

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РЕСПУБЛИКИ ТАТАРСТАН  
МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО  
ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДА НАБЕРЕЖНЫЕ ЧЕЛНЫ  
«ЦЕНТР ДЕТСКОГО ТВОРЧЕСТВА №16 «ОГНИВО»  
РЕСПУБЛИКИ ТАТАРСТАН

Принята на заседании  
педагогического совета  
*Протокол №1*  
*от «29» августа 2025 года*

«Утверждаю»  
Директор МАУДО «ЦДТ №16  
«Огниво» Е.И. Гареева



*Приказ №127*  
*от «29» августа 2025 года*

**Адаптированная дополнительная общеразвивающая программа  
по футболу «Бушидо»**  
*Направленность: физкультурно-спортивная*  
*Возраст обучающихся: 10-16 лет*  
*(на 2 года обучения)*

*Автор-составитель:*  
Татаркин Михаил Витальевич,  
педагог дополнительного  
образования

## ИНФОРМАЦИОННАЯ КАРТА ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

1. Образовательная организация	Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования «Центр детского творчества №16 «Огниво»
2. Полное название программы	Адаптированная дополнительная общеразвивающая программа по футболу «Бушидо»
3. Направленность программы	Физкультурно-спортивная
4. Сведения о разработчиках	Татаркин Михаил Витальевич, педагог дополнительного образования первой квалификационной категории
5. Сведения о программе: 5.1. Срок реализации 5.2. Возраст учащихся 5.3. Характеристика программы: - тип программы  - вид программы - принцип проектирования программы	2 года 10-16 лет  Адаптированная дополнительная общеобразовательная программа Общеразвивающая, адаптированная
5.4. Цель программы	Повышение реабилитационного потенциала детей с ОВЗ через коррекцию физического развития и укрепление здоровья, адаптация их к жизни в обществе, выявление и поддержка детей, проявивших общие и творческие способности, способность к игре в футбол
6. Формы и методы образовательной деятельности	Форма обучения – очная, при необходимости – дистанционная. Групповые формы проведения занятий осуществляются с индивидуальным подходом к каждому обучающемуся. Спортивные занятия проводятся фронтально в группе. Формы групповой и индивидуальной работы: консультирование, коррекционные упражнения, этические беседы, портфолио, индивидуальный проект, оформление индивидуальных образовательных траекторий. Предусматриваются общепленарные, охватывающие всех участников программы, форматы работы.

	<p style="text-align: center;">Используемые методы:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- беседа, рассказ;</li> <li>- показ, демонстрация;</li> <li>- практическая тренировка;</li> <li>- решение репродуктивных, проблемных и творческих задач;</li> <li>- упражнения (для разного уровня физического развития и разной степени освоенности содержания программы учащимися);</li> <li>- организация творческих, имитационных и ролевых игр;</li> <li>- телесно-ориентированные техники (психомышечная релаксация);</li> <li>- просмотр и обсуждение видеофильмов, презентаций и др.;</li> <li>- выполнение проектов.</li> </ul>
<p>7. Формы мониторинга результативности</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- входная диагностика;</li> </ul> <p>промежуточная аттестация обучающихся, аттестация по завершении освоения программы. Для мониторинга используются показатели физического развития обучающегося.</p>
<p>8. Результативность реализации программы</p>	<p><b>В результате освоения программы у учащегося:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- укрепится мотивация к занятиям физической культурой и футболом;</li> <li>- сформируется способность осознанно развивать у себя необходимые двигательные умения и навыки;</li> <li>- сформируется мотивация на укрепление здоровья, поддержку оптимального функционального состояния;</li> <li>- сформируется позитивное отношение к здоровому образу жизни, способность противостоять негативному влиянию социальной среды;</li> <li>- сформируется способность оценивать возможности своего организма при дозировании физических нагрузок;</li> <li>- расширится двигательный опыт за счет овладения двигательными действиями футбола;</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- станут более развитыми основные физические качества (сила, ловкость, быстрота, выносливость и гибкость);</li> <li>- станут более развитыми мыслительные процессы, внимание, восприятие, эмоциональная сфера, воля;</li> <li>- станут более развитыми коммуникативные способности;</li> <li>- обогатится словарный запас;</li> <li>- проявится чувство внутренней свободы, уверенности в себе, своих силах и возможностях;</li> <li>- будут воспитаны нравственные ориентиры и морально-волевые качества.</li> </ul> <p style="text-align: center;"><b>Результаты объединения «Бушидо»</b></p> <p>Участники программы являются призерами и победителями чемпионата и первенства города по плаванию на Кубок Мэра среди людей с ограниченными возможностями здоровья; ежегодного открытого городского первенства города Набережные Челны по мини-футболу на «Кубок Бумеранга» среди команд школ с ограниченными возможностями здоровья; чемпионата и первенства города по плаванию на Кубок Мэра среди людей с ограниченными возможностями здоровья; участниками региональной олимпиады по теории физической культуры и олимпийскому движению среди обучающихся 9-11 классов.</p>
9. Дата утверждения и последней корректировки программы	Дата утверждения 29.08.2025 года.
10. Рецензент	Назаров Эдуард Владимирович, преподаватель высшей кв.категории, по предмету «Футбол», главный тренер в ДЮСШ «Строитель» г. Набережные Челны

# 1. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

## 1.1. Пояснительная записка (общая характеристика программы)

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая адаптированная программа «Бушидо» имеет *физкультурно-спортивную направленность*.

Программа разработана в соответствии с нормативно-правовыми документами:

– Указ Президента Российской Федерации от 08 ноября 2021 г. № 633 «Об утверждении Основ государственной политики в сфере стратегического планирования в Российской Федерации»;

– Указ Президента Российской Федерации от 09 ноября 2022 г. № 809 «Об утверждении Основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей»;

– Указ Президента РФ от 07.05.2024 № 309 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года и на перспективу до 2036 года»;

– Указ Президента Российской Федерации от 28 февраля 2024 г. № 145 «О Стратегии научно-технологического развития Российской Федерации»;

– Указ Президента Российской Федерации от 29.05.2017 № 240 «Об объявлении в Российской Федерации Десятилетия детства». План основных мероприятий, проводимых в рамках Десятилетия детства, на период до 2027 года. Утвержден распоряжением Правительства Российской Федерации от 23.01.2021 № 122-р (в редакции распоряжения Правительства Российской Федерации от 12.06.2025 № 1547-р.);

– Государственная программа Российской Федерации «Развитие образования», утверждена Постановлением Правительства Российской Федерации от 26 декабря 2017 года № 1642;

– Федеральный закон об образовании в Российской Федерации от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ (ред. от 23.05.2025);

– Федеральный закон от 31 июля 2020 г. №304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся»;

– Федеральный закон от 08.08.2024 № 315-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации»;

– Федеральный закон от 13 июля 2020 г. №189-ФЗ «О государственном (муниципальном) социальном заказе на оказание государственных (муниципальных) услуг в социальной сфере» (с изменениями и дополнениями, вступившими в силу с 22.06.2024 г.);

– Постановление Правительства Российской Федерации от 26 декабря 2017 г. № 1642 «Об утверждении государственной программы Российской Федерации «Развитие образования» (изм. 24.06.2024 г.);

– Распоряжение Правительства РФ от 17.08.2024 № 2233-р «Об утверждении Стратегии реализации молодежной политики в Российской Федерации на период до 2030 года» (ред. от 08.05.2025).

– Федеральный проект «Успех каждого ребёнка» в рамках Национального проекта «Образование», утверждённого Протоколом заседания президиума Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и национальным проектам от 03 сентября 2018 г. №10;

– Концепция информационной безопасности детей в Российской Федерации, утвержденная распоряжением Федерации от 28 апреля 2023 г. N 1105-р; Правительства Российской Федерации;

– Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденная Распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. №678-р, (1.07.2025 № 1745-р.);

– Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22 сентября 2021 г. № 652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;

– Приказ Министерства просвещения России от 3 сентября 2019 г. № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей» (в редакции от 21 апреля 2023 г.);

– Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 г. №629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

– Правила применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ, утверждена Постановлением Правительства Российской Федерации от 11.10.2023 г. 1678;

– Приказ Министерства науки и высшего образования РФ и Министерства просвещения РФ от 5 августа 2020 г. № 882/391 (ред. от 22.02.2023) «Об организации и осуществлении образовательной деятельности при сетевой форме реализации образовательных программ» (вместе с «Порядком организации и осуществления образовательной деятельности при сетевой форме реализации образовательных программ») и примерной формой договора (изм. 22.02.2023 г.);

– СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденные Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28;

- Постановление государственного санитарного врача Российской Федерации от 17.03.2025 № 2 «О внесении изменений в санитарные правила и нормы СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденные постановлением государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 № 2);

– Устав муниципального автономного учреждения дополнительного образования МАУДО «ЦДТ №16 «Огниво»;

– Положение о порядке разработки, утверждения и реализации дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ в

муниципальном автономном учреждении дополнительного образования города Набережные Челны «Центр детского творчества №16 «Огниво».

Программа разработана в соответствии с нормативно-правовыми документами:

– Федеральный закон об образовании в Российской Федерации от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ (ред. от 31.07.2025 г.);

– Федеральный закон от 31 июля 2020 г. №304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся»;

– Федеральный закон от 13 июля 2020 г. №189-ФЗ «О государственном (муниципальном) социальном заказе на оказание государственных (муниципальных) услуг в социальной сфере» (в ред. от 26.12.2024 г.);

– Указ Президента Российской Федерации от 08 ноября 2021 г. № 633 «Об утверждении Основ государственной политики в сфере стратегического планирования в Российской Федерации»;

– Указ Президента Российской Федерации от 09 ноября 2022 г. № 809 «Об утверждении Основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей»;

– Указ Президента РФ от 07.05.2024 № 309 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года и на перспективу до 2036 года» (ред. от 07.05.2024 г.);

– Указ Президента Российской Федерации от 28 февраля 2024 г. № 145 «О Стратегии научно-технологического развития Российской Федерации»;

– Указ Президента Российской Федерации от 29.05.2017 № 240 «Об объявлении в Российской Федерации Десятилетия детства». План основных мероприятий, проводимых в рамках Десятилетия детства, на период до 2027 года. Утвержден распоряжением Правительства Российской Федерации от 23.01.2021 № 122-р (в редакции распоряжения Правительства Российской Федерации от 12.06.2025 № 1547-р.);

– Государственная программа Российской Федерации «Развитие образования», утверждена Постановлением Правительства Российской Федерации от 26 декабря 2017 года № 1642 (в ред. 24 июля 2025 г.);

– Распоряжение Правительства РФ от 17.08.2024 № 2233-р «Об утверждении Стратегии реализации молодежной политики в Российской Федерации на период до 2030 года» (ред. от 08.05.2025);

– Концепция информационной безопасности детей в Российской Федерации, утвержденная распоряжением Федерации от 28 апреля 2023 г. N 1105-р; Правительства Российской Федерации;

– Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденная Распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. №678-р, (1.07.2025 № 1745-р.);

– Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22 сентября 2021 г. № 652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;

– Приказ Министерства просвещения России от 3 сентября 2019 г. № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем

дополнительного образования детей» (в редакции от 21 апреля 2023 г.);

– Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 г. №629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

– Правила применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ, утверждена Постановлением Правительства Российской Федерации от 11.10.2023 г. 1678;

– Приказ Министерства науки и высшего образования РФ и Министерства просвещения РФ от 5 августа 2020 г. № 882/391 (ред. от 22.02.2023) «Об организации и осуществлении образовательной деятельности при сетевой форме реализации образовательных программ» (вместе с «Порядком организации и осуществления образовательной деятельности при сетевой форме реализации образовательных программ») и примерной формой договора (изм. 22.02.2023 г.);

– СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденные Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 (ред. 30.08.2024);

- Постановление государственного санитарного врача Российской Федерации от 17.03.2025 № 2 «О внесении изменений в санитарные правила и нормы СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденные постановлением государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 № 2);

– Устав муниципального автономного учреждения дополнительного образования МАУДО «ЦДТ №16 «Огниво»;

– Положение о порядке разработки, утверждения и реализации дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ в муниципальном автономном учреждении дополнительного образования города Набережные Челны «Центр детского творчества №16 «Огниво».

При проектировании и реализации программы также учтены методические рекомендации:

– Письмо Минпросвещения России от 31 января 2022 г. № ДГ-245/06 «О направлении методических рекомендаций» («Методические рекомендации по реализации дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий»)

– Письмо Министерства просвещения России от 30 декабря 2022 года № АБ-3924/06 «О направлении методических рекомендаций» (вместе с «Методическими рекомендациями «Создание современного инклюзивного образовательного пространства для детей с ограниченными возможностями здоровья и детей-инвалидов на базе образовательных организаций, реализующих дополнительные общеобразовательные программы в субъектах Российской Федерации»)

– Письмо ГБУ ДО «Республиканский центр внешкольной работы» № 2749/23 от 07.03.2023 года «О направлении методических рекомендаций» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию и реализации современных дополнительных общеобразовательных программ (в том числе, адаптированных) в новой редакции» /сост. А.М. Зиновьев, Ю.Ю. Владимирова, Э.Г. Дёмина).

Программа размещена на сайте МАУДО «ЦДТ №16 «Огниво» (<https://edu.tatar.ru>), в информационном сервисе «Навигатор дополнительного образования Республики Татарстан» (<https://p16.навигатор.дети>)

Адаптированная программа составлена на основе общеобразовательной программы дополнительного образования для нормативно развивающихся детей с учетом включения в образовательный процесс детей с ОВЗ и детей с инвалидностью, с учетом рекомендаций специалистов психолого-медико-педагогического консилиума.

При разработке программы в основу взяты требования к **структуре адаптированной дополнительной общеобразовательной программы**

В настоящей программе учтены основные положения Концепции духовно - нравственного развития и воспитания личности гражданина России, а также программы формирования универсальных учебных действий в основной школе. При разработке адаптированной программы соблюдены особенности работы с детьми с ОВЗ в группах VIII вида. В данной программе учтены особенности региона, муниципального образования, образовательных организаций.

### ***Актуальность программы***

В настоящее время большое количество детей относятся к категории детей с ограниченными возможностями, вызванными различными отклонениями в состоянии здоровья, и нуждаются в специальном образовании, отвечающем их особым образовательным потребностям. Обеспечение реализации прав детей с ограниченными возможностями здоровья и детей-инвалидов на участие в программах дополнительного образования является одной из важнейших задач государственной образовательной политики. Принципы и условия доступности программ для всех категорий детей, желающих заниматься в детских объединениях раскрывает Приоритетный проект «Доступное дополнительное образование для детей».

В системе мер социальной защиты этих детей все большее значение приобретают активные формы. К ним относятся реабилитация и социальная адаптация средствами физической культуры и спорта.

Необходимость участия в решении указанных выше задач повлекла за собой создание адаптированной программы по футболу «Бушидо», направленной на физическое воспитание и развитие, социальную адаптацию детей с ограниченными возможностями здоровья. Ребенок с ОВЗ, занимаясь по программе может овладеть полезными для него знаниями, умениями и навыками и достичь максимально доступного ему уровня жизненной компетенции, осваивать необходимые формы социального поведения,

оказаться способным реализовывать их в условиях объединения дополнительного образования, семьи и гражданского общества.

Программа направлена на удовлетворение потребностей всех без исключения детей в активных формах двигательной деятельности, обеспечивает физическое, психическое и нравственное оздоровление. Программа также актуальна в связи с возросшей популярностью вида спорта футбола в нашей стране.

**Педагогическая целесообразность** программы в том, что футбол является средством расширения адаптационных возможностей для любого человека, в том числе и для ребенка с ОВЗ. Осуществляется общая физическая подготовка детей, что позитивно влияет на решение задачи повышения работоспособности всего организма ребенка.

Программа рассчитана для работы с детьми в спортивно-оздоровительных группах (СОГ), где большое внимание уделяется специальным коррекционным упражнениям. При игре в футбол выполняется достаточно высокая по нагрузке работа, что способствует повышению уровня функциональных возможностей. В результате развивается и укрепляется опорно-двигательный аппарат, совершенствуются функции внутренних органов и систем, улучшается координация движений, повышается уровень двигательных качеств, укрепляются защитные функции организма. Происходит скоординированное развитие основных физических качеств (силы, ловкости, быстроты, выносливости и гибкости).

Поскольку в футбол играют в самых различных, нередко резко меняющихся климатических и метеорологических условиях, эта игра способствует закаливанию и повышению сопротивляемости организма простудными заболеваниями, в целом расширению адаптационных возможностей. Особая привлекательность футбола объясняется еще и его доступностью. Для проведения игры в футбол не требуется приобретение дорогостоящего специального инвентаря и приспособлений.

Программа не предусматривает подготовку игроков высокого класса, за счет оздоровления (компенсаторных возможностей организма) и физического развития детей с ограниченными возможностями здоровья формируются необходимые способности, физические и психические качества, которые позволяют осваивать технику игры в футбол. Одаренные учащиеся могут посещать занятия в группах для нормативно развивающихся детей, где они смогут более эффективно готовиться к соревнованиям, а также успешно выступать на пара-соревнованиях (в рамках проекта «Спортивная площадка-Споркоррд» и программы «Специальная Олимпиады России по видам спорта»).

**Новизна программы** - в использовании листа самооценки (рубежный контроль) для определения актуального состояния и выявления зоны ближайшего развития учащегося, основа индивидуального образовательного маршрута учащегося.

**Отличительная особенность программы** от аналогичных в том, что она адаптирована для учащихся подросткового возраста ранее не занимавшихся спортом, в основе программы – общая физическая подготовка (ОФП). Учитывая, что футбол - командная игра, большое внимание уделяется накоплению учащимися социального опыта и обогащения навыками общения и

совместной деятельности. Обучение приемам работы с мячом и технике футбола осуществляется на основе педагогической поддержки индивидуальности учащегося (физических и умственных способностей, познавательных интересов, склонностей) в условиях специально организованной образовательной деятельности.

Объединение «Бушидо» создано на базе государственного бюджетного общеобразовательного учреждения «Набережночелнинская школа №69 для детей с ограниченными возможностями здоровья», где занимаются учащиеся муниципального автономного учреждения дополнительного образования «Центр детского творчества №16 «Огниво» Татарким М.В.

Объединение «Бушидо» является базой для организации спортивных соревнований для детей с ОВЗ «Бумеранг». Педагог реализует проект «Спортивная площадка- «Споркоррд», что позволяет создать детям с ОВЗ инклюзивное пространство. В результате дети участвуют в большем количестве взаимодействий со сверстниками в более продвинутых уровнях игры во время инклюзивных игровых групп, чем во время игры в неинклюзивных группах.

### *Адресат программы*

Важнейшим требованием проведения занятий по программе является обеспечение дифференцированного и индивидуального подхода к учащимся с учётом состояния здоровья, пола, физического развития, двигательной подготовленности, особенностей развития психических свойств и качеств, соблюдения гигиенических норм.

Программа предназначена для детей с ограниченными возможностями здоровья: умственно отсталые дети и дети с задержкой психического развития, дети с выраженными расстройствами эмоционально-волевой сферы и поведения, а также дети со сложными, комбинированными недостатками в развитии. Диагнозы детей подтверждаются (ПМПК) психолого-медико-педагогической комиссией.

Характерной особенностью детей с ограниченными возможностями здоровья является наличие у них разнообразных нарушений психического и физического развития, обусловленных органическим поражением центральной нервной системы различной этиологии, возникающих на разных возрастных этапах индивидуального развития.

Снижение тонуса коры головного мозга ведет к усилению позотонических рефлексов, что затрудняет выполнение двигательных действий, приводит к неравномерному распределению силы мышц, создает скованность в движениях и статических позах.

У многих учащихся отмечаются нарушения со стороны сердечнососудистой, дыхательной, вегетативной, эндокринной систем. Наблюдается слабость миокарда, аритмия; дыхание нарушено по частоте, глубине, ритму; нарушена согласованность дыхательного акта с двигательной нагрузкой. У многих детей замечено отставание в росте, весе от показателей возрастной нормы, непропорциональное телосложение, различные отклонения в осанке.

Нередко у детей встречаются стертые двигательные нарушения, которые могут быть незаметными в бытовых условиях, но проявляются при

значительной физической нагрузке, в усложненных двигательных заданиях.

Двигательная недостаточность учащихся особенно возрастает при выполнении точно дозированных мышечных усилий, при перекрестной координации движений, пространственно-временной организации моторного акта.

К характеристике физического развития добавляется недоразвитие интеллекта, в частности речи, что в свою очередь приводит к недостаточному осмыслению речевых инструкций и заданий, что требует дополнительного внимания педагога как при организации учебной работы, так и спортивно-массовых мероприятий с детьми.

Следует отметить, что среди обучающихся VIII вида имеются дети с хорошо развитой моторикой. Это обуславливает необходимость учета и реализации строго дифференцированного и индивидуального подхода в обучении.

Особого внимания требуют дети с эпилептическими припадками, с текущими заболеваниями ЦНС, хроническими соматическими заболеваниями. Такие дети нуждаются в особом охранительном режиме, они не могут выполнять задания и упражнения, требующие больших физических усилий, ведущих к чрезмерному возбуждению нервной системы.

В связи с вышеизложенным, прием детей на обучение осуществляется только с согласия родителей (законных представителей) и на основании рекомендаций ПМПК и договора, в котором зафиксированы и предусмотрены правовые механизмы изменения образовательного маршрута в соответствии с особенностями и возможностями ребенка, в том числе новыми, возникающими в процессе образования.

Участниками программы являются подростки 10- 16 лет.

**Срок реализации программы** - 2 года. Сроки обучения программе могут быть увеличены с учетом особенностей психофизического развития ребенка.

**Количественный состав** групп 15 человек.

**Общее количество учебных часов**, запланированных на весь период обучения, необходимых для освоения программы, составляет 360 часов. Количество учебных часов в первый год обучения– 144 ч. (2 раза в неделю по 2 часа); во второй год обучения - 216 ч. в год (3 раза в неделю по 2 часа). В рамках этих часов предполагается использование времени на индивидуальные консультации для перехода учащихся на более высокий уровень обучения.

**Форма обучения:** групповая с ярко выраженным индивидуальным подходом. Предусматриваются общепленарные, охватывающие всех участников программы, форматы работы.

**Используемые методы:**

- беседа, рассказ;
- показ, демонстрация;
- практическая тренировка;
- решение репродуктивных, проблемных и творческих задач;
- упражнения (для разного уровня развития и разной степени освоенности содержания программы учащимися);
- организация творческих, имитационных и ролевых игр;
- телесно-ориентированные техники (психомышечная релаксация);

- просмотр и обсуждение видеофильмов, презентаций и др.;
- выполнение социальных и творческих проектов.

## **1.2 Цель и задачи программы, принципы реализации:**

**Цель дополнительной общеобразовательной общеразвивающей адаптированной программы:** повышение реабилитационного потенциала детей с ОВЗ через коррекцию физического развития и укрепление здоровья, адаптацию их к жизни в обществе выявление и поддержку детей, проявивших способности к игре в футбол.

**Обучающие задачи** (в пределах возможности усвоения):

- расширение представлений о строении человеческого организма, особенности опорно-двигательной системы, необходимых для сознательного освоения двигательных умений и навыков;
- систематизация представлений об индивидуальных психосоматических и психосоциальных особенностях, адаптационных свойствах организма и способа их совершенствования для укрепления здоровья, поддержки оптимального функционального состояния;
- формирование системы знаний о здоровом образе жизни, о способах и средствах профилактики травматизма, коррекции осанки и телосложения;
- формирование знаний и умений слежения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, адекватно их дозировать;
- обучение технике правильного выполнения физических упражнений;
- формирование технических основ игры в футбол с мячом.

**Развивающие задачи:**

- формирование и совершенствование двигательных навыков, расширение двигательного опыта за счет овладения двигательными действиями футбола;
- коррекция недостатков познавательной сферы и психомоторного развития (преодоление страха, замкнутого пространства, высоты, нарушение координации движений, завышение или занижение самооценки);
- коррекция нарушений опорно-двигательного аппарата (нарушение осанки, сколиозы, плоскостопия и др.);
- коррекция и развитие общей и мелкой моторики;
- профилактика возникновения вторичных отклонений в состоянии здоровья;
- развитие пространственно-временной дифференцировки;
- развитие основных физических качеств (силы, ловкости, быстроты, выносливости и гибкости) через оптимальные физические нагрузки;
- развитие мыслительных процессов, внимания, восприятия, эмоциональной сферы, воли;
- развитие коммуникативных способностей.

**Воспитательные задачи:**

- формирование коммуникативных умений и социальных контактов с окружающими людьми, адекватного поведения в социальной среде;
- привитие интереса к систематическим занятиям футболом;
- привитие навыков соблюдения спортивной этики, дисциплины;
- обогащение словарного запаса;
- воспитание чувства внутренней свободы, уверенности в себе, своих

силах и возможностях;

- воспитание нравственных и морально-волевых качеств и навыков осознанного отношения к самостоятельной деятельности, смелости, настойчивости.

Реализация программы осуществляется с учетом следующих принципов:

- **принцип гуманизации** - предполагает осуществление личностно-ориентированного подхода, направленного на общее развитие личности с ОВЗ, его социализацию, максимальную интеграцию в современную жизнь;

- **принцип индивидуального подхода** - предполагает необходимость определения индивидуальной цели воспитания и обучения, отбора содержания, выбора форм и методов обучения для каждого ребенка с ОВЗ с учетом его образовательных потребностей, возможностей и условий воспитания и обучения;

- **принцип системности** - обеспечивает единство образования, диагностики, коррекции и развития учащихся с ОВЗ, т. е. системный подход к анализу особенностей их развития и коррекции нарушений, а также всесторонний многоуровневый подход к решению проблем ребёнка;

- **принцип интегрированного подхода** - предполагает интеграцию обучения и коррекции путем включения в программу коррекционной составляющей, ориентированной на первичные дефекты, представленные в структуре нарушений развития учащегося;

- **принцип непрерывности** - гарантирует непрерывность педагогической помощи учащимся с ОВЗ для решения проблемы или определения подхода к её решению;

- **принцип приоритета самостоятельных форм образовательной деятельности** - предполагает максимальную активность и самостоятельность учащегося в ходе обучения.

Основными формами обучения детей с ОВЗ являются групповые тренировочные занятия, которые отвечают характеру игры в футбол, предусматривают повышенное требование к взаимодействию между игроками, необходимость решения коллективных задач, а также участие в соревнованиях.

В содержании занятий и тренировочного процесса используются следующие виды подготовки:

- физическая;
- технико-тактическая;
- морально-волевая (психологическая);
- теоретическая;
- игровая (соревновательная);
- судейская и инструкторская практика.

На первом году обучения учебный процесс строится по типу общей подготовки. Основное внимание уделяется разносторонней физической и функциональной подготовке с использованием средств ОФП, освоению базовых элементов техники футбола. С учетом индивидуальных способностей и возможностей осуществляется индивидуальная коррекционная работа

В спортивно - оздоровительной группе второго года обучения основной задачей является повышение уровня физической и функциональной

подготовленности учащихся, а также большое внимание уделяется совершенствованию техники и тактики в футболе при помощи специальных упражнений.

На третьем году обучения предусматривается снижение объема учебного времени, отводимого на физическую подготовку в общем количестве часов, увеличение времени, отводимого на совершенствование техники игры и коммуникацию. В этот период наряду с упражнениями из различных видов спорта, используются комплексы специальных подготовительных упражнений и методы тренировки, направленные на развитие специальной подготовки.

Методы и средства, используемые при реализации программы:

- физические упражнения;
- корригирующие упражнения;
  
- коррекционные подвижные игры, элементы спортивных игр;
- материально-технические средства адаптивной физической культуры: спортивные тренажеры, спортивный инвентарь;
- наглядные средства обучения.

Ведущим является метод практических упражнений, которые выполняются с учетом следующих необходимых требований:

- выполнение упражнения по частям, изучая каждую фазу движения отдельно, а затем объединяя их в целое;
- выполнение движения в облегчённых условиях;
- выполнение движения в усложнённых условиях (например, использование дополнительных отягощений -гантели 0,5 кг, сужение площади опоры при передвижении и т.д.);
- использование сопротивлений (упражнения в парах, с резиновыми амортизаторами и т.д.),
- использование ориентиров при передвижении (звуковые, осязательные, обонятельные и др.),
- использование имитационных упражнений,
- подражательные упражнения,
- использование при ходьбе, беге лидера,
- использование страховки, помощи и сопровождения, которые дают уверенность учащемуся при выполнении движения,
- использование изученного движения в сочетании с другими действиями (например: ведение мяча в движении с последующим броском в цель и др.),
- изменение исходных положений для выполнения упражнения (например, сгибание и разгибание рук в упоре лёжа от гимнастической скамейки или от пола),
- изменение внешних условий выполнения упражнений (на повышенной опоре, на мяче и т.д.),
- изменение в процессе выполнения упражнений таких характеристик как темп, ритм, скорость, направление движения, амплитуда, траектория и т.д.,
- изменение эмоционального состояния (бег в эстафетах, в подвижных играх, выполнение упражнений с речитативами, различным музыкальным сопровождением и др.)

Достичь более высоких результатов в обучении и развитии способностей учащихся, полнее учитывать индивидуальные возможности и личностные

особенности позволяют следующие методы дифференциации и индивидуализации:

- выполнение индивидуальных и дифференцированных заданий различной трудности и объема;
- разная мера помощи педагога учащимся при выполнении учебных задач;
- вариативность темпа освоения учебного материала.

Для повышения мотивации учащихся разработана **система стимулирующего поощрения достижений**, для стартового уровня: «Первый мяч», базового уровня - «Портфолио достижений», продвинутого уровня «Бушидо-Олимп», а также благодарности, похвальные грамоты, призы.

### ***Контроль реализации программы***

Изучение результативности программы осуществляется через входную диагностику, промежуточную аттестацию обучающихся, аттестацию по завершении освоения программы.

Отслеживание результатов развития обучающихся проводится в соответствии с критериями / параметрами по годам обучения.

**Основные формы организации контроля:** *контрольные занятия, тестирование, олимпиады, выставки, фестивали, конкурсы.*

**Программа включает в себя и дистанционные формы работы с**

### 1.3. Содержание программы

#### Учебно-тематический план группы первого года обучения

№	Раздел	Всего часов	В том числе	
			Теоретические	Практические
1	Комплектование группы первого года обучения	4	0	4
2	Вводное занятие. Введение в программу	2	2	0
3	Техника безопасности	2	1	1
4	Общие вопросы теории и практики физической культуры и спорта	14	14	0
5	Общая физическая подготовка	20	0	20
6	Специальная физическая подготовка	18	2	16
7	Техническая подготовка	22	2	20
8	Тактическая подготовка	20	2	18
9	Игровая подготовка	16	1	15
	Соревновательная подготовка	14	0	14
10	Мероприятия воспитывающего и познавательного характера	10	0	10
	Итоговое занятие	2	0	0
<b>ИТОГО:</b>		144	24	120

## Учебно-тематический план группы второго года обучения

№	Раздел	Всего часов	В том числе	
			Теоретические	Практические
1	Комплектование группы первого года обучения	6	0	6
2	Вводное занятие. Введение в программу	2	2	0
3	Техника безопасности	2	2	0
4	Общие вопросы теории и практики физической культуры и спорта	16	16	0
5	Общая физическая подготовка	20	5	15
6	Специальная физическая подготовка	20	5	15
7	Техническая подготовка	30	5	25
8	Тактическая подготовка	20	5	15
9	Игровая подготовка	30	5	25
	Соревновательная подготовка	30	5	25
10	Мероприятия воспитывающего и познавательного характера	20	5	15
	Итоговое занятие	20	5	15
<b>ИТОГО:</b>		216	60	156

### 1.3. Содержание учебно-тематического плана программы

#### Содержание программы первого года обучения

1. **Комплектование группы первого года обучения** организуется в соответствии с Приказом Минобрнауки РФ «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (№ 1008 от 29.08.13), санитарно-эпидемиологическими требованиями к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей (СанПиН 2.4.4.3172-14). Комплектование групп первого года обучение осуществляется до 10 сентября.

2. **Вводное занятие. Введение в программу.** Ознакомление с содержанием деятельности по программе. Выступление детей третьего года обучение с презентацией достижений объединения и своих личных успехов.

3. **Техника безопасности.** Инструктаж по технике безопасности проводится в течение всего учебного года. Включает: 002, 017, 033, 032, 054.

Правила поведения на занятии, в группе, на спортивной площадке, правила безопасного поведения на дороге и в транспорте.

4. **Общие вопросы теории и практики физической культуры и спорта.** Физическая культура как вид культуры. Ценность, полезность физической культуры и спорта для человека и общества. Физическое совершенствование. Развития физических способностей (качеств), необходимых при игре в футбол. Использования физических упражнений для развития двигательных способностей, лечения травм и их последствий.

5. **Общая физическая подготовка. Строевые упражнения**

*Теория:* шеренга, колонна, фланг, интервал, дистанция. Команды предварительные и исполнительные. Построение, расчет. Повороты на месте и в движении. Ходьба в строю. Размыкание строя, перестроение. Обозначение шага на месте, переход на ходьбу, бег и с бега на шаг. Остановка.

*Практические упражнения* для укрепления мышц, костно-связочного аппарата и улучшения подвижности в суставах

*Упражнения для рук и плечевого пояса:* сгибание и разгибание рук, махи, вращения, отведения и приведения, поднимание и опускание, рывковые движения.

*Упражнения для шеи и туловища:* наклоны, повороты и вращения в различных направлениях. Наклоны, повороты и вращения туловища, вращение таза.

*Упражнения для ног:* поднимание на носки, ходьба на носках, пятках, внутренней и внешней сторонах стоп. Вращения в голеностопных суставах; сгибание и разгибание ног в тазобедренном, голеностопном и коленном суставах; приседания, отведения и приведения; махи ногой в различных направлениях.

*Упражнения для развития ловкости:* движения руками и ногами в различных исходных положениях.

*Упражнения для развития быстроты:* пробегание коротких отрезков от 5 до 10 м. из различных исходных положений в различных направлениях. Движения по звуковому, зрительному и тактильному сигналам. Упражнения на расслабление различных групп мышц.

*Упражнения для развития силы:* элементы игры без мяча и мячом, использования корпуса при выполнении технических элементов и приемов владения мячом. Подвижные и спортивные игры (по упрощенным правилам).

*Упражнения для развития скоростно-силовых качеств:* прыжки в длину с места и с разбега. Подвижные игры с использованием отягощений малого веса. Эстафеты простые с предметами.

*Упражнения для воспитания выносливости:* равномерный бег. Частота пульса во время работы 130-170 уд/мин. Переменный бег на коротких отрезках с максимальной скоростью в течение 2-3 мин (работа 5-10 сек., интервал отдыха – 1 мин.). Серийное выполнение игровых и технико-тактических упражнений с интенсивностью 50-55% от максимальной (длительность одного повторения не более 30 сек.; интервалы отдыха – 2 мин., число повторений – 2-3) Подвижные игры.

## **6. Специальная физическая подготовка**

Двигательные действия и навыки

*Упражнения без мяча:* бег «змейкой»

*Жонглирование мячом:* ногой.

*Ведение мяча:* внутренней частью подъема стопы (по прямой с изменяющейся скоростью);

*Удары:* серединой подъема стопы с места по неподвижному, катящемуся мячу; после отскока от земли; с поворотом.

*Передача мяча:* на месте (продольные низкие, высокие); в движении.

*Вбрасывание мяча:* из-за боковой линии, стоя на месте, с разбега.

*Остановка летящего мяча:* внутренней стороной стопы.

*Тактические действия:* взаимодействия игроков в нападении и защите при подаче углового удара и при пробитии штрафных; взаимодействия игроков при вбрасывании мяча из-за лицевой линии.

*Спортивные игры:* мини-футбол, футбол по упрощенным и основным правилам.

Специально-развивающие упражнения.

*Развитие скоростных способностей:* старты из различных положений и с ведением мяча; бег по прямой, с остановками (по свистку, хлопку, заданному сигналу).

*Развитие силовых способностей:* комплексы упражнений с дополнительным отягощением на основные мышечные группы.

*Развитие выносливости:* равномерный бег на длинные дистанции (0,5 км); игра в футбол по упрощенным правилам.

## **7. Техническая подготовка.**

*Техника передвижения:* бег обычный, бег приставным шагом. Бег по

прямой и с изменением направления. Прыжки: вверх, вверх-вперед, вверх-вправо, и вверх-влево, толчком одной ногой.

*Удары по мячу ногой:* удар носком. Удары подъемом: серединой, внутренней, внешней частью подъема. Удар внутренней стороной стопы «щечкой». Удар внешней стороной стопы.

*Остановка мяча:* остановка катящегося мяча подошвой и внутренней стороной стопы. Остановка опускающегося мяча подошвой и внутренней стороной стопы.

*Ведение мяча:* ведение мяча носком (средней частью подъема), внутренней и внешней частью подъема. Ведение мяча по прямой, по кругу.

*Вбрасывание мяча:* вбрасывание мяча с места из положений ноги вместе и ноги врозь. Вбрасывание мяча на точность: в стойку.

#### *Техника игры вратаря*

Приемы игры вратаря. Ловля летящего мяча: в прыжке, в стороне от вратаря, на уровне груди. Ловля низколетящего мяча. Прием катящегося мяча. Отбивание мяча. Ведение мяча. Бросок мяча.

### **8. Тактическая подготовка**

*Тактика игры вратаря:* действия вратаря в оборон: в воротах, на выходах. Выбор правильной позиции в воротах. Розыгрыш удара от ворот, введение мяча в игру.

*Тактика нападения:* ведение, обводка, удары, передачи и остановка мяча.

*Групповая тактика:* комбинации при стандартных положениях и в ходе игрового положения: при вбрасывании мяча из-за боковой линии, при угловых ударах, при ударах от ворот.

*Командная тактика:* постепенное нападение.

*Тактика защиты:* оборона ворот, игра в защите из индивидуальных, групповых и командных действий.

*Индивидуальная тактика:* противодействия игроку, владеющему мячом и не владеющему мячом.

*Групповая тактика в защите:* оказание помощи партнерам: построение «стенки».

### **9. Игровая подготовка.**

Подвижные игры. Примерная группировка подвижных игр по преимущественному проявлению физических качеств. Игры по правилам: баскетбол, пионербол, волейбол (ногами, руками), дайпас (передачей мяча сверху и снизу руками и ногами), многобол (использование разного количества мячей в зависимости сколько игроков на площадке).

Преимущественное проявление качеств	Средства развития физических качеств (подвижные игры и эстафеты)
Быстрота	Октябрята. Два мороза. К своим флажкам. Салки с выручалкой. Пустое место. Линейная эстафета. День и ночь. Белые медведи. Вызов номеров. Бегуны и др.

Скоростно-силовые	Веровочка под ногами. Волк во рву. Зайцы в огороде. Лиса и куры. Прыжки в длину и высоту. Прыжок за прыжком. Метко в цель. Подвижная цель. Попади в мяч. Снайперы. Охотники и утки. Кто дальше бросит. Заставь отступить и др.
Выносливость	Не давай мяч водящему. Салки простые. Салки по кругу. Встречная эстафета. Команда быстроногих. Мяч ловцу.
Сила	Тяни в круг.
Ловкость	Перетягивание каната. Прыгуны и ползуны. Кувырок с мячом. Навстречу удочке. Эстафета с лазанием и перелазанием. Бег пингвинов. Эстафета с преодолением препятствий

### ***Спортивные игры.***

Ручной мяч (гандбол), баскетбол, футбол, спортивные подвижные игры с (использованием волейбольной и футбольной сетки) дайпас, многобол, даймяч.

### **Содержание учебно-тематического плана программы второго года обучения**

**1. Вводное занятие.** Введение в программу. Ознакомление с содержанием деятельности по программе второго года обучения.

**2. Техника безопасности.** Инструктаж по технике безопасности проводится в течение всего учебного года. Включает: 002, 017, 033, 032, 054.

Правила поведения на занятии, в группе, на спортивной площадке, правила безопасного поведения на дороге и в транспорте.

### ***3. Общие вопросы теории и практики физической культуры и спорта.***

Значение физической культуры и спорта для человека и общества. Режим дня, правильное питание и сон. Строение опорно-двигательной системы человека. Выдающиеся спортсмены, связь их достижений и частоты тренировочного процесса. Травмобезопасное поведение. Способы контроля своего физического самочувствия.

### **5. Общая физическая подготовка. Строевые упражнения**

*Теория:* Интервал, дистанция. Команды предварительные и исполнительные. Построение, расчет. Повороты на месте и в движении. Ходьба в строю. Размыкание строя, перестроение. Обозначение шага на месте, переход на ходьбу, бег и с бега на шаг. Остановка.

*Практические упражнения для укрепления мышц, костно-связочного аппарата и улучшения подвижности в суставах*

*Упражнения для рук и плечевого пояса:* сгибание и разгибание рук, махи,

вращения, отведения и приведения, поднимание и опускание, рывковые движения. Упражнения без предметов и с предметами (набивными мячами, мешочками с песком, резиновыми амортизаторами, палками, булавами). Упражнения, выполняемые в различных положениях: стоя, сидя, лежа, на месте и в движении, в прыжке.

*Упражнения для шеи и туловища:* наклоны, повороты и вращения в различных направлениях. Наклоны, повороты и вращения туловища, вращение таза. Поднимание и опускание прямых и согнутых ног в положении лежа на спине, на животе, сидя, в висе; переход из положения лежа в сед и обратно; разнообразные сочетания этих упражнений, способствующие формированию правильной осанки.

*Упражнения для ног:* поднимание на носки, ходьба на носках, пятках, внутренней и внешней сторонах стоп. Вращения в голеностопных суставах; сгибание и разгибание ног в тазобедренном, голеностопном и коленном суставах; приседания, отведения и приведения; махи ногой в различных направлениях. Выпады, пружинистые покачивания в выпаде, подскоки из различных исходных положений ног (на ширине плеч, одна впереди и т.п.).

Сгибание и разгибание ног в висах и упорах. Прыжки, многоскоки, ходьба в полном приседе и полуприседе.

*Упражнения для развития ловкости:* движения руками и ногами в различных исходных положениях. Опорные и безопорные прыжки. Прыжки в высоту, прыжки в длину с поворотами, боком. Перекаты вперед, назад, в сторону, в группировке, прогнувшись с опорой и без опоры, кувырки вперед, назад и в стороны; стойка на лопатках. Упражнения в свободном беге, с изменением направления движения. Преодоление полосы препятствий, бег по сложнопересеченной местности.

*Упражнения для развития быстроты:* пробегание коротких отрезков от 5 до 20 м. из различных исходных положений в различных направлениях. Бег с максимальной скоростью и остановками по звуковому, зрительному и тактильному сигналам. Ускорения. Эстафеты и игры с применением беговых упражнений. Ловля и быстрая передача мяча. Упражнения на расслабление различных групп мышц.

*Упражнения для развития силы:* элементы вольной борьбы. Подвижные и спортивные игры (по упрощенным правилам) с применением силовых приемов. Упражнения с набивными мячами (весом не более 2-3 кг) в положении стоя, сидя, лежа. Переноска и перекачивание груза. Перетягивание каната. Бег по песку, по воде, в гору. Преодоление сопротивления партнера в статистических и динамических режимах.

*Упражнения для развития скоростно-силовых качеств:* прыжки в длину с места и с разбега. Многоскоки. Подвижные игры с использованием отягощений малого веса. Эстафеты простые и комбинированные с бегом, прыжками, метанием и переноской грузов.

Общеразвивающие упражнения (с малым отягощением), выполняемые в быстром темпе. Подвижные игры с применением силовой борьбы. Толчки сопротивляющегося партнера плечом, грудью.

*Упражнения для воспитания выносливости:* равномерный бег. Частота пульса во время работы 130-170 уд/мин. Переменный бег на коротких отрезках

с максимальной скоростью в течение 3-5 мин (работа 5-10 сек., интервал отдыха – 15-30 сек.). Серийное выполнение игровых и технико-тактических упражнений с интенсивностью 55-75% от максимальной (длительность одного повторения не более 30 сек.; интервалы отдыха – 1-1,5 мин., число повторений – 3-5) Подвижные игры. Бег по песку, по воде, в гору.

## **6. Специальная физическая подготовка**

*Двигательные действия и навыки*

*Упражнения без мяча:* бег «змейкой» и «восьмеркой» (с максимальной и изменяющейся скоростью); бег с чередованием передвижения лицом и спиной вперед.

*Жонглирование мячом:* ногой, головой.

*Ведение мяча:* внутренней частью подъема стопы («змейкой» между стойками, по прямой с изменяющейся скоростью); попеременно внешней и внутренней поверхностью стопы с изменяющейся скоростью передвижения.

*Удары:* серединой подъема стопы с места и с разбега по неподвижному, катящемуся и летящему мячу; после отскока от земли; с поворотом; пяткой ноги; головой по летящему мячу (стоя на месте и в прыжке).

*Передача мяча:* на месте (продольные, поперечные, диагональные, низкие, высокие); в движении.

*Вбрасывание мяча:* из-за боковой линии, стоя на месте, с разбега.

*Отбирание мяча у соперника:* толчком плеча в плечо; выбиванием; наложением стопы на мяч; подкатом.

*Остановка летящего мяча:* внутренней стороной стопы, грудью.

*Обманные действия:* индивидуальные с мячом и без мяча (финты); наступание на мяч; ложное продвижение с мячом соперника; ложный замах.

*Групповые обманные действия:* ложный пас; ложные действия: получить пас от партнера, производящего вбрасывание мяча из-за лицевой линии; пропуск мяча партнеру; оставление мяча партнеру; ложные действия при подаче углового удара.

*Тактические действия:* взаимодействия игроков в нападении и защите при подаче углового удара и при пробитии штрафных; взаимодействия игроков при вбрасывании мяча из-за лицевой линии.

*Спортивные игры:* мини-футбол, футбол по упрощенным и основным правилам.

### *Специально-развивающие упражнения*

*Развитие скоростных способностей:* старты из различных положений и с ведением мяча; бег с максимальной скоростью по прямой, с остановками (по свистку, хлопку, заданному сигналу), с ускорениями, рывками, изменениями направления передвижения; бег и ходьба спиной вперед в максимальном темпе, по прямой, с поворотами на 180<sup>0</sup> и 360<sup>0</sup>, по кругу и «змейкой»; короткие прыжки на правой (левой) ноге по разметкам, между стоек, спиной вперед; удары по мячу в стенку с максимальным темпом (расстояние 1м); выполнение разученных технических приемов игры с максимально возможной скоростью; кувырки вперед, назад, боком с последующим рывком; индивидуальные учебные задания с увеличенным объемом рывковых действий, скоростных

пробежек, финтов без мяча и с мячом.

*Развитие силовых способностей:* комплексы упражнений с дополнительным отягощением на основные мышечные группы; многоскоки; многоскоки через препятствия; спрыгивание с возвышенной опоры с последующим ускорением, прыжком в длину; прыжки на двух ногах с дополнительным отягощением (вперед, назад, в приседе, с продвижением вперед); прыжки на одной с упором другом, лицом и боком к опоре (с упором на гимнастическую скамейку и стенку, гимнастического «козла» и горку матов); ведение набивного мяча (1 кг); бег с максимальной скоростью с дополнительным отягощением по прямой и в горку, по гимнастическим матам (по прямой, с обводкой стоек, между стойками); бег с дополнительным отягощением с максимальной скоростью (до 20м).

*Развитие выносливости:* равномерный бег на длинные дистанции (1,5 км); кроссовый бег (1,5 км); пробегание дистанций (100-150 м.) с изменяющимся интервалом отдыха; непрерывный бег с чередованием скорости передвижения; игра в футбол по упрощенным правилам.

#### 7. Техническая подготовка.

*Техника передвижения:* бег обычный, бег приставным шагом. Бег по прямой и с изменением направления. Прыжки: вверх, вверх-вперед, толчком одной и двумя ногами с места, вверх-вправо, и вверх-влево, толчком одной ногой с разбега. Бег спиной вперед. Бег скрестным шагом. Бег дугами. Повороты: переступанием и прыжком. Остановки во время бега выпадом и прыжком.

*Удары по мячу ногой:* Удар носком. Удары подъемом: серединой, внутренней, внешней частью подъема. Удар внутренней стороной стопы «щечкой». Удар внешней стороной стопы. Удар пяткой. Удары с подрезкой мяча: резаные удары внутренней и внешней частью подъема по летящему и катящемуся мячу (от игрока, навстречу ему, справа и слева). Удары по летящему мячу, опускающемуся перед игроком, сбоку; с полулета, через голову. Удар по мячу, катящемуся сбоку.

*Удары по мячу головой.*

Удар по встречному мячу лбом без прыжка. Удар боковой частью головы по мячу, летящему сбоку. Удар головой в прыжке.

*Остановка мяча.*

Остановка катящегося мяча подошвой и внутренней стороной стопы. Остановка опускающегося мяча подошвой и внутренней стороной стопы. Остановка мяча в воздухе. Остановка мяча с оглядкой.

*Ведение мяча.*

Ведение мяча носком (средней частью подъема), внутренней и внешней частью подъема, меняя направление движения, между движущимися партнерами, изменяя скорость передвижения. Ведение мяча по прямой, по кругу, по «восьмерке», а также между стоек.

*Обманные движения ногами и туловищем (финты).*

Остановка мяча ногой (после замедления бега и ложной попытки остановки мяча выполняется рывок с мячом). Имитация удара по мячу ногой и с последующим уходом от соперника вправо и влево.

### *Отбирание мяча.*

Отбор мяча выбиванием и выпадам у соперника, движущегося навстречу, слева и справа от игрока. Отбор мяча у соперника толчком плеча в плечо.

### *Вбрасывание мяча.*

Вбрасывание мяча с места из положений ноги вместе и ноги врозь. Вбрасывание мяча на точность: в ноги стоящему партнеру или ему на ход.

### *Техника игры вратаря*

Приемы игры вратаря. Ловля высоко летящего мяча: в прыжке, в стороне от вратаря, на уровне груди. Ловля низколетящего мяча с падением. Прием катящегося мяча. Подъем после падения. Отбивание мяча. Ведение мяча. Выбивание мяча с рук. Бросок мяча.

## **8. *Тактическая подготовка***

### *Тактика игры вратаря*

Действия вратаря в оборон: в воротах, на выходах. Действия вратаря в атаке: организация атаки при ударе от ворот, ответной атаке. Выбор правильной позиции в воротах при ударах по воротам в зависимости от «угла удара». Розыгрыш удара от ворот, введение мяча в игру после ловли открывающемуся партнеру. Выбор правильной позиции при угловом, штрафном и свободном ударах вблизи своих ворот.

### *Тактика нападения*

Под тактикой нападения понимается организация действий команды, владеющей мячом, для взятия ворот соперника. Разнообразие форм построения нападающих действий, изменение темпа развития атаки, направлений основного прорыва, наконец, разнообразие технических приемов единоборства – все это создает крайне трудные условия для защитников, которые стремятся разрушить атаку.

### *Индивидуальная тактика*

Действия без мяча с мячом: открывание, отвлечение соперника и создание численного преимущества на отдельном участке поля.

Основные варианты действий футболиста, владеющего мячом: ведение, обводка, удары, передачи и остановка мяча.

### *Групповая тактика*

Комбинация – действия двух или нескольких игроков, решающих определенную тактическую задачу. Цепи комбинаций и противодействия им.

Комбинации в ходе игрового положения: при вбрасывании мяча из-за боковой линии, при угловых ударах, при штрафных ударах в непосредственной близости от ворот соперника, при штрафных ударах с подключением игрока на левом краю штрафной площади, при свободных ударах в непосредственной близости от ворот соперника, при ударах от ворот.

Комбинации в игровых эпизодах. по взаимодействию двух партнеров: в «стенку», «скрещивание», и «передача мяча».

В игровых эпизодах: «пропускание мяча», «смена мест» и «игра в одно касание».

### *Командная тактика*

*Тактика защиты:* оборона ворот, борьба за овладение мячом, организация атаки. Индивидуальные, групповые и командные действия.

### *Индивидуальная тактика*

Противодействие игроку, владеющему мячом и не владеющему мячом.

Действия защитника против игрока, не владеющего мячом:

- воспрепятствовать сопернику получить мяч, т.е. осуществить «закрывание»;

- перехватить мяч, адресованный сопернику, т.е. осуществить перехват.

Действуя против игрока, владеющего мячом, защитник стремится:

- отобрать мяч;
- помешать передаче мяча;
- воспрепятствовать ведению мяча;
- противодействовать нанесению удара.

### *Групповая тактика .*

Групповые действия против соперника, угрожающего воротам, оказание помощи партнерам.

Способы взаимодействия двух игроков в защите: страховка, противодействие комбинациям «в стенку» и «скрещивание». Способы взаимодействия трех и более игроков: построение «стенки», создание искусственного положения «вне игры» и действия с участием вратаря.

### *Командная тактика.*

Индивидуальные способы ведения игры в защите. Действия в защите зонного способа ведения игры, индивидуальные задачи, выходящие за рамки зонного принципа.

## **9. Игровая подготовка.**

Подвижные игры. Примерная группировка подвижных игр по преимущественному проявлению физических качеств.

Преимущественное проявление качеств	Средства развития физических качеств (подвижные игры и эстафеты)
Быстрота	Октябрята. Два мороза. К своим флажкам. Салки с выручалкой. Пустое место. Линейная эстафета. День и ночь. Белые медведи. Вызов номеров. Бегуны и др.
Скоростно-силовые	Веревочка под ногами. Волк во рву. Зайцы в огороде. Лиса и куры. Прыжки в длину и высоту. Прыжок за прыжком. Парашютисты. Не отступись. Метко в цель. Подвижная цель. Попади в мяч. Снайперы. Охотники и утки. Кто дальше бросит. Заставь отступить и др.

Выносливость	Не давай мяч водящему. Салки простые. Салки по кругу. Встречная эстафета. Команда быстроногих. Мяч ловцу. Гонки с выбыванием.
Сила	Тяни в круг. Бой петухов. Выталкивание из круга.
Ловкость	Перетягивание в парах. Перетягивание каната. Бег раков. Эстафета с набивными мячами. Прыгуны и ползуны. Кувырок с мячом. Навстречу удочке. Эстафета с лазанием и перелазанием. Бег пингвинов. Эстафета с преодолением препятствий

### ***Спортивные игры.***

Ручной мяч (гандбол), баскетбол, хоккей с мячом (по упрощенным правилам).

## **1.4. Предполагаемые результаты программы**

### ***Предметные результаты:***

- первоначальные представления о значении физической культуры для физического развития, повышения работоспособности, в укреплении и сохранении индивидуального здоровья;

- формирование умений выполнять комплексы общеразвивающих, оздоровительных и корригирующих упражнений, учитывающих индивидуальные способности и особенности, состояние здоровья и режим учебной деятельности;

- расширение двигательного опыта за счёт упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма;

- бережно обращение с инвентарём и оборудованием, соблюдение требований техники безопасности;

- овладение умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры);

- умения оценивать свое физическое состояние, величину физических нагрузок, соотнесение самочувствия с настроением, собственной активностью, самостоятельностью и независимостью;

- умение определять свое самочувствие в связи с физической нагрузкой: усталость, болевые ощущения и другое;

- оптимальный (с учетом индивидуальных особенностей и возможностей) уровень самостоятельности в освоении и совершенствовании двигательных умений;

- оптимальный (с учетом индивидуальных особенностей и возможностей) уровень развития физических параметров (силы, выносливости, мышечной массы и др.);

- оптимальный (с учетом индивидуальных особенностей и возможностей)

уровень развития физических качеств (быстроты, реакции, ловкости и др.);

- владение основными приёмами и навыками игры в футбол,
- умение оценивать свои достижения,

**Личностные результаты** отражаются в индивидуальных качественных свойствах учащихся, которые они должны приобрести в процессе освоения содержания программы:

- ответственное отношение к учению, уважительное отношения к труду;
- проявление этических чувств доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимание и сопереживание чувствам других людей;
- навыки сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных ситуациях, умение не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;
- проявление нравственных чувств и нравственного поведения, ответственного отношения к собственным поступкам;
- мотивация на безопасный, здоровый образ жизни;
- проявление эстетических чувств через освоение художественного наследия народов Республики Татарстан, России и мира, творческой деятельности эстетического характера.

**Метапредметные результаты** характеризуют уровень сформированности универсальных способностей учащихся, проявляющихся в познавательной и практической деятельности:

- понимание цели своего обучения, способность при помощи педагога ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;
- умение поддерживать запланированные совместно с педагогом пути достижения целей;
- умение анализировать свои действия по достижению планируемых результатов, учитывать изменяющуюся ситуацию;
- умение анализировать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности ее решения;
- владение основами самоконтроля, самооценки;
- умение поддерживать учебное сотрудничество и совместную деятельность с педагогом и сверстниками; преодолевать конфликты, высказывать свое мнение.

-

В результате освоения программы ребенок	В результате освоения программы у ребенка
<ul style="list-style-type: none"><li>- будет иметь представление о строении человеческого организма, об особенностях опорно-двигательной системы;</li><li>- получит представления об индивидуальных психосоматических и психосоциальных особенностях, адаптационных свойствах организма</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- укрепитя мотивация к занятиям физической культурой и футболом;</li><li>- сформируется способность осознанно развивать у себя необходимые двигательные умения и навыки;</li><li>- сформируется мотивация на укрепление здоровья, поддержку</li></ul>

<p>- приобретет необходимый набор знаний о здоровом образе жизни, о способах и средствах профилактики травматизма, коррекции осанки и телосложения;</p> <p>- научится следить за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, адекватно их дозировать;</p> <p>- обучится технике правильного выполнения физических упражнений;</p> <p>- научится преодолевать недостатки познавательной сферы и психомоторного развития (преодоление страха, замкнутого пространства, высоты, нарушение координации движений, завышение или занижение самооценки);</p> <p>- приобретет необходимые коммуникативные умения для социальных контактов с окружающими людьми, адекватного поведения в социальной среде;</p> <p>- приобретет навыки соблюдения спортивной этики, дисциплины.</p>	<p>оптимального функционального состояния;</p> <p>- сформируется позитивное отношение к здоровому образу жизни, способность противостоять негативному влиянию социальной среды;</p> <p>- сформируется способность оценивать возможности своего организма при дозировании физических нагрузок;</p> <p>- расширится двигательный опыт за счет овладения двигательными действиями футбола;</p> <p>- станут более развитыми основные физические качества (сила, ловкость, быстрота, выносливость и гибкость);</p> <p>- станут более развитыми мыслительные процессы, внимание, восприятие, эмоциональная сфера, воля;</p> <p>- станут более развитыми коммуникативные способности;</p> <p>- обогатится словарный запас;</p> <p>- проявится чувство внутренней свободы, уверенности в себе, своих силах и возможностях;</p> <p>- будут воспитаны нравственные ориентиры и морально-волевые качества.</p>
---	---

## 2. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

### 2.1. Условия реализации программы

#### *Организационные условия:*

**Формы реализации программы:** групповая форма проведения занятий с ярко выраженным индивидуальным подходом. Индивидуальные консультации, использование информационных образовательных ресурсов.

Организуется оказание консультативной и методической помощи родителям (законным представителям) детей с ОВЗ по вопросам развития и обучения ребенка, вопросам правового обеспечения и иным.

**Сетевое взаимодействие** обеспечивает ресурсную поддержку данной программе: организационную помощь оказывают Камский экономико-строительный колледж им. Е.Н. Батенчука, местная общественная организация «Набережночелнинское объединенное физкультурно-спортивное общество «Споркоррд».

Договор о взаимодействии с ПМПк ППМС-центра является необходимой мерой для создания условий доступного образования для детей с ОВЗ.

Налажено тесное сотрудничество с Набережночелнинским колледжем (филиалом) государственного федерального бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Поволжская государственная академия физической культуры, спорта и туризма», Государственным федеральным бюджетным образовательным учреждением высшего образования «Набережночелнинский государственный педагогический университет», в которых реализуется программа прохождения педагогической и производственной практики студентами.

Совместными усилиями организуется комплекс мероприятий для детей с ОВЗ:

- ежегодные открытые первенства по мини-футболу Кубок «Открытия-сезона», Кубок Бушидо, Кубок Бумеранга, Кубок Гагарина, Кубок Победы;
- соревнования по лыжным гонкам и лыжной эстафете «Бумеранг», по спортивно-игровой эстафете «От игры к игре», по спортивным подвижным играм «Дайпас», Многобол (свалкабол), «Шарубей»;
- многочисленные спортивные акции «Спорт для всех», «Единый день здоровья», «Футбольные минутки», «Футбольный флэш-моб», «Спортивная зарница», «Я-команда», «Смешанные эстафеты», объединенные спортивные эстафеты «Быстрее, выше, сильнее».

#### ***Педагогические технологии:***

**Личностные технологии:** заключаются в ориентации на свойства личности, её формирования, развития в соответствии с природными способностями; в нахождении методов и средств обучения и воспитания, соответствующих индивидуальным особенностям каждого обучаемого;

**Игровые технологии:** реализуются по направлениям: цель ставится в форме игровой задачи; учебная деятельность подчиняется правилам игры; в учебную деятельность вводится элемент соревнования, который приводит

дидактическую задачу в игровую; успешное выполнение дидактической задачи связывается с игровым результатом;

*Инновационные интерактивные технологии обучения:* основываются на психологии человеческих взаимоотношений, рассматриваются как способ усвоения знаний, формирования умений и навыков в процессе взаимодействия педагога и обучаемого; опираются на процессы восприятия, памяти, внимания, на творческое мышление, общение; обучающиеся учатся общаться друг с другом, мыслить творчески, решать профессиональные задачи.

#### **Дидактический и методический материал:**

- учебники и учебные пособия;
- справочники и энциклопедии;
- методические рекомендации и разработки;
- тематические сборники;
- видеозаписи спортивных соревнований;

Предусмотрены условия (распечатка, проекция) для детей с плохим зрением. Плохо слышащие учащиеся могут заниматься со своим индивидуальным слуховым аппаратом.

#### **Материально–технические условия:**

№ п/п	Наименование объектов и средств материально-технического оснащения	Необходимое количество	Примечание
<b>Футбол</b>			
1	Комплект ворот с сеткой	Г	
2	Мячи футбольные для мини-игры	К	
3	Сетка для переноса и хранения мячей	Г	
<b>Спортивные залы (кабинеты)</b>			
4	Спортивный	Г	С раздевалками для мальчиков и девочек
5	Подсобное помещение для хранения инвентаря и оборудования	Г	Включает в себя стеллажи, контейнеры
6.	Санитарно-бытовые помещения (оборудованный гардероб, санузлы, места личной гигиены)	Г	Оборудованные стойками, ручками
<b>Пришкольный стадион (площадка)</b>			
7	Площадка игровая футбольная	Г	

*Примечание.* Количество учебного оборудования приводится в расчёте на один спортивный зал. Конкретное количество средств и объектов материально-технического оснащения указано с учётом средней наполняемости группы 15 учащихся.

Условные обозначения: К — комплект из расчёта на каждого учащегося, Г - комплект, необходимый для практической работы в группах.

Кроме того, имеется возможность использовать помещения МАУДО «ЦДТ №16 «Огниво» для проведения мероприятий как для объединения «Бушидо», так и совместные мероприятия с учащимися Центра:

- оснащенный кабинет с комплектами мебели для учащихся (15 комплектов);
  - музыкальный инструмент (пианино);
  - синтезатор;
  - видеокамера;
  - настольные и печатные игры;
- компьютер с программным обеспечением

### ***Кадровые условия***

В объединении постоянно работает педагог, имеющий высшее профессиональное образование, первую квалификационную категорию по должности «педагог дополнительного образования», прошедший обучение на специализированных курсах профессиональной подготовки.

Осуществляется сотрудничество со специалистами Центра:

- *с методистом* - по программно- методическому обеспечению, повышению качества дополнительного образования;
- *со звукооператором* - техническое обслуживание во время культурно- досуговых мероприятий.

## **2.2 Формы аттестации**

### **Особенности организации контроля**

Изучение результативности программы осуществляется через входную диагностику, промежуточную и итоговую аттестацию учащихся. Отслеживание результатов развития учащихся проводится в соответствии с критериями / параметрами по годам обучения.

Формами контроля реализации программы являются:

- включенное наблюдение за обучающимися в процессе учебно- тренировочных занятий и спортивных соревнований;
- проверка выполнения отдельных упражнений;
- выполнение установленных для каждого индивидуально заданий;
- экспертная оценка;

<b><i>Педагогический мониторинг</i></b>	<b><i>Мониторинг образовательной деятельности детей</i></b>
- входная диагностика, изучение материалов, представленных психолого-медико-педагогической комиссией	- входная диагностика: мотивация обучения игре в футбол
- диагностика нарушений опорно-двигательного аппарата (нарушение осанки, сколиозы, плоскостопия и др.	- промежуточная аттестация в декабре каждого учебного года и по окончанию учебного года в группах первого и второго года обучения (выполнение контрольных нормативов, оценка по уровням: высокий, средний, низкий)

- диагностика показателей физического развития: силы, ловкости, быстроты, выносливости и гибкости и др.	- итоговая аттестация в мае по окончании обучения по программе в группах третьего года обучения (выполнение контрольных нормативов, оценка по уровням: высокий, средний, низкий)
- диагностика развития мыслительных процессов, внимания, восприятия, эмоциональной сферы, воли	- индивидуальная диагностика с целью коррекции отставания и с целью развития способностей отдельных учащихся
- диагностика показателей психического здоровья: страха, боязни замкнутого пространства, боязнь высоты, нарушение координации движений, завышенность или заниженность самооценки	
- отслеживание личностного роста и продвижения	- самооценка воспитанника
- анкетирование по проблемам организации образовательного процесса (детей, родителей (лиц, их заменяющих), учителей)	
- анализ портфолио достижений учащихся	ведение портфолио достижений учащихся

### 2.3. Методическое обеспечение программы

Раздел или тема программы	Формы занятий	Приемы и методы организации и образовательной деятельности (в рамках занятия)	Дидактический материал	Техническое оснащение занятий	Формы подведения итогов
Вводное занятие. Введение в программу	Учебное занятие	Беседа, рассказ, презентация	Программа презентация к программе	Проектор	Включенное педагогическое наблюдение

Техника безопасности	Учебное занятие	Беседа, рассказ, показ	Тексты инструктажей, плакаты, презентация	Проектор	Опрос
Общие вопросы теории и практики физической культуры и спорта	Учебное занятие	Беседа, показ, демонстрация, упражнение	Рисунки, плакаты, презентация	Проектор	Опрос, тестирование
Общая физическая подготовка	Тренировочное упражнение	Беседа, показ, демонстрация, упражнение	Мячи, ворота, спортивная экипировка		Включенное педагогическое наблюдение, сдача контрольных нормативов
Специальная физическая подготовка	Тренировочное упражнение	Беседа, показ, демонстрация, упражнение	Мячи, ворота, спортивная экипировка		Включенное педагогическое наблюдение, сдача контрольных нормативов
Техническая подготовка	Тренировочное упражнение	Беседа, показ, демонстрация, упражнение	Мячи, ворота, спортивная экипировка		Включенное педагогическое наблюдение, сдача контрольных нормативов

Тактическая подготовка	Тренировочное упражнение	Беседа, показ, демонстрация, упражнение	Мячи, ворота, спортивная экипировка		Включенное педагогическое наблюдение, сдача контрольных нормативов
Игровая подготовка	Тренировочное упражнение	Беседа, показ, демонстрация, упражнение, игра	Игровой инвентарий	Музыкальный центр	Включенное педагогическое наблюдение, сдача контрольных нормативов
Соревновательная подготовка	Соревнование	Беседа, игра	Мячи, ворота, спортивная экипировка	Проектор	Включенное педагогическое наблюдение, экспертная оценка, сдача контрольных нормативов
Мероприятие воспитывающего и познавательного характера	Мероприятие	Этическая беседа, показ, демонстрация, презентация	Презентации, книги, рисунки, плакаты, видео-аудиозаписи	Видеозаписи, аудио-видеоаппаратура	Включенное педагогическое наблюдение, нормативов, диагностическая беседа

### 3. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Андреев С. Н. Футбол в школе: Кн. Для учителя. – М.: Просвещение. 2004. – 144 с.
2. Андреев С. Н. Мини – футбол. М.:Физкультура и спорт. – 2009.- 111 с.
3. Бабенкова Е.А. Методическое пособие «Как помочь детям стать здоровыми».-М.:Прогресс 2013.-237 с.
4. Варюшин В.В. Тренировка юных футболистов: учебное пособие.- М.: ФиС, 2007.- 231 с.
5. Винник М.О. Задержка психического развития у детей: методические принципы и технологии диагностической и коррекционной работы. – Ростов - на Дону: Феникс, 2007 – 154 с.
6. Голомазов С, Чива Б. Футбол. Тренировка точности юных спортсменов. – М.: ТОО «Валери», 2014.– 81 с.
7. Голомазов С, Чирва Б. Футбол. Анализ игр кубка мира – Метод, разраб. – М.: РГАФК, 2009. – 55 с.
8. Голомазов С, Чирва Б. Футбол. Аналитические закономерности взятия ворот. Научно-методическое издание. Выпуск 14. – М.: РГАФК, 2010. – 31 с.
9. Голомазов С, Шинкаренко И. Футбол: Тренировка специальной работоспособности футболистов. – М., 2014. – 87 с.
10. Голомазов С.В., Чирва Б.Г. Теория и методика футбола. Техника игры. – М.: «СпортАкдемПресс», 2012. – 472 с.
11. Гужаловский А.А. Этапность развития физических (двигательных) качеств и проблема оптимизации физической подготовки детей школьного возраста: Автореф. дис. ... д-ра пед. наук. – М., 1979. – 26 с.
12. Гуревич И.А. 1500 упражнений для моделирования круговой тренировки. – Минск: Высшая школа, 1980. – 255 с.
13. Кузнецов А.А. Футбол. Настольная книга детского тренера II этап(11-12 лет).- М.: Олимпия. Человек, 2017.-388 с.
14. Примерная программа по физической культуре для учащихся специальной медицинской группы 1-4, 5-9 классы. Авторы-составители: Матвеев А.П., Петрова Т.В., Каверкина Л.В.- М.:«Дрофа», 2015.- 295 с.
15. Программа для специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждений VIII вида по физическому воспитанию /под редакцией Мозгового В.М..-М.: «Дрофа», 2015.-422 с.
16. Цзен Н.В., Пахомов Ю.В. Психотехнические игры в спорте. – М.: ФиС, 1985. – 160
17. Цирин Б. Я., Лукашин Ю. С. Футбол. – М.: Физкультура и спорт, 2012.- 315 с.
18. Шамардин А.М. Методика развития и совершенствования двигательных (физических) качеств у юных футболистов: Учебное пособие. – Волгоград: ВГИФК. – 2015. – 49 с
19. Юный футболист / Под ред. А.П. Лаптева, А.А. Сучилина: Учебное пособие для тренеров. – М.: ФиС, 2013. – 225 с

### **Литература для детей и родителей**

1. Андреев С. Н. Мини – футбол. М. «Физкультура и спорт».- 2009.- 111 с.
2. Варюшин В.В. Тренировка юных футболистов: учебное пособие.- М.: ФиС, 2007.- 231 с.
3. Лапочкин, С. В Шишкина, С.М. Методическое пособие для любителей футбола.- 2010.- 274 с.
4. Сучилин А. А. Футбол во дворе.- М.:Физкультура и спорт»,2015.- 318 с.
5. Юный футболист / Под ред. А.П. Лаптева М.: ФиС, 2013. – 225 с