

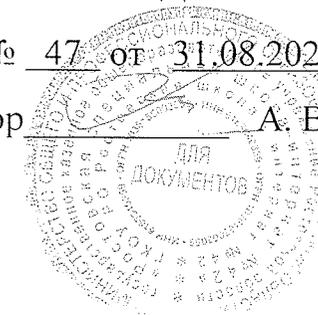
Государственное казенное общеобразовательное учреждение Ростовской области

«Ростовская специальная школа-интернат № 42»

« УТВЕРЖДАЮ»

Приказ № 47 от 31.08.2023 г

Директор А. В. Дорохина



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по дополнительному образованию секция «Юный футболист»

физкультурно – спортивной направленности

1, 2 группы

Составитель Авалян В. С.

2023 -2024 учебный год

Пояснительная записка

Рабочая программа кружка «Юные футболисты» спортивно – оздоровительной направленности для обучающихся с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), составлена на основе следующих нормативно-правовых документов:

- АООП (Вариант 1, 2, 8.3, 8.4) ГКОУ РО «Ростовская специальная школа-интернат № 42».
- локальных нормативных актов ГКОУ РО «Ростовская специальная школа-интернат № 42».

Занятия в группе предусмотрены для девочек и мальчиков 7 – 18 лет. Сроки реализации программы 1 год.

Целью обучения является коррекция имеющихся нарушений развития, обеспечение разностороннего физического развития и укрепление здоровья детей с ограниченными возможностями здоровья посредством игры в футбол. Воспитание адаптированной к жизни в современном обществе, социально активной личности.

Задачи:

- укреплять здоровье учащихся, приобщать их к занятиям физической культурой и здоровому образу жизни, содействовать гармоничному, физическому развитию;
- обучать жизненно важным двигательным умениям и навыкам;
- формирование правильной осанки и профилактика плоскостопия;
- развитие физических качеств человека – сила, ловкость, гибкость, быстрота, выносливость;
- воспитание дисциплинированности, организованности, целеустремленности. Формирование коммуникативных компетенций;
- умение работать в команде;
- формирование мотивационной сферы гигиенического поведения и безопасной жизни;
- воспитание нравственных, морально-волевых качеств, настойчивости, смелости, упорства, навыков культурного поведения

№ П/П	Содержательные линии	Минимальный уровень	Достаточный уровень
1	Общая физическая подготовка: большие мячи, теннисные мячи, гимнастические маты, нейро – скакалки, конусы, дуги спортивные, корзины, игра на липучки, гимнастические палки, обручи, канат, ортопедические коврики, тренажеры, игра – боуллинг, батут, гимнастические кольца, канат, магнитофон.	Знать: Личная гигиена. Значение физических упражнений в жизни человека. Роль физкультуры в подготовке к труду. Значение физической культуры в жизни человека. Выполнение действий по подражанию, по показу учителя.	- умение планировать, регулировать, контролировать и оценивать свои действия; -Самостраховка и самоконтроль при выполнении физических упражнений. Помощь при травмах. Выполнение упражнений по команде учителя.
2	Развитие общей выносливости:	.Развитие двигательной памяти и двигательных возможностей при выполнение упражнений с предметами и на снарядах. Укрепление здоровья и закаливание организма.	Формирование устойчивого интереса к физической культуре и к здоровому образу жизни;
3	Элементы футбола	Знать: элементарные сведения об игре в футбол. Правила поведения на	- ведение мяча внешней и внутренней стороной стопы. - передача мяча внутренней и

		занятиях по футболу. Уметь: Правильно разминаться вначале тренировки. Ведение мяча правой и левой ногой. Удар по мячу правой и левой ногой. Передача мяча (пас) правой и левой ногой. Ведение мяча в нужном направлении и удар по воротам.	внешней стороной стопы - Удар по мячу внутренней и внешней частью стопы, а также верхней частью подъема стопы - Комбинация “Стенка” - Комбинация “Скрещивание” - Комбинация “Пас на третьего” - Комбинация “Забегание”
4	Подвижные игры:	Знать: Элементарные сведения о правилах игр и поведении во время игр. Правила игр. Элементарные игровые технико-тактические взаимодействия (выбор места, взаимодействие с партнером, командой и соперником). Элементарные сведения по овладению игровыми умениями (ловля мяча, передача, броски, удары по мячу). Уметь: Подвижные игры, коррекционные игры; игры с элементами общеразвивающих упражнений: игры с бегом; прыжками; лазанием; метанием и ловлей мяча.	распределение функций и ролей совместной деятельности; -конструктивное решение конфликтов; -осуществление взаимного контроля; -оценка собственного поведения и поведения партнера и внесение необходимых коррективов; -планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; -учитывать установленные правила в планировании и контроле способа решения;
5	Участие в школьных, городских, областных соревнованиях:	Знать :правила поведения и техника безопасности на соревнованиях.	Уметь: выражать себя в различных видах спортивно-физкультурной деятельности, расширение круга общения, воспитание организованности и чувства коллективизма.

**Календарно-тематическое планирование
1 группа**

№ П/П	Содержательные линии	Кол-во часов
1	Элементарные сведения об игре в футбол. Правила игры в футбол. Правила поведения на занятиях по футболу	5
2	Общая физическая подготовка. Теоретическая подготовка	4
3	Упражнение на освоение техники ведения мяча различными частями стопы	4
4	Эстафеты с ведением мяча	4
5	Упражнения на освоение техники передачи мяча (паса) различными частями стопы	4

6	Игровые упражнения с использованием мяча	4
7	Упражнения на освоение техники ведения мяча и удара по мячу различными частями стопы	4
8	Игра в футбол	3
9	Упражнение «Игра 1 в 1»	4
10	Общая физическая подготовка	4
11	Упражнения на координацию	4
12	Упражнения на развитие двигательных качеств	4
13	Техническая подготовка. Тактическая подготовка	4
14	Упражнение на освоение техники ведения мяча различными частями стопы	4
15	Эстафеты с ведением мяча	4
16	Комбинация в игре в футбол «Скрещивание»	4
17	Упражнения на освоение техники передачи мяча (паса) различными частями стопы	4
18	Игровые упражнения с использованием мяча	4
19	Упражнения на освоение техники ведения мяча и удара по мячу различными частями стопы	4
20	Игра в футбол	4
21	Упражнения на координацию	4
22	Подвижные игры	4
23	Упражнения на развитие двигательных качеств	4
24	Упражнение на освоение техники ведения мяча различными частями стопы	4
25	Эстафеты с ведением мяча	2
26	Комбинация в игре в футбол «Стенка»	4
27	Упражнения на освоение техники передачи мяча (паса) различными частями стопы	4
28	Игра в футбол	4
29	Упражнения на развитие гибкости	4
30	Упражнения на координацию	3
31	Упражнения на освоение техники ведения мяча и удара по мячу различными частями стопы	4
32	Игра в футбол	2
33	Подвижные игры	3

**Календарно-тематическое планирование
2 группа**

№ П/П	Содержательные линии	Кол-во часов
1	Элементарные сведения об игре в футбол. Правила игры в футбол. Правила поведения на занятиях по футболу	5
2	Общая физическая подготовка. Теоретическая подготовка	4
3	Упражнение на освоение техники ведения мяча различными частями стопы	4
4	Эстафеты с ведением мяча	4
5	Упражнения на освоение техники передачи мяча (паса) различными частями стопы	4
6	Игровые упражнения с использованием мяча	4

7	Упражнения на освоение техники ведения мяча и удара по мячу различными частями стопы	4
8	Игра в футбол	3
9	Упражнение «Игра 1 в 1»	4
10	Общая физическая подготовка	4
11	Упражнения на координацию	4
12	Комбинация в игре в футбол «Скрещивание»	4
13	Техническая подготовка. Тактическая подготовка	4
14	Упражнение на освоение техники ведения мяча различными частями стопы	4
15	Эстафеты с ведением мяча	4
16	Комбинация в игре в футбол «Стенка»	4
17	Упражнения на освоение техники передачи мяча (паса) различными частями стопы	4
18	Игровые упражнения с использованием мяча	4
19	Упражнения на освоение техники ведения мяча и удара по мячу различными частями стопы	4
20	Игра в футбол	4
21	Упражнения на координацию	4
22	Подвижные игры	4
23	Упражнения на развитие двигательных качеств	4
24	Упражнение на освоение техники ведения мяча различными частями стопы	4

25	Эстафеты с ведением мяча	2
26	Комбинация в игре в футбол «Пас на третьего»	4
27	Упражнения на освоение техники передачи мяча (паса) различными частями стопы	4
28	Игра в футбол	4
29	Упражнения на развитие гибкости	4
30	Упражнения на координацию	3
31	Упражнения на освоение техники ведения мяча и удара по мячу различными частями стопы	4
32	Игра в футбол	2
33	Подвижные игры	3