Коррекционные упражнения.	2
9	ОРУ. Контрольное тестирование.	2
10	Бег. ОРУ удары по мячу в ворота, игра.	2
11	Бег. ОРУ, коррекционные упражнения, техника ударов по мячу и остановок мяча, игра.	2
12	СФП. ОРУ. Ведение мяча внешней частью подъёма. Коррекционные упражнения.	2
13	ОФП. Ведение мяча внешней частью подъёма. Коррекционные упражнения.	2
14	СФП. Ведение мяча серединой подъёма. Коррекционные упражнения.	2
15	ОФП. ведение мяча внешней частью подъёма. Коррекционные упражнения.	2
16	ОРУ. Ведение мяча серединой подъёма. Коррекционные упражнения.	2
17	Бег. ОРУ техника ударов по мячу. Игра	2
18	ОРУ техника перемещения игрока. Подвижные игры.	2
19	СФП. Ведение мяча внутренней частью подъёма. Удар пяткой.	2
20	ОРУ. Ведение мяча носком. Приём катящихся мячей внутренней стороной стопы с переводом за спину.	2

21	Бег. ОФП. Эстафеты.	2
22	СФП. ОРУ, ведение внутренней стороной стопы. Коррекционные упражнения.	2
23	Бег. ОРУ. Удар носком. Удар серединой подъёма. Коррекционные упражнения.	2
24	ОРУ. «Обманные движения» (финты)	2
25	ОРУ. Финт «уходом с убираанием мяча внутренней частью подъёма». Коррекционные упражнения.	2
26	ОРУ. Учебная игра.	2
27	ОРУ. ОФП. Эстафеты. Коррекционные упражнения.	2
28	Бег. ОРУ .Ведение мяча подошвой. Коррекционные упражнения.	2
29	ОРУ. Техника приёма мяча. Приём опускающихся мячей серединой подъёма. Коррекционные упражнения.	2
30	ОРУ, учебная игра.	2
31	Бег. ОРУ. Удар с лёту внутренней стороной стопы. Коррекционные упражнения.	2
32	Бег. СФП.ОРУ специальные упражнения, развитие координационных способностей. Подвижные игры.	2
33	Бег. ОРУ специальные упражнения, комплексное развитие психомоторных способностей, подвижные игры	2
34	ОРУ. Учебная игра.	2
35	Бег. ОРУ . Техника отбора мяча. Отбор мяча перехватом.	2
36	Бег. СФП. ОРУ специальные упражнения, комплексное развитие психомоторных способностей, игра.	2
37	Бег. ОРУ. Техническая подготовка. Финт «уходом с убираанием мяча внутренней частью подъёма».	2
38	ОРУ. Учебная игра.	2
39	ОРУ. Удары по воротам. Вбрасывание мяча.Эстафеты.	2
40	Бег. ОРУ. Техническая подготовка. Финт «уходом с ложным замахом на удар».	2
41	Бег. ОРУ Ведение мяча носком. Приём катящихся мячей внутренней стороной стопы с переводом за спину.	2
42	Бег. ОРУ совершенствование техники передвижений, остановок, поворотов и стоек.	2
43	ОРУ. Удары по воротам. Вбрасывание мяча.	2
44	ОФП. Удары головой по мячу.	2
45	Техника игры вратаря. ОФП: упражнение на развитие гибкости, скорости реакции.	2
46	СФП. Бег. ОРУ. Ведение мяча подошвой. Приём летящих на высоте бедра мячей внутренней стороной стопы. Коррекционные упражнения.	2
47	Бег. ОРУ. Учебная игра	2
48	Бег. ОРУ. Техника приёма мяча. Приём опускающихся	2

	мячей серединой подъёма. Удар с лёту внутренней стороной стопы. Коррекционные упражнения.	
50	Техника игры вратаря. ОФП: упражнение на развитие гибкости, скорости реакции.	2
51	Бег. ОРУ. Финт «уходом с ложным замахом на удар». Комбинации «смена мест». Коррекционные упражнения.	2
52	ОРУ. Тренировочная игра.	2
53	Техника игры вратаря. ОФП: упражнение на развитие гибкости, скорости реакции.	2
59	Бег. ОРУ специальные упражнения, освоение тактики игры, игра на внимание.	2
60	Бег. ОРУ специальные упражнения, тактические действия: (индивидуальные, групповые и командные тактические действия в нападение и защиты), игра.	2
61	Бег. ОРУ. тактические действия; индивидуальные в защите. Командные действия в нападении.	2
62	Бег. ОРУ специальные упражнения, техника защитных действий (действия против игрока без мяча с мячом выбивание, отбор, перехват), игра.	2
63	ОРУ. Тактические действия. Индивидуальные действия без мяча в атаке «открывание».	2
64	Бег. ОРУ специальные упражнения, техника защитных действий (действия против игрока без мяча с мячом выбивание, отбор, перехват), игра.	2
65	ОРУ. Индивидуальные действия без мяча в атаке «открывание».	2
66	Бег. ОРУ. Тактические действия «Отвлечение соперников». Действия обороняющегося против соперника без мяча.	2
67	Бег. ОРУ специальные упражнения, тактические действия: (индивидуальные, групповые и командные тактические действия в нападение и защиты), игра.	2
68	Бег. ОРУ. тактические действия; индивидуальные в защите. Командные действия в нападении.	2
69	ОРУ. Тактические действия. Создание численного преимущества в отдельных зонах игрового поля. Комбинация «игра в три касания»	2
70	ОРУ. Тактические действия. Разбор игроков. Комбинация «стенка».	2
71	ОРУ. Техника защитных действий Закрепление «отвлечение соперников». разбор игроков. обороняющегося против соперника без мяча.	2
72	Контрольные тестирования. Подведение итогов за год.	2
Всего		144

Тематическое планирование
2 год обучения

№	Изучаемый материал	Кол- во часов
1	Вводное занятие Техника безопасности на занятиях. Понятие игры футбол. Правила игры.	2
2	ОРУ. Ведение мяча. Отработка передач. Коррекционные упражнения.	2
3	ОРУ. Ведение мяча. ОФП. Передачи мяча. Коррекционные упражнения.	2
4	ОФП. Ведение мяча со сменой мест. Коррекционные упражнения.	2
5	Бег. ОРУ техника ведения мяча, коррекционные упражнения.	2
6	Бег. ОРУ техника освоения ударов по мячу, коррекционные упражнения.	2
7	ОРУ. Удар по неподвижному мячу внутренней стороной стопы. Остановка катящегося мяча подошвой. Коррекционные упражнения.	2
8	СФП. ОРУ. Удар внешней частью подъёма. Приём катящихся мячей внутренней стороной стопы. Коррекционные упражнения	2
9	Бег. ОРУ закрепление техники перемещений, владение мячом и развитие координационных способностей.	2
10	Бег. ОРУ. Ведение мяча внутренней частью подъёма. Удар пяткой. Коррекционные упражнения.	2
11	Бег. ОРУ техника освоения ударов по мячу, коррекционные упражнения.	2
12	Бег. ОРУ закрепление техники перемещений, владение мячом и развитие координационных способностей.	2
13	ОФП. Бег. ОРУ освоение тактики игры, игра « снайперы»	2
14	Бег. ОРУ учебная игра.	2
15	Бег. ОРУ специальные упражнения, освоение тактики игры, игра на внимание.	2
16	Бег. СФП. ОРУ. Ведение мяча внутренней частью подъёма. Коррекционные упражнения.	2
17	ОФП. Бег. ОРУ совершенствование техники передвижений, остановок, поворотов и стоек.	2
18	СФП .Бег. ОРУ специальные упражнения, освоение тактики игры, игра на внимание.	2
19	СФП .Бег. ОРУ Ведение мяча носком. Приём катящихся	2

	мячей внутренней стороной стопы с переводом за спину.	
20	Бег. СФП.ОРУ совершенствование техники передвижений, остановок, поворотов и стоек.	2
21	Бег. ОРУ специальные упражнения, освоение тактики игры, игра на внимание.	2
22	ОРУ. Контрольное тестирование.	2
23	СФП. Бег. ОРУ освоение тактики игры, игра « борьба за мяч»	2
24	Бег. ОРУ. Учебная игра	2
25	Бег. ОРУ. Приём летящего на игрока мяча грудью. Удар слёту серединой подъёма. Коррекционные упражнения.	2
26	ОФП. ОРУ. Удары по воротам. Вбрасывание мяча.	2
27	Бег. ОРУ совершенствование техники передвижений, остановок, поворотов и стоек. Коррекционные упражнения.	2
28	СФП. Бег. ОРУ. Ведение мяча подошвой. Приём летящих на высоте бедра мячей внутренней стороной стопы. Коррекционные упражнения.	2
29	Бег. ОРУ. Учебная игра	2
30	ОФП. Бег. ОРУ. Техника приёма мяча. Приём опускающихся мячей серединой подъёма. Удар с лёту внутренней стороной стопы. Коррекционные упражнения.	2
31	СФП. ОРУ. Удары по воротам. Вбрасывание мяча. Коррекционные упражнения.	2
32	ОРУ. Учебная игра	2
33	Бег. ОРУ. Приём летящего на игрока мяча грудью. Удар слёту серединой подъёма. Коррекционные упражнения.	2
34	Бег. ОРУ. Учебная игра	2
35	СФП. ОРУ. Удары по воротам. Вбрасывание мяча. Коррекционные упражнения.	2
36	ОРУ. Учебная игра	2
37	ОФП. Бег. ОРУ. Техника приёма мяча. Приём опускающихся мячей серединой подъёма. Удар с лёту внутренней стороной стопы.	2
38	СФП. ОРУ. Удары по воротам. Вбрасывание мяча. Коррекционные упражнения.	2
39	ОРУ. Контрольное тестирование.	2
40	Техника игры вратаря. ОФП: упражнение на развитие гибкости, скорости реакции.	2
41	Бег. ОРУ. Финт «уходом с ложным замахом на удар». Комбинации «смена мест». Коррекционные упражнения.	2
42	ОРУ. Тренировочная игра.	2
43	СФП. ОРУ. Удары по воротам. Вбрасывание мяча. Коррекционные упражнения.	2
44	ОРУ. Тренировочная игра	2
45	ОФП. Удары головой по мячу. Финт «остановка мяча	2

	подошвой». Комбинация «пропускание мяча».	
46	Техника игры вратаря. ОФП: упражнение на развитие гибкости, скорости реакции.	2
47	ОРУ. Учебная игра	2
48	Бег. ОРУ. Финт «уходом с ложным замахом на удар». Комбинации «смена мест». Коррекционные упражнения.	2
49	ОРУ. Тренировочная игра.	2
50	СФП. ОРУ. Удары по воротам. Вбрасывание мяча. Коррекционные упражнения.	2
51	ОРУ. Тренировочная игра	2
52	Техника игры вратаря. ОФП: упражнение на развитие гибкости, скорости реакции.	2
53	Бег. ОРУ. Ведение мяча подошвой. Приём летящих на высоте бедра мячей внутренней стороной стопы. Коррекционные упражнения.	2
54	ОРУ. Ведение мяча со сменой мест. Коррекционные упражнения.	2
55	Бег. ОРУ. Техника защиты. Индивидуальные действия без мяча в защите «закрывание».	2
56	Техника игры вратаря. ОФП: упражнение на развитие гибкости, скорости реакции.	2
57	Бег. ОРУ. Техника защиты. Индивидуальные действия без мяча в защите «закрывание». Групповые действия в обороне. Подстраховка.	2
58	Техника игры вратаря. ОФП: упражнение на развитие гибкости, скорости реакции.	2
59	ОРУ. Тактические действия. Быстрое нападение. маневрирование. Коррекционные упражнения.	2
60	Бег. ОРУ игра по правилам. Техника нападений. Финт «проброс мяча мимо соперника».	2
61	Бег. ОРУ. тактические действия; индивидуальные в защите. Командные действия в нападении.	2
62	ОРУ. Тактика нападений. Индивидуальные действия без мяча в атаке «открывание».	2
63	ОРУ. Тактические действия. Создание численного преимущества в отдельных зонах игрового поля. Комбинация «игра в три касания»	2
64	Бег. ОРУ. тактические действия; индивидуальные в защите. Командные действия в защите.	2
65	Бег. ОРУ. тактические действия; индивидуальные в защите. Командные действия в нападении.	2
66	ОРУ. Тактика нападений. Индивидуальные действия без мяча в атаке «открывание».	2

67	ОРУ. Тактические действия. Разбор игроков. Комбинация «стенка». Коррекционные упражнения.	2
68	Бег. ОРУ. тактические действия; индивидуальные в защите. Командные действия в нападении.	2
69	ОРУ. Тактика нападений. Индивидуальные действия без мяча в атаке «открывание».	2
70	ОРУ. Тактические действия. Создание численного преимущества в отдельных зонах игрового поля. Комбинация «игра в три касания»	2
71	Бег. ОРУ. тактические действия; индивидуальные в защите. Командные действия в защите.	2
72	ОРУ. Контрольное тестирование. Подведение итогов за год.	2
Всего		144