МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ

«СРЕДНЯЯ ШКОЛА № 29»

(средняя школа № 29)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Согласована:  Педагогический совет  От 13.06. 2024 г.  Протокол № 9 |  | Утверждена:  Приказ № 117 от 11.06. 2024 г.  Директор школы:  И.В. Смирнова |
|  |  |  |
|  |  |  |

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая адаптированная программа

(для детей с ОВЗ с тяжелыми нарушениями речи, инвалидов по зрению,

с нарушениями опорно-двигательного аппарата, ЗПР).

**«Быстрее, выше, сильнее»**

Направленность: физкультурно-спортивная.

Уровень программы: базовый  
Возраст обучающихся: 7-18 лет

Срок реализации: 1 год

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  |  | Автор - составитель: Ю.В. Ухов  педагог дополнительного образования. |

Ярославль

2024

**Оглавление**

1. Пояснительная записка...…………………………………………………………..3
2. Учебно-тематический план и календарный учебный график…………………...4
3. Содержание образовательной программы..………………………………………8
4. Ожидаемые результаты……………………………………………………………11
5. Воспитательный модуль…………………………………………………………..15
6. [Обеспечение программы](#_bookmark0)…………………………………………………………..13
7. [Контрольно-измерительные материалы](#_bookmark1)…………………………………….. …...16

8. Список информационных источников..………………………………………….17

1. Пояснительная записка

Дополнительная адаптированная общеобразовательная общеразвивающая программа «Быстрее, выше, сильнее» (далее - Программа) предназначена для обучения основам физической подготовки, направлена на всестороннее развитие личности, широкое овладение физической культурой с целью укрепления здоровья и закаливания занимающихся; приобретение навыков и умений самостоятельно заниматься физической культурой; формирование моральных и волевых качеств. Направленность Программы - физкультурно-спортивная и соответствует нормативно-правовым требованиям Российской Федерации в сфере образования:

1. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 г. №273-ФЗ
2. Приказ Министерства просвещения России от 9.11.2018 № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»
3. Приказ Министерства просвещения РФ от 3 сентября 2019 г. № 467 "Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей"
4. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года (утверждена распоряжением Правительства РФ от 31 марта 2022 г. №678-р)
5. Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. № 996-р)
6. Порядок организации и осуществления образовательной деятельности при сетевой форме реализации образовательных программ (Приказ Министерства науки и высшего образования РФ и Министерства просвещения РФ от 5 августа 2020 №882/391)

Актуальность и особенность Программы

Адаптивная физическая культура - это подсистема физической культуры, одна из сфер социальной деятельности, направленная на удовлетворение потребностей лиц с ограниченными возможностями в двигательной активности, укрепления здоровья, личностного развития, самореализации и интеграции в общество. Работа с детьми, отнесенными к данной категории, в системе дополнительного образования физкультурно-спортивной направленности имеет свои особенности и требует особого подхода.

Организация образовательной деятельности для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей-инвалидов и инвалидов осуществляется в соответствии с разрабатываемыми программами.

Дополнительная адаптированная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности (для детей с ограниченными возможностями здоровья, инвалидов по зрению) (далее – Программа) разработана в соответствии с нормативными документами:

– Федеральным Законом Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

– приказом Министерства просвещения РФ от 9 ноября 2018 г. N 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» с изменениями и дополнениями;

– письмом Министерства образования и науки Российской Федерации от 18 ноября 2015 года № 09-3242 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»;

– письмом Минобрнауки России от 29.03.2016 г.№ВК-641/09 о направлении методических рекомендаций (вместе с Методическими рекомендациями по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ, способствующих социально-психологической реабилитации, профессиональному самоопределению детей с ограниченными возможностями здоровья, включая детей-инвалидов, с учетом их особых образовательных потребностей);

– Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4. 3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

– Концепцией развития детско-юношеского спорта Российской Федерации до 2030 года, утвержденной Распоряжением Правительства Российской Федерации от 28.12.2021 г. № 3894-р.; – Концепцией развития дополнительного образования детей до 2030 года (утв. распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678 – р).

1.**1 Направленность (профиль) Программы**

По направленности Программа - физкультурно-спортивная. По содержанию, использованию методов, форм, средств – рекреационно -оздоровительный спорт.

**1.2 Актуальность программы**

Несмотря на достаточно разнообразные формы адаптивной физической культуры в режиме работы специальной (коррекционной) общеобразовательной организации объем и содержание действующих программ по физическому воспитанию не удовлетворяет современным требованиям к двигательной активности детей с ослабленным зрением. Двух – трех уроков недостаточно чтобы обеспечить им адаптацию в обществе, возможность получения профессии, самостоятельную жизненную независимость. Перспективным направлением в решении данной проблемы стала возможность заниматься в детско-юношеской спортивной школе по дополнительной адаптированной общеразвивающей программе, построенной на принципах:

- адекватности педагогических нагрузок. Подбор средств, методов должно соответствовать функциональным возможностям и интересам обучающегося;

- оптимальности педагогических воздействий. Физическая нагрузка должна соответствовать оптимальным реакциям организма;

- вариативности педагогических воздействий. Все упражнения, виды двигательной деятельности должны быть разнообразны, эмоциональны, воздействовать на различные сенсорные ощущения.

-включенности в микросоциум. Необходимость единства работы с ребенком и его окружением, т.е. с семьей, родителями как залог мотивации к занятиям двигательной деятельность, его успешности, социальной адаптации.

**1.3 Отличительные особенности, новизна программы**

Отличительной особенностью Программы является коррекционно-развивающая направленность педагогических воздействий, которые должны не только выравнивать, сглаживать ослабленные физические и психические недостатки обучающихся, но и активно развивать их познавательную деятельность, психические процессы, воспитывать физические способности и нравственные качества.

В основе реализации Программы лежит концентрическая форма обучения, предполагающая изучение одного материала в течение каждого учебного года на более высоком уровне.

Новизна Программы в сочетании с активным педагогическим воздействием на обучающегося, связанным с обучением двигательными умениями и навыками, развитием физических качеств, отличается большой динамичностью и коррекционно-развивающей работой, для которой характерно относительное постоянство.

**1.4 Адресат программы Программа рассчитана**

* Дополнительная адаптированная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности (для детей с **ограниченными возможностями здоровья, инвалидов по зрению)**
* Дополнительная общеразвивающая адаптированная программа для детей **с тяжелыми нарушениями речи (ТНР) соответствует физкультурно-спортивной направленности**. В основу программы легли переработанные и адаптированные под целевую аудиторию детей, имеющих тяжелые нарушения речи, авторские методические материалы И.Г. Сухин «Учусь и учу».
* Программа разработана для обеспечения социальной адаптации и социокультурной реабилитации детей с ограниченными возможностями здоровья и инвалидностью, связанными **с заболеваниями опорно-двигательного аппарата (НОДА**), посредством приобщения к изобразительному и декоративно-прикладному творчеству. Программный материал рассчитан на обучение детей с диагнозом детский церебральный паралич (ДЦП). Важной предпосылкой успешности социокультурной реабилитации и адаптации детей с ДЦП является совмещение психологических, педагогических и эстетических воздействий на психоэмоциональную сферу ребенка. Поэтому, непременным условием компенсации дефекта становится включение в активную, самостоятельную, социально значимую деятельность через развитие потенциала и поэтапное оперативное введение в социокультурные технологии. Это обеспечит комплексное воздействие на личность, будет способствовать гармонизации, развитию адекватных межличностных отношений, формированию ценностно-культурных установок для свободного самопроявления и самоутверждения. Участие ребенка в физической деятельности облегчает процесс его коммуникации и установления отношений с окружающими. Особая роль в программе отводится ранней и систематической коррекции двигательных нарушений, которая происходит через развитие общей и мелкой моторики, совершенствование сенсомоторики (согласованности в работе глаз и рук, координации движений и их точности), ориентировки в пространстве, а также в процессе занятий пальчиковой гимнастикой. Это способствует выявлению компенсаторных возможностей детского мозга, предупреждению и преодолению многих двигательных нарушений, способствует развитию тактильных ощущений, восстанавливает душевное равновесие, т.е. оказывает на детей психотерапевтическое воздействие. Актуальность программы заключается в том, что она соответствует государственному заказу на социализацию и социокультурную адаптацию детей с диагнозом ДЦП и способствует расширению их возможностей в получении творческого дополнительного образования.

Педагогическая целесообразность программы заключается в том, что при диагнозе ДЦП для ребенка особо важно становиться общение – со взрослыми и сверстниками (и не только с детьми близкими по заболеванию). Исследования показали, что осознание дефекта у детей с ДЦП связано с их переживаниями по поводу недоброжелательного отношения к их особенности со стороны окружающих и нехваткой общения.

Физическое воспитание — неотъемлемая часть комплексной системы учебно-воспитательной работы в школе, в которой обучаются дети с ограниченными возможностями здоровья. Оно направлено на решение образовательных, воспитательных, коррекционно-компенсаторных и оздоровительных задач.

* 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**.

Двигательные нарушения у детей с ОВЗ – составная часть ведущего дефекта. У таких детей отмечаются следующие нарушения:

* своеобразная моторная недостаточность;
* несформированность сложных координаторных схем;
* недостаточная ориентировка в частях собственного тела;
* неловкость ручной моторики;
* нарушение произвольной регуляции движений;
* недостаточная координированность и нечеткость непроизвольных движений;
* трудности переключения и автоматизации; двигательная неловкость;
* наряду с общей психической недостаточностью, у них наблюдается общая физическая ослабленность, и нередко нарушение здоровья;
* повышенная двигательная активность из-за недостаточности тормозных механизмов, а медлительность и двигательная пассивность встречаются реже;
* недостаточность таких двигательных качеств как точность, выносливость, гибкость;
* неумение подчиняться заданному (музыкальному или словесному) ритму;
* усложнение характера двигательной реакции сопровождается увеличением времени реакции;
* они с трудом сохраняют равновесие, стоя на одной ноге; при ходьбе по прямой, или прочерченной линии на полу;
* не умеют двигаться в группе, в строю, с трудом выполняют даже самые простые движения согласованно с коллективом;

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 учителя физкультуры как при организации учебной работы, так и спортивно-массовых внеклассных мероприятий с детьми.

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

Учебно-воспитательный процесс для детей с ОВЗ предполагает создание каждому ученику ситуации успеха на уроке. Стремление к успеху есть способ преодоления неуспеха.

**Главная идея программы создание условий для организации, проведения физкультурно-оздоровительного процесса в неурочное и каникулярное время,** направленного на осуществление разносторонней физической подготовки, укрепления здоровья, реализации потребности детей и подростков в освоении и совершенствовании навыков физкультурно-спортивной деятельности. Разработана с учётом интересов обучающихся (в зависимости от возраста, пола, времени года и местных особенностей) к тем видам физической активности, которые пользуются популярностью в повседневной жизни.

Для занятий Программы используются спортивные сооружения:  
стадион для занятий лёгкой атлетикой, футбольное поле, зал для игры в баскетбол, волейбол, занятий гимнастикой, лыжная база, строевой плац, тир.

Педагог дополнительного образования должен систематически оценивать реакцию обучающихся на предлагаемую нагрузку, следить за самочувствием воспитанников, вовремя замечать признаки утомления и предупреждать перенапряжение, а также обязан сформировать у обучающихся необходимые умения и навыки по отношению к спортивной одежде, обуви, гигиене, режиму дня и питанию юного спортсмена, по технике безопасности и самоконтролю за состоянием здоровья.

Для каждой возрастной группы занимающихся по Программе предусматриваются теоретические, практические занятия, выполнение упрощенных контрольных нормативов, их облегчение, участие в соревнованиях при уменьшении дистанции.

При подборе средств и методов практических занятий педагог дополнительного образования должен иметь в виду, что каждое занятие должно быть интересным и увлекательным, поэтому следует использовать для этой цели комплексные занятия, в содержание которых включаются упражнения из разных видов спорта (лёгкая атлетика, гимнастика, спортивные игры, подвижные игры, и т. д.)

Упражнения подбираются в соответствии с учебными, воспитательными и оздоровительными целями занятия.

Педагогическая целесообразность Программы заключается в том, что занятия по ней позволят обучающимся восполнить недостаток навыков и овладеть необходимыми знаниями во внеурочное и каникулярное время.

Реализация Программы способствует комплексному решению задач сохранения и укрепления здоровья обучающихся с учетом возрастных индивидуальных особенностей детского организма: улучшению функционального состояния организма; повышению физической и умственной работоспособности; снижению заболеваемости.

Цель и задачи Программы

Цель Программы: развитие мотивации к систематическим занятиям физической культурой; оздоровление обучающихся путём повышения их физической подготовленности.

Главная задача программы - это, прежде всего организация отдыха детей и укрепление их здоровья через игровые виды спорта. Спортивные игры со своей неповторимой жизнью, яркими, запоминающимися мероприятиями, со своим соревновательным стимулом стать лучше, умнее, здоровее могут подсказать ребёнку, помочь сделать правильный выбор во многих жизненных ситуациях. Программа позволяет каждому самоутвердиться и достичь наиболее высоких результатов в выбранных игровых видах спорта. Обстановка совместного учебно-тренировочного процесса сверстников позволяет обучать их нормам социальной жизни, поведению в коллективе, культуре взаимоотношений, располагает к раскрытию способностей детей, проявлению инициативы, способствует приобщению к духовности, усвоению принципа безопасного и здорового образа жизни.

Реализация данной программы в рамках каникулярного времени соответствует предельно допустимой нагрузке учащихся. Занятия проводятся в спортивном зале или на пришкольной спортивной площадке. Организация образовательного процесса предполагает использование форм и методов обучения, адекватных возрастным возможностям занимающихся через организацию здоровье сберегающих практик.

**Задачи:**

*Задачи в области обучения Общие:*

сформировать базовые знания о физической культуре, межпредметных знаний;

сформировать систему двигательных умений и навыков;

сформировать основы владения техниками выполнения упражнений различных видов спорта;

обучать приемам и методам самоконтроля;

**сформировать знания по личной гигиене обучающихся**;

обучать методике самостоятельной организации занятиями физическими упражнениями;

сформировать начальный опыт соревновательной деятельности.

*Специальные:*

– формирование навыков пространственной ориентировки, координации;

– обучать упражнениям для укрепления мышечной системы глаз;

– обучать упражнениям, направленным на укрепление опорно-двигательного аппарата;

- развивать специальные физические качества.

В области *воспитания Общие:*

воспитывать физические качества;

формировать ценностное отношение к здоровью, мотивацию к ведению здорового образа жизни;

воспитывать волевые качества.

*Специальные:*

– воспитывать потребность общения с детьми, взрослыми. В области развития Общие:

10

развивать познавательную сферу обучающегося, мышление, двигательной памяти;

развивать творческий потенциал обучающегося;

формировать мотивацию к занятиям физической культурой;

расширять функциональные возможности организма, используя систему физкультурно-оздоровительных упражнений.

*Специальные:*

– развивать и использовать сохранные анализаторы;

– развивать зрительное восприятия: цвета, формы, движения (удаление, приближение);

– развивать мышечно-двигательную чувствительность;

– развивать индивидуальные физические способности обучающегося;

– развитие коммуникативной и познавательной деятельности.

*Коррекционные задачи:*

– осуществлять:

коррекцию недостатков физического развития, обусловленных депривацией зрения;

коррекцию скованности и ограниченности движений;

коррекционно - компенсаторное развитие и совершенствование мышечно-суставного чувства;

коррекцию и совершенствование координационных способностей, согласованности движений;

– сочетать работу сохранных анализаторов (зрительного, слухового и тактильного).

**Обучающие:**

-Повышать участие занимающихся в соревнованиях по развиваемым видам спорта в ОУ, выполнение ими спортивных разрядов и званий.

-Привлекать к участию в спортивных соревнованиях различного уровня среди образовательных организаций;

-Оказывать содействие обучающимся, членам спортивных сборных команд образовательных организаций в создании необходимых условий для эффективной организации образовательного и тренировочного процессов;

-Способствовать организации спортивно-массовой работы с обучающимися, имеющими отклонения в состоянии здоровья, ограниченные возможности здоровья.

**Развивающие:**

-Способствовать улучшению спортивных достижений обучающихся школы;

-Совершенствовать организацию различных форм физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы с детьми и подростками;

**Воспитательные:**

-Воспитывать у обучающихся чувства гордости за свое ОУ, развитие культуры и традиций болельщиков спортивных команд;

Развивать движение по пропаганде физкультурно-спортивного комплекса ГТО;

-Пропаганда здорового образа жизни, личностных и общественных ценностей физической культуры и спорта;

-Формировать у детей раннюю мотивацию и устойчивый интерес к укреплению здоровья, физическому и спортивному совершенствованию;

-Вовлекать обучающихся и жителей города в систематические занятия физической культурой и спортом.

**Категория обучающихся**

Программа адресована детям 7-18 лет. Условия набора детей в коллектив: принимаются все желающие (не имеющие медицинских противопоказаний).

**Сроки реализации дополнительной образовательной программы:**

Занятия проводятся в течение всего учебного года, т.е. 18 часов в год, 2 - 3 занятия в четверть, а также рассчитана на период осенних и весенних каникул.

Формы проведения занятий и виды деятельности

|  |  |
| --- | --- |
| Однонаправленные занятия | Посвящены только одному из компонентов подготовки игрока: техники, тактики или общефизической подготовке. |
| Комбинированные занятия | Включают два-три компонента в различных сочетаниях: техническая и физическая подготовка; техническая и тактическая подготовка; техническая, физическая и тактическая подготовка. |
| Целостно-игровые занятия | Построены на учебной двухсторонней игре по упрощенным правилам, с соблюдением основных правил. |
| Контрольные занятия | Прием нормативов у занимающихся, выполнению контрольных упражнений (двигательных заданий) с целью получения данных об уровне технико-тактической и физической подготовленности занимающихся. |

На занятиях предполагается применение различных форм физкультурно-спортивной деятельности:

-Групповые, спортивно-оздоровительные и игровые занятия;

-Дни Здоровья

-тестирование физической подготовленности;

-участие в школьных соревнованиях и конкурсах гражданско-патриотической направленности;

-участие в матчевых встречах по спортивным играм;

-инструкторская и судейская практика.

В зависимости от содержания программы, состава занимающихся, педагог намечает виды и методы работы, что позволяет учащимся сочетать и использовать самые разнообразные формы и средства.

**2. Календарный учебный график.**

**Расписание мероприятий**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Тема занятия | Количество часов | | |
| всего | теория | практика |
| 1. | **Сентябрь**  «Гигиенические правила занятий физическими упражнениями, предупреждение травм»  1-4 класс (14.09) с 09.00-10.00  5-8 класс (18.09) с 09.00-10.00  9-11класс (18.09) с 11.00-12.00 | 1 | 1 | 0 |
| 2. | **Октябрь**  «Спортивный марафон**»**  1-4 класс (14.10) с 10.00-13.00  5-8 класс (16.10) с 9.00-12.00  9-11класс (18.10) с 11.00-14.00 | 3 | 0 | 3 |
| 3. | **Ноябрь**  «Фестиваль настольных игр»  1-4 класс (14.11) с 9.00-11.00  5-8 класс (18.09) с 9.00-11.00  9-11класс (18.09) с 11.00-12.00 | 2 | 0,5 | 1,5 |
| 4. | **Февраль**  «Неделя Мужества»  1-4 класс (15.02 с 9.00-13.00; 21.02 с 9.00-13.00)  5-8 класс (16.02 с 9.00-13.00; 18.02 с 9.00-13.00)  9-11класс (17.02 с 9.00-13.00; 18.02 с 11.00-15.00) | 4 | 0 | 4 |
| 5. | **Март**  «Зимняя забава»  1-4 класс (21.03) с 9.00-11.00  5-8 класс (18.03 с 9.00-11.00)  9-11класс (21.03 с 13.00-15.00) | 2 | 0 | 2 |
| 6. | **Апрель**  «Фестиваль подвижных игр»  1-4 класс (25.04 с 12.00-14.00; 27.04 с 12.00-14.00)  5-8 класс (26.04 с 14.00-16.00; 28.04 с 14.00-16.00)  9-11класс (21.04 с 14.00-16.00; 22.04 с14.00-16.00) | 4 | 1 | 3 |
| 7. | **Май**  «День Здоровья»  1-4 класс (18.05) с 9.00-11.00  5-8 класс (28.05) с 9.00-11.00  9-11класс (14.05) с 9.00-11.00 | 2 | 1 | 1 |
| Итого: | | 18 | 2,5 | 15,5 |

2.1. Учебно-тематический план

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Тема занятия | Количество часов | | |
| всего | теория | практика |
| 1. | «Гигиенические правила занятий физическими упражнениями, предупреждение травм» | 1 | 1 | 0 |
| 2. | «День Здоровья» | 2 | 1 | 1 |
| 3. | «Фестиваль настольных игр» | 2 | 0,5 | 1,5 |
| 4. | «Фестиваль подвижных игр» | 4 | 1 | 3 |
| 5. | «Зимняя забава» | 2 | 0 | 2 |
| 6. | «Спортивный марафон» | 3 | 0 | 3 |
| 7. | «Неделя Мужества» | 4 | 0 | 4 |
| Итого: | | 18 | 2,5 | 15,5 |

**3. Содержание образовательной программы**

**3.1. Содержание программы обучения**

**«День Здоровья»**

*Всего часов по теме: 1, из них теоретических - 1, практических - 0*

*Теория:* «Гигиенические правила занятий физическими упражнениями, предупреждение травм»

*Всего часов по теме: 2, из них теоретических - 1, практических - 1*

*Теория:* Проведение инструктажей по технике безопасности при проведении спортивно­массовых мероприятий

*Практика:*

* Спортивный праздник: «День Здоровья» - игра «Муравейник»

**«Фестиваль настольных игр»**

*Всего часов по теме: 2, из них теоретических – 0,5, практических – 1,5*

*Теория:* Проведение инструктажей

*Практика:* Турниры по настольным играм народов мира.

Вид учебных занятий, организуемых в виде учебных игр, реализующих ряд

принципов игрового, активного обучения и отличающегося наличием правил,

фиксированной структурой игровой деятельности и системы оценивания, один из

методов активного обучения – это ….

* Сюжетно-ролевая игра
* Дидактическая игра
* Предметно-манипулятивная игра

Все из перечисленного способствует созданию ситуации успеха у ребенка:

* Эмоциональное поглаживание
* Позитивное высказывание
* Эффективная похвала

6. Все перечисленные игры развивают зрительную память ребенка:

Игра «Хамелеон»

Игра «Loonacy»

Игра «Чубрики»

7. Для развития концентрации, переключения, распределения, объема внимания

ребенка подходят следующие игры:

«Матрешкино»

«Монстрики»

«Стульчики»

8. Контроль импульсивности у детей формируется в игре: «Твистер», «Головоноги»

«Воображариум».

9. Игра «Твистер» направлена на развитие навыков общения, партнерства, мыслительных операций, воображения.

10. Для закрепления знания цветов можно использовать: Игра «Матрешкино», Игра «Монстрики», Игра «Мемо»

Традиционно проводятся чемпионаты по настольным играм. Это не только возможность посоревноваться в любимых играх, но и шанс выиграть потрясающие памятные призы. Правила всех этих игр можно узнать непосредственно перед турниром и сразу в бой! Поверьте, это доступно каждому, и зачастую даже новички одерживают победу.

**Спортивно - игровая программа «Фестиваль подвижных игр»** *Всего часов по теме: 6, из них теоретических - 1, практических - 5*

*Практика:*

* Русские народные игры: «Горелки», «Большой мяч», Зайка», «Прыгание с перевязанными ногами», «Наседка и коршун», «Удар по веревочке» Подвижные игры: “Волк во рву,” “Салки”, “Запрещенное движение, “К своим флажкам”, “Карлики и великаны”, “Найди себе пару”, “У ребят порядок строгий”, «Кочка, дорожка, копна» ,«Охотники и утки», «Метко в цель», «Шишки, желуди, орехи», «Совушка», «Удочка», Игры на развитие памяти, внимания, воображения
* «Два мороза», эстафеты с примерами на сложение и вычитание, «Угадай чей голосок»», «Определим игрушку», «Перемена мест», " «Космонавты", «Зайцы в огороде», «Перебежки», «Затейники», «Пожарные на ученье», «Школа мяча».

Игры на свежем воздухе с зимним инвентарем санками, лыжами, клюшками.

* Игры и эстафеты с элементами легкой атлетики, гимнастики, спортивных игр. Подвижные игры на материале легкой атлетики (бег, прыжки, метание); подвижные игры на материале гимнастики с основами акробатики (простейшие виды построений и перестроений, ОРУ без предметов и с разнообразными предметами, упражнения в лазании, в равновесии, несложные акробатические упражнения); подвижные игры на материале спортивных игр (футбол, баскетбол).

**Спортивно-игровая программа «Зимняя забава»**

*Всего часов по теме: 2, из них теоретических - 0, практических - 2 Практика:*

* Игры на свежем воздухе «Два Мороза», «Метко в цель».
* Эстафеты с санками и лыжами
* Игры на лыжах «Биатлон»
* Игры зимой: «Охота на куропаток»

**Спортивный праздник «Спортивный марафон»**

*Всего часов по теме: 3, из них теоретических - 0, практических - 3*

*Практика:*

* Олимпийские игры
* Большие гонки

**«Неделя Мужества»**

*Всего часов по теме: 4, из них теоретических - 0, практических - 4*

*Практика:*

* Строевой смотр
* Военно-спортивное многоборье, химическая защиты
* Стрельба из пневматической винтовки

**4. Ожидаемые результаты:**

**Получат возможность научиться:**

Активно играть, самостоятельно и с удовольствием, в любой игровой ситуации самим регулировать степень внимания и мышечного напряжения, приспосабливаться к изменяющимся условиям окружающей среды, находить выход из критического положения, быстро принимать решение и приводить его в исполнение, проявлять инициативу, оказывать товарищескую поддержку, добиваться достижения общей цели.

**Получат знания:**

* о способах и особенностях движение и передвижений человека;
* о системе дыхания. Работе мышц при выполнении физических упражнений, о способах простейшего контроля за деятельностью этих систем;
* об общих и индивидуальных основах личной гигиены, о правилах использования закаливающих процедур, профилактике нарушения осанки;
* о причинах травматизма и правилах его предупреждения.

**Получат умения:**

* составлять и правильно выполнять комплексы физических упражнений на развитие координации, на формирование правильной осанки;
* организовывать и проводить самостоятельно подвижные игры;
* уметь взаимодействовать с одноклассниками в процессе занятий.

**Ожидаемый результат:**

* вырабатывается потребность к систематическим занятиям физическими упражнениями и подвижными играми;
* сформированы гигиенические правила занятий физическими упражнениями, предупреждение травм»

-дальнейшее развитие специальных физических качеств;

* сформировано начальное представление о культуре движении;

- младший школьник сознательно применяет физические упражнения для повышения работоспособности, организации отдыха и укрепления здоровья;

-обобщение и углубление знаний об истории, культуре народных игр;

* умение работать в коллективе.

**Планируемые результаты направленные на формирование универсальных учебных действий (УДД)**

**Планируемые результаты: в** процессе обучения и воспитания собственных установок, потребностей в значимой мотивации на соблюдение норм и правил здорового образа жизни, культуры здоровья у учащихся формируются личностные, метапредметные и предметные результаты.

Личностные результаты обеспечиваются через формирование базовых национальных ценностей; предметные - через формирование основных элементов научного знания, а метапредметные результаты - через универсальные учебные действия (далее УУД).

**Личностные результаты** отражаются в индивидуальных качественных свойствах обучающихся:

* формирование культуры здоровья - отношения к здоровью как высшей ценности человека;
* развитие личностных качеств, обеспечивающих осознанный выбор поведения, снижающего или исключающего воздействие факторов, способных нанести вред физическому и психическому здоровью;
* формирование потребности ответственного отношения к окружающим и осознания ценности человеческой жизни.

**Метапредметные результаты:**

* способность выделять ценность здоровья, здорового и безопасного образа жизни как целевой приоритет при организации собственной жизнедеятельности, взаимодействии с людьми;
* умение адекватно использовать знания о позитивных и негативных факторах, влияющих на здоровье;
* способность рационально организовать физическую и интеллектуальную деятельность;
* умение противостоять негативным факторам, приводящим к ухудшению здоровья;
* формирование умений позитивного коммуникативного общения с окружающими.

**Основными формами контроля за реализацией программы являются:**

-наблюдение;

-контрольное задание;

-тренировочные занятия;

-беседы, учебные игры;

-тестирование;

-эстафета;

-участие в соревнованиях, контрольных играх;

-учет мнения родителей и педагогов о деятельности обучающегося;

-самооценка;

-выполнение контрольных нормативов по ОФП.

Оздоровительные результаты программы

Адаптивная физическая культура помогает детям с ограниченными возможностями здоровья в решении многих проблем: ослабляет нервно-эмоциональные перегрузки, обеспечивает мышечную активность, воспитывает чувство коллективизма и другие морально-волевые качества человека, помогает приобрести уверенность в своих силах и принимать участие в активных спортивных мероприятиях, учит недостающей самостоятельности. Закаляет организм и дарит здоровые эмоции, помогает преодолевать многие психологические барьеры.

Результатами реализации Программы будут сформированные универсальные учебные действия: личностные, регулятивные, познавательные, коммуникативные, предметные.

- осознание учащимися необходимости заботы о своём здоровье и выработки форм поведения, которые помогут избежать опасности для жизни и здоровья, а значит, произойдёт уменьшение пропусков по причине болезни и произойдёт увеличение численности учащихся, посещающих спортивные секции и спортивно-оздоровительные мероприятия;

- социальная адаптация детей, расширение сферы общения, приобретение опыта взаимодействия с окружающим миром.

Первостепенным результатом реализации программы будет сознательное отношение учащихся к собственному здоровью.

Медико-восстановительные мероприятия, медицинский контроль

Специфика работы, выполняемой в экстремальных условиях предусматривает огромные, для обучающихся с ограниченными зрительными возможностями, физические нагрузки на фоне психоэмоционального напряжения. Что приводит к повышенной утомляемости и снижению работоспособности. Как следствие –увеличение количества травм.

В целях контроля за состоянием обучающегося необходим систематический медицинский контроль, соблюдение техники безопасности, применение оздоровительных технологий.

Во время занятий тренер-преподаватель вместе с детьми должны использовать технологии самоконтроля (замер ЧСС, частоты дыхания) и наблюдения (по внешним признакам: снижение работоспособности, повышенная потливость, покраснение кожных покровов).

Одним из составляющих средств восстановления используются дыхательные технологии, стретчинг, упражнения на расслабление, психолого-педагогические технологии здоровье сбережения, способствующие снятию эмоционального напряжения, введение в ход занятия познавательного материала, имеющего нравственный контекст, позволяющий не только снять эмоциональное напряжение, но и расширить кругозор обучающихся.

Требования к знаниям и умениям, которые должны приобрести учащиеся в процессе реализации программы:

**Предметные результаты:** приобретаемый опыт проявляется в знаниях и способах двигательной деятельности, умениях творчески их применять при решении практических задач, связанных с организацией и проведением самостоятельных занятий физической культурой.

В ходе реализация программы учащиеся **должны знать:**

- особенности воздействия двигательной активности на организм человека;

- правила оказания первой помощи;

- способы сохранения и укрепление здоровья;

- свои права и права других людей;

- влияние здоровья на успешную учебную деятельность;

- значение физических упражнений для сохранения и укрепления здоровья;

**должны уметь:**

- составлять индивидуальный режим дня и соблюдать его;

- выполнять физические упражнения для развития физических навыков;

- заботиться о своём здоровье;

- применять коммуникативные и презентационные навыки;

- оказывать первую медицинскую помощь при травмах;

- находить выход из стрессовых ситуаций;

- принимать разумные решения по поводу личного здоровья, а также сохранения и улучшения безопасной и здоровой среды обитания;

- адекватно оценивать своё поведение в жизненных ситуациях;

- отвечать за свои поступки;

- отстаивать свою нравственную позицию в ситуации выбора.

**смогут получить знания**:

- значение спортивных игр в развитии физических способностей и совершенствовании функциональных возможностей организма занимающихся;

- правила безопасного поведения во время занятий спортивными играми;

- названия разучиваемых технических приёмов игр и основы правильной техники;

- наиболее типичные ошибки при выполнении технических приёмов и тактических действий;

- упражнения для развития физических способностей (скоростных, скоростно-силовых, координационных, выносливости, гибкости);

- контрольные упражнения (двигательные тесты) для оценки физической и технической подготовленности и требования к технике и правилам их выполнения;

- основное содержание правил соревнований по спортивным играм;

- жесты судьи спортивных игр;

- игровые упражнения, подвижные игры и эстафеты с элементами спортивных игр; **могут научиться:**

- соблюдать меры безопасности и правила профилактики травматизма на занятиях спортивными играми;

- выполнять технические приёмы и тактические действия;

- контролировать своё самочувствие (функциональное состояние организма) на занятиях спортивными играми;

- играть в спортивные игры с соблюдением основных правил;

- демонстрировать жесты судьи спортивных игр;

- проводить судейство спортивных игр.

Ожидаемый результат:

Стабильность состава занимающихся, динамика прироста индивидуальных показателей выполнения программных требований по уровню подготовленности занимающихся, выраженных в количественных показателях физического развития, физической, технической, тактической, интегральной и теоретической подготовки (по истечении года), результаты участия в соревнованиях.

Способы проверки результативности программы

* диагностика уровня воспитанности
* мониторинг личностного развития воспитанников
* диагностирование уровня физического развития, функциональных возможностей детей (в течение года);
* тестирование уровня развития двигательных способностей, уровня сформированности технических умений и навыков (в течение года);
* анкетирование;
* участие в соревнованиях;
* сохранность контингента;
* анализ уровня заболеваемости воспитанников.

Формы подведения итогов реализации программы.

Формами подведения итогов и результатов реализации программы выступают:

* Дни здоровья
* Школьные соревнования по различным видам
* Подвижные игры
* Творческие задания
* Строевой смотр, стрельба из пневматической винтовки.
* Ежегодные Недели физкультуры, традиционные физкультурные праздники: «Спортивный марафон», «Зимняя забава», «Фестиваль подвижных игр» и др.

**5. Обеспечение программы**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Раздел программы занятий** | **Формы занятий** | **Приёмы и методы организации образовательного процесса (в рамках занятия)** | **Дидактический материал** | **Техническое оснащение занятий** | **Формы подведения итогов** |
| День Здоровья | Спортивная игра «Муравейник» | Организация выполнения спортивных заданий на скорость | карточки | Школьный стадион (площадка ). | Итоги соревнований по классам и в личном первенстве |
| Спортивно - игровая программа «Фестиваль подвижных игр» | Игры на развитие внимания и памяти:  Игры на развитие воображения.  Игры на развитие памяти  Игры на развитие мышления и речи. | «Делай наоборот», «Вызов номеров», «Пустое место», «Удочка», «Кто дальше прыгнет», «Подвижная цель», «Веселые тройки», «Вода, земля, воздух», «Будь ловким!», «Чуткий часовой», «Белые медведи», «Карлики - великаны», «Запомни- порядок», Русская народная игра «У медведя во бору» и т.д.  Формирование понятий о мире движений, их роли в сохранении здоровья Развитие внимания и памяти Развитие воображения, речи Развитие ловкости и внимания, памяти Развитие внимания, памяти и речи Развитие ловкости, быстроты, внимания | Правила подвижных игр | Оборудование спортзала, мячи.  Палка гимнастическая.  Скакалка детская.  Мат гимнастический.  Кегли. Обруч пластиковый детский.  Флажки:  разметочные с опорой, стартовые.  Рулетка измерительная.  Мультимедийное оборудование. Учебно- методическое обеспечение. | Итоги соревнований по классам и в личном первенстве |
|  |
|  |  |  |
| «Зимняя забава» | Игры на  свежем воздухе | «Два Мороза», «Метко в  цель».  Эстафеты с санками и  лыжами Игры на лыжах «Биатлон» Игры зимой: «Охота на куропаток» | Правила подвижных игр. Разучивание и проведение игр. Метание снежков в цель. Проведение зимних эстафет. Правила игры. Проведение игры. | Школьный стадион (площадка). | Итоги соревнований по классам и в личном первенстве |
| «Спортивный марафон» | Игра по станциям | **Олимпийские игры** | Правила подвижных игр | Оборудование спортзала, мячи | Итоги соревнований по классам и в личном первенстве |
| **Большие гонки** | Игры, эстафеты, Весёлые минутки. Эстафеты с предметами Эстафеты с предметами и без Эстафеты с надувными шарами | Палка гимнастическая.  Скакалка детская. Мат гимнастический. Кегли. Обруч пластиковый детский.  Флажки: разметочные с опорой, стартовые. Рулетка измерительная.  Мультимедийное оборудование. Учебно-методическое обеспечение. |
| «Неделя мужества» | Соревнования | **Смотр строя и песни** | Положение о проведении строевого смотра. Устав ВС РФ. | Школьный стадион (площадка ). | Итоги соревнований по классам |
| «Неделя мужества» | Соревнования | **Стрельба из пневматической винтовки** | Положение о проведении соревнований по стрельбе | Школьный тир | Итоги соревнований по классам и в личном первенстве |

Материально-техническое обеспечение

Оборудование спортзала, мячи: баскетбольные, футбольные, волейбольные. Палка гимнастическая. Скакалка детская. Мат гимнастический. Кегли. Обруч пластиковый детский. Флажки: разметочные с опорой, стартовые. Рулетка измерительная. Щит баскетбольный тренировочный. Сетка для переноса и хранения мячей. Волейбольная сетка универсальная. Сетка волейбольная. Ворота футбольные, Аптечка.

Школьный стадион (площадка). Мультимедийное оборудование. Учебно-методическое обеспечение.

**6. Воспитательный модуль**

Дополнительное образование сегодня – это необходимое звено в воспитании многогранной личности, органично и естественно сочетающее в себе процессы обучения ребенка конкретной прикладной деятельности и разностороннего воспитания. Организации дополнительно го образования обладают существенным воспитательным потенциалом и благоприятными условиями для поддержки творческих устремлений детей в самопознании, самоопределении, самореализации и самоутверждении.

Общей целью воспитания в ЦДО МОУ «Средняя школа № 29» является приобщение обучающихся к российским традиционным духовно-нравственным ценностям, правилам и нормам поведения в российском обществе, а также создание условий для гармоничного вхождения обучающихся в социальную и профессиональную среды.

Достижению поставленной общей цели воспитания будут служить следующие задачи:

* формировать у обучающихся духовно-нравственные, гражданско-правовые ценности, чувство причастности и уважительного отношения к историко-культурному и природному наследию России и малой родины;
* формировать у обучающихся внутреннюю позицию личности по отношению к окружающей социальной действительности;
* формировать мотивацию к профессиональному самоопределению обучающихся, приобщению к социально-значимой деятельности для осмысленного выбора профессии.

Воспитательная работа в физкультурно-оздоровительном объединении «Быстрее, выше, сильнее» осуществляется по нескольким направлениям деятельности (духовно-нравственное, гражданско-патриотическое, экологическое), позволяющим охватить и развить все аспекты личности обучающихся. Воспитательная деятельность, органично вплетенная в процесс обучения, позволяет суммировать полученные знания, умения, навыки и ориентировать личность ребенка на творческое саморазвитие и нравственное самосовершенствование.

Система общих воспитательных дел и мероприятий включает в себя:

* + массовые мероприятия учебного характера (к ним относятся итоговые, отчетные, открытые занятия, участие в конкурсах и т.д.);
  + массовые мероприятия воспитательно-развивающего характера (тематические праздники, календарные праздники, юбилейные мероприятия и др.);
  + социальные акции и проекты;
  + экскурсии и выходы в театры и музеи
  + профориентационные мероприятия (дни открытых дверей, встречи с выпускниками).

**Календарный план воспитательной работы**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| №  п/п | Название мероприятия | Дата проведения | Место проведения |
| 1 | Инструктажи о правилах поведения и  технике безопасности | (сентябрь, январь) | ЦДО МОУ «Средняя школа № 29» |
| 2 | Участие в массовых мероприятиях разного уровня | согласно графику | ЦДО МОУ «Средняя школа № 29» |
| 3 | Участие в создании поздравлений к праздникам (День снега, День учителя, День матери, Новый год, 23 февраля, 8 марта, 9 мая и т.д.) | согласно календарю | ЦДО МОУ «Средняя школа № 29» |
| 4 | Участие в общих воспитательных мероприятиях Центра: социальная акция «Нарисуй МИР!», образовательная игра по безопасности жизнедеятельности «QR-код твоей безопасности», Новогодние театрализованные представления, городская выставка декоративно-прикладного и изобразительного творчества «Пасхальная радость», субботник по благоустройству территории вокруг учреждения, социальная акция- Всероссийский флэшмоб  «Будь ярче! Стань заметней!» | сентябрь  октябрь  декабрь  апрель-май  июнь | ЦДО МОУ «Средняя школа № 29», другие организации и ведомства |
| 5 | Проведение в объединении воспитательных мероприятий (День матери, 8 марта, 23 февраля, 9 мая и т.д.) | согласно календарю | ЦДО МОУ «Средняя школа № 29» |
| 6 | Организация открытых мероприятий обучающихся | май | ЦДО МОУ «Средняя школа № 29» |

**Воспитательная компонента программы:**

***Задачи:***

***Воспитательные:***

* Воспитать (черты характера, качества личности, интерес к чему-либо)
* Сформировать (интерес к чему-либо, компоненты гражданственности, качества личности)
* Содействовать формированию (компонентов культуры личности, качеств личности)

***Планируемые результаты***

* Личностные результаты (результаты воспитания и развития личности) – например, исследовательская деятельности.

7. Контрольно-измерительные материалы

Программа предусматривает мониторинг образовательной деятельности обучающихся, умений и навыков, а также динамику развития организационно-волевых качеств, ориентационных и поведенческих качеств. Он включает в себя текущий и итоговый контроль.

**Мониторинг освоения раздела «Строевая подготовка».**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Показатель | Критерий | Степень выраженности качества | Возможное кол-во баллов |
| Качество знаний общих положений строевого устава ВСРФ | Количественная оценка знаний общих положений строевого устава ВСРФ | Знает все, предусмотренные программой, общие положения строевого устава ВСРФ | 2 |
| Знает половину, предусмотренных программой, общих положений строевого устава ВСРФ | 1 |
| Не знает, предусмотренные программой, общие положения строевого устава ВСРФ. | 0 |
| Качественная оценка знаний общих положений строевого устава ВСРФ | Умело на практике применяет, предусмотренные программой, общие положения строевого устава ВСРФ | 2 |
| Частично на практике применяет, предусмотренные программой, общие положения строевого устава ВСРФ или с подсказками преподавателя. | 1 |
| Не умеет применять на практике, предусмотренные программой, общие положения строевого устава ВСРФ | 0 |
| Степень владения одиночной строевой подготовкой | Оценка знаний теоретических основ одиночной строевой подготовки. | Теоретические основы одиночной строевой подготовки освоены полностью, в пределах предложенного материала. | 2 |
| Теоретические основы одиночной строевой подготовки, в пределах предложенного материала, освоены частично. | 1 |
| Теоретические основы одиночной строевой подготовки, в пределах предложенного материала, не освоены. | 0 |
| Оценка практических умений владения одиночной строевой подготовкой. | Выполняет все предложенные, предусмотренные программой, элементы одиночной строевой подготовки. | 2 |
| В рамках реализации программы выполняет частично предложенные элементы одиночной строевой подготовки. | 1 |
| В рамках реализации программы не выполняет предложенные элементы одиночной строевой подготовки. | 0 |
| Степень подготовки (слаживани воинских формирований) | Количественная оценка знаний и умений по слаживанию воинского формирования. | В составе воинского формирования знает и выполняет все команды одиночной строевой подготовки, в рамках содержания программы. | 2 |
| Частично знает и выполняет команды одиночной строевой подготовки в составе воинского формирования, в рамках содержания программы. | 1 |
| Не знает и не выполняет команды одиночной строевой подготовки в составе воинского формирования, в рамках содержания программы. | 0 |
| Качественная оценка знаний и умений по слаживанию воинского формирования. | Все команды, в рамках содержания программы, одиночной строевой подготовки в составе воинского формирования выполняет без замечаний. | 2 |
| Команды, в рамках содержания программы, одиночной строевой подготовки в составе воинского формирования выполняет с замечаниями или подсказками преподавателя. | 1 |
| Команды, в рамках содержания программы, одиночной строевой подготовки в составе воинского формирования не выполняет или выполняет не правильно. | 0 |
| Степень освоения знаний и умений по теме «Строи подразделений» | Оценка знаний теоретических основ по теме ««Строи подразделений» | Теоретические основы по теме ««Строи подразделений» освоены полностью, в пределах предложенного материала. | 2 |
| Теоретические основы по теме ««Строи подразделений» освоены частично, в пределах предложенного материала. | 1 |
| Теоретические основы по теме ««Строи подразделений», в пределах предложенного материала, не освоены. | 0 |
| Оценка знаний практических умений по теме «Строи подразделений» | Умело на практике применяет умения действовать в строю, п пределах изученного материала. | 2 |
| Правильные действий в строю, в пределах изученного материала, применяет редко , с подсказками преподавателя. | 1 |
| Действия в строю, в пределах изученного материала, не освоил. | 0 |

**Мониторинг освоения раздела «Спортивный марафон».**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Показатель | Критерий | Степень выраженности качества | Возможное кол-во баллов |
| Степень владения техникой выполнения силовых упражнений | Оценка знаний теоретических основ выполнения силовых упражнений. | Знает технику выполнения силовых упражнений. | 2 |
| Частично знает технику выполнения силовых упражнений. | 1 |
| Не знает технику выполнения силовых упражнений. | 0 |
| Оценка практических умений выполнения силовых упражнений. | Умело выполняет предложенные силовые упражнения. | 2 |
| Предложенные силовые упражнения выполняет частично. | 1 |
| Отказывается выполнять предложенные силовые упражнения. | 0 |
| Степень владения техникой выполнения упражнений на скорость. | Оценка знаний теоретических основ выполнения упражнений на скорость. | Знает технику выполнения упражнений на скорость. | 2 |
| Частично знает технику выполнения упражнений на скорость. | 1 |
| Не знает технику выполнения упражнений на скорость. | 0 |
| Оценка практических умений выполнения упражнений на скорость. | Умело выполняет предложенные упражнения на скорость. | 2 |
| Предложенные упражнения на скорость выполняет частично. | 1 |
| Отказывается выполнять предложенные упражнения на скорость. | 0 |
| Степень владения техникой выполнения упражнений по тренировке выносливости | Оценка знаний теоретических основ выполнения упражнений на выносливость | Знает технику выполнения упражнений на по тренировке выносливости. | 2 |
| Частично знает технику выполнения упражнений по тренировке выносливости. | 1 |
| Не знает технику выполнения упражнений по тренировке выносливости. | 0 |
| Оценка практических умений выполнения упражнений на выносливость. | Умело выполняет предложенные упражнения по тренировке выносливости. | 2 |
| Предложенные упражнения по тренировке выносливости выполняет частично. | 1 |
| Отказывается выполнять предложенные упражнения по тренировке выносливости. | 0 |
| Степень владения техникой спортивных игр. | Оценка знаний теоретических основ спортивных игр. | Знает правила игры | 2 |
| Правила игры знает частично. | 1 |
| Правила игры не знает. | 0 |
| Оценка практических умений в спортивных играх. | Играет в предложенные игры с соблюдением правил. | 2 |
| Играет в предложенные игры и частично соблюдает правила. | 1 |
| В спортивных играх не участвует или не соблюдает правила. | 0 |

1. **Список информационных источников**

Реализация программы предполагает активное включение обучающихся в учебный процесс. В целях оптимизации занятий используются дидактические электронные и цифровые образовательные ресурсы, включающие в себя видеозаписи выполнения комплексов упражнений на развитие физических качеств обучающихся, материалы познавательного, профилактического и здоровьесберегающего характера.

Материалы в цифровом формате представлены на официальном сайте учреждения (http://xn--d1atk2a2a.xn--p1ai/post/uchebnyj-kontent.html).

**Литература**

**Нормативные документы**

1. Федеральным законом Российской Федерации от 29 октября 2012 г. № 273- ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

2. Федеральный закон от 04 декабря 2007 года № 329 – ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» (с изменениями на 6 марта 2022 г. года) (с изменениями и дополнениями вступивших в силу с 1 июня 2022 года);

3. Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 18 ноября 2015 года № 09-3242 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)».

4. Письмо Минобрнауки России от 29.03.2016 г. №ВК-641/09 о направлении методических рекомендаций (вместе с Методическими рекомендациями по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ, способствующих социально-психологической реабилитации, профессиональному самоопределению детей с ограниченными возможностями здоровья, включая детей-инвалидов, с учетом их особых образовательных потребностей).

5. Приказ Министерства образования и науки РФ от 9 ноября 2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (с изменениями на 30 сентября 2020 года).

6. Концепцией развития детско-юношеского спорта Российской Федерации до 2030 года, утвержденной Распоряжением Правительства Российской Федерации от 28.12.2021 г. № 3894-р.

7. Концепцией развития дополнительного образования детей до 2030 года (утв. распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678 – р). 25

**Используемая литература**

1. Авдиенко В.Б. Плавание. Методические рекомендации (учебная программа) для тренеров детско-юношеских спортивных школ и училищ олимпийского резерва / В.Б. Авдиенко, И.П. Волков 2000. -233 с.

2. Евсеев С.П. Теория и организация адаптивной физической культуры: Учебник. Т.2: / С.П. Евсеев. – М.: Советский спорт, 2009.

4. Портных Ю.И. Спортивные и подвижные игры: Учебник для средних спец. учебных заведений физ. Культ.- Изд. 3-е, перераб., доп. / Ю.И. Портных. – М.: Физкультура и спорт, 1984. – 344 с.

6. Уфимцева Л.П. Психолого-педагогические основы коррекции психофизического развития детей – инвалидов средствами физвоспитания (методическое пособие) / Л.П. Уфимцева,Т.М. Гаврилова; Детско-юношеская спортивно-адаптивная школа – Красноярск, 2006.

7. Холодов Ж.К. Теория и методика физического воспитания и спорта / Холодов Ж.К., Кузнецов В.С.: Учеб. пособие для студ. высших учеб. Заведений. – 2-е изд., испр. и доп. – М.: Издательский центр «Академия», 2003.

8. Царик А.В. Паралимпийский спорт: нормативное правовое и методическое регулирование / авт.- сост. А.В. Царик; под общ. ред. П.А. Рожкова. – М.: Советский спорт, 2010.

9. Шапкова Л.В. Частные методики адаптивной физической культуры: учебник / Л.В. Шапкова.- М.: Советский спорт, 2004.

10. Шапкова Л.В. Частные методики адаптивной физической культуры: учебник / Л.В. Шапкова.- М.: Советский спорт, 2009.

11. Шляпникова В.В., Шавшаева Л.Ю. Особенности методики физической культуры в развитии младших школьников, имеющих нарушения зрения // Организация работы с детьми, имеющими ограниченные возможности здоровья : монография / А. А. Богданова, О. Ф. Богатая, Н. Н. Иванова [и др.] ; под общ. ред. Н. В. Лалетина ; Сиб. федер. ун-т ; Краснояр. гос. пед. ун-т им. В. П. Астафьева [и др.]. — Красноярск : Центр информации, ЦНИ «Монография», 2014.

12. Шляпникова В.В. Урок физической культуры для слабовидящих учащихся младшего школьного возраста // Современный учитель: личность и профессиональная деятельность.— Материалы VII Международной научно-практической конференции. – М.: Издательство «Спутник+», 2013.

13. Шляпникова В.В. Нетрадиционные подвижные игры как средство развития слабовидящих младших школьников // Инновации в современной науке: Материалы I Международного летнего симпозиума (30 июля 2013 г.): Сборник научных трудов / Научный ред. д.п.н., проф. Г. Ф. Гребенщиков. — М.: Издательство «Перо», 2013.

1. -Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
2. -Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года (утверждена распоряжением Правительства РФ от 31 марта 2022 г. №678-р)
3. -Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 4 июля 2014 г. №41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей»;
4. Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. № 996-р)
5. -Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 29 августа 2013 г. N 1008 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
6. -Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 №09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разно уровневые программы)»);
7. -Разработка программ дополнительного образования детей. Часть I. Разработка дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ: методические рекомендации - Ярославль: ГАУ ДПО ЯО ИРО, 2016. - 60 с. (Подготовка кадров для сферы дополнительного образования детей);
8. -Сборник нормативно-правовых и информационно-методических материалов по организации внутреннего контроля образовательной деятельности в учреждениях дополнительного образования муниципальной системы образования г. Ярославля [Текст] / под редакцией Е.Г. Абрамовой, И.В. Лаврентьевой. – Ярославль: МОУ ДО Детский центр «Восхождение», 2017. – 44 с.
9. -Приказ Министерства просвещения РФ от 23.03.2020 г. № 117 “Об утверждении Порядка осуществления деятельности школьных спортивных клубов (в том числе в виде общественных объединений), не являющимися юридическими лицами ”
10. -Приказ № 284/01-03 от 27.04.2016г. «Об утверждении регионального проекта «Лига школьных спортивных клубов Ярославии»
11. -Письмо Минобрнауки РФ № МД-1077/19, Минспорттуризма РФ № НП-02-07/4568 от10.08.2011 "О методических рекомендациях по созданию и организации деятельности школьных спортивных клубов"
12. - Распоряжение Правительства Российской Федерации от 07.08.2009 № 1101«Стратегия развития физической культуры и спорта в Российской Федерации до 2020 года»
13. -Государственная программа Российской Федерации «Развитие физической культуры и спорта» - постановление Правительства Российской Федерации от 15.04.2014 г. № 302
14. -законами и иными нормативными правовыми актами Ярославской области, Уставом ОУ, Положением о школьном спортивном клубе ОУ.
15. Лях В.И и Зданевич А.А. Комплексная программа физического воспитания учащихся 1­11 классов, авторы - М.:Просвещение, 2007 г.,
16. Глязер С. Ларчик с играми М.: Детская литература, 1975.
17. Минскин Е.М. Игры и развлечения в группе продлённого дня. М. Просвещение. 1983 г.
18. Шурухина В.К. Физкультурно-оздоровительная работа в режиме учебного дня школы. М. Просвещение.1980г.
19. Яковлев В. Г. Ратников В.П. Подвижные игры. М. Просвещение, 1977г.
20. [http://vashechudo.ru/ игры зимой](http://vashechudo.ru/raznoe/igry-i-konkursy-dlja-detei/igry-dlja-detei-zimoi.html)
21. Вайнбаум Я.С. Дозирование физических нагрузок школьников – М.: Просвещение, 1991. – 64 с.
22. Гавердовский Ю.К. Обучение спортивным упражнениям – М.: Физкультура и спорт, 2007. – 911 с.
23. Гришина Ю.И. Общая физическая подготовка: Знать и уметь. 4-е издание. — Ростов-на-Дону: Феникс, 2014. — 248 с. Крупицкая О.Н., Потовская Е.С., Шилько В.Г. Общая физическая подготовка. Практикум. — Томск: Издательский Дом Томского государственного университета, 2014.- 58 с.