

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА С УГЛУБЛЕННЫМ ИЗУЧЕНИЕМ ПРЕДМЕТОВ
ХУДОЖЕСТВЕННО-ЭСТЕТИЧЕСКОГО ЦИКЛА № 58 Г. ТОМСКА
Бирюкова ул., д.22, Томск, 634062, тел.: (3822) 68-13-17, факс: (3822) 67-88-78,
e-mail: school58@education70.ru
ОКПО 3628716 ИНН/КПП 7020014798/701701001

Приложение ООП ООО
Приказ №321 от 31. 08. 2022

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
курса внеурочной деятельности

Футбол
(Основное общее образование)
для обучающихся с задержкой психического развития (вариант 7.2.)
6-9 класс

Составитель:

Трофиомв Дмитрий Александрович,

Учитель физической культуры

Пояснительная записка

Программа курса внеурочной деятельности «Футбол» *разработана в соответствии с требованиями федерального государственного образовательного стандарта* на основе следующих нормативно-правовых документов:

- Федеральный закон от 29.12.2012г. № 273-ФЗ «Об образовании в РФ» (с изменениями);
- ФГОС НОО от 06.10.2009г. №373 (с изменениями от 26.11.2010г. №1241, от 22.09.2011г. № 2357, от 18.12.2012г. №1060, от 29.12.2014г. №1643, от 31.12.2015г. №1576);
- Концепция духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России, Стратегия развития воспитания в РФ от 29.05.2015г.;
- Концепция программы поддержки детского и юношеского чтения в РФ от 3.06.2017г. № 1155-р);
- Примерная ООП ООО (протокол от 8.04.2015г. № 1/15);
- Сан Пин 2.4.2.2821-10 от 29.12.2010 № 189 (с изменениями и дополнениями от 29.06.2011г. № 85; от 25.12.2013г. № 72;
- Методический конструктор внеурочной деятельности школьников, Д.В. Григорьев, к.пед.н., П.В. Степанов, к.пед.н., Центр теории воспитания Института теории и истории педагогики РАО;
- Основная образовательная программа основного общего образования МАОУ СОШ №58 г. Томска. Утверждена протоколом №1 от 30.08.18г;
- Локальные акты (Положение об организации ВУД).

Программа создана на основе авторской программы внеурочной деятельности (Г.А. Колодницкого, В.С. Кузнецова, М.В. Маслова, - Внеурочная деятельность учащихся. Футбол. Издательство «Просвещение», 2011г.).

Актуальность программы данного курса внеурочной деятельности обусловлена необходимостью поиска и апробации таких образовательных практик, которые могли бы способствовать развитию и становлению личности обучающегося с ЗПР, способной наиболее полно адаптироваться в условиях современной культуры, стать личностно и профессионально востребованным.

Адаптация программы осуществляется на основе требований Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования для обучающихся с ОВЗ, адаптированной основной общеобразовательной программы начального общего образования для обучающихся с задержкой психического развития (вариант 7.2). Сущность специфических образовательных потребностей для обучающихся с задержкой психического развития учитывается при организации внеурочной деятельности.

Цель: решение оздоровительных, образовательных и развивающих задач физического воспитания при освоении учащимися игры в футбол формирование у учащихся основ здорового образа жизни, воспитание трудолюбия, дисциплины, взаимопомощи.

Задачи:

1. Обучать двигательным действиям, нацеленным на развитие основных физических качеств и повышение функциональных возможностей организма.
2. Развивать основные физические качества: быстроту, ловкость, гибкость, выносливость, силу.
3. Совершенствование жизненно-важных навыков и умений в беге, прыжках, метании и плавании;
4. Привитие интереса к занятиям по футболу;
5. Воспитание спортивного трудолюбия и волевых качеств;
6. Изучение основных приемов техники игры и простейших тактических действий в нападении и защите;
7. Приобретение начального опыта участия в соревнованиях;
8. Воспитывать личность обучающегося с установкой на здоровый образ жизни.

Коррекционные задачи:

- обеспечить обязательность непрерывности коррекционно-развивающего процесса через внеурочную деятельность;
- обеспечивать особую пространственную и временную организацию образовательной среды с учетом функционального состояния центральной нервной системы и нейродинамики

психических процессов, для обучающихся ЗПР (быстрой истощаемости, низкой работоспособности, пониженного общего тонуса и др.)

- осуществлять коррекцию поведения, специальную психокоррекционную помощь;
- формировать осознанную саморегуляцию познавательной деятельности и поведения;
- осуществлять профилактику и коррекцию социокультурной и школьной дезадаптации;
- развивать учебно-познавательную деятельность обучающихся с ЗПР;
- стимулировать познавательную активность, побуждать интерес к себе, окружающему предметному и социальному миру;
- повышать мотивацию к школьному обучению;
- развивать средства коммуникации, приемы конструктивного общения и взаимодействия (со сверстниками, с взрослыми);
- гибкое варьирование организации процесса обучения путем расширения/сокращения содержания предметных областей, использования соответствующих методик и технологий;

Данная программа предполагает дифференцированную помощь для обучающихся с ЗПР:

организация процесса обучения с учетом специфики усвоения знаний, умений и навыков обучающихся с ЗПР с учетом темпа учебной работы ("пошаговым" предъявлении материала, дозированной помощи взрослому, использовании специальных методов, приемов и средств, способствующих как общему развитию обучающегося, так и компенсации индивидуальных недостатков развития);

- создание условий для формирования логического и абстрактного мышления у школьников как основы их дальнейшего эффективного обучения;
- оказывать помощь в овладении базовым содержанием обучения;
- учет актуальных и потенциальных познавательных возможностей, обеспечение индивидуального темпа обучения и продвижения в образовательном пространстве для разных категорий, обучающихся с ЗПР;
- специальное обучение «переносу» сформированных знаний и умений в новые ситуации взаимодействия с действительностью
- помощь в осмыслении и расширении контекста усваиваемых знаний, в закреплении и совершенствовании освоенных умений;
- постоянная актуализация знаний, умений и одобряемых обществом норм поведения.

Преимуществом и межпредметное взаимодействие: с такими дисциплинами, как физическая культура, биология, ОБЖ.

В плане курса: занятия проводятся для обучающихся:

6 класса 1 раз в неделю, 34 часа в год;

7 класса 1 раз в неделю, 34 часа в год;

8 класса 1 раз в неделю, 34 часа в год;

9 класса 1 раз в неделю, 34 часа в год.

В соответствии с требованиями к результатам освоения основной образовательной программы общего образования ФГОС обучение на занятиях внеурочной деятельности направлено на достижение учащимися личностных и метапредметных результатов.

1. Результаты освоения курса внеурочной деятельности:

Программа по внеурочной деятельности «Футбол» способствует формированию личностных, регулятивных, познавательных и коммуникативных учебных действий.

В сфере познавательных универсальных учебных действий будут являться умения:

- ориентироваться в понятиях «здоровый образ жизни», «физкультурно-оздоровительная деятельность», «спортивно-оздоровительная деятельность», характеризовать значение соревнований по футболу;
- раскрывать понятия: физическое качество (сила, быстрота, гибкость, выносливость, ловкость), техника выполнения упражнения, действия;
- ориентироваться в тактических действиях в футболе;
- характеризовать роль и значение занятий футболом в режиме труда и отдыха;
- планировать и корректировать физическую нагрузку в зависимости от индивидуальных особенностей, состояния здоровья, физического развития, физической подготовленности;
- осуществлять поиск информации о соревнованиях по футболу.

В сфере личностных универсальных учебных действий будет формироваться:

- установка на здоровый образ жизни;
- основы своей этнической принадлежности в форме осознания «Я» как представителя народа в процессе знакомства с историей физической культуры РФ;
- ориентация в нравственном содержании и смысле как собственных поступков, так и поступков окружающих людей в игровой и соревновательной деятельности;
- знание основных моральных норм во время проведения тренировочных занятий, соревнований и ориентации на их выполнение.

В сфере регулятивных универсальных учебных действий будут являться умения:

- организовывать места занятий физическими упражнениями в сотрудничестве с учителем;
- соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий;
- адекватно воспринимать предложения и оценку учителя, товарищей, родителей и других людей во время соревнований, индивидуальных и групповых заданий;
- оценивать правильность выполнения действия;
- адекватно воспринимать предложения и оценку учителя, товарищей, родителей и других людей;
- самостоятельно адекватно оценивать правильность выполнения упражнений, заданий учителя и вносить коррективы в исполнение по ходу реализации и после.

Коммуникативные универсальные учебные действия:

Обучающийся научится:

- учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;
- договариваться и приходить к общему решению в работе по группам, микрогруппам, парам, командной деятельности;
- контролировать действия партнёра в парных упражнениях;
- осуществлять взаимный контроль и оказывать помощь при сдаче нормативов;
- задавать вопросы, необходимые для выполнения технико-тактических действий в тренировочной, игровой и соревновательной деятельности.

Осуществление **контроля за реализацией программы** включает в себя:

- соревнования по футболу;
- отчёт о проведении соревнований, составление протоколов;
- участие в соревнованиях муниципального уровня и др.

Результатом освоения программы «Футбол» будет являться формирование таких качеств личности как организованность, толерантность, целеустремлённость, любознательность, коммуникабельность дружелюбие, организаторские способности, потребность в здоровом образе жизни, стремление к победе.

2.Содержание учебного курса внеурочной деятельности с указанием форм организации и видов деятельности.

6 класс

Тема 1. Вводное занятие. (1ч.)

Общие правила техники безопасности на занятиях. Возникновение игры «футбол»

Тема 2.Общая физическая подготовка.(15ч.)

Двигательные качества футболиста: быстрота, ловкость

Практические занятия:

Беговые упражнения: бег с высоким подниманием бедра, прыжками и ускорением, с изменяющимся направлением движения (змейкой, по кругу, спиной вперед), из разных исходных положений и с разным положением рук. Бег на дистанцию 20 м, бег на дистанцию 1 км, челночный бег 3x10.

Прыжковые упражнения: прыжки на месте, с продвижением вперед и назад, левым и правым боком, в длину и высоту с места;

Силовая подготовка: отжимания, поднимание туловища из положения лёжа, подтягивания.

Упоры.

Тема 3. Специальная подготовка. (14ч.)

Расположение игроков на поле.

Практические занятия:

Передача, приём, остановка, ведение мяча.

Тема 4. Основы знаний. (1ч.)

Основные правила игры в футбол: игра рукой, удар по ногам, разметка площадки, гол, ворота.

Тема 5. Соревнования. (4ч.)

Продолжительность игры.

Практические занятия.

Игра по упрощенным правилам.

7 класс

Тема 1. Вводное занятие. (1ч.)

Общие правила техники безопасности на занятиях. Особенности формы футболиста.

Тема 2. Общая физическая подготовка. (13ч.)

Развитие двигательных действий: бег, остановка.

Практические занятия:

Комплексы общеразвивающих упражнений без мяча и с мячом.

Беговые упражнения: бег с высоким подниманием бедра, ускорение, скоростные рывки с изменением направления движения. Бег на дистанцию 30 м, бег на дистанцию 1 км, челночный бег 5х10.

Прыжковые упражнения: прыжки с продвижением вперед и назад, левым и правым боком;

Силовая подготовка: отжимания, поднимание туловища из положения лёжа, подтягивания.

Упоры.

Тема 3. Специальная подготовка. (16ч.)

Действие игроков на поле.

Практические занятия:

Остановка катящегося мяча правой и левой ногой. Ведение мяча. Удары по неподвижному мячу серединой подъема. Техника игры вратаря: ловля и отбивание мяча.

Тема 4. Основы знаний. (1ч.)

Основные правила игры в футбол: нарушение правил и наказание.

Тема 5. Соревнования. (3ч.)

Жесты судьи.

Практические занятия.

Игра по упрощенным правилам.

8 класс

Тема 1. Вводное занятие. (1ч.)

Общие правила техники безопасности на занятиях. Критерии выбора позиции игрока.

Тема 2. Общая физическая подготовка. (13ч.)

Координационные способности.

Практические занятия:

Комплексы упражнений без мяча и с мячом, направленные на развитие: координационных способностей.

Беговые упражнения: ускорение, бег с изменением направления движения. Бег на дистанцию 30 м, бег на дистанцию 1 км, челночный бег 5х10.

Прыжки через скамейку, правым, левым боком.

Силовая подготовка: отжимания, поднимание туловища из положения лёжа.

Тема 3. Специальная подготовка. (16ч.)

Скоростно-силовые способности.

Практические занятия:

Игра вратаря. Удары по катящемуся мячу. Ведение мяча одной ногой по прямой, змейкой, восьмеркой, челноком. Ведение мяча попеременно правой и левой ногой по прямой, змейкой, восьмеркой, челноком.

Тема 4. Основы знаний. (1ч.)

Предупреждение травматизма.

Тема 5. Соревнования. (3ч.)

Таблица соревнований.

Практические занятия.

Игра футбол.

9 класс

Тема 1. Вводное занятие. (1ч.)

Общие правила техники безопасности на занятиях.

Тема 2. Общая физическая подготовка. (13ч.)

Координационные способности.

Практические занятия:

Комплексы упражнений без мяча и с мячом в движении, направленные на развитие: координационных способностей.

Беговые упражнения: ускорение, бег с изменением направления движения.

Бег на дистанцию 30 м, бег на дистанцию 1 км, челночный бег 5x10. Кросс.

Прыжки через скамейку, правым, левым боком, спиной вперед.

Силовая подготовка: отжимания, поднимание туловища из положения лёжа, подтягивание на перекладине.

Тема 3. Специальная подготовка.(16ч.)

Скоростно-силовые способности.

Практические занятия:

Игра вратаря. Удары по катящемуся мячу. Ведение мяча одной ногой по прямой, змейкой, восьмеркой, челноком. Ведение мяча в парах.

Тема 4. Основы знаний.(1ч.)

Предупреждение травматизма.

Тема 5. Соревнования.(3ч.)

Таблица соревнований.

Практические занятия.

Игра футбол.

Виды внеурочной деятельности:

Познавательная; игровая; спортивно-оздоровительная деятельность.

Формы организации внеурочной деятельности:

Беседа; участие в оздоровительных процедурах; спортивные турниры; оздоровительные акции; игры; олимпиады.

3. Тематическое планирование

№ п/п	Раздел	6 класс		7 класс		8 класс		9 класс	
		теория	практ	теория	практ	теория	практ	теория	практ
1.	Вводное занятие	1		1		1		1	
2.	Общая физическая подготовка		15		13		13		13
3.	Специальная подготовка		14		16		16		16
4.	Основы знаний	1		1		1		1	
5.	Соревнования		3		3		3		3
Всего		2	32	2	32	2	32	2	32
Итого		34		34		34		34	

ПРИЛОЖЕНИЕ ОПИСАНИЕ МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

Данная программа предполагает использование спортивного инвентаря:

- гимнастические коврики - 15 шт.
- мячи футбольные -15 шт.
- скакалки -15 шт.

- футбольные ворота -2 шт.
- фишки переносные -20 шт.
- утяжелители на ноги -15 шт.
- накидки -20 шт.
- стойки футбольные -10 шт.

Список литературы:

1. Акимов А.М. Игра футбольного вратаря. – М.: ФиС, 1978.
2. Буйлин Ю.Ф., Курамшин Ю.Ф. Теоретическая подготовка юных спортсменов. – М.: ФиС, 1985.
3. Бриль М.С. Отбор в спортивных играх. – М.: ФиС, 1980.
4. Гриндлер К. и др. Физическая подготовка футболистов. – М.: ФиС, 1976.
5. Правила игры в футбол. М.: ФиС (последний выпуск).
6. Рогальский Н., Дегель Э. Футбол для юношей. – М.: ФиС, 1981.
7. Голомазов С. В., Чирва П. Г. «Теория и практика футбол» 2008 г.
8. Колодницкий Г. А., Кузнецов В. С., Маслов М. В. «Внеурочная деятельность учащихся. Футбол: пособие для учителей и методистов». – М. : Просвещение, 2011. – 95 с.

Список литературы для детей:

1. Андреев С. Н. Мини – футбол. М. «Физкультура и спорт», 1978 г. 111 с. с ил.
2. Сучилин А. А. Футбол во дворе. М.Физкультура и спорт», 1978 г.
3. Цирин Б. Я., ЛукашинЮ. С. Футбол. – М.: Физкультура и спорт. 1982, 2-ое исправленное и дополненное издание, - 207 с., ил. – (Азбука спорта).