

**Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
школа-интернат № 31 Невского района Санкт-Петербурга**

“СОГЛАСОВАНО”

на методическом объединении
учителей технологии, ИЗО и
физической культуры
29.08.2025 г., протокол №2

Председатель МО: 
/ **А.В. Шевцова** /

“ПРИНЯТО”

решением Педагогического Совета
ГБОУ школы-интерната № 31
Невского района Санкт-Петербурга
29.08.2025 г., протокол №1

“УТВЕРЖДЕНО”

29.08. 2025 г. приказ № 142

Директор ГБОУ  / **А.А. Иванова** /



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

занятий внеурочной деятельности

«ФУТБОЛУ»

для 10-А класса

адаптированной основной образовательной программы
основного общего образования обучающихся с нарушением слуха,
вариант 1.2

на 2025-2026 учебный год

Составитель: Воропаев Михаил Александрович

Пояснительная записка

Рабочая программа по внеурочной деятельности для глухих учащихся 10-а класса на 2025 – 2026 учебный год составлена в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом основного общего образования, утвержденного приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 31 мая 2021 г. № 287, приказом Минпросвещения России от 18.07.2022 № 568 «О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования, утвержденный приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 31 мая 2021 г. № 287», а также с федеральной адаптированной образовательной программой основного общего образования обучающихся с нарушением слуха (вариант 1.2), утвержденной приказом Министерства Российской Федерации от 24.11.2022 г., № 1023, и на основе дополнительной общеразвивающей программы по футболу.

Общая характеристика учебного курса внеурочной деятельности

Футбол - командная игра, но на начальном этапе многолетней подготовки командные задачи вторичны.

На первый план выходит индивидуальное обучение техническим приёмам и развитие координационных способностей юных футболистов. В футболе будущего особенно востребованными окажутся игроки, индивидуальное техническое мастерство которых позволит им эффективно играть в насыщенных соперниками зонах поля.

Футбол – это игра со своими законами и правилами. Кроме того, в футболе действуют общие закономерности и принципы подготовки спортсменов, свойственные всем видам спорта. И поэтому тренировочный процесс должен строиться на основе этих закономерностей и принципов. Есть, например, закономерности освоения технических приёмов. Одна из них заключается в том, что в основе эффективности техники лежит хорошая внутримышечная и межмышечная координация. Такая координация развивается и совершенствуется при многократном повторении одного и того же технического приёма, вначале в стандартных, а потом и в самых разнообразных условиях. Многократное повторение технических приёмов – мы должны воспроизвести в организованных условиях футбольных школ. Обучение техническим приёмам в футбольной школе сродни обучению грамоте в общеобразовательной школе. Прежде чем научиться писать сочинение на заданную тему, нужно вначале научиться писать буквы, затем - складывать эти буквы в слова, а потом из слов формировать предложения. И,

наконец, так сочетать эти предложения, чтобы получились рассказ, сочинение. Такая же ситуация в футболе: прежде чем начать хорошо играть, нужно освоить технические приёмы, научиться соединять разные приёмы в связки и комбинации, необходимые для решения задач каждого нового эпизода. И, наконец, рассматривать игру как набор игровых эпизодов, используемых в соответствии со стратегией игры, предложенной тренером

Цели и задачи, решаемые при реализации рабочей программы

Целью занятий в секции являются: разносторонняя подготовка и овладение рациональной техникой игры в футбол; приобретение знаний, умений необходимых футболистам; воспитание трудолюбия, дисциплины, взаимопомощи, чувства коллективизма.

Достижение цели обеспечивается решением следующих основных **задач**:

Образовательные задачи:

1. Ознакомить с принципами здорового образа жизни;
2. Ознакомить детей с принципами и правилами игры;
3. Ознакомить с правилами поведения спортсменов и со способами разрешения нестандартных ситуаций на соревнованиях;
4. Научить основам тактики и техники игры в футбол;
5. Обучить игре в футбол;
6. Ознакомить детей с правилами проведения соревнований по футболу;
7. Обучить правилам восстановления организма после тренировок;
8. Ознакомить с назначением упражнений на развитие координации движений, ловкости, реакции;
9. Научить правильно выполнять комплекс общеразвивающих и специальных упражнений.

Развивающие задачи:

1. Развивать координацию движений, ловкость, быстроту реакции, выносливость;
2. Укреплять здоровье учащихся;
3. Развивать кругозор учащихся: ознакомить с историей футбола;
4. Развивать интерес к футболу как виду спорта;

Воспитательные задачи:

1. Воспитывать у учащихся волю, целеустремленность, стремление к достижению спортивных результатов;
2. Формировать интерес к активному образу жизни.
3. Воспитывать у детей: умение играть в команде, чувство коллективизма,

толерантность.

Коррекционные задачи:

1. Развивать словарный запас.
2. Развивать устную связную речь.
3. Коррекция отклоняющегося поведения.
4. Коррекция и профилактика нарушений физического развития;

Программа предназначена для детей, не имеющих специальной предварительной подготовки, но обладающих интересом и положительной мотивацией к данной предметной области; не имеющих медицинских противопоказаний.

Коррекционная направленность программы

Коррекционная направленность занятий: обогащение и активация словаря за счет изучения специфической терминологии, названий материалов и инвентаря; осуществление коррекции недостатков произношения, развитие связной речи.

Коррекционная направленность программы обеспечивается реализацией целей и задач, обусловленных особенностями неслышащих обучающихся. Неслышащие дети имеют свои, свойственные только им особенности в развитии речевой и мыслительной деятельности (речевое недоразвитие, сниженный слух, отставание в развитии психических функций и др.). Отсутствие речи у неслышащих детей отрицательно сказывается на развитии функции дыхания, что приводит к застойным явлениям в лёгких и является причиной частых заболеваний дыхательной системы: ОРЗ, бронхиты, пневмонии.

В связи с этим у детей с нарушенным слухом возникают специфические изменения в снижении двигательной памяти, степени функциональной активности вестибулярного аппарата, состояния двигательного анализатора, замедленность овладения двигательными навыками. Все это требует специального подхода в реализации программы. Это затрудняет усвоение различных двигательных умений и навыков и требует **специальной коррекционной работы**, которая направлена на решение следующих задач:

- коррекция недостаточно точной координации и неуверенности движений, что проявляется в основных двигательных навыках;

- развитие моторной сферы: мелкой моторики кисти и пальцев рук, согласованности движений отдельных звеньев тела во времени и пространстве, переключаемости движений, дифференцировки и ритмичности движений, расслабления;
- овладение тематической и терминологической лексикой, используемой при изучении данного предмета, в том числе ее слухозрительным восприятием и воспроизведением;
- развитие слухового восприятия;
- обогащение и активация словаря за счет изучения специфической терминологии, названий материалов и инвентаря; осуществление коррекции недостатков произношения и грамматических ошибок; развитие связной речи, РСВ и т.д.

Специфика организации обучения глухих отражена в: создании слухоречевой среды на базе развития и использования остаточной слуховой функции, использовании дактильной формы речи, при необходимости – жестовой речи, применении табличек с речевым материалом, формировании речи в коммуникативной функции и использовании специальной методики обучения языку на всех уроках.

Определение места и роли учебного курса, предмета в учебном плане ОУ. Количество учебных часов, на которое рассчитана рабочая программа (в соответствии с учебным планом)

Рабочая программа в соответствии с планом внеурочной деятельности государственного бюджетного общеобразовательного учреждения школы-интерната № 31 Невского района Санкт-Петербурга на 2025 – 2026 учебный год рассчитана на 34 часа (1 час в неделю, 34 учебные недели).

Результаты освоения курса внеурочной деятельности

Личностные результаты

- формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание своей этнической и национальной принадлежности;
- формирование уважительного отношения к культуре других народов;
- развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение социальной роли обучающего;
- развитие этических чувств, доброжелательно и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;

- развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций;
- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;
- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.

Предметные результаты

- формирование первоначальных представлений о значении мини-футбола для укрепления здоровья человека (физического, социального и психического), о его позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной учёбы и социализации;
- формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья (рост, масса тела и др.), показателями развития основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости).
- овладение умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т.д.);

Метапредметные результаты

Познавательные:

- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств её осуществления;
- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;

Регулятивные:

- определение общей цели и путей её достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;
- овладение начальными сведениями о сущности и особенностях объектов, процессов и явлений действительности в соответствии с содержанием конкретного учебного курса

Коммуникативные:

- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учёта интересов сторон и сотрудничества;

Содержание курса внеурочной деятельности

№	Темы	Всего часов
1.	Теоретическая подготовка	2
1.1.	История развития футбола в России	1
1.2.	Правила игры в футбол	1
2.	Физическая подготовка	3
2.1.	Бег, передвижения боком, спиной вперед, повороты	1
2.2.	Ускорения, остановки, прыжки, рывки	1
2.3.	Комбинации из освоенных элементов	1
3.	Ведение мяча и жонглирование	9
3.1	<u>Перекатывание мяча вперед, назад, в стороны</u>	1
3.2	<u>Ведение мяча ведущая правая, левая, попеременно</u>	1
3.3	<u>Ведение мяча по прямой, зигзагами, по кругу</u>	2
3.4	<u>Жонглирование двумя ногами(стопами) попеременно</u>	1
3.5	<u>Жонглирование двумя ногами(бедрами) попеременно</u>	1
3.6	<u>Жонглирование одной ногой(стопой) не опуская ногу</u>	1
3.7	<u>Жонглирование головой</u>	1
3.8	<u>Жонглирование всеми частями тела попеременно</u>	1
4.	Удары и остановки мяча	10
4.1.	<u>Удар внутренней частью стопы</u>	2
4.2.	<u>Удар внешней частью стопы</u>	2
4.3.	<u>Удар подъёмом стопы</u>	1
4.4.	<u>Удар с лета</u>	1
4.5.	<u>Удар головой</u>	1
4.7	<u>Остановка подошвой стопы</u>	2
4.8	<u>Остановка коленом</u>	1
5.	Передачи и отбор мяча	7
5.1.	<u>Передача после остановки мяча</u>	2
5.2	<u>Передача после ведения мяча опережение</u>	2
5.3.	<u>Передача в одно касание</u>	1
5.4.	<u>Отбор выбиванием мяча</u>	1
5.5.	<u>Отбор перехватом на опережение</u>	1
6.	Нормативы и соревнования.	3
6.1	<u>По физической подготовке</u>	1
6.2	<u>По технической подготовке</u>	1
	Резервное время	1
	Итого	34

Формы и методы организации деятельности учащихся: словесные методы, игровой метод, методы наглядного воздействия, методы строго регламентированного упражнения, практические методы.

Средства обучения: пособия, таблички, плакаты, аудио техника, физические упражнения, основные движения (ходьба, бег, прыжки, лазание, ползание, метание, переноска груза, упражнения, сопровождаемые речитативами, с предметами и без них, выполняемые в помещении или на свежем воздухе), гигиенические факторы.

Учебно-методические средства обучения.

Список литературы

Мини-футбол (футзал): Примерная программа для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва С.Н. Андреев, Э. Г. Алиев, В. С. Левин, К. В. Еременко. - М.: Советский спорт, 2010. - 96 с.

Андреев СЛ. Мини-футбол. - М.: ФиС, 1978. - 111 с.

Андреев СЛ. Футбол - твоя игра. - М.: Просвещение, 1989. - 144 с.

Материально-техническое оснащение образовательного процесса.

№	Название инвентаря
1.	Мячи для футбола
2.	Стойки
3.	Таблички с речевым материалом
4.	Презентации
5.	Компьютер

Для занятий по внеурочной деятельности школа предоставляет спортивный зал. Так же возможно использование стадиона с футбольной, баскетбольной, волейбольной площадкой. На территории школы расположена детская площадка

Календарно – тематическое планирование

В календарно-тематическом плане отражено количество часов с учётом реальных условий прохождения: сокращение количества часов из-за праздничных дней, которое компенсируется за счет уплотнения часов, отведенных на резервное время учителя (2 часа).

I четверть (8 часов)

№ п/п	Тема	Характеристика деятельности учащихся	Речевой материал	Количество часов	Сроки	
					план	факт
1	Т/Б на спортивных играх. Организационный момент. Вводный инструктаж по охране труда.	Развивать физические качества. Знать правила поведения. Знать правила игры.	Зал, идти, бежать, тихо, громко, шаг, одинаково. Спортивный зал.	2	03.09	
2	Основные правила игры в футбол				10.09	
3	Техника передвижения игрока. Удар по мячу внутренней стороной стопы	Уметь выполнять технические приёмы	Мяч. Удар по мячу. Внутренняя сторона стопы.	1	17.09	
4	Остановка катящегося мяча подошвой, остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы	Уметь выполнять технические приёмы Выполнять удары по неподвижному мячу внутренней стороной стопы	Подошва. Остановка мяча подошвой.	1	24.09	
5	Ведение мяча. Жонглирование мяча.	Уметь выполнять технические приёмы	Ведение мяча.	1	01.10	
6	Удар по катящемуся мячу внешней частью подъема	Уметь выполнять технические приёмы	Внешняя часть подъема	1	08.10	
7	Обводка стоек. Удар по мячу носком	Уметь выполнять технические приёмы	Стойка.	1	15.10	
8	Удар по мячу серединой лба на месте	Уметь выполнять технические приёмы	Удар по мячу лбом.	1	22.10	
Итого				8	8	

Календарно – тематическое планирование
II четверть (8 часов)

№ п/п	Тема	Характеристика деятельности учащихся	Речевой материал	Количество часов	Сроки	
					план	факт
1	Вводный инструктаж по охране труда. Жонглирование мяча ногами.	Развивать внимание, координацию движений и пространственное ориентирование.	Зал, идти, бежать, тихо, громко, шаг, одинаково. Спортивный зал. Идти (бежать) медленно (быстро).	1	5.11	
2	Ведение мяча в различных направлениях и с различной скоростью с пассивным сопротивлением защитника	Уметь выполнять технические приёмы	Сопротивление. Защитник. скорость	1	12.11	
3	Комбинации из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом	Уметь выполнять технические приёмы.	Перемещения. владение.	1	19.11	
4	Удар по летящему мячу внутренней стороной стопы	Уметь выполнять технические приёмы. Выполнять удары по неподвижному мячу внутренней стороной стопы	Внутренняя сторона стопы.	1	26.11	
5	Удар по летящему мячу средней частью подъема	Уметь выполнять технические приёмы	Средняя часть подъема	1	03.12	
6	Удар внутренней частью стопы	Уметь выполнять технические приёмы	<u>Внутренняя часть стопы</u>	1	10.12	
7	Удар внутренней частью стопы		<u>Внутренняя часть стопы</u>	1	17.12	
8	Вбрасывание мяча из-за боковой линии	Уметь выполнять технические приёмы	Аут. вбрасывание	1	24.12	
Итого				8	16	

Календарно – тематическое планирование

III четверть (10 часов)

№ п/п	Тема	Характеристика деятельности учащихся	Речевой материал	Количество часов	Сроки	
					план	факт
1	Вводный инструктаж по охране труда.	Развивать внимание, координацию движений и пространственное ориентирование.		1	14.01	
2	Обманные движения (финты)	Выполнять удары по неподвижному мячу внутренней стороной стопы	Финт , обманные движения	1	21.01	
3	Остановка опускающегося мяча внутренней стороной стопы		Остановка мяча внутренней стороной стопы.		28.01	
4	Комбинации из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом	Уметь выполнять технические приёмы	Владение мячом	1	04.02	
5	Совершенствование техники ударов по мячу и остановок мяча. Удар по летящему мячу средней частью подъема	Уметь выполнять технические приёмы. Выполнять удары средней частью подъема.	Удар, средняя часть подъема	1	11.02	
6	Резаные удары		Резаные удары	1	18.02	
7	Удар боковой частью лба	Уметь выполнять технические приёмы.	Мяч. Удары по мячу лбом	1	25.02	
8	Удар по мячу серединой лба			1	04.03	
9	Остановка катящегося мяча подошвой	Уметь останавливать мяч подошвой.	Остановка мяча подошвой. Внутренняя сторона стопы.	1	11.03	
10	Остановка летящего мяча внутренней стороной стопы	Научиться останавливать внутренней стороной стопы.		1	18.03	
11	Остановка летящего мяча внутренней стороной стопы			1	25/03	
Итого				11	27	

Календарно – тематическое планирование

IV четверть (6 часов)

№ п/п	Тема	Характеристика деятельности учащихся	Речевой материал	Количество часов	Сроки	
					план	факт
1	Вводный инструктаж по технике безопасности.	Знать технику безопасности		1	08.04	
2	Остановка мяча грудью	Уметь выполнять технические приёмы	Остановка мяча грудью	1	15.04	
3	Совершенствование техники ведения мяча	Уметь выполнять технические приёмы	Ведение мяча	1	22.04	
4	Отбор мяча толчком плечо в плечо	Уметь выполнять технические приёмы	Толчок	1	29.04	
5	Финт ударом	Уметь выполнять технические приёмы	Финт, удар	1	06.05	
6	Финт остановкой	Уметь выполнять технические приёмы	Остановка, финт	1	13.05	
7	Удар по мячу внутренней частью стопы. Отбор перехватом на опережение	Уметь выполнять технические приёмы	Внутренняя стопа. удар	1	20.05	
Итого				7	34	

Речевой материал для учащихся

Слова: зал, идти, бежать, тихо, громко, шаг. Футбол. Финт. Остановка мяча. Подошва. Ворота. Стойки. Внутренняя сторона стопы. Внешняя сторона стопы. Гол. Замах. Обманные движения

Фразы: Спортивный зал. Идти (бежать) медленно (быстро). Прыгать на двух ногах (одной ногой). Удары по мячу. Мяч попал (не попал) в цель. Сделать передачу.

(Наиболее сложные для усвоения слова и фразы выделены подчеркиванием, они обязательны только для понимания).

Лист коррекции программы

№ п/п	Тема, дата пропущенных уроков	Кол-во часов по теме		Причина пропуска	Изменения в КТП, форма коррекции, даты
		план	факт		