

Утверждаю:  
директор ГОКУ СКШ №2 г. Ангарска  
И.В. Черепанова  
Приказ № 64-п от 01.09.2022 г.



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, 2022 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 .....	<b>Ошибка! Закладка не определена.</b>
Приложение 2 .....	<b>Ошибка! Закладка не определена.</b>
Приложение 3 .....	<b>Ошибка! Закладка не определена.</b>

## Паспорт программы

<b>Название программы</b>	Спортивные и подвижные игры
<b>Автор-составитель</b>	Власюк Оксана Викторовна
<b>Адрес</b>	Иркутская область, г. Ангарск, 12 микрорайон, дом 18
<b>Возраст обучающихся</b>	12-16 лет
<b>Срок реализации программы</b>	1 год
<b>Направленность</b>	Спортивно-игровая
<b>Вид программы</b>	модифицированная
<b>Уровень освоения</b>	общеразвивающий
<b>Год разработки программы</b>	2021 г.
<b>Нормативно-правовое обеспечение программы</b>	<p>Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа разработана в соответствии с:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Федеральным законом от 29.12.2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».</li> <li>• 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».</li> <li>• 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".</li> <li>• Порядком организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам (утв. Приказом Министерства образования и науки РФ от 29 августа 2013 г. № 1008).</li> <li>• Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) (письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 18 ноября 2015 г. № 09-3242).</li> <li>• Концепцией развития дополнительного образования детей (утвержденной распоряжением правительства РФ от 04.09.2014 г. №1726-р).</li> <li>• Требованиями к структуре и содержанию программы дополнительного образования детей (письмо Министерства образования Российской Федерации от 18 июня 2003 г. № 28-02-484/16).</li> <li>• 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).</li> <li>• Федеральной целевой программой «Успех каждого ребенка» национального проекта образования до</li> </ul>

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

(оборудование, инвентарь, специальные помещения, ИКТ и др.)	граммы: <ol style="list-style-type: none"><li>1. Учебный класс, для проведения теоретических занятий</li><li>2. Спортивная площадка, спортивный зал.</li><li>3. Видео, аудиоаппаратура;</li><li>4. Компьютер, мультимедиа проектор;</li><li>5. Дидактический материал.</li></ol>
---	---

## **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
<b>Начальный или входной контроль</b>		
Начало учебного года	Определение уровня развития детей, их творческих способностей	Беседа анкетирование
<b>Текущий контроль</b>		
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
<b>Промежуточный контроль</b>		
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.
<b>Итоговый контроль</b>		
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
-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	------	------