Государственное казенное общеобразовательное учреждение Удмуртской Республики
«Большеучинская школа- интернат»

Принято
на педагогическом совете
протокол №6
от 28.08.2024г

«Утверждаю»:
Директор ГКОУ УР
«Большеучинская школа-интернат»
Е.В. Балахонской
Приказ №118-од от 30.08.2024 г.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности (адаптированная для детей с ОВЗ) «Спортивные игры» (мини-футбол, пионербол)

Возраст обучающихся: 9 – 13 лет
Срок реализации: 1 год

Автор-составитель:
Ефимов Владимир Михайлович,
педагог дополнительного образования

с. Большая Уча,
2024 год

Раздел 1. Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы

1.1.Пояснительная записка

Данная дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа дополнительного образования детей составлена в соответствии с нормативными документами:

- Федеральный закон от 29 декабря 2012 года № 273 ФЗ "Об образовании в Российской Федерации
- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 года № 678 р);
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 года № 629 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам"
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03 сентября 2019 года №467 "Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей"
- Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22 сентября 2021 года № 652н "Об утверждении профессионального стандарта "Педагог дополнительного образования детей и взрослых"
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 года № 28 "Об утверждении СанПиН 2.4.3648 20 "Санитарно эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи"
- Приказ Министерства образования и науки Удмуртской Республики от 23 июня 2020 года № 699 "Об утверждении целевой модели развития системы дополнительного образования детей в Удмуртской Республике"
- Устав образовательного учреждения
- Положение о дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе ГКОУ УР «Большеучинская школа-интернат»

Общая характеристика программы: Спортивные игры - любимое занятие детей и подростков с ограниченными возможностями здоровья. Игра, отличающаяся простотой, доступностью и высокой эмоциональностью. Исследователи игровой деятельности поддерживают ее уникальные возможности в физическом и нравственном воспитании детей с ОВЗ, особенно в развитии познавательных интересов, в выработке воли и характера, в формировании умения ориентироваться в окружающей нас действительности. Двигательный опыт учащихся с ОВЗ обогащается подвижными и спортивными играми. Программа «Спортивные игры» предназначена для физкультурно-спортивной и оздоровительной работы с учащимися, проявляющими интерес к физической культуре и спорту. Игровая и тренировочная деятельность оказывает комплексное и разностороннее воздействие на организм занимающихся.

Направленность программы*:* физкультурно-спортивная.

Уровень программы – базовый, программа одноуровневая.

Актуальность программы заключается в том, что она ориентирована, прежде всего, на реализацию двигательной потребности ребенка с ОВЗ и с учетом его конституционных особенностей и физических возможностей. Обучаясь по данной программе, ребёнок с ограниченными возможностями здоровья укрепит здоровье,

разовьёт свои физические способности, усвоит основные правила игры в мини-футбол и пионербол, овладеет техническими приёмами владения мячом при игре в мини-футбол и пионербол.

Отличительной особенностью данной программы является то, что на уроках физкультуры занятия по мини – футболу не проводятся, пионерболом - недостаточны. Упор на обучение и совершенствование технических приемов и тактических действий, развитие физических способностей.

Новизна программы заключается в том, что ребята в процессе обучения по программе, смогут освоить в игровой форме правила игры в пионербол и мини-футбол.

Педагогическая целесообразность заключается в том, что ребята с легкой умственной отсталостью могут себя реализовать в спорте, найти себя, что очень важно для успешной социализации таких детей

Адресат программы*:* Данная программа предназначена для обучающихся 9 – 13 лет, с ограниченными возможностями здоровья с нарушениями интеллекта.

Наполняемость – от 15 до 20чел

Практическая значимость в результате обучения в кружке – дети могут проявить свои способности в спорте, найти себя, поддерживать свою физическую форму и вести здоровый образ жизни, отдавая приоритет спортивным занятиям

Формы обучения: групповая.

- Групповая форма чаще всего используется в занятиях с начинающими, при решении задач физической подготовки, изучении техники и основ тактики мини – футбола, пионербола. Педагог проводит занятие одновременно со всей группой, давая общие упражнения для всех обучающихся.
- работа в парах используется в тех случаях, когда отдельные обучающиеся отстают в физической, тактической и технической подготовке. Педагог определяет слабые места в подготовке обучающихся и дает им индивидуальные задания, которые выполняются во время занятия.
- Соревнования - часть учебно-тренировочного процесса. В соревнованиях определяется подготовка воспитанника, совершенствуются его физические качества и двигательные навыки, закаляется воля.

Объем программы*:* 102 часа

Срок освоения программы*:* 34 учебных недели, 1год, 9 месяцев.

Режим занятий*:* Занятия проводятся три раза в неделю продолжительностью по 1часу по мини – футболу и 2 часа по пионерболу.

1.2 Цель и задачи программы

Цель программы: обучение техническим и тактическим приемам игры в пионербол и мини-футбол с дальнейшим применением их в игровой деятельности.

Задачи:

1.ознакомить с правилами игры мини- футбол; сформировать общие представления о технике и тактике игры в пионербол, начальные навыки судейства;

2.обучить основным техническим приемам владения мячом в игре мини-футбол, пионербол;

3.развивать физические способности (силовых, скоростных, скоростно-силовых, координационных, выносливости, гибкости);

4. развивать умение играть в команде.

1.3 Содержание программы

Таблица 1

1) Учебный план

№	Разделы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	**Техника безопасности на занятиях**	2	2		
2	**Подвижные игры**	4		4	
3	**Правила игры в пионербол**	7		7	
4	**Подачи**	5		5	
5	**Виды техник**	6		6	
6	**Передачи**	4		4	
7	**Нападающий бросок**	8		8	
8	**Блокирование**	2		2	
9	**Комбинированные упражнения**	6		6	
10	**Формирование команд**	5		5	
11	**Учебные игры**	6		6	Тест №1, соревнование
12	**Техника безопасности на занятиях по мини-футболу**	4	2	2	
13	**Передача мяча**	4		4	
14	**Остановка мяча**	2		2	
15	**Удары по мячу**	5		5	
16	**Удары мяча с лёта, остановка мяча после отскока**	4		4	
17	**Удары мяча головой**	6		6	
18	**Отбор мяча у соперника**	6		6	
19	**Розыгрыш мяча в стандартных положениях**	4		4	
20	**Удары мяча по воротам**	2		2	
21	**Подача мяча**	5		5	
22	**Учебные, контрольные игры**	5		5	Тест№2, контрольная игра
	Итого:	**102 ч**	4	98	

2) Содержание учебного плана

Раздел 1. Техника безопасности на занятиях
Инструкция по технике безопасности.
Основы знаний о физкультуре и спорте.
Раздел 2. Подвижные игры.
«Вышибалы»
«Мяч вверх»

Раздел 3. Правила игры в пионербол.
Правила игры.
Переходы.
Прием мяча низкий.
Приемы: низкий, высокий.
Раздел 4. Подачи.
Виды подач. Подача снизу.
Подача сверху.
Боковая подача.
Верхняя подача.
Игра «Три касания».
Раздел 5. Виды техник.
Техника атаки. Пионербол. Игра «Мяч вверх»
Техника защиты. Пионербол. Игра «Вышибалы»
Техника быстрой атаки. Пионербол.
Закрепление материала.
Раздел 6. Передачи
Передачи внутри команды
Передачи через сетку
Передачи с места и после 2-х шагов в прыжке.
Раздел 7. Нападающий бросок
Техника выполнения нападающего броска.
Нападающие броски с разных зон.
Закрепление материала.

Раздел 8. Блокирование.
Ознакомление с техникой постановки одиночного и группового блока.
Раздел 9. Комбинированные упражнения.
Подача – прием.
Подача – прием – передача.
Передача – нападающий бросок.
Закрепление пройденных тем.
Раздел 10. Формирование команд.
Правила формирования команд.
Правила судейства
Раздел 11. Учебные, контрольные игры.
Учебная игра.
Контрольная игра.
Раздел 12. Техника безопасности на занятиях по мини-футболу.
Раздел 13. Передача мяча.
Обучение передаче мяча.
Обычный пас «Щечкой»
Навес
Пас подсечкой
Совершенствование навыков передаче мяча.
Раздел 14. Остановка мяча.
Обучение остановке мяча.
Обучение остановке мяча бедром.
Обучение остановке мяча грудью.
Обучение остановке мяча лбом.
Высоко летящий мяч.

Закрепление пройденных тем.
Раздел 15. Удары по мячу. Обучение ударам мяча.
Удар внутренней стороной стопы.
Удар внешней частью подъема.
Удар носком.
Удар по мячу головой
Совершенствование навыков удара мяча.
Раздел 16. Удары мяча с лёта, остановка мяча после отскока.
Совершенствование навыков удара мяча с лёта.
Обучение остановке мяча после отскока.
Закрепление пройденных тем.
Раздел 17. Удары мяча головой.
Обучение удара мяча головой.
Совершенствование навыков удара мяча головой.
Раздел 18. Отбор мяча у соперника.
Обучение отбору мяча у соперника.
Раздел 19. Розыгрыш мяча в стандартных положениях.
Обучение отбору мяча у соперника.
Обучение розыгрышу мяча в стандартных положениях (штрафной).
Обучение штрафному удару.
Обучение розыгрышу мяча в стандартных положениях.
Совершенствование навыков розыгрыша мяча в стандартных положениях.
Закрепление пройденных тем.
Раздел 20. Удары мяча по воротам.
Совершенствование ударов мяча по воротам.
Раздел 21. Подача мяча.
Техника выполнения подачи
Прием мяча
Подача мяча по зонам управления подачей
Раздел 22. Силовая подготовка.
Подтягивание.
Отжимание.
Пресс.
Закрепление пройденных тем.
Раздел 23. Беговые дисциплины.
Бег на короткие дистанции.
Бег на средние дистанции.
Бег на длинные дистанции.
Раздел 24. Учебные контрольные игры.
Учебная игра.
Контрольная игра.

1.4. Планируемые результаты

В результате занятий к концу года воспитанники

1.Овладеют основными техническими и тактическими приемами игры в мини – футбол, пионербол.
2. повысят уровень общей физической подготовки,
3. получат навыки командной игры.

Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий

Таблица 2

2.1. Календарный учебный график

	1 год обучения
Комплектование групп	До 04.09.2024г
Дата начала и окончания учебного года	02.09.2024г-27.05.2025г
Количество учебных недель	34
Количество учебных дней	102

В период осенних, зимних, весенних, летних каникул занятия не проводятся, т.к. дети уезжают домой на каникулы.

2.2 Условия реализации программы

Реализации образовательной программы осуществляется в ГКОУ УР «Большеучинская школа – интернат».

-кадровые: руководит кружком педагог дополнительного образования, наличие высшего образования, 1 квалификационной категории, опыта работы с детьми с умственной отсталостью.

-материально-технические: помещение –

- Спортивный зал;
- Тренажерный зал;
- Открытые спортивные площадки для занятий мини-футболом, пионерболом;

Материально-техническое обеспечение.

Все помещения, объекты физической культуры и спорта, которые необходимы для реализации программы по мини-футболу, пионерболу оснащены соответствующим оборудованием и инвентарем и отвечают действующим санитарным и противопожарным нормам.

- Инвентарь и оборудование для занятий футболом, волейболом.
- Футбольные ворота;
- Скакалки;
- Стойки для обводки;
- Мячи футбольные, мячи волейбольные;
- Сетка для волейбола
- Сетки для ворот;
- Компрессор для накачивания мячей;
- Конусы тренировочные;
- Игровая форма для команды.

2.3. Формы аттестации

Промежуточная – в середине года, в конце 1 полугодия в форме теста, соревнования

Итоговая – в конце учебного года в форме контрольной игры и теста

Формы проведения – тесты, контрольные игры, чемпионат.

2.4. Оценочный материал

Тесты

Тест № 1.

(за верный ответ-1 балл)

1.Сколько игроков одной команды находится на площадке во время игры в пионербол?

А) 4

Б) 5

В) 6
2. Переход игроков на площадке выполняется
А) по часовой стрелке
Б) против часовой стрелки
В) в любом порядке
3. Сколько раз подряд может игрок выполнить подачу, пока не произойдет потеря подачи мяча командой?
А) 1
Б) 3
В) не ограничено
4. Проигранный мяч отдается команде противника
А) под сеткой
Б) над сеткой
В) в любом порядке
5. Если во время подачи мяч касается сетки, но перелетает на сторону противника, считается ли он проигранным?
А) да
Б) нет
В) иногда
6. При потере подачи очко выигрывает команда
А) противника
Б) своя
В) очко некому не присуждается

Тест №2.

1. Сколько игроков в одной команде играет в мини-футбол?
А) 7.
Б) 6.
В) 5.
2. Где обозначается отметка для пробития мини-футбольного пенальти? (в 6 м. от ворот)
А) (в 6 м. от ворот).
Б) **(**в 7 м. от ворот).
В) (в 12м. от ворот).
3. Засчитывается ли гол, забитый в ворота непосредственно с углового удара?
А) Да.
Б) Нет
4. Что означает желтая карточка, предъявленная судьей?
А) Замена игрока.
Б) Предупреждение.
В) Перерыв.
5. Что означает красная карточка, предъявленная судьей?
А) Тайм-аут.
Б) Предупреждение.
В) Удаление.

Оценка результатов:

Высокий уровень- 5-6 баллов Средний уровень- 3-4 балла Низкий уровень- 0-2 балла

2.5. Методические материалы.

Особенность организации образовательного процесса – очная.

Формы организации учебного занятия*:* урок-тренировка, урок-соревнование, контрольный урок, инструктивный урок.

Методы обучения: словесный, наглядный, практический, игровой; и воспитания: поощрение, упражнение, стимулирование, мотивация и др.

Педагогические технологии*:* технология группового обучения, здоровьесберегающая технология.

Алгоритм учебного занятия: Изучение теоретического материала осуществляется в форме 5-7 минутных бесед, которые проводятся, как правило, в начале занятий. В ходе практических занятий учащиеся группы получат элементарные навыки судейства игр по футболу и пионерболу. Обучение судейству осуществляется во время проведения двухсторонних учебных, тренировочных игр и соревнований.

Практические занятия по физической, технической и тактической подготовке проводятся в форме игровых занятий по общепринятой методике.

2.6.Рабочая программа воспитания

1. Характеристика творческого объединения – спортивный кружок посещают в основном мальчики 9-13 лет с диагнозом легкая умственная отсталость, любящие играть в спортивные игры. Группа разновозрастная, младшие ребята учатся, берут пример со старших. Старшие ребята учат младших, несут ответственность за них.

1. Цель: создание условий для саморазвития и самореализации личности учащихся, их успешной социализации в обществе;

2. Задачи:

- сохранять и развивать чувство гордости за свою страну, республику, село, школу, семью;
- воспитывать любовь к Родине, ее истории, культуре и традициям;
- формировать чувство уважения к другим народам, их традициям;
- формировать у учащихся осознание нравственной культуры миропонимания;
- формировать у учащихся умение работать в коллективе, сотрудничать с другими детьми;
- развивать творческие способности учащихся;
- формировать интеллектуальную культуру обучающихся, развивать их кругозор и любознательность;
- формировать у обучающихся культуру сохранения и совершенствования собственного здоровья.

Оценка достижения планируемых результатов воспитания проводится педагогическим работником на основе педагогического наблюдения.

3. Работа с коллективом учащихся (в рамках реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы).

Планируется в течение года:

1) Соревнования по мини-футболу в Можгинском районе, в Республике
2) выезды на соревнования согласно плану
3) участие в Школьной спартакиаде
4) поощрение поездкой в г.Ижевск лучших спортсменов
5) чествование спортсменов на Параде звезд

4. Работа с родителями (в рамках реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы).

Планируется в течение года:

1) Участие в спортивных праздниках, Днях здоровья
2) родительское собрание в неделю открытых дверей
3) соревнования

Таблица 3

Календарный план воспитательной работы

Мероприятие	Задачи	Сроки проведения	Примечание
Школьная	Развитие	Сентябрь – май	

Спартакиада	творческих способностей обучающихся		
«Родительская декада»	Привлечение родителей к совместной деятельности с детьми	Ноябрь	
Папа, мама, я – спортивная семья	Привлечение родителей к совместной деятельности с детьми	май	
Беседа «Правила безопасного поведения на улицах и дорогах»	Познакомить обучающихся с правилами дорожного движения	Сентябрь	
Проведение инструктажа по ТБ	Познакомить обучающихся с правилами поведения на занятиях; при работе с инструментами (ножницы, иглы, булавки и т.д.)	Сентябрь	
Участие в Днях здоровья школы.	Формирование ЗОЖ	Сентябрь – май	
Всемирный день здоровья. Спортивные состязания среди объединений	Формирование здорового образа жизни	Апрель	

Таблица 4

2.7. Учебно-тематический план

№	**Названия разделов, тем**	**Количество часов**				**Форма аттестации/ контроля**
		Всего	**в том числе**			
			теория	**практика**	**аттест.**	
1.	**Техника безопасности на занятиях**	**2**				
1.1	Инструкция по технике безопасности.		1			

1.2	Основы знаний о физкультуре и спорте.		1			
2.	**Подвижные игры.**	**4**				
2.1	«Вышибалы»			2		
2.2	«Мяч вверх».			2		
3.	**Повторение правил игры в пионербол.**	**7**				
3.1	Правила игры.			2		
3.2	Переходы.			2		
3.3	Приём мяча низкий.			2		
3.4	Приёмы: низкий, высокий.			1		
4.	**Подачи.**	**5**				
4.1	Виды подач. Подача снизу.			1		
4.2	Подача сверху.			1		
4.3	Боковая подача.			1		
4.4	Верхняя подача.			1		
4.5	Игра «Три касания».			1		
5.	**Виды техник**	**6**				
5.1	Техника атаки. Пионербол. Игра «Мяч вверх»			1		
5.2	Техника защиты. Пионербол. Игра «Вышибалы»			2		
5.3	Техника быстрой атаки. Пионербол.			2		
5.4	Закрепление материала.			1		
6.	**Формирование команд.**	**4**				
6.1	Правила формирования команд.			2		
6.2	Правила судейства			2		
7.	**Учебные игры.**	**8**				
7.1	Учебная игра.			7		Тест № 1
7.2	Закрепление материала.			1		
8.	**Техника безопасности на занятиях по мини-футболу.**	**2**	2			
9.	**Передача мяча.**	**6**				
9.1	Обучение передаче мяча.			1		
9.2	Обычный пас «Щечкой»			1		
9.3	Навес			1		
9.4	Пас подсечкой			1		
9.5	Совершенствование навыков передаче мяча.			1		

9.6	Закрепление пройденных тем.			1		
10.	**Остановка мяча.**	**5**				
10.1	Обучение остановке мяча.			1		
10.2	Обучение остановке мяча бедром.			1		
10.3	Обучение остановке мяча грудью.			1		
10.4	Обучение остановке мяча лбом.			1		
10.5	Высоко летящий мяч.			1		
11.	**Удары по мячу.**	**6**				
11.1	Обучение ударам мяча.			1		
11.2	Удар внутренней стороной стопы.			1		
11.3	Удар внешней частью подъема.			1		
11.4	Удар носком.			1		
11.5	Удар по мячу головой			1		
11.6	Совершенствование навыков удара мяча.			1		
12.	**Удары мяча с лёта, остановка мяча после отскока.**	**4**				
12.1	Совершенствование навыков удара мяча с лёта.			2		
12.2	Обучение остановке мяча после отскока.			2		
13.	**Удары мяча головой.**	**4**				
13.1	Обучение удара мяча головой.			2		
13.2	Совершенствование навыков удара мяча головой.			2		
14.	**Отбор мяча у соперника.**	**2**				
14.1	Обучение отбору мяча у соперника.			2		
15.	**Розыгрыш мяча в стандартных положениях.**	**5**				
15.1	Обучение отбору мяча у соперника.			1		
15.2	Обучение розыгрышу мяча в стандартных положениях (штрафной).			1		
15.3	Обучение штрафному удару.			1		
15.4	Обучение розыгрышу мяча в стандартных положениях.			1		
15.5	Совершенствование навыков розыгрыша мяча в стандартных положениях.			1		

16.	**Удары мяча по воротам.**	**4**				
16.1	Совершенствование ударов мяча по воротам.			4		
17.	**Подача мяча.**	**6**				
17.1	Техника выполнения подачи			2		
17.2	Прием мяча			2		
17.3	Подача мяча по зонам управления подачей			2		
18.	**Передачи**	**6**				
18.1	Передачи внутри команды			2		
18.2	Передачи через сетку			2		
18.3	Передачи с места и после 2-х шагов в прыжке.			2		
19.	**Нападающий бросок**	**4**				
19.1	Техника выполнения нападающего броска;			2		
19.2	Нападающие броски с разных зон.			2		
20.	**Блокирование**	**2**				
20.1	Ознакомление с техникой постановки одиночного и группового блока.					
21.	**Комбинированные упражнения.**	**5**				
21.1	Подача – прием.			1		
21.2	Подача – прием – передача.			1		
21.3	Передача – нападающий бросок.			1		
22.	**Учебные, контрольные игры.**	5				
22.1	Учебная игра.			2		
22.2	Контрольная игра.			3		Тест № 2
	Итого:	102	4	98		

2.8. Литература

1. Андреев С., Алиев Э. «История развития мини-футбола», «Спорт в школе», №5, 2007 год.
2. Болонов Г.П. «Физкультура в начальной школе» - М, 2004 год.
3. Власов А. «Мини-футбол в школу!», «Спорт в школе», №23, 2006 год.
4. Ланда Б. Х. «Мониторинг физического развития и физической подготовленности учащихся» - ПУ «Первое сентября», 2006 год.

5. Муравьев В.А. «Воспитание физических качеств детей дошкольного и школьного возраста» - М, 2004 год.
6. Полозов А. «Обучение футболу в разных странах», «Спорт в школе», №6, 2006 год.
7. Портных Ю.И. «Спортивные и подвижные игры» - М.
8. Степанова О.А. «Игра и оздоровительная работа в начальной школе» - М, 2004 год.
9. Тюленьков С.Ю., Фёдоров А.А «Футбол в зале: система подготовки» - М, 2004 год.