

Утверждаю:
директор ГОКУ СКШ №2 г. Ангарска
И.В. Черепанова
Приказ № 95-п от 01.09.2023 г.



ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 5B1A1B2AF9A99F40A44A0E07DC84B796
Владелец: Черепанова Ирина Владимировна
Действителен: 10.04.2023 по 03.07.2024
Дата подписи: 9.04.2023 13:24:19

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая
программа спортивно-оздоровительной направленности
“Спортивные и подвижные игры”
ГОКУ «Специальная (коррекционная) школа №2 г. Ангарска»

Возрастная категория обучающихся:
12-16 лет

Срок реализации программы: 1 год

Автор-составитель:
Власюк Оксана Викторовна,
педагог дополнительного образования

г. Ангарск, 2023 год

Оглавление

Паспорт программы	3
Раздел 1. Комплекс основных характеристик программы.....	6
1.1. Пояснительная записка	6
Направленность программы.....	7
Актуальность программы.....	7
Новизна программы	7
Адресат программы.....	7
Объём программы	8
Формы обучения и виды занятий по программе.....	8
Срок освоения программы	8
Режим занятий	8
1.2. Цель и задачи программы.....	8
Цель программы	8
Задачи программы.....	8
1.3. Содержание программы.	9
Учебный план кружка «Спортивные и подвижные игры»	9
Содержание учебного плана	9
1.4. Планируемые результаты освоения программы	10
Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий.....	10
2.1. Календарный учебный график.....	10
2.2. Условия реализации программы.....	11
2.3. Этапы и формы контроля	11
2.4. Оценочные материалы	12
Список литературы	12
Приложения	13
Приложение 1	Ошибка! Закладка не определена.
Приложение 2	Ошибка! Закладка не определена.
Приложение 3	Ошибка! Закладка не определена.

Паспорт программы

Название программы	Спортивные и подвижные игры
Автор-составитель	Власюк Оксана Викторовна
Адрес	Иркутская область, г. Ангарск, 12 микрорайон, дом 18
Возраст обучающихся	12-16 лет
Срок реализации программы	1 год
Направленность	Спортивно-игровая
Вид программы	модифицированная
Уровень освоения	общеразвивающий
Год разработки программы	2023 г.
Нормативно-правовое обеспечение программы	<p>Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа разработана в соответствии с:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Федеральным законом от 29.12.2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации». • Приказом Министерства образования и науки от 29 августа 2013 года № 1008 г. Москва «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным образовательным программам». • Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 4 июля 2014 г. N 41 "Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей". • Порядком организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам (утв. Приказом Министерства образования и науки РФ от 29 августа 2013 г. № 1008). • Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) (письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 18 ноября 2015 г. № 09-3242). • Концепцией развития дополнительного образования детей (утвержденной распоряжением правительства РФ от 04.09.2014 г. №1726-р). • Требованиями к структуре и содержанию программы дополнительного образования детей (письмо Министерства образования Российской Федерации от 18 июня 2003 г. № 28-02-484/16). • Примерными требованиями к программам дополнительного образования детей (Приложение к письму Департамента молодежной политики, воспитания и социальной поддержки детей Минобрнауки России от 11.12.2006 г. № 06-1844). • Федеральной целевой программой «Успех каждого ребенка» национального проекта образования до

	2024 года. (01.11.2018 – 30.12.2024 г.).
Цель	Вызвать у обучающихся потребность к ЗОЖ через спортивные и подвижные игры
Задачи	<p>Образовательные:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Познакомить с историей возникновения игровых видов спорта. 2. Познакомить с техникой выполнения упражнений в игровых видах спорта 3. Формировать основные навыки и умения (ловкость, быстроту мышления и т.д.) <p>Развивающие:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Развивать основные физические качества (силу, выносливость, ловкость, быстроту) 2. Способствовать проявлению индивидуальных интересов и потребностей. 3. Развивать интерес к совместной со сверстниками и взрослыми деятельности через игры. <p>Воспитательные:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Воспитывать чувство коллективизма. 2. Поддерживать стремление детей к развитию и более совершенному выполнению упражнений и действий в спортивных играх. 3. Воспитывать умение доводить начатое дело до конца.
Планируемые результаты освоения программы	<p>К концу обучения обучающиеся овладевают следующими компетентностями:</p> <p>Образовательные (предметные):</p> <ul style="list-style-type: none"> • Умение выполнять упражнения в зависимости от вида спорта • Умение работать с оборудованием (мячом, битой, шарами.) <p>Метапредметные:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Умение планировать, контролировать и оценивать собственные действия в соответствии с поставленной задачей на игру и условиями ее реализации • Умение осуществлять организацию тренировки с младшими. <p>Личностные:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Навыки сотрудничества с взрослыми и сверстниками; • Умение правильно подобрать место для игры. • Умение договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов; • Умение проявлять отзывчивость, доброжелательность, понимание и сопереживание чувствам других людей.
Количество часов	1 год – 68 часов
Форма обучения	групповая
Методическое обеспечение	<ul style="list-style-type: none"> • просмотр учебных фильмов по игровым видам спорта • дидактические материалы.
Условия реализации программы	Материально-технические условия реализации про-

(оборудование, инвентарь, специальные помещения, ИКТ и др.)	граммы: <ol style="list-style-type: none">1. Учебный класс, для проведения теоретических занятий2. Спортивная площадка, спортивный зал.3. Видео, аудиоаппаратура;4. Компьютер, мультимедиа проектор;5. Дидактический материал.
---	---

Раздел 1. Комплекс основных характеристик программы

1.1. Пояснительная записка

В настоящее время игра имеет важное воспитывающее и развивающее значение. Организация секций и командная игра оказывает положительное влияние на детей и вносит неоценимый вклад в воспитательную систему подрастающего поколения. Это действенный метод, так как такая деятельность запомнится детям надолго, будет способствовать развитию основных физических качеств, предметной деятельности, творческих, эстетических и нравственных сторон личности.

Программа даёт право каждому ребенку научиться играть в понравившиеся игры; предоставляет широкие возможности для профессиональной ориентации обучающихся, их ознакомлению с различными видами спорта, а также найти новые увлечения и с интересом проводить свободное время.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа спортивно-оздоровительного направления «Спортивные и подвижные игры» разработана на основе: комплексной программы физического воспитания учащихся 5-9 классов, авторы В.И. Лях, А.А. Зданевич. - М.: Просвещение, 2014 г., является адаптированной для учащихся с интеллектуальными нарушениями.

Содержание программы составляют модули: обучение подвижным играм различной направленности и элементам спортивных игр (пионербол, волейбол.), формирование двигательной активности, приобщение к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, привитие необходимых теоретических знаний в области физической культуры, спорта, гигиены, воспитание культуры общения со сверстниками и сотрудничества в условиях учебной, игровой и соревновательной деятельности. Программа представлена пятью блоками: игры на знакомство, народные игры, игры на развитие психических процессов, подвижные игры, спортивные игры. Блоки включают темы: игры с элементами лёгкой атлетики позволяют овладеть навыками бега, ходьбы, прыжков, метания; игры с мячом позволяют обучающимся овладеть навыками ловли и передачи мяча, развивать скоростно-силовые и координационные способности; эстафеты с предметами: со скакалками, с гимнастическими палками, с флажками, с обручем, с эстафетными палочками, с теннисными мячами; игры с элементами пионербола и волейбола. Основные формы работы на занятии: коллективная и групповая. Занятия по данной программе состоят из теоретической и практической частей, предусмотрено активное участие учащихся в спортивной, соревновательной деятельности, формирующей активную жизненную позицию ребенка с интеллектуальными нарушениями понимание значимости собственной деятельности и ее ценности.

Занятия по данной программе состоят из теоретической и практической частей, предусмотрено активное участие учащихся в городских, областных и Всероссийских соревнованиях.

Направленность программы

Дополнительная общеобразовательная программа направлена на ориентацию ребенка в выборе более подходящего для него вида спорта и для дальнейшего самосовершенствования.

Дети с раннего возраста испытывают потребность в двигательной деятельности. Для детей с ограниченными возможностями здоровья наиболее важно иметь возможность самовыражения и использовать игру в качестве средства общения со сверстниками и взрослыми.

Поэтому реализация программы ориентирована на формирование и развитие физических качеств, обучающихся с ограниченными возможностями здоровья и удовлетворение их индивидуальных потребностей в интеллектуальном, нравственном и физическом совершенствовании, укрепление психологического здоровья за рамками основного образования.

Актуальность программы

Актуальность данной программы обусловлена тем, что позволяет разнообразить организационные формы работы с обучающимися с ограниченными возможностями здоровья с учетом их индивидуальных особенностей, обеспечивает рост физического потенциала, познавательных мотивов, обогащает формы взаимодействия со сверстниками и взрослыми в познавательной деятельности. Данная программа обучает умению работать в команде.

Новизна программы

Новизна данной программы заключается в следующем:

- содержание занятий построено на взаимодействии различных видов спорта.
- включение в содержание программы разнообразных видов спорта.

Адресат программы

Образовательный процесс организуется с учетом особенностей психофизического и физического развития обучающихся. Реализация программы исходит из возможностей детей, и ежегодно корректируется в зависимости от особенностей обучающихся.

Программа «Спортивные и подвижные игры» разработана для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья в возрасте от 12 до 16 лет. Программа включает теоретическую часть и практические занятия. Во время реализации программы будут использованы такие формы и методы, как беседа – объяснение, рассказ, а также практические задания. Занятия проводятся в группах, сочетая принцип группового обучения с индивидуальным подходом с обязательным 10 минутным перерывом между ними для отдыха детей в соответствии с нормами СанПиН.

Организация обучения по данной программе осуществляется на базе ГОКУ «Специальная (коррекционная) школа №2 г. Ангарска».

Программа предполагает, групповую работу, численностью до 15 человек.

Объём программы

Объём дополнительной общеобразовательной программы «Спортивные и подвижные игры» составляет 68 часов.

Формы обучения и виды занятий по программе

На занятиях используются разнообразные методы обучения, чтобы обеспечить активность всех учащихся и творческий подход к решению поставленных задач:

- игровой;
- метод передачи новых знаний;
- практические занятия;
- метод демонстрации – наглядности;
- метод отработки и закрепления новых навыков;
- практические занятия.

Срок освоения программы

Срок освоения дополнительной общеобразовательной программы «Спортивные и подвижные игры» составляет 1 год.

Режим занятий

Программа очной формы обучения рассчитана на учащихся от 12 до 16 лет в условиях учреждения дополнительного образования. Занятия проходят 2 раза в неделю по 1 академическому часу, продолжительностью 45 минут каждое.

Допуск к занятиям производится только после обязательного проведения и закрепления инструктажа по технике безопасности по соответствующим инструктажам.

Программа составлена с учетом санитарно-гигиенических правил, возрастных особенностей учащихся и порядка проведения занятий.

Организация обучения по программе осуществляется на базе ГОКУ «Специальная (коррекционная) школа №2 г. Ангарска».

1.2. Цель и задачи программы

Цель программы:

Вызвать у обучающихся потребность к ЗОЖ через спортивные и подвижные игры.

Задачи программы:

Образовательные:

1. Познакомить с историей возникновения игровых видов спорта.
2. Познакомить с техникой выполнения упражнений в игровых видах спорта
3. Формировать основные навыки и умения (ловкость,
4. быстроту мышления и т.д.)

Развивающие:

1. Развивать основные физические качества
2. (силу, выносливость, ловкость, быстроту)
3. Способствовать проявлению индивидуальных интересов и потребностей.
4. Развивать интерес к совместной со сверстниками и взрослыми деятельности через игры.

Воспитательные:

1. Воспитывать чувство коллективизма.
2. Поддерживать стремление детей к развитию и более
3. совершенному выполнению упражнений и действий в спортивных играх.
4. Воспитывать умение доводить начатое дело до конца.

1.3. Содержание программы.

Учебный план кружка «Спортивные и подвижные игры»

№ п/п	Наименование разделов и тем	Всего часов	в том числе		Форма промежуточной итоговой аттестации
			Теория	Практика	
1	Вводное занятие. Техника безопасности	1	1	-	беседа
2	История спортивных игр	1	1	-	беседа
3	Легкая атлетика	11	1	10	беседа и практические занятия
4	Пионербол	26	1	25	беседа и практические занятия
5	Соревнования по пионерболу	1	-	1	практическое занятие
6	Волейбол	26	1	25	беседа и практические занятия
7	Соревнования по волейболу	1	-	1	практическое занятие
	Итого:	68	11	57	

Содержание учебного плана

1. Вводное занятие. Техника безопасности. (1 час)

Теория: Основы знаний. Формирование группы, основы правил техники безопасности. Знания об основных правилах подвижных игр, навыки владения мячом. Инструктаж по технике безопасности на занятиях спортивными и подвижными играми.

2. История спортивных игр. (1 час)

Теория: Экскурс в историю игр, показ видеофильмов. Знания об основных правилах подвижных игр, способа выбора водящих, начальные навыки владения мячом.

3. Легкая атлетика. (11 часов)

Теория: Возникновение легкоатлетических упражнений. Ознакомление с местами занятий по отдельным видам легкой атлетики. Техника безопасности во время занятий легкой атлетикой.

Практика: Ходьба и бег, прыжки, метание.

4. Пионербол. (25 часов)

Теория: История возникновения пионербола. Инструкция по технике безопасности при игре в пионербол. Правила игры. Правила формирования команд.

Практика: Техника подачи и передачи мяча, нападающего броска, обучение техники блокирования (одиночного и группового блока), перемещение по площадке, отработка навыков взаимодействия игроков на площадке.

5. Соревнования по пионерболу. (1 час)

Практика: Учебная игра по правилам соревнований.

6. Волейбол. (25 часов)

Теория: История возникновения волейбола. Инструкция по технике безопасности при игре в волейбол. Правила игры. Правила формирования команд.

Практика: Техника подачи и передачи мяча, нападающего броска, обучение техники блокирования (одиночного и группового блока), перемещение по площадке, отработка навыков взаимодействия игроков на площадке.

10. Соревнования по волейболу. (1 час)

Практика: Учебная игра по правилам соревнований.

1.4. Планируемые результаты освоения программы

К концу обучения, обучающиеся овладевают следующими компетентностями:

Образовательные (предметные):

- Умение выполнять упражнения в зависимости от вида спорта;
- Умение работать с оборудованием (мячом)

Метапредметные:

- Умение планировать, контролировать и оценивать собственные действия в соответствии с поставленной задачей на игру и условиями ее реализации;
- Умение осуществлять организацию тренировки с младшими.

Личностные:

- Навыки сотрудничества с взрослыми и сверстниками;
- Умение правильно подобрать место для игры;
- Умение договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов;
- Умение проявлять отзывчивость, доброжелательность, понимание и сопереживание чувствам других людей.

Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий

2.1. Календарный учебный график

Режим организации занятий по данной дополнительной общеобразовательной программе определяется Календарным учебным графиком, который разрабатывается до начала каждого учебного года.

№ п/п	Год обучения	Объем учебных часов	Всего учебных недель	Режим работы	Количество учебных дней
	1 год обучения	68 часов	34 недели	2 раза в неделю по 1 часу	68 дней

2.2. Условия реализации программы

Для реализации программы дополнительного образования «Спортивные и подвижные игры» имеется спортзалы: большой и малый, расположенный в цокольном этаже здания, классный кабинет (кабинет № 209), расположенный на 2 этаже, оборудованный, в наличие имеется: спортивное снаряжение: мячи, кегли, теннисные ракетки, компьютер, колонки, доска аудиторская, шкаф комбинированный для учебных пособий, шкаф двустворчатый закрытый для учебных пособий, панель тактильная Инклюзив, сенсорная тропа, студия для рисования песком (песочница маленькая), столы ученические 2-местные регулируемые, стулья офисные, наглядные и дидактические пособия, наглядные таблицы, учебные видеоматериалы, технологические и инструкционные карты.

2.3. Этапы и формы контроля

По результатам деятельности в течение года проводится диагностика освоения программы:

Время проведения	Цель проведения	Формы контроля
Начальный или входной контроль		
Начало учебного года	Определение уровня развития детей, их творческих способностей	Беседа анкетирование
Текущий контроль		
В течение учебного года	Определение степени усвоения учащимися учебного материала. Определение готовности детей к восприятию нового материала. Повышение ответственности и заинтересованности воспитанников в обучении. Выявление детей, отстающих и опережающих обучение. Подбор наиболее эффективных методов и средств обучения.	Педагогическое наблюдение, опрос, итоговые игровые занятия, участие в городских и Областных соревнованиях
Промежуточный контроль		
По окончании изучения темы или раздела. В конце четверти, полугодия.	Определение степени усвоения учащимися учебного материала. Определение результатов обучения.	Занятые места в городских и Областных соревнованиях.
Итоговый контроль		
В конце учебного года	Определение уровня развития детей, их творческих способностей. Определение результатов обучения. Ориентирование учащихся на дальней-	Занятые места в соревнованиях. Получение кубка по итогам городской и Областной Спартакиадах.

	шее обучение. Получение сведений для совершенствования образовательной программы и методов обучения.	
--	--	--

2.4. Оценочные материалы

Диагностика результативности сформированных компетенций, учащихся по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе осуществляется при помощи следующих методов диагностики и контроля:

- педагогическое наблюдение;
- опрос;
- беседа;
- практическое выполнение упражнений;
- соревнования по видам спорта.

Список литературы

1. Детские подвижные игры народов СССР. М.: Просвещение, 2001.
2. Зубрилова Н. А. Дополнительное образование и воспитание детей в Санкт – Петербурге на рубеже 20-21 вв. Спб, 2003.
3. Коротков И. М. Подвижные игры во дворе. М.: Просвещение, 2004.
4. Клусов П. П., Цуркан А. А. Стадион во дворе. М.: Просвещение, 2005.
5. Методика физического воспитания. М.: Просвещение, 1999.
6. Подвижные игры учащихся. М.: Учпедгиз, 2007.

Приложения

Тест "Пионербол"

1. Сколько игроков одной команды находится на площадке во время игры в пионербол?
 - а) 4;
 - б) 5;
 - в) 6.
2. Сколько касаний мяча может быть между игроками одной команды?
 - а) 2;
 - б) 3;
 - в) 4.
3. Сколько зон на площадке ты знаешь?
 - а) 4;
 - б) 5;
 - в) 6;
 - г) 7.
4. Игроком, какой зоны осуществляется подача?
 - а) 6;
 - б) 5;
 - в) 4;
 - г) 1.
5. Переход игроков на площадке выполняется
 - а) по часовой стрелке;
 - б) против часовой стрелки;
 - в) в любом порядке.
6. Сколько раз подряд может игрок выполнить подачу, пока не произойдет потеря подачи мяча командой?
 - а) 1;
 - б) 3;
 - в) не ограничено.
7. Можно ли при ловле мяча прижимать его к себе?
 - а) да;
 - б) нет;
 - в) иногда.
8. Проигранный мяч отдается команде противника
 - а) под сеткой;
 - б) над сеткой;
 - в) в любом порядке.
9. Если во время подачи мяч касается сетки, но перелетает на сторону противника, считается ли он проигранным?
 - а) да;
 - б) нет;
 - в) иногда.

10. При потере подачи очко выигрывает команда

а) противника;

б) своя;

в) очко никому не присуждается.

11. Подача осуществляется

а) одной рукой;

б) двумя руками;

в) любой частью тела.

Ответы на тест "Пионербол":

1.в	2.б	3.в	4.г	5.а	6.в	7.б	8.а	9.б	10.а	11.а
-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	------	------