

Государственное казённое общеобразовательное учреждение  
«Школа- интернат №9 г.Городца»

Приложение № 2  
Адаптированной основной  
общеобразовательной программы  
основного общего образования для  
детей с тяжёлыми нарушениями  
речи  
Приказ № 122 от 17.06.2022г.

Рабочая программа  
курса внеурочной деятельности  
«Футбол»  
основного общего образования

Составитель: Цибин В.А.

## 1. Планируемый результат освоения курса.

В результате освоения программы курса обучающиеся:

- будут знать основные положения методики спортивной тренировки; правила безопасности при игре в футбол;
- будут уметь выполнять деятельность по владению основами техники и тактики современного футбола; оценивать свое физическое состояние, величину физических нагрузок;
- будут иметь представление о значении физической культуры для укрепления здоровья человека;
- будут обучены основам техники и тактики игры
- будут стремиться заниматься самостоятельно; использовать приобретенные знания и умения в повседневной жизни для организации свободного времени;
- получат навыки осуществления соревновательной деятельности по футболу; игры в футбол коллективно.

В результате обучения по программе у обучающихся:

- появится понимание основ футбольной стратегии и тактики; осознание значения ежедневных тренировок, как процесса приобретения специальных знаний, умений, навыков, индивидуальных качеств;
- будет сформирована устойчивая потребность в развитии спортивно-силовых и двигательных качеств, осуществлении общей физической и специальной физической подготовки юных футболистов;
- будут воспитаны морально-волевые и нравственные качества: быть честным, дисциплинированным, активным во время проведения занятий и игр; помогать друг другу и учителю во время занятий, поддерживать товарищей, имеющих слабые результаты.;
- будет развита устойчивая потребность в систематических занятиях футболом;
- будет воспитано уважение к нормам коллективной физкультурной деятельности.

Форма проведения промежуточной аттестации: выполнение упражнений.

|  |   |
|--|---|
| Знание терминологии игры «Футбол», использование в игре  | 1 |
| Правильность выполнения движений или отдельных элементов с соблюдением всех требований (четко, уверенно, слитно, с отличной осанкой, в надлежащем ритме) | 1 |
| Умение подбирать средства и инвентарь и применять их в конкретных условиях, контролировать ход выполнения деятельности                                   | 1 |
| Умение играть в команде  | 1 |
| Соблюдение техники безопасности  | 1 |

Промежуточная аттестация считается успешно пройденной, если учащийся набрал не менее 3 баллов из критериев оценивания.

## 2.Содержание курса.

Направленность программы курса-физкультурно-оздоровительная, физкультурно-спортивная, социально-педагогическая.

Современность предлагаемой программы состоит в том, что в настоящее время значительная часть обучающихся с ОВЗ занимается физическими упражнениями лишь на уроках физической культуры, поэтому недостаточная физическая подготовка не позволяет им сдавать учебные нормативы по физической культуре в школе. Необходимо привлечение как можно большего числа школьников к систематическим занятиям в спортивных секциях для повышения уровня физической подготовленности.

Педагогическая целесообразность данной программы заключается в том, что она позволяет решить проблему занятости свободного времени детей, формирует физические качества ребенка, пробуждает интерес к новой деятельности в области физической культуры и спорта

Отличительной особенностью программы является то, что она адаптирована для контингента учащихся с ОВЗ (ТНР, РАС, ЗПР) и создаёт условия для максимального раскрытия физического потенциала воспитанников, комфортных условий для развития и формирования личности ребёнка. Успешность обучению футболу детей, прежде всего, обусловлена адекватностью программы обучения, средств и методов, которые используются, возрастным и индивидуальным особенностям детей с ОВЗ. Данный курс отличается от других тем, что основой подготовки занимающихся является не только технико–тактическая футбольная подготовка, но и общефизическая подготовка учащихся, направленная на более высокий показатель физического развития школьников, расширение кругозора и интереса занимающихся к данному виду спорта.

Особенности физического развития детей: гипер-или гиподинамия; нарушение общей моторики, особенно ациклических движений; общая скованность и замедленность выполнения движений; дискоординация движений; недостаточная сформированность функции равновесия; плохое развитие чувство ритма; нарушение осанки и плоскостопие; заметное отставание в показателях основных физических качеств: силы, ловкости, скорости.

Содержание курса «Футбол» рассчитано для учащихся 6,7,8,9 класса. Занятия проходят во внеурочное время один раз в неделю-34 учебные недели, 9 класс – 33 учебные недели.

Цель: подготовить умного и разносторонне развитого юного футболиста; создать условия для развития физических и личностных качеств, овладения способами оздоровления и укрепления организма учащихся посредством занятий футболом.

Задачи:

- обеспечить высокий уровень разносторонней физической подготовки учащихся;
- обучить арсеналу технических приемов игры;
- сформировать представление о разновидностях индивидуальной и групповой тактики игры;
- сформировать систему знаний, умений и навыков (теоретические сведения о врачебном контроле, гигиенических нормах, правила игры, навыки судейства и т.п.) по основам футбола;
- развить сознательное отношение занимающихся к занятиям футболом; способности учеников к анализу ситуаций жизнедеятельности, которые наиболее часто встречаются в спортивной командной деятельности;
- развить волевые качества: дисциплинированность, терпеливость, смелость, силу воли и т.д.;
- приобщить к здоровому образу жизни;
- воспитать чувство товарищества, чувство личной ответственности; морально-нравственные качества.

Типы занятий: теоретические, практические, комплексные, специализированные, контрольные, тренировочные.

Формы проведения занятий: групповое занятие; индивидуальная и поточная тренировки; беседа; товарищеская игра; соревнование.

### 3. Тематическое планирование 6-8 класс

| № урока | Тема   | Кол-во часов |
|---------|--|--------------|
| 1.      | Вводное занятие. История развития футбола, достижения футболистов России на мировой арене. | 1            |
| 2.      | Правила игры в футбол, стратегия и тактика   | 1            |
| 3.      | Профилактика травматизма в спорте.   | 1            |
| 4.      | Восстановительные мероприятия, медосмотр   | 1            |
| 5.      | Упражнения для развития быстроты   | 1            |
| 6.      | Техника удара по мячу ногой  | 1            |
| 7.      | Техника ведения мяча. Учебная игра   | 1            |
| 8.      | Упражнения для развития выносливости   | 1            |
| 9.      | Техника удара по мячу головой  | 1            |
| 10.     | Беговые упражнения   | 1            |
| 11.     | Упражнения для развития прыгучести   | 1            |
| 12.     | Техника остановки мяча   | 1            |
| 13.     | Техника ведения мяча   | 1            |
| 14.     | Упражнения с набивными мячами  | 1            |
| 15.     | Техника ведения мяча. Учебная игра   | 1            |
| 16.     | Техника обманных движений (финты)  | 1            |
| 17.     | Упражнения для развития силы   | 1            |
| 18.     | Техника отбора мяча  | 1            |
| 19.     | Тактика защиты   | 1            |
| 20.     | Тактика защиты. Учебная игра   | 1            |
| 21.     | Упражнения для развития ловкости   | 1            |
| 22.     | Тактика защиты   | 1            |
| 23.     | Судейство.   | 1            |
| 24.     | Упражнения для развития координации  | 1            |
| 25.     | Судейство. Учебная игра  | 1            |
| 26.     | Тактика нападения  | 1            |
| 27.     | Общеразвивающие упражнения без предметов   | 1            |
| 28.     | Тактика нападения  | 1            |
| 29.     | Тактика нападения. Учебная игра  | 1            |
| 30.     | Тактика нападения и защиты. Учебная игра   | 1            |
| 31.     | Тактика нападения и защиты. Зачёт  | 1            |
| 32.     | Товарищеская игра  | 1            |
| 33.     | Контрольные нормативы  | 1            |
| 34.     | Промежуточная аттестация. Выполнение упражнений.   | 1            |
| Итого:  |  | 34           |

**Тематическое планирование  
9 класс**

| № урока | Тема   | Кол-во часов |
|---------|--|--------------|
| 1.      | Вводное занятие. История развития футбола, достижения футболистов России на мировой арене. | 1            |
| 2.      | Правила игры в футбол, стратегия и тактика   | 1            |
| 3.      | Профилактика травматизма в спорте.   | 1            |
| 4.      | Восстановительные мероприятия, медосмотр   | 1            |
| 5.      | Упражнения для развития быстроты   | 1            |
| 6.      | Техника удара по мячу ногой  | 1            |
| 7.      | Техника ведения мяча. Учебная игра   | 1            |
| 8.      | Упражнения для развития выносливости   | 1            |
| 9.      | Техника удара по мячу головой  | 1            |
| 10.     | Беговые упражнения   | 1            |
| 11.     | Упражнения для развития прыгучести   | 1            |
| 12.     | Техника остановки мяча   | 1            |
| 13.     | Техника ведения мяча   | 1            |
| 14.     | Упражнения с набивными мячами  | 1            |
| 15.     | Техника ведения мяча. Учебная игра   | 1            |
| 16.     | Техника обманных движений (финты)  | 1            |
| 17.     | Упражнения для развития силы   | 1            |
| 18.     | Техника отбора мяча  | 1            |
| 19.     | Тактика защиты   | 1            |
| 20.     | Упражнения для развития ловкости   | 1            |
| 21.     | Тактика защиты   | 1            |
| 22.     | Судейство.   | 1            |
| 23.     | Упражнения для развития координации  | 1            |
| 24.     | Судейство. Учебная игра  | 1            |
| 25.     | Тактика нападения  | 1            |
| 26.     | Общеразвивающие упражнения без предметов   | 1            |
| 27.     | Тактика нападения  | 1            |
| 28.     | Тактика нападения. Учебная игра  | 1            |
| 29.     | Тактика нападения и защиты. Учебная игра   | 1            |
| 30.     | Тактика нападения и защиты. Зачёт  | 1            |
| 31.     | Товарищеская игра  | 1            |
| 32.     | Контрольные нормативы  | 1            |
| 33.     | Промежуточная аттестация. Выполнение упражнений.   | 1            |
| Итого:  |  | 33           |