

муниципальное общеобразовательное учреждение
«Шекснинская школа – интернат для обучающихся с ограниченными
возможностями»

«РАССМОТРЕНО»

Протокол заседания МО
№ 1 от 28.08.23

«ПРИНЯТО»

Решением педагогического
совета
№ 1 от 28.08.2023

«УТВЕРЖДЕНО»

Приказом руководителя ОУ
№ 1 от 28.08.2023



Адаптированная рабочая программа
Курса внеурочной деятельности
«Мини-футбол»
1-4 год обучения, 1 Вариант

Разработчик программы: Н.В. Кораблев

п.Шексна. 2023 г.

Введение

Программа курса внеурочной деятельности «Минифутбол» разработана на основе:

- Федерального государственного образовательного стандарта обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) утвержден приказом Министерства образования и науки РФ от 19 декабря 2014 г. № 1599
- Адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) МОУ «Шекснинская общеобразовательная школа-интернат для обучающихся с ОВЗ» (Вариант 1)
 - Устава МОУ «Шекснинская школа –интернат для обучающихся с ОВЗ»
 - Учебного плана МОУ «Шекснинская общеобразовательная школа-интернат для обучающихся с ОВЗ»
 - Положения о структуре, порядке разработки и утверждения рабочих программ по отдельным учебным предметам, дисциплинам, курсам (модулям) МОУ «Шекснинская школа –интернат для обучающихся с ОВЗ»
 - Федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (Утверждена приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 24 ноября 2022 г. N 1026)

Структура программы:

1. Пояснительная записка
2. Содержание курса
3. Личностные и предметные результаты освоения курса
4. Приложения

1.ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа курса представлена в соответствии с возрастным принципом комплектования учебной группы по футболу и рассчитан на последовательное и постепенное расширение теоретических знаний, практических умений и навыков. Данная рабочая программа направлена на содействие улучшению здоровья учащихся и на этой основе обеспечения нормального физического развития растущего организма и разностороннюю физическую подготовленность.

Игра в мини-футбол направлена на всестороннее физическое развитие и способствует совершенствованию многих необходимых в жизни двигательных и морально-волевых качеств.

Цель программы: способствовать овладению отдельными элементами техники и тактики игры в футбол, развитию физических способностей для всестороннего развития организма учащихся.

Задачи программы:

- пропаганда здорового образа жизни, укрепление здоровья, содействие гармоническому физическому развитию учащихся;
- популяризация футбола как вида спорта и активного отдыха;
- формирование у учащихся устойчивого интереса к занятиям футболом;
- обучение технике и тактике игры;
- развитие физических способностей (силовых, скоростных, скоростно-силовых, координационных, выносливости, гибкости);
- формирование необходимых теоретических знаний;
- воспитание моральных и волевых качеств.

Общая характеристика учебного предмета

Программа рассчитана на мальчиков и девочек, имеющих различный уровень физической подготовки, а также предполагает работу с длительно и часто болеющими.

Футбол - один из самых популярных видов спорта. Систематические занятия футболом оказывает на организм всестороннее влияние, повышает общий уровень двигательной активности, совершенствует функциональную деятельность организма, обеспечивая правильное физическое развитие. Занятия футболом могут рассматриваться как средство не только физической подготовки, освоение технической и тактической стороны этой игры, но и повышение умственной работоспособности, снятие утомления учащихся, возникающее в ходе учебных занятий по образовательным предметам. Футбол формирует такие положительные навыки и черты характера как умение подчинять личные интересы интересам коллектива, команды, взаимопомощь, активность, чувство ответственности.

Футбол - игра быстрая и тактически очень интенсивная, требующая от игрока быстроты мышления, принятия самостоятельных решений, умение анализировать на площадке.

Игра футбол направлена на всестороннее физическое развитие и способствует совершенствованию многих необходимых в жизни двигательных и морально-волевых качеств.

Основные типы учебных занятий:

Основной формой обучения является – учебно-тренировочное занятие.

- занятия по изучению нового материала (технические приёмы и тактические действия);
- занятия совершенствования и повторения изученного;
- комплексные (смешанные) занятия;

- контрольные занятия (занятия проверки усвоения знаний, умений и навыков, физической подготовленности).

Виды и формы организации учебного процесса

- теоретические занятия;
- практические занятия;
- игровая
- соревновательная

Описание места учебного предмета, курса в учебном плане

Рабочая программа рассчитана :

в 1 год на 34 часов, 1 час в неделю, 34 учебные недели

во 2 год на 34 часа, 1 час в неделю, 34 учебные недели

в 3 год на 34 часа, 1 час в неделю, 34 учебные недели

в 4 год на 34 часа, 1 час в неделю, 34 учебные недели

2. Содержание учебного предмета, курса

Основные правила игры в мини-футбол.

Расстановка на площадке.

Бег с изменением направления и скорости.

Введение мяча из-за боковой линии.

Ведение мяча внутренней и внешней частью подъема.

Ведение мяча змейкой. Удары по летящему мячу с места.

Удар по катящемуся мячу внешней стороной подъема.

Удар различными частями тела по летящему мячу.

Обманные движения.

Остановка спускающегося мяча внутренней стороной стопы.

Игровые упражнения.

Игра в защите.

Игра в нападении.

Упражнения для развития силы и скоростно-силовых качеств.

Упражнения для развития быстроты.

Сочетание изученных приемов игры.

Учебная игра.

Подвижные игры и игровые упражнения:

- коррекционные;
- с элементами общеразвивающих упражнений с лазанием, акробатикой, равновесием;
- с бегом на скорость;
- с прыжками в высоту, длину;
- с метанием мяча на дальность и в цель;
- с элементами мини-футбола.

3. Личностные и предметные результаты освоения предмета.

По окончании курса В результате реализации программы должны быть достигнуты определенные результаты.

Личностными результатами программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению является формирование следующих компетенций:

- Определять и высказывать под руководством учителя самые простые и общие для всех людей правила поведения (этические нормы);

- В предложенных педагогом ситуациях общения и сотрудничества, опираясь на общие для всех простые правила поведения, делать выбор, при поддержке других участников группы и педагога, как поступить.

Метапредметными результатами программы внеурочной деятельности спортивно-оздоровительного направления секции «Мини-футбол» является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД):

Регулятивные УУД:

- определять и формулировать цель деятельности на занятии с помощью учителя, а далее самостоятельно;

- проговаривать последовательность действий;

- уметь высказывать своё предположение (версию) на основе данного задания, уметь работать по предложенному учителем плану, а в дальнейшем уметь самостоятельно планировать свою деятельность;

- средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога на этапе изучения нового материала;

- учиться совместно с учителем и другими воспитанниками давать эмоциональную оценку деятельности команды на занятии.

Средством формирования этих действий служит технология оценивания образовательных достижений (учебных успехов).

Познавательные УУД:

- добывать новые знания: находить ответы на вопросы, используя разные источники информации, свой жизненный опыт и информацию, полученную на занятии;

- перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всей команды;

Средством формирования этих действий служит учебный материал и задания.

Коммуникативные УУД:

- умение донести свою позицию до других: оформлять свою мысль. Слушать и понимать речь других;

- совместно договариваться о правилах общения и поведения в игре и следовать им;

- учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика).

Средством формирования этих действий служит организация работы в парах и малых группах.

Оздоровительные результаты программы внеурочной деятельности:

- осознание обучающимися необходимости заботы о своём здоровье и выработки форм поведения, которые помогут избежать опасности для жизни и здоровья, уменьшить пропуски занятий по причине болезни, регулярно посещать спортивные секции и спортивно-оздоровительные мероприятия;

- социальная адаптация детей, расширение сферы общения, приобретение опыта взаимодействия с окружающим миром.

Первостепенным результатом реализации программы внеурочной деятельности будет сознательное отношение обучающихся к собственному здоровью.

Приложение 1

Описание материально – технического обеспечения учебной деятельности

- учебно-методическая литература:

- наглядные пособия: плакаты, схемы, карточки;

- спортивный инвентарь (футбольные мячи разного диаметра, конусы, кубики, скакалки).

- спортивный зал

Приложение 2

**Тематическое планирование с определением основных видов
учебной деятельности обучающихся**

Тематический план 1 года обучения

№	Наименование тем	Количество часов
1	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.	1
2	Техническая подготовка	19
3	Тактическая подготовка	5
4	Специальная физическая подготовка	3
5	Инструкторская и судейская практика	1
6	Контрольные игры и соревнования	5
	ИТОГО:	34

Тематический план 2 года обучения

№	Наименование тем	Количество часов
1	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.	1
2	Техническая подготовка	17
3	Тактическая подготовка	8
4	Специальная физическая подготовка	3
5	Инструкторская и судейская практика	1
6	Контрольные игры и соревнования	4
	ИТОГО:	34

Тематический план 3 года обучения

№	Наименование тем	Количество часов
1	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.	1
2	Техническая подготовка	5
3	Тактическая подготовка	13
4	Инструкторская и судейская практика	1
5	Контрольные игры и соревнования	14

	ИТОГО:	34
--	---------------	-----------

Учебно-тематический план 4 года обучения

№	Наименование тем	Количество часов
1	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.	1
2	Техническая подготовка	2
3	Тактическая подготовка	12
4	Инструкторская и судейская практика	1
5	Контрольные игры и соревнования	18
	ИТОГО:	34