Министерство образования Ярославской области
ГОУ ЯО «Школа-интернат №3»

Принята на педагогическом совете
Протокол № 3 от 20.05.2026

Утверждаю
Е.И. Басова
директор ГОУ ЯО
«Школа-интернат №3»

Адаптированная дополнительная общеразвивающая программа
«Футбол»
для детей с тяжёлыми нарушениями речи

Направленность: физкультурно-спортивная
Возраст обучающихся: 12-17 лет
Объем: 68 часов
Срок реализации: 1 год

Разработчи
педагог дополнительного образован
Макаров Н.

г. Гаврилов-Ям
2026 г.

Пояснительная записка

Адаптированная дополнительная общеразвивающая программа «Футбол» разработана на основе следующих нормативно-правовых документов:
- Федеральный закон РФ от 29.12.2012г. № 273 «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральный закон от 31 июля 2020 г. N 304-ФЗ "О внесении изменений в Федеральный закон "Об образовании в Российской Федерации" по вопросам воспитания обучающихся";
- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. N 678-р (в редакции от 15 мая 2023 г.);
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 г. №629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. №28 «Об утверждении СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 18.11.2015 г. №09-«О направлении методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы).

Общей целью программы является формирование устойчивых мотивов и потребностей в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических и психических качеств, творческом использовании средств физической культуры в организации здорового образа жизни.

Задачи программы.

Образовательные:

- формирование культуры движений, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей и корригирующей направленностью, техническими действиями и приемами в футболе;
- освоение знаний о футболе, его истории и о современном развитии, роли в формировании здорового образа жизни;
- обучение навыкам и умениям в данной деятельности, самостоятельной организации занятий физическими упражнениями;
- овладение техникой передвижений, остановок, поворотов и стоек;
- освоение ударов по мячу и остановок мяча;

-овладение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей;

- освоение техники ведения мяча;
- освоение техники ударов по воротам;
- закрепление техники владения мячом и развитие координационных способностей;
- освоение тактики игры.

Развивающие:

- укрепление здоровья, развитие основных физических качеств и повышение функциональных способностей;
- развитие выносливости;
- развитие скоростных и скоростно-силовых способностей.

Воспитательные:

- воспитание положительных качеств личности, соблюдение норм коллективного взаимодействия и сотрудничества в соревновательной деятельности;
- воспитание чувства товарищества, чувства личной ответственности;
- воспитание нравственных качеств по отношению к окружающим; - приобщить воспитанников к здоровому образу жизни и гармонии тела.

Направленность программы – физкультурно-спортивная.

Уровень – стартовый (ознакомительный)

Актуальность программы состоит в том, что футбол – популярный вид спорта. А через заинтересованность учащихся в футболе есть возможность реализовать цель данной программы, а

именно развить психические и физические качества ребенка, мотивировать его к здоровому образу жизни.

Форма занятий: групповая, подгрупповая и индивидуальная**.**

Адресат программы: обучающиеся с нарушением речи (ТНР) 12-17 лет, без требования к уровню подготовки.

Численный состав детского объединения: 10- 13 человек.

Срок реализации программы: 1 год.

Форма реализации программы: очная.

Режим занятий: 2 часа в неделю по расписанию. Всего 68 часов. Продолжительность занятия – 40 минут.

Методы обучения:

- Словесные: беседа, рассказ, объяснение, указание, сравнение.
- Наглядные: показ, исполнение педагогом, наблюдение.
- Практические: тренировочные упражнения, выполнение упражнений с помощью партнера, педагога, команды.

Формы подведения итогов:

- соревнования;
- товарищеские встречи;
- участие в спартакиадах, соревнованиях, турнирах.

Содержание рабочей программы

Материал даѐтся в трѐх разделах: основы знаний; общая и специально физическая подготовка; техника и тактика игры.

В разделе «Основы знаний» представлен материал по истории футболу (мини-футбол), правила соревнований.

В разделе «Общая и специально физическая подготовка» даны упражнения, которые способствуют формированию общей культуры движений, подготавливают организм к физической деятельности, развивают определѐнные двигательные качества.

В разделе «Техника и тактика игры» представлении материал, способствующий обучению техническими и тактическими приѐмами игры.

В конце, обучения по программе, учащиеся должны знать правила игры и применять участие в соревнованиях.

Содержание самостоятельной работы включает в себя выполнение комплексов упражнений для повышения общей и специальной физической подготовки.

Методы и формы обучения:

Большие возможности для учебно-воспитательной работы заложены в принципе совместной деятельности учителя и ученика. Занятия необходимо строить так, чтобы учащиеся сами находили нужное решение, опираясь на свой опыт.

Полученные знания и умения. Занятия по технической, тактической, общефизической подготовке проводятся в режиме учебно-тренировочных по 1,5-2 часа в неделю.

Теория проходит в процессе учебно-тренировочных занятий, где подробно разбирается содержание правил игры, игровые ситуации, жесты судей. Для повышения интереса занимающихся к занятиям по футболу (минифутбол) и более успешного решения образовательных, воспитательных и оздоровительных задач применяются разнообразные формы и методы проведения этих занятий.

Словесные методы: создают у учащихся предварительные представления об изучаемом движении. Для этой цели используются: объяснение, рассказ, замечание, команды, указание.

Наглядные методы: применяются главным образом в виде показа упражнения, наглядных пособий, видеофильмов.

Эти методы помогают создать у учеников конкретные представления об изучаемых действиях.

Практические методы:

-методы упражнений;

-игровой;

-соревновательный;

-круговой тренировки.

Главным из них является метод упражнений, который предусматривает многократное повторение упражнений.

Разучивание упражнений осуществляется двумя методами:

-в целом;

-по частям.

Игровой и соревновательный методы применяются после того, как у учащихся образовались некоторые навыки игры. Метод круговое тренировки предусматривает выполнение заданий на специально подготовленных местах (станциях). Упражнения выполняются с учѐтом технических и физических способностей занимающихся.

Формы обучения: индивидуальная, фронтальная, групповая, поточная.

Содержание программы. Физическая подготовка

Общая физическая подготовка.

Строевые упражнения.

Понятие о строе, шеренге, колонне, флангах, интервале, дистанции, направляющем, замыкающем, о предварительной и исполнительной командах.

Повороты на месте, размыкание уступами. Перестроение из одной шеренги в две, из колонны по одному в колонну по два. Перемена направления. Направление движения строя. Обозначение шага на месте. Изменение скорости движения. Повороты в движении.

Общеразвивающие упражнения без предметов.

Упражнения для рук и плечевого пояса: сгибания и разгибания, вращения, махи, отведения и приведения, рывки. Упражнения выполняются на месте и в движении.

Упражнения для мышц шеи: наклоны, повороты головы в различных направлениях.

Упражнения для туловища: упражнения на формирование правильной осанки; в различных исходных положениях — наклоны, повороты туловища; в положении лежа — поднимание и опускание ног, круговые движения одной и обеих ног, поднимание и опускание туловища.

Упражнения для ног: различные маховые движения ног, приседания на обеих и на одной ноге, выпады, выпады с дополнительными пружинящими движениями.

Упражнения с сопротивлением: упражнения в парах — повороты и наклоны туловища, сгибание и разгибание рук, переталкивание, приседания, приседания с партнером, переноска партнера на спине и на плечах, элементы борьбы в стойке, игры с элементами сопротивления.

Упражнения с предметами.

Упражнения с короткой и длинной скакалкой: на одной и обеих ногах прыжки с вращением скакалки вперед, назад; прыжки с поворотами, прыжки в приседе и полуприседе, прыжки с продвижением шагом и бегом.

Упражнения с отягощением: упражнения с набивными мячами— броски, ловля в различных исходных положениях (стоя, сидя, лежа), с поворотами и приседаниями; броски и ловля мячей парами и группами (вес мячей 2—4 кг).

Упражнения с гантелями, штангой, мешками с песком: сгибание и разгибание рук, повороты и наклоны туловища, поднимание на носки, приседания.

Акробатические упражнения.

Кувырки (вперед, назад и в стороны) в группировке, «полушпагат»; полет-кувырок вперед с места и с разбега, перевороты (в стороны и вперед).

Подвижные игры и эстафеты. Игры с мячом;

игры с бегом, с элементами сопротивления, с прыжками, с метанием; эстафеты встречные и круговые с преодолением полосы препятствий из гимнастических снарядов, переноской, расстановкой и собиранием предметов, переноской груза, метанием в цель, бросками и ловлей мяча, прыжками и бегом в различных сочетаниях перечисленных элементов.

Легкоатлетические упражнения.

Бег на 30, 60, 100, 200 м, а также на 400, 500, 800, 1500 м.

Кроссы от 1000 до 3000 м (в зависимости от возраста).

Прыжки в длину и в высоту с места и с разбега.

Метания.

Гимнастические упражнения.

Упражнения на снарядах: гимнастическая стенка, канат, шест, лестница, скамейка, опорные и простые прыжки с мостика через козла.

1. Специальная физическая подготовка.

Упражнения для развития силы.

Приседания с отягощением (гантели, набивные мячи весом 2—4 кг, мешочки с песком 3—5 кг, диск от штанги, штанга для средней и старшей групп, вес штанги от 40 до 70% к весу спортсмена) с последующим быстрым выпрямлением.

Подскоки и прыжки после приседа без отягощения и с отягощением.

Приседание на одной ноге («пистолет») с последующим подскоком вверх.

Лежа на животе - сгибание ног в коленях с сопротивлением партнера или резинового амортизатора (для укрепления мышц задней поверхности бедра).

Броски набивного мяча ногой на дальность за счет энергичного маха ногой вперед.

Удары по футбольному мячу ногами и головой на дальность.

Вбрасывание футбольного и наживного мяча на дальность.

Для вратаря: из упора стоя у стены одновременное и попеременное сгибание рук в лучезапястных суставах. То же, но передвижение на руках вправо (влево) по кругу (носки ног на месте).

В упоре лежа хлопки ладонями.

Упражнения для кистей рук с гантелями и кистевым амортизатором.

Сжимание теннисного (резинового) мяча.

Многократное повторение упражнений в ловле и бросках набивного мяча от груди двумя руками (особое внимание обращать на движения кистей и пальцев).

Броски футбольного и набивного мячей одной рукой на дальность.

Ловля набивных мячей, направляемых 2—3 партнерами с разных сторон, с последующими бросками.

Упражнения для развития быстроты.

Повторное пробегание коротких отрезков (10—30 м) из различных исходных положений (лицом, боком и спиной к стартовой линии, сидя, лежа, находясь в положении широкого выпада, медленного бега, подпрыгивания или бега на месте и в разных направлениях).

Бег с изменением направления (до 180°). Бег прыжками. Эстафетный бег. Бег с изменением скорости: после быстрого бега резко замедлить бег или остановиться, затем выполнить новый рывок в том же или другом направлении и т. д. Челночный бег 2х10 м, 4Х5 м, 4Х10 м, 2Х15 м и т. п. Челночный бег, но отрезок вначале пробегается лицом вперед, а обратно — спиной и т. д. Бег боком и спиной вперед (на 10-20 м) наперегонки. Бег «змейкой» между расставленными в различном положении стойками, стоящими или медленно передвигающимися с помощью партнеров. Бег с быстрым изменением способа передвижения (например, быстрый переход от обычного бега на бег спиной вперед).

Ускорения и рывки с мячом (до 30 м). Обводка препятствий (на скорость). Рывки к мячу с последующим ударом по воротам. Выполнение элементов техники в быстром темпе (например, остановка мяча с последующим рывком в сторону и ударом в цель).

Упражнения для развития ловкости.

Прыжки с разбега толчком одной и двух ног, стараясь достать высоко подвешенный мяч головой, ногой, рукой (для вратарей); то же, выполняя в прыжке поворот на 90—180°. Прыжки вперед с поворотом и имитацией ударов головой и ногами. Прыжки с места и с разбега с ударом головой по мячам, подвешенным на разной высоте. Кувырки вперед и назад, в сторону через правое и левое плечо. Жонглирование мячом в воздухе, чередуя удары различными частями стопы, бедром, головой. Ведение мяча головой.

Подвижные игры: «Живая цель», «Салки мячом» и др.

Упражнения для развития специальной выносливости.

Переменный и повторный бег с мячом.

Двусторонние игры (для старшей группы). Двусторонние игры (команды играют в уменьшенном по численности составе). Игровые упражнения с мячом (трое против трех, трое против двух и т. п.) большой интенсивности.

Комплексные задания: ведение и обводка стоек, передачи и удары по воротам, выполняемые в течение 3-10 мин., например, повторные рывки с мячом с последующей обводкой нескольких стоек

и ударами по воротам с увеличением длины рывка, количества повторений и сокращением интервалов отдыха между рывками.

Упражнения для формирования у юных футболистов умения двигаться без мяча.

Бег: обычный, спиной вперед; скрестным и приставным шагом (вправо и влево), изменяя ритм за счет различной длины шагов и скорости движения.

Ациклический бег (с повторным скачком на одной ноге).

Прыжки: вверх, вверх-вперед, вверх-назад, вверх-вправо, вверх-влево, толчком двух ног с места и толчком на одной и двух ногах с разбега.

Для вратарей: прыжки в сторону с падением перекатом. Повороты во время бега (вперед и назад) направо, налево и кругом (переступая и на одной ноге). Остановки во время бега — выпадом, прыжком и переступанием.

2. Техника и тактика игры Техника игры.

Удары по мячу ногой. Удары подъемом (внешней, внутренней частью и серединой), стопой (внутренней и внешней стороной) по неподвижному, катящемуся, прыгающему и летящему мячу Удары пяткой (назад) по катящемуся мячу. Резаные удары (внутренней и внешней частью подъема по катящемуся вперед, навстречу и сбоку мячу). Удары с полулета (всеми способами). Удары по мячу головой. Удары серединой и боковой частью лба без прыжка и в прыжке с разбега по летящему с различной скоростью и траекторией мячу. Удары вниз и верхом, вперед, в стороны и назад (по ходу полета мяча), посылая мяч на короткое и среднее расстояние с пассивным и активным сопротивлением, с оценкой тактической обстановки перед выполнением удара. Резаные удары боковой частью лба. Перевод мяча лбом.

Удары на точность.

Остановка мяча.

Остановка подошвой, внутренней и внешней стороной стопы катящегося и опускающегося мяча с поворотом на 90° (в зависимости от расположения игроков противника и создавшейся игровой обстановки). Остановка грудью летящего мяча с поворотом на 90°. Остановка опускающегося мяча бедром и лбом. Остановка изученными способами мячей, катящихся или летящих с различной скоростью и траекторией, с разных расстояний и направлений; на высокой скорости движения с последующим ударом или рывком.

Ведение мяча.

Ведение серединой подъема, носком и внутренней стороной стопы. Ложные движения (финты). При ведении имитировать остановку мяча подошвой или удар пяткой назад (без касания или с касанием мяча подошвой) и рывком вперед уйти с мячом. Быстро отвести мяч подошвой ноги под себя — уйти с мячом вперед. Быстро отвести мяч ногой под себя — повернуться и уйти с мячом в сторону или назад. При ведении неожиданно остановить мяч, оставив его партнеру, находящемуся за спиной, и уйти без мяча вперед, увлекая за собой соперника («скрещивание»). Ложная передача мяча партнеру.

Отбор мяча.

Отбор мяча у соперника накладыванием стопы на мяч, выполняя ложные движения и вызывая противника на определенные действия с мячом с целью его отбора.

Вбрасывание мяча.

Вбрасывание из-за боковой линии с места - положения, параллельного расположению ступней ног. Вбрасывание мяча изученными способами с разбега: на точность и дальность (по коридору шириной 2—3 м). Техника игры вратаря. Ловля в броске мяча, летящего в сторону от вратаря на высоте живота, груди, головы и колен. Ловля катящегося в сторону мяча в броске. Ловля катящегося и летящего на различной высоте мяча на выходе из ворот без падения, с падением и в броске. Ловля опускающихся и прыгающих мячей. Отбивание ладонями, пальцами рук в броске мячей, летящих в сторону от вратаря на высоте живота, груди, головы и колен. Отбивание ладонями, пальцами рук катящегося мяча в броске. Перевод мяча через перекладину ворот ладонями (двумя, одной) в прыжке. Броски мяча одной рукой с боковым замахом и снизу на точность и дальность. Бросок мяча одной рукой из-за плеча на дальность и точность. Выбивание мяча с рук и с полулета на точность и дальность. Выбивание мяча с земли и с рук на дальность и точность.

Тактика игры.

В нападении. Освобождение из-под опеки противника для получения мяча. Единоборство с соперниками, применяя обводку и ложные движения.

Взаимодействие с партнерами при равном соотношении и численном превосходстве защитников соперника, используя короткие и средние передачи. Атака со сменой и без смены мест флангом и через центр. «Скрещивание» и игра «в стенку». Тактические комбинации при выполнении стандартных положений.

В защите. Персональная опека и комбинированная оборона. Подстраховка и помощь партнеру. Действия при отражении атаки соперника при равном соотношении сил и при его численном преимуществе.

Взаимодействие с вратарем. Выбор позиции и страховка партнера при атаке противника флангом и через центр. Организация оборонительных действий при введении мяча в игру из стандартных положений.

Тактика вратаря. Организация построения «стенки» при пробитии штрафного и свободного ударов вблизи своих ворот. Игра на выходах из ворот при ловле катящихся по земле и летящих на различной высоте мячей. Руководство партнерами по обороне. Комбинации с защитниками при введении мяча в игру ударом от ворот.

Оценочные материалы

Формы подведения итогов:

- Медицинский контроль в начале учебного года оценивает состояние здоровья учащихся – нулевая аттестация
- Участие в соревнованиях различного уровня по футболу и мини футболу – промежуточная аттестация (декабрь)
- Система тестирования и контрольных нормативов, позволяющие оценить динамику развития физических качеств учащихся – итоговая аттестация (апрель-май)

Календарный учебный график

Год обучения	**Дата начала обучения**	**Дата окончания обучения**	**Кол-во учебных недель**	**Кол-во часов в год**	**Место проведения**	**Режим занятий**
1	01.09.	28.05.	34	68	Советская пл.3	1 раз в неделю2 часа

Тематическое планирование

№ занятия	Тема занятий	Количество часов	Дата
1.	Т/Б и правила поведения на спортивной площадке и в спортивном зале. Подвижные игры с элементами футбола.	2	
2.	Правила игры. Подвижные игры с элементами футбола.	2	
3.	Передвижения боком, спиной вперед, ускорения, остановки, повороты, старты.	2	
4.	Ведение мяча внешней и внутренней стороной стопы по прямой.	2	
5.	Ведение мяча с обводкой стоек	2	

6.	Совершенствование ведения мяча с обводкой стоек.	2	
7.	Челночный бег, совершенствование комбинаций из техники передвижений.	2	
8.	Передача мяча и остановка мяча в парах на месте.	2	
9.	Остановка катящегося мяча внутренней стороной и подошвой.	2	
10.	Совершенствование передачи мяча и остановки мяча в парах на месте.	2	
11.	Эстафеты с ведением мяча.	2	
12.	Удары по неподвижному и катящемуся мячу внутренней стороной стопы и средней частью подъѐма.	2	
13.	Совершенствование ударов по мячу, остановки мяча.	2	
14.	Игра в квадрате.	2	
15.	Ввод мяча в игру.	2	
16.	Ведение мяча с обводкой стоек и ударом по воротам.	2	
17.	Т/Б по футболу. Ведение мяча с пассивным сопротивлением защитника и ударом по воротам.	2	
18.	Ведение мяча с активным сопротивлением защитника и ударом по воротам.	2	
19.	Эстафеты с ведением мяча.	2	
20.	Совершенствование остановки мяча внутренней стороной стопы и подошвой.	2	
21.	Остановка катящего мяча внешней стороной стопы.	2	
22.	Остановка мяча грудью.	2	
23.	Остановка летящего мяча внутренней стороной стопы.	2	
24.	Совершенствование остановки мяча.	2	
25.	Совершенствование культуры передачи мяча и остановки мяча в парах, тройках.	2	
26.	Жонглирование мячом.	2	
27.	Совершенствование передачи мяча на месте и в движении.	2	
28.	Удар по катящемуся мячу внутренней частью подъема.	2	
29.	Удар по катящемуся мячу внешней стороной подъема, носком.	2	
30.	Т/Б. Удар по летящему мячу внутренней стороной стопы.	2	
31.	Удар по летящему мячу серединой подъема.	2	

32.	Удар по мячу серединой лба.	2	
33.	Совершенствование ударов по летящему мячу.	2	
34	Товарищеская встреча по футболу	2	
	ИТОГО	68	

Планируемые результаты освоения программы

В ходе обучения по программе учащиеся освоят основные базовые навыки и тактические схемы игры в футбол.

Будут знать:

- основные правила техники безопасности при занятии футболом;
- упражнения на освоение навыков и развития координационных способностей;
- правильная постановка стопы при передаче и остановке мяча;
- работу сердечно-сосудистой системы, понятие о телосложении человека;
- основную разметку на футбольной площадке, основные правила игры в футбол, какие бывают нарушения правил, жесты судей;
- гигиенические требования к одежде и обуви для занятий по футболу;
- способы подсчёта пульса, способы регулирования и контроля физических нагрузок во время занятий физическими упражнениями.

Будут уметь:

- выполнять правила игры в футбол;
- уметь применять на практике основные правила безопасности при организации игры в футбол;
- ведение и остановка мяча;
- удары внутренней стороны стопы, частью подъема;
- отбор мяча в подкате;
- техника владения мячом;
- техника движений в футболе;
- тактика обороны, индивидуальная, опека, отбор мяча, групповая тактика;
- тактика нападения, индивидуальные качества игрока, обводка, прием мяча, передача, контратака.
- удары - ногой, головой. - силовые единоборства, отбор; - приём мяча: ногой, грудью.

Материалы и инструменты:

№	Название оборудования	Количество
1	спортивный зал;	1
2	ворота футбольные;	2
3	футбольные мячи;	6
4	насос ручной, иглы;	2 набора
5	держатель для мяча;	1
6	гимнастические скамейки;	4
7	маты гимнастические;	3
8	стенка гимнастическая;	4

9	скакалка	5
10	свисток	2
11	секундомер	1

Воспитательный блок

Цель воспитательного блока

Сформировать у обучающихся социально значимые качества личности через занятия футболом: ответственность, умение работать в команде, самодисциплину, уважение к сопернику и нормам спортивной этики; привить ценности здорового образа жизни и осознанного отношения к своему здоровью.

Задачи

- Воспитывать чувство коллективизма, взаимопомощи и поддержки в команде.
- Развивать волевые качества: целеустремлённость, настойчивость, умение преодолевать трудности.
- Формировать навыки конструктивного разрешения конфликтов и уважительного общения.
- Прививать нормы спортивной этики и честной игры (fair play).
- Способствовать формированию культуры безопасного поведения и ответственного отношения к собственному здоровью и здоровью окружающих.
- Развивать лидерские способности и навыки самоорганизации (в т. ч. через роли капитана, помощника тренера, организатора мини-турниров).

Содержание воспитательного блока (направления работы)

1. **Гражданско-патриотическое воспитание.**
   Проведение бесед и просмотров материалов об истории отечественного футбола, великих игроках и тренерах, значимых победах сборных; обсуждение ценностей спорта как части национальной культуры.
2. **Духовно-нравственное воспитание и этика спортсмена.**
   Формирование представлений о fair play: уважение к правилам, сопернику, судье; недопустимость грубости, симуляций, неспортивного поведения. Разбор реальных игровых ситуаций с этической точки зрения.
3. **Воспитание культуры здорового образа жизни.**
   Знакомство с основами гигиены спортсмена, режима дня, питания, восстановления; профилактика переутомления и травматизма; обучение простейшим методам самоконтроля (пульс, самочувствие).
4. **Социально-коммуникативное развитие и профилактика конфликтов.**
   Тренинговые упражнения на сплочение команды, ролевые игры по разрешению конфликтных ситуаций на поле и вне его; обсуждение ролей в команде и правил взаимоподдержки.
5. **Развитие лидерских и организаторских компетенций.**
   Назначение капитанов, помощников тренера на отдельных занятиях; делегирование обязанностей по подготовке инвентаря, организации мини-соревнований, судейству.
6. **Безопасность и профилактика рисков.**
   Регулярные инструктажи по технике безопасности, правилам поведения на спортивной площадке, действиям при травмах; отработка алгоритмов первой помощи (в объёме, допустимом для возраста).

Формы и методы воспитательной работы

Форма	Примеры реализации
Беседа, круглый стол	«Что значит быть капитаном команды?», «Как достойно принять поражение?», «Этика спортсмена: что допустимо, а что нет»
Просмотр и анализ видео	Разбор эпизодов матчей с точки зрения этики, тактики, командной работы; сравнение поведения игроков
Командные игры и упражнения на сплочение	Эстафеты с распределением ролей, задания на взаимопомощь, «слепые» передачи, игры на доверие
Мини-турниры и товарищеские матчи	С акцентом на соблюдение правил, уважительное отношение к сопернику, подведение итогов по критериям fair play
Ролевое распределение обязанностей	Капитаны, помощники тренера, организаторы, судьи из числа обучающихся
Рефлексия после тренировки/игры	Короткие обсуждения: «Что получилось?», «Где была ошибка?», «Как поддержать товарища?»

План воспитательных мероприятий по периодам

- **Вводный период (сентябрь):** знакомство, формирование «Кодекса команды», инструктажи по безопасности, первые упражнения на сплочение.
- **Основной период (октябрь — апрель):** регулярные рефлексии, мини-турниры с критериями fair play, тематические беседы, проектные задания, развитие лидерских ролей.
- **Заключительный период (май):** подведение итогов, анализ достижений и ошибок, награждение не только по спортивным, но и по воспитательным критериям («Лучший капитан», «Самый поддерживающий игрок», «За честную игру»).

Критерии оценки эффективности воспитательного блока

- Уровень сплочённости команды (наблюдение, анкетирование, динамика конфликтов).
- Активность и ответственность при выполнении командных ролей.
- Динамика посещаемости и вовлечённости (самостоятельность в подготовке к занятиям, участие в организации мероприятий).
- Отзывы обучающихся и родителей (анкеты, беседы).

Список используемой литературы:

1. Гордияш Е.Л. и др. Физическое воспитание в школе. – Волгоград, «Учитель», 2007.
2. Зациорский В.М. Физические качества спортсмена. – М.: Физкультура и спорт, 1966.
3. Колесов Д.В., Маш Р.Д. Основы гигиены и санитарии. Учебное пособие. – М.: Просвещение, 1989.
4. Куколевский Г.М. Врачебный контроль в физической культуре. – М.: Медицина, 1965
5. Лях В.И. Тесты в физическом воспитании школьников. – М.: «Москва», 1998 6. Спортивные игры. Под ред. Воробьева Н.П. – М.: Просвещение, 1975.
7. Спортивные праздники круглый год. Методическое пособие. – Москва, Ростов-наДону, «МарТ», 2004.
8. Чусов Ю.Н. Физиология человека. – М.: Просвещение, 1981.
9. А. Полозов «Обучение футболу в разных странах», «Спорт в школе», № 6,2006
10. Ю.И.Портных «Спортивные и подвижные игры» - М, 1987
11. С.Ю.Тюленьков, А.А.Федоров «Футбол в зале: система подготовки» - М, 2000
12. В.А.Муравьев «Воспитание физических качеств детей дошкольного и школьного возраста» - М, 2004
13. Б.Х.Ланда «Мониторинг физического развития и физической подготовленности учащихся» - ПУ «Первое сентября», 2006.