

Областное казенное общеобразовательное учреждение
«Льговская школа-интернат для детей с ограниченными возможностями здоровья»

Принята на заседании
педагогического совета
от «29» мая 2024 г.
протокол № 6



Утверждаю
Директор ОКОУ «Льговская школа-интернат»
Н.В. Сотникова
29 мая 2024 г.

**АДАПТИРОВАННАЯ ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ
ПРОГРАММА
физкультурно-спортивной направленности
«Бочче»
(базовый уровень)**

Возраст обучающихся: 14-18 лет

Срок реализации: 1 год

Автор-составитель:
Новиков Сергей Юрьевич,
Педагог дополнительного
образования

г. Льгов, 2024

Содержание

1. Комплекс основных характеристик образования.....	3
1.1. Пояснительная записка.....	3
1.2. Цель и задачи программы.....	7
1.3. Планируемые результаты	8
1.4. Учебный план.....	10
1.5. Содержание изучаемого курса	12
2. Комплекс организационно-педагогических условий	14
2.1. Календарный учебный график	14
2.2. Оценочные материалы	14
2.3. Формы аттестации.....	14
2.4. Методический материал	15
2.5. Условия реализации программы	16
2.6. Рабочая программа воспитания.....	17
2.7. Календарный план воспитательной работы	18
3. Список литературы	19
Приложение 1.....	20
Приложение 2.....	20

1. Комплекс основных характеристик программы

1.1. Пояснительная записка

Адаптированная дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности «МИНИ-ФУТБОЛ» позволяет решать задачи физического воспитания обучающихся, формируя у них целостное представление о физической культуре, ее возможностях в повышении работоспособности и улучшении состояния здоровья, а главное — воспитывая личность, способную к самостоятельной, творческой деятельности.

Настоящая адаптированная дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа разработана в соответствии с **нормативно-правовой базой:**

1. Федеральный закон от 29.12.2012 N 273-ФЗ (ред. от 16.04.2022) «Об образовании в Российской Федерации».

2. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденная распоряжением Правительства РФ от 31.03.2022 г. №678-р.

3. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»

(Зарегистрирован 26.09.2022 № 70226)

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

5. Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 N 09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»).

6. Стратегия развития воспитания в Российской Федерации до 2025 года, утвержденная распоряжением Правительства РФ от 29.05.2015 г. №996-р.

7. Закон Курской области от 09.12.2023 г. № 121-ЗКО (ред. От 14.12.2020 г.№ 113-ЗКО) «Об образовании в Курской области».

8. Положение об адаптированной дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе ОКОУ «Льговская школа-интернат» №1-138/3 от 01.03.2023 г.

9. Рабочая программа воспитания ОКОУ «Льговская школа-интернат».

10. Устав ОКОУ «Льговская школа-интернат».

Направленность программы: физкультурно-спортивная.

Программа рассчитана на 1 год обучения, возраст детей – подростковый (14-18 лет)

В подростковом возрасте в основном завершается формирование всех функциональных систем. На этот возраст приходится период продолжающегося совершенствования моторных способностей, больших возможностей в развитии двигательных качеств. Быстро улучшаются координационные, силовые и скоростно-силовые способности.

В теоретической части рассматриваются вопросы техники и тактики игры в бочче . В практической части изучаются технические приемы и тактические комбинации, а также упражнения специальной физической подготовки детей. На занятиях с учащимися целесообразно акцентировать внимание на комбинированные упражнения и поэтому на эти разделы программы отводится большее количество часов. Формой подведения итогов реализации программы является участие учащихся в соревнованиях по бочче.

Физическая подготовка направлена на развитие физических способностей организма, в занятиях ей отводится значительное место. Выделяют общую и специальную физическую подготовку. Общая физическая подготовка предусматривает всестороннее развитие физических способностей, специальная – развитие качеств и функциональных возможностей, специфичных для игроков "Бочче".

Актуальность программы

Физическое развитие лежит в основе организации всей жизни детей и в семье, и в общеобразовательном учреждении. Это касается предметной и социальной среды, всех видов детской деятельности с учетом возрастных и индивидуальных особенностей школьников.

В онтогенезе человека каждому возрастному этапу его развития соответствует определенный тип ведущей деятельности, которая в этот временной интервал оказывает самое решающее влияние на становление и изменения в психических и физиологических процессах организма.

В педагогике игровой метод относят к числу наиболее значимых и эффективных. В многочисленных публикациях подчеркивается роль игры в повседневной жизни и образовании детей как формы деятельности, создающей условия активного воздействия не только на физическое развитие и физическую подготовленность ребенка, но в равной степени на его сознание, интеллект, чувства, поведение и психику в целом. Овладение навыками игры в бочке обеспечит развитие у детей способности согласовывать свои движения с направлением и скоростью движения шара (дифференцирование пространственно-временных отношений); развитие специальных физических способностей, главным образом, силы и быстроты сокращения мышц, от которых зависит овладение моментом воздействия рукой на шар (при подаче). Кроме того, игра в бочку обеспечит разностороннее развитие личности ребенка. У школьника будут формироваться выдержка, настойчивость, решительность, смелость, организованность, инициативность, самостоятельность, положительные отношения к сверстникам и адекватное социальное поведение.

Отличительные особенности программы

1. Данная Программа рассчитана на детей в возрасте 14-18 лет.
2. Для обучения по данной Программе необходимо нестандартное оборудование для каждой группы: набор разноцветных шаров (9 штук), спортивная площадка (корт) размером 3,5х16 метров.

3. Данная Программа предусматривает индивидуальный, персональный подход к методам и технологиям обучения каждого ребенка с учетом особенностей его развития, вида нарушения опорно-двигательного аппарата и степени тяжести заболевания.

4. Учебный материал распределен по видам подготовки (общая физическая, специальная физическая, спортивно-техническая, теоретическая), как это принято в практике планирования учебно-тренировочного процесса.

5. В содержании Программы нами приводится перечень всех основных движений, игр и игровых заданий. Развивающая двигательно-игровая деятельность детей должна носить творческий характер. Перечень является примерным, опираясь на него каждый педагог должен подбирать содержание учебного материала с учетом индивидуальных двигательных и психологических возможностей детей.

6. Набор в секцию осуществляется с учетом желаний и двигательных возможностей детей.

Уровень программы «Бочче» - базовый.

Предполагает наличие у обучаемых навыков игры в бочче. Уровень подготовки учащихся может быть разным.

Адресат программы

Возраст детей, участвующих в реализации данной адаптированной дополнительной образовательной общеразвивающей программы колеблется от 14 до 18 лет. В коллектив могут быть приняты все желающие, не имеющие противопоказаний по здоровью. Условия формирования групп: разновозрастные.

Характеристика детей: Программа составлена на основе возрастных, физических, психологических особенностей детей с указанной нозологией. Для всех детей с умственной отсталостью характерно нарушение психического и физического развития – тотальное недоразвитие высших психических функций, нарушение эмоционального развития, искаженное развитие личности, неловкость и нарушение координации движений. Нарушение речевого развития обусловлено степенью поражения центральной нервной системы и носит системный характер. Резко

ограничено программирование речевого высказывания и контроль за речью. Данная категория детей зачастую испытывает серьезные трудности в овладении простейшими действиями, в том числе бытовыми.

Уровень познавательного развития

Речь:

- варьируется от полного «безречия» до системного недоразвития речи;
- характерно выраженное нарушение понимания речи, при этом детям доступно понимание только бытовой лексики, простых грамматических конструкций, простых фраз, при этом невозможно понимание подтекста, образных выражений, фразеологизмов и т.д.;
- нарушение звукопроизношения является полиморфным (нарушены разные группы звуков) и характеризуется стойкостью;
- словарный запас ограничен количественно и качественно, ребенку доступна частотная 4 бытовая лексика, отмечаются многочисленные замены слов;
- характерен выраженный аграмматизм, в основном дети используют начальную форму слов, простую аграмматичную фразу;
- возможности связного высказывания резко ограничены; доступен пересказ простого текста без понимания даже фактической информации;
- письменная речь для определенной части детей с умственной отсталостью недоступна, для другой части письмо и чтение затруднено.

Восприятие:

- восприятие характеризуется замедленным темпом; – нарушена активность и избирательность восприятия;
- слуховое, фонематическое и зрительное восприятие нарушено, дети смешивают сходные звуки, зрительные стимулы, похожие предметы и изображения; – восприятие цветов доступно частично;
- отмечаются ограничения при восприятии времени и пространства (схемы тела, трехмерного и двухмерного).

Внимание:

- нарушено и произвольное внимание (в большей степени), и непроизвольное внимание;
- отмечаются истощаемость и неустойчивость внимания, в процессе выполнения заданий/упражнений может быть частая немотивированная смена предметов/объектов внимания; – характерны трудности распределения и переключаемости.

Память:

- объем памяти ограничен;
- нарушено запоминание, сохранение и воспроизведение информации, при этом воспроизведение зачастую характеризуется хаотичностью;
- механическая память, как правило, у определенной группы детей достаточно сохранна;
- резко выражено ограничение возможности запоминания вербальных стимулов; – отмечаются эпизодичность и фрагментарность припоминания и извлечения информации;
- произвольное запоминание затруднено и формируется позже, чем у сверстников, при этом проще запоминаются внешние, случайные зрительные элементы.

Мышление:

- формирование всех мыслительных операций замедлено и затруднено; – уровень сформированности мыслительных операций зависит от степени выраженности нарушения интеллекта;
- отмечаются инертность и тугоподвижность мыслительных процессов;
- абстрактное мышление не развивается; детьми усваиваются наиболее конкретные и сходные признаки объектов и предметов;
- характерно ограничение понимания или невозможность понимания причинноследственных связей между явлениями, событиями, объектами, предметами. При этом связи устанавливаются на основе анализа случайных или наиболее ярких признаков, что делает невозможным формирование образа/представления о предмете, объекте, ситуации;

- характерны не критичность, невозможность оценить свою работу и деятельность сверстников, выявить собственные и чужие ошибки;
- крайне слабая или отсутствующая регулирующая роль мышления; минимальный самоконтроль или его отсутствие;
- характерна невозможность переноса усвоенных операций, способов действия в новые условия или ситуацию.

Эмоциональная сфера и личностные особенности:

- отмечается эмоциональная незрелость, степень проявления которой зависит от степени выраженности основного нарушения;
- могут наблюдаться колебания эмоционального фона от повышенной эмоциональной возбудимости до апатии;
- не понимают оттенки и эмоции окружающих и свои собственные, не умеют выражать вербально собственные эмоциональные проявления;
- мотивация неустойчивая, ситуативная, примитивная; преобладающими являются элементарные: еда, сон, сексуальные потребности;
- характерна сниженность критичности, дети не могут оценить свои неудачи, довольны своей работой или собой; отмечаются неадекватная самооценка и неадекватный уровень притязаний;
- отзывчивы на похвалу, ласковое обращение, при этом на критику реагируют либо нейтрально, либо отрицательно (расстраиваются, могут давать агрессивные реакции). Для части детей характерна адекватная реакция на окружающую обстановку;
- отмечаются несформированность произвольных форм поведения; неспособность к самоконтролю, невозможность оценить или спрогнозировать последствия поступков или событий;
- коммуникация со сверстниками и взрослыми затруднена, отмечается стереотипность, шаблонность, гибкость поведения;
- не сформированы волевые усилия, самостоятельность, инициативность, целеустремленность.

Двигательная сфера:

- двигательные нарушения при умственной отсталости проявляются дифференцированно при разных степенях выраженности органического поражения головного мозга;
- координация движений в общей, мелкой и артикуляционной моторике нарушена, при этом страдают их объем, переключаемость, последовательность и другие характеристики;
- ходьба, бег, ползание и другие виды движения характеризуются выраженной моторной неловкостью;
- практически невозможны прыжки на одной ноге или на двух ногах, подъем и спуск по лестнице и другие движения.

Работоспособность:

- уровень работоспособности ребенка зависит от степени поражения головного мозга;
- работоспособность снижена, при этом может отмечаться состояние охранительного торможения;
- характерна выраженная психическая истощаемость, которая усугубляется при наличии отвлекающих факторов.

Объем и сроки освоения программы: продолжительность 1 год: 72 ч (2 ч в неделю – 36 нед.).

Год разработки программы – 2024 г. Программа будет корректироваться и модернизироваться.

Режим занятий: 2 раза в неделю.

Форма обучения: очная

При реализации программы «Бочче», занятия проводятся в форме физической тренировки, теоретической подготовки, восстановительных мероприятий, соревнований, матчевых встреч, сдачи контрольных и контрольно-переводных нормативов, бесед, конкурсов, игр, помогающих развивать и осуществлять в полной мере технологии и идеи личностно-ориентированного образования. В ходе проведения занятий используется, в том числе и индивидуальный подход. На занятиях по возможности используются технические средства (видео, наглядные

пособия и др.)

Форма проведения занятий: индивидуально-групповая.

Особенности организации образовательного процесса

Основным принципом Программы является принцип индивидуального подхода к ребенку, учет его возрастных, физических, эмоциональных особенностей, учет его интересов. Программа построена на принципах доступности, занимательности, наглядности, последовательности, на принципе сотрудничества (сотрудничества ребенка с педагогом, с родителями).

1.2. Цель и задачи программы

Цель: обучение техническим и тактическим приемам игры в бочче с дальнейшим применением их в игровой деятельности.

Задачи:

Обучающие:

-обучать основам техники движений, формирование жизненно необходимых умений и навыков посредством игры в бочче;

- создавать представления о спортивной терминологии, правилах игры «Бочче», жестах судей;

- содействовать формированию знаний о тактических действиях в личных, парных и командных соревнованиях по бочче.

– расширять объем знаний в вопросах спортивно-этического воспитания, гигиены питания, контроля переутомления, предупреждению травматизма.

Коррекционно-развивающие:

– укреплять здоровье, всесторонняя физическая подготовка;

– развивать и совершенствовать физические качества (быстроту, ловкость и специальную выносливость);

– совершенствовать двигательного и сенсомоторного развития;

– корректировать отдельные стороны психической деятельности.

Воспитательные:

– воспитывать активность и самостоятельность в двигательной деятельности;

–воспитывать устойчивость интереса к систематическим занятиям физической культурой и спортом, потребность в здоровом образе жизни;

– воспитывать волевые качества (преодолевать трудности, как во время игр и соревнований, так и во время тренировочного процесса.

1.3. Планируемые результаты

Предметные результаты:

знают:

- понятия «Техника игры», «Тактика игры»;
- правила игры;
- основные технические приемы, применяют полученные знания в игре и организации самостоятельных занятий;
- первичные навыки судейства.

умеют:

- выполнять по физической подготовке в соответствии с возрастом;
- владеть тактико-техническими приемами игры в бочче;
- организовывать и проводить соревнования по бочче.

Личностные результаты

- критическое отношение к информации и избирательность её восприятия;

- осмысление мотивов своих действий при выполнении заданий;

- развитие любознательности, сообразительности при выполнении разнообразных заданий;

- развитие внимательности, настойчивости, целеустремленности, умения преодолевать трудности – качеств весьма важных в практической деятельности любого человека;

- развитие самостоятельности суждений, независимости и нестандартности мышления;

- воспитание чувства справедливости, ответственности;

Метапредметные результаты:

- самостоятельно решать технические и тактические задачи в процессе игрив "Бочче"(планирование предстоящих действий, самоконтроль, применять полученные знания, приемы и опыт с использованием специальных знаний и т.д.);
- владеть игровыми ситуациями на поле;
- контролировать и регулировать функциональное состояние организма при выполнении физических упражнений, добиваться оздоровительного эффекта и совершенствования физических кондиций;
- корректировать свои действия при необходимости во время игры;
- демонстрировать технические возможности на поле.
- демонстрируют:лидерские качества и чувство ответственности как необходимые качества для успешной - работы в команде;
- проявляют: устойчивую мотивацию к обучению по программе;

Коррекционные:

- повышение устойчивости, концентрации, переключаемости, распределения, увеличение объёма запоминаемого материала;
- развитие творческого воображения (умеет придумывать необычные, оригинальные тактические действия во время игры в бочче);
- развитие координации движений (движениярук точные, ловкие, со всеми заданиями справляется быстро и легко).

1.4. Содержание программы

Раздел №1. Техническая подготовка

Материал программы дается в четырех разделах:

1. Техническая подготовка

В разделе «Техническая подготовка» представлен материал, способствующий расширению знаний обучающихся о способах "броска" мяча в игре.

1. Основные положения бочче. Броски.
2. Инструктаж по технике безопасности. Броски
3. Силовые упражнения для рук, ног, туловища.
4. Броски поза.
5. Броски от груди.
6. Броски положение шара.
7. Броски «боулинг».
8. Броски от плеча.

2.Тактическая подготовка

В разделе «Тактическая подготовка» представлен материал, способствующий расширению знаний обучающихся о тактических приёмах в игре.

1. Действия игрока. Упражнения на координацию.
2. Упражнения для рук, ног, туловища.
3. Броски поза.
4. Броски положение.
5. Тактика игры бочче

3.Общая физическая подготовка

В разделе «Общая физическая подготовка» даны упражнения и другие необходимые действия, которые способствуют формированию общей культуры движений, развивают определенные двигательные качества.

1. Инструктаж по технике безопасности. Броски.
2. Силовые упражнения для рук, ног, туловища.
3. Броски поза.
4. Броски
5. Броски номеров.
6. Броски от груди.
7. Броски от плеча.
8. Броски ,положение шара.

4. Специальная физическая подготовка

В разделе «Специальная физическая подготовка» даны упражнения и другие необходимые действия, которые способствуют формированию общей культуры движений, развивают специальные двигательные качества.

1. Броски «боулинг»
2. Упражнения для рук, ног, туловища.
3. Основные положения бочке.
4. Броски положение.
5. Броски номеров
6. Броски от лица. Броски от плеча.
7. Соревновательная деятельность.
8. Контрольный урок

2.Комплекс организационно-педагогических условий

2.1. Календарный учебный график

Таблица 2.

№ п/п	Группа	Год обучения, номер группы	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Количество учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий	Нерабочие праздничные дни	Сроки проведения промежуточной аттестации
1.	14-18 лет	2023-2024	4 сентября	31 мая 2024 г.	36 недели	36 учебных дней	36 часов	Четверг 16:00-17:00	4 ноября 23 февраля 8 марта 1 мая 9 мая	30-31 октября 18-20 декабря 25-27 марта 27-29 ая

2.2 Учебный план

Таблица 1.

№	Название разделов, тем	Количество часов			Форма аттестации /контроля
		Всего	теория	практика	

1. Техническая подготовка		16		16	
1-2	Основные положения бочче. Броски.	2		2	Наблюдение и коррекция
3-4	Инструктаж по технике безопасности. Броски	2		2	Тестирование
5-6	Силовые упражнения для рук, ног, туловища.	2		2	Диагностика и наблюдение
7-8	Броски поза.	2		2	Коррекция
9-10	Броски от груди.	2		2	Коррекция
11-12	Броски положение шара.	2		2	Коррекция
13-14	Броски «боулинг».	2		2	Коррекция
15-16	Броски от плеча.	2		2	Коррекция
2. Тактическая подготовка		16		16	
17-22	Действия игрока. Упражнения на координацию.	6		6	Анкетирование
23-24	Упражнения для рук, ног, туловища.	2		2	Наблюдение
25-28	Броски поза.	4		4	Коррекция
29-30	Броски положение.	2		2	Коррекция
31-32	Тактика игры бочче			2	Коррекция

		2			Тестирование
3. Общая физическая подготовка		20		20	
33-34	Инструктаж по технике безопасности. Броски.	2		2	Наблюдение
35-38	Силовые упражнения для рук, ног, туловища.	4		4	Тестирование
39-40	Броски поза.	2		2	Коррекция
41-42	Броски	2		2	Коррекция
43-44	Броски номеров.	2		2	Коррекция
45-46	Броски от груди.	2		2	Коррекция
47-50	Броски от плеча.	4		4	Коррекция
51-52	Броски ,положение шара.	2		2	Зачет
4. Специальная физическая подготовка		20		20	
53-56	Броски «боулинг»	4		4	Тестирование
57-58	Упражнения для рук, ног, туловища.	2		2	Коррекция
59-60	Основные положения бочке.	2		2	Коррекция

61-62	Броски положение.	2		2	Коррекция
63-66	Броски номеров	4		4	Коррекция
67-68	Броски от лица. Броски от плеча.	2		2	Коррекция
69-70	Соревновательная деятельность.	2		2	Коррекция
71-72	Контрольный урок	2		2	Зачет
5. Соревнования		8		8	Соревнование
	Итого:	72		72	

2.3. Оценочные материалы

Для оценивания результатов текущей и промежуточной диагностики используется уровневая система: низкий, средний и высокий уровень. В начале учебного года проводится собеседование, с целью выявления начальных умений и навыков, мотивации поступления в объединение. Во время всего периода обучения применяются игры-соревнования.

2.4. Формы аттестации

1. Входная аттестация.
2. Наблюдение.
3. Практические задания.
4. Текущий контроль: устный опрос, проверка знания и понимания новых понятий и терминов.
5. Контрольный урок по итогам года.

2.5. Методическое обеспечение

Таблица 3.

№ п/	Название разделы, темы	Материально-техническое оснащение, дидактико-методический материал	Формы учебного	Формы контроля/аттеста
------	------------------------	--	----------------	------------------------

п			занятия	ции
1.	Раздел №1. Техническая подготовка	<p>1. <u>Бочче — Википедия - Москва</u>- ru.wikipedia.org >Бочче</p> <p>2. Московская Федерация Бочче -- боссе.шзк.ги</p> <p>3. croquet-club.com 4 - <u>кИр://ориента.рф/ир1oad/программы%20п о%20видам%20спорта/Программа бочча.</u></p> <p>Скакалки, мячи, набор игры бочче, гантели, стойки деревянные бруски, набивные мячи.</p>	Практика и теория	Входная аттестация, практические задания
2.	Раздел №2. Тактическая подготовка	<p>1. <u>Бочче — Википедия - Москва</u>- ru.wikipedia.org >Бочче</p> <p>2. Московская Федерация Бочче -- боссе.шзк.ги</p> <p>3. croquet-club.com 4 - <u>кИр://ориента.рф/ир1oad/программы%20п о%20видам%20спорта/Программа бочча.</u></p> <p>Скакалки, мячи, набор игры бочче, гантели, стойки деревянные бруски, набивные мячи.</p>	Практика и теория	Наблюдение, практические задания
3.	Раздел №3. Общая физическая подготовка	<p>1. <u>Бочче — Википедия - Москва</u>- ru.wikipedia.org >Бочче</p> <p>2. Московская Федерация Бочче -- боссе.шзк.ги</p> <p>3. croquet-club.com 4 - <u>кИр://ориента.рф/ир1oad/программы%20п о%20видам%20спорта/Программа бочча.</u></p> <p>Скакалки, мячи, набор игры бочче, гантели, стойки деревянные бруски, набивные мячи.</p>	Практика и теория	Наблюдение, практические задания
4.	Раздел 4. Специальная физическая подготовка	<p>1. <u>Бочче — Википедия - Москва</u>- ru.wikipedia.org >Бочче</p> <p>2. Московская Федерация Бочче -- боссе.шзк.ги</p>	Практика и теория	Практические задания, контрольный урок.

		<p>3. croquet-club.com 4 - Ир://ориента.рф/ир1oad/программы%20по%20видам%20спорта/Программа бочча. Скакалки, мячи, набор игры бочче, гантели, стойки деревянные бруски, набивные мячи.</p>		
--	--	---	--	--

2.6. Условия реализации программы

1. Занятия должны проводиться на игровом поле или в спортивном зале.

Игровое поле представляет собой площадку шириной 3,50 метра и длиной 16 метров. Поверхность площадки может быть покрыта каменной пылью, землёй, глиной, травой или искусственным покрытием при условии, что не будет возникать временного или постоянного препятствия движению шара по прямой линии с любой стороны площадки. Площадка ограничена со всех четырёх сторон бортиками из твёрдого материала. Торцовые стенки должны быть высотой не менее 304 мм, боковые – не менее высоты шара. Во время игры шары можно пускать с отскоком от стенок. Поперёк площадки на её поверхности наносятся 3 поперечные линии шириной 50 мм означающие: - линии броска (стартовая линия) на расстоянии 2 метра от обеих торцовых стенок площадки. - линия середины поля – минимальное расстояние на которое должно быть брошено паллино в начале игры.

2. Оборудование: Скакалки, мячи, набор игры бочче, гантели, стойки деревянные бруски, набивные мячи и т. д.

3. Дидактические пособия: инструкции по технике безопасности (при занятии спортивными и подвижными играми).

4. Кадровое обеспечение: Программу реализует специалист с высшим педагогическим образованием, отвечающий требованиям профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования».

2.7. Рабочая программа воспитания

Цель воспитания - создание условий для формирования социально-активной, творческой, нравственно и физически здоровой личности.

Задачи воспитания

- способствовать развитию личности обучающегося, с позитивным отношением к себе, способного вырабатывать и реализовывать собственный взгляд на мир, развитие его субъективной позиции;

- развивать систему отношений в коллективе через разнообразные формы активной социальной деятельности;

- способствовать умению самостоятельно оценивать происходящее и использовать накапливаемый опыт в целях самосовершенствования и самореализации в процессе жизнедеятельности;

- создавать обучающемуся ситуации успеха;

- создать психологическую почву и стимулировать самовоспитания обучающегося.

- формировать представление о здоровом образе жизни.

Основные воспитательные мероприятия:

- просмотр обучающимися тематических материалов и их обсуждение; - тематические диспуты и беседы;

- участие в конкурсах различного уровня;

- музеи, выставки, (онлайн-экскурсии) и др.

Результат воспитания – в процессе воспитания происходят изменения в личностном развитии обучающихся, в процессе общения со своими сверстниками по достижению общих целей, у ребят формируются такие качества как взаимопомощь, самостоятельность, ответственность за порученное дело. Несомненно, большую роль в воспитании моральных качеств, обучающихся играет личный пример педагога. Воспитательная работа ведётся на протяжении всего учебного процесса.

2.8. Календарный план воспитательной работы

Таблица 4.

№ п/п	Название мероприятия, события	Форма проведения	Срок и место проведения	Ответственный
1.	Организационно-родительское собрание совместно с детьми	Беседа	Сентябрь 2023 г.	Новиков С.Ю.
2.	Техника безопасности	Беседа	Сентябрь 2023	Новиков С.Ю.

			г.	
3.	Всероссийский урок безопасности школьников в сети Интернет	Занятие	Октябрь 2023 г.	Новиков С.Ю.
4.	Инструктаж перед каникулами	Беседа	Октябрь 2023 г.	Новиков С.Ю.
5.	День физкультурника	Практика	Ноябрь 2023 г.	Новиков С.Ю.
6.	Весёлые старты	Занятие	Декабрь 2023 г.	Новиков С.Ю.
7.	Инструктаж перед каникулами	Беседа	Декабрь 2023 г.	Новиков С.Ю.
8.	"Турнир по бочче"	Занятие	Февраль 2024 г.	Новиков С.Ю.
9.	«День защитников Отечества»	Занятие	Февраль 2024 г.	Новиков С.Ю.
10.	"Весенние забавы"	Занятие	Март 2024 г.	Новиков С.Ю.
11.	Товарищеская игра по "Бочче".	Занятие	Апрель 2024 г.	Новиков С.Ю.
12.	Беседа«День Победы»	Занятие	Май	Новиков С.Ю.

3. Список литературы

Для педагогов

1. Комплексная программа физического воспитания. Изд. Просвещение 2008г
2. Васильков Г.А., «От игры к спорту» М. Физкультура и спорт. 1990г.
3. Официальные спортивные правила Специального Олимпийского движения/
<http://www.specialolympics.ru/vidy-sporta/letnie-vidysporta/bochche.html>. – 2016. – 15
4. Тестовый контроль развития координационных способностей детей с умственной отсталостью/Калмыков Д.А., Дерябина Г.А.// Психологопедагогический журнал ГУАДЕАМУС. – 2017. - №3.

Для обучающихся

1. Бочче — Википедия - Москва- ru.wikipedia.org >Бочче

Для родителей

1. Полевщиков М. М. Бочче. Официальные правила игры и проведения соревнований Специальной Олимпиады России/ Полевщиков М. М., Устыменко О. Н. – М.: ООБОПИсУО «Специальная Олимпиада России», 2005. – 30 с.

Электронные ресурсы

1. [Бочче — Википедия - Москва- ru.wikipedia.org](http://ru.wikipedia.org) >Бочче
2. Московская Федерация Бочча -боссе.шзк.гисроquet-club.com

Приложение 1.

Оценочный лист по итогам обучения по адаптированной дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Бочее».

Таблица 5.

Критерии оценки	Низкий уровень	Средний уровень	Высокий уровень
Знают			
понятия «Техника игры», «Тактика игры»;			
правила игры;			
основные технические приемы, применяют полученные знания в игре и организации самостоятельных занятий;			
первичные навыки судейства.			
Умеют			
выполнять по физической подготовке в соответствии с возрастом;			
владеть тактико-техническими приемами игры в бочее;			
организовывать и проводить соревнования по бочее.			

Приложение 2

Критерии оценивания знаний, умений и навыков обучающихся

Таблица 6.

Параметры оценивания	Уровни освоения программы		
	Высокий	Средний	Низкий
Практически и навыки работы	Обучающийся умеет организовывать и проводить занятия игры по бочее	Обучающийся пытается самостоятельно организовать занятия игры по бочее	Обучающийся не умеет организовывать самостоятельные занятия игры по бочее
Тактико-технические приемы.	Обучающийся свободно владеет тактико-техническими приемами игры по бочее	Обучающийся знает основные тактико-технические приемы игры по бочее	Обучающийся испытывает затруднения в применении основных тактико-технических приемов при игре в бочее

**Областное казенное общеобразовательное учреждение
«Льговская школа-интернат для детей с ограниченными возможностями здоровья»**

Принята на заседании
педагогического совета
от «29» мая 2024 г.
протокол № 6



Утверждаю

Директор ОКОУ «Льговская школа-интернат»
Н.В. Сотникова

«03» июня 2024 г.

**АДАптированная дополнительная
общеразвивающая программа
Физкультурно-спортивной направленности
«Легкая атлетика»
(базовый уровень)**

Возраст обучающихся: 11-15 лет
Срок реализации: 1 год (72 часа)

Составитель:
Прозорова Татьяна Алексеевна,
Педагог дополнительного
образования

г. Льгов, 2024

Содержание

1. Комплекс основных характеристик образования.....	3
1.1. Пояснительная записка.....	3
1.2. Цель.....	12
1.3. Задачи программы.....	12
1.4. Планируемые результаты.....	13
1.5. Содержание программы	14
2. Комплекс организационно-педагогических условий.....	16
2.1. Календарный учебный график.....	16
2.2. Учебный план.....	16
2.3. Оценочные материалы.....	18
2.4. Формы аттестации.....	18
2.5. Методический материал.....	18
2.6. Условия реализации программы.....	19
2.7. Рабочая программа воспитания	19
2.8. Календарный план воспитательной работы.....	20
3. Список литературы.....	21
Приложение 1.....	23
Приложение 2.....	24

1. Комплекс основных характеристик образования

1.1. Пояснительная записка

Настоящая адаптированная дополнительная общеразвивающая программа разработана в соответствии с **нормативно-правовой базой:**

1. Федеральный закон от 29.12.2012 N 273-ФЗ (ред. от 16.04.2022) «Об образовании в Российской Федерации».
2. Стратегия развития воспитания в Российской Федерации до 2025 года, утвержденная распоряжением Правительства РФ от 29.05.2015 г. №996-р.
3. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденная распоряжением Правительства РФ от 31.03.2022 г. №678-р.
4. Приказ Минтруда РФ от 22.09.2021 N 652Н. «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»
5. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (Зарегистрирован 26.09.2022 № 70226)
6. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».
7. Положение об адаптированной дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе ОКОУ «Льговская школа-интернат» №1-138/3 от 01.03.2023 г.
8. Рабочая программа воспитания ОКОУ «Льговская школа-интернат».
9. Устав ОКОУ «Льговская школа-интернат».

Направленность программы: физкультурно-спортивная

Данная адаптированная дополнительная общеразвивающая программа «Легкая атлетика» физкультурно-спортивной направленности «базового уровня» сложности, Легкая атлетика - один из основных и наиболее массовых видов спорта.

Занятия общедоступны благодаря разнообразию ее видов, огромному количеству легко дозируемых упражнений, которыми можно заниматься повсюду и в любое время года. Различные виды бега, прыжков и метания входят составной частью в каждое занятие по легкой атлетике и тренировочный процесс многих других видов спорта. Занятия легкой атлетикой способствуют положительному оздоровительному эффекту и повышению социального статуса детей. Данный вид спорта формирует слагаемые физической культуры: крепкое здоровье, хорошее физическое развитие, двигательные способности, знания и навыки в области физической культуры. В системе физического воспитания легкая атлетика занимает главенствующее место благодаря разнообразию, доступности, дозируемости, а также ее прикладному значению. Основой легкоатлетических упражнений являются естественные и жизненно важные движения человека: ходьба, бег, прыжки, метания. Благодаря занятиям легкой атлетики ученик приобретает не только правильные двигательные навыки, но и развивает ловкость, быстроту, силу и выносливость. Занятия легкой атлетикой являются хорошей профилактикой различных заболеваний опорно-двигательной системы (плоскостопие, искривление ног, нарушение осанки, сколиоза), дыхательной и сердечно-сосудистой системы, благотворно влияют на обменные процессы, повышают защитные силы организма.

Актуальность программы

Адаптированная дополнительная общеразвивающая программа «Легкая атлетика» обусловлена тем, что Легкая атлетика - один из основных и наиболее массовых видов спорта. Занятия общедоступны благодаря разнообразию ее видов, огромному количеству легко дозируемых упражнений, которыми можно заниматься повсюду и в любое время года. Различные виды бега, прыжков и метания входят составной частью в каждое занятие по легкой атлетике и тренировочный процесс многих других видов спорта. Занятия легкой атлетикой способствуют положительному оздоровительному эффекту и повышению социального статуса детей. Данный вид спорта формирует слагаемые физической культуры: крепкое здоровье, хорошее физическое развитие, двигательные способности, знания и навыки в области физической культуры. В системе физического воспитания легкая атлетика занимает

главенствующее место благодаря разнообразию, доступности, дозируемости, а также ее прикладному значению. Основой легкоатлетических упражнений являются естественные и жизненно важные движения человека: ходьба, бег, прыжки, метания. Благодаря занятиям легкой атлетики ученик приобретает не только правильные двигательные навыки, но и развивает ловкость, быстроту, силу и выносливость. Занятия легкой атлетикой являются хорошей профилактикой различных заболеваний опорно-двигательной системы (плоскостопие, искривление ног, нарушение осанки, сколиоза), дыхательной и сердечно-сосудистой системы, благотворно влияют на обменные процессы, повышают защитные силы организма.

Отличительные особенности программы является то, что есть необходимость уделить большее количество учебных часов на совершенствование навыков и умений различных видов техники легкоатлетического многоборья, развивая быстроту, силу, ловкость, выносливость, гибкость повысить общую физическую подготовку, что позволит учащимся повысить уровень соревновательной деятельности и в других видах спорта. Реализации программы предполагает использование ИКТ, просмотра видеоматериала. В программе использованы данные спортивной практики, опыт педагогов физической культуры и спорта.

Занятия легкой атлетикой являются общедоступным видом спорта, раскрывающим себя для занимающихся в разнообразие дисциплин, т.е. видов спортивных упражнений: бега, прыжков, метания, и вовлекающего детей в соревновательную деятельность. Занятия легкой атлетикой способствуют положительному оздоровительному эффекту, высокой работоспособности, развитию волевых качеств личности.

Уровень программы «Легкая атлетика» - базовый

Предполагает наличие у обучаемых навыков в области физкультуры и спорта.

Уровень подготовки учащихся может быть разным.

Адресат программы

Возраст детей, участвующих в реализации данной адаптированной дополнительной общеразвивающей программы, колеблется от 11 до 16 лет с

интеллектуальными нарушениями. В коллектив могут приняты все желающие, не имеющие противопоказаний по здоровью. Условия формирования: разновозрастные.

Характеристика детей: Программа составлена на основе возрастных, физических, психологических особенностей детей с указанной нозологией. Развитие ребенка с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), хотя и происходит на дефектной основе и характеризуется замедленностью, наличием отклонений от нормального развития, тем не менее, представляет собой поступательный процесс, приносящий качественные изменения в познавательную деятельность детей и их личностную сферу, что дает основания для оптимистического прогноза. Затруднения в психическом развитии детей с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) обусловлены особенностями их высшей нервной деятельности (слабостью процессов возбуждения и торможения, замедленным формированием условных связей, тугоподвижностью нервных процессов, нарушением взаимодействия первой и второй сигнальных систем и др.). В подавляющем большинстве случаев интеллектуальные нарушения, имеющиеся у обучающихся с умственной отсталостью, являются следствием органического поражения ЦНС на ранних этапах онтогенеза. Негативное влияние органического поражения ЦНС имеет системный характер, когда в патологический процесс оказываются вовлеченными все стороны психофизического развития ребенка: мотивационно-потребностная, социально-личностная, моторно-двигательная; эмоционально-волевая сферы, а также когнитивные процессы — восприятие, мышление, деятельность, речь и поведение. Последствия поражения ЦНС выражаются в задержке сроков возникновения и незавершенности возрастных психологических новообразований и, главное, в неравномерности, нарушении целостности психофизического развития. Все это, в свою очередь, затрудняет включение ребенка в освоение пласта социальных и культурных достижений общечеловеческого опыта традиционным путем. В структуре психики такого ребенка в первую очередь отмечается недоразвитие познавательных интересов и снижение познавательной активности, что обусловлено замедленностью темпа

психических процессов, их слабой подвижностью и переключаемостью. При умственной отсталости страдают не только высшие психические функции, но и эмоции, воля, поведение, в некоторых случаях физическое развитие, хотя наиболее нарушенным является мышление, и прежде всего, способность к отвлечению и обобщению. Вместе с тем, Относительно сохранной у обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) оказывается чувственная ступень познания — ощущение и восприятие. Но и в этих познавательных процессах сказывается дефицитарность: неточность и слабость дифференцировки зрительных, слуховых, кинестетических, тактильных, обонятельных и вкусовых ощущений приводят к затруднению адекватности ориентировки детей с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) в окружающей среде. Нарушение объема и темпа восприятия, недостаточная его дифференцировка, не могут не оказывать отрицательного влияния на весь ход развития ребенка с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями). Однако особая организация учебной и внеурочной работы, основанной на использовании практической деятельности; проведение специальных коррекционных занятий не только повышают качество ощущений и восприятий, но и оказывают положительное влияние на развитие интеллектуальной сферы, в частности овладение отдельными мыслительными операциями. Меньший потенциал у обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) обнаруживается в развитии их мышления, основу которого составляют такие операции, как анализ, синтез, сравнение, обобщение, абстракция, конкретизация. Эти мыслительные операции у этой категории детей обладают целым рядом своеобразных черт, проявляющихся в трудностях установления отношений между частями предмета, выделении его существенных признаков и дифференциации их от несущественных, нахождении и сравнении предметов по признакам сходства и отличия и т.д.

Из всех видов мышления (наглядно-действенного, наглядно-образного и словесно-логического) у обучающихся с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) в большей степени недоразвито словесно-логическое мышление. Это выражается в слабости обобщения, трудностях

понимания смысла явления или факта. Обучающимся присуща сниженная активность мыслительных процессов и слабая регулирующая роль мышления: зачастую, они начинают выполнять работу, не дослушав инструкции, не поняв цели задания, не имея внутреннего плана действия. Однако при особой организации учебной деятельности, направленной на обучение школьников с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) пользованию рациональными и целенаправленными способами выполнения задания, оказывается возможным в той или иной степени скорректировать недостатки мыслительной деятельности. Использование специальных методов и приемов, применяющихся в процессе коррекционно-развивающего обучения, позволяет оказывать влияние на развитие различных видов мышления обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), в том числе и словесно-логического.

Особенности восприятия и осмысления детьми учебного материала неразрывно связаны с особенностями их памяти. Запоминание, сохранение и воспроизведение полученной информации обучающимися с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) также отличается целым рядом специфических особенностей: они лучше запоминают внешние, иногда случайные, зрительно воспринимаемые признаки, при этом, труднее осознаются и запоминаются внутренние логические связи; позже, чем у нормальных сверстников, формируется произвольное запоминание, которое требует многократных повторений. Менее развитым оказывается логическое опосредованное запоминание, хотя механическая память может быть сформирована на более высоком уровне. Недостатки памяти обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) проявляются не столько в трудностях получения и сохранения информации, сколько ее воспроизведения: вследствие трудностей установления логических отношений полученная информация может воспроизводиться бессистемно, с большим количеством искажений; при этом наибольшие трудности вызывает воспроизведение словесного материала. Использование различных дополнительных средств и приемов в процессе коррекционно-развивающего обучения (иллюстративной, символической наглядности; различных вариантов планов; вопросов педагога и т.д.) может оказать значительное влияние на повышение качества воспроизведения словесного материала. Вместе с тем,

следует иметь в виду, что специфика мнемической деятельности во многом определяется структурой дефекта каждого ребенка с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями). В связи с этим учет особенностей обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) разных клинических групп (по классификации М. С. Певзнер) позволяет более успешно использовать потенциал развития их мнемической деятельности.

Особенности познавательной деятельности школьников с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) проявляются и в особенностях их внимания, которое отличается сужением объема, малой устойчивостью, трудностями его распределения, замедленностью переключения. В значительной степени нарушено произвольное внимание, что связано с ослаблением волевого напряжения, направленного на преодоление трудностей, что выражается в неустойчивости внимания. Также в процессе обучения обнаруживаются трудности сосредоточения на каком-либо одном объекте или виде деятельности. Однако, если задание посильно для ученика и интересно ему, то его внимание может определенное время поддерживаться на должном уровне. Под влиянием специально организованного обучения и воспитания объем внимания и его устойчивость значительно улучшаются, что позволяет говорить о наличии положительной динамики, но вместе с тем, в большинстве случаев эти показатели не достигают возрастной нормы.

Для успешного обучения необходимы достаточно развитые представления и воображение. Представлениям детей с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) свойственна недифференцированность, фрагментарность, уподобление образов, что, в свою очередь, сказывается на узнавании и понимании учебного материала. Воображение как один из наиболее сложных процессов отличается значительной несформированностью, что выражается в его примитивности, неточности и схематичности. Однако, начиная с первого года обучения, в ходе преподавания всех учебных предметов проводится целенаправленная работа по уточнению и обогащению представлений, прежде всего — представлений об окружающей действительности.

У школьников с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) отмечаются недостатки в развитии речевой деятельности, физиологической основой

которых является нарушение взаимодействия между первой и второй сигнальными системами, что, в свою очередь, проявляется в недоразвитии всех сторон речи: фонетической, лексической, грамматической и синтаксической. Таким образом, для обучающихся с умственной отсталостью характерно системное недоразвитие речи.

Недостатки речевой деятельности этой категории обучающихся напрямую связаны с нарушением абстрактно-логического мышления. Однако в повседневной практике такие дети способны поддержать беседу на темы, близкие их личному опыту, используя при этом несложные конструкции предложений. Проведение систематической коррекционно-развивающей работы, направленной на систематизацию и обогащение представлений об окружающей действительности, создает положительные условия для овладения обучающимися различными языковыми средствами. Это находит свое выражение в увеличении объема и изменении качества словарного запаса, овладении различными конструкциями предложений, составлении небольших, но завершенных по смыслу, устных высказываний. Таким образом, постепенно создается основа для овладения более сложной формой речи — письменной.

Моторная сфера детей с легкой степенью умственной отсталости (интеллектуальными нарушениями), как правило, не имеет выраженных нарушений. Наибольшие трудности обучающиеся испытывают при выполнении заданий, связанных с точной координацией мелких движений пальцев рук. В свою очередь, это негативно сказывается на овладении письмом и некоторыми трудовыми операциями. Проведение специальных упражнений, включенных как в содержание коррекционных занятий, так и используемых на отдельных уроках, способствует развитию координации и точности движений пальцев рук и кисти, а также позволяет подготовить обучающихся к овладению учебными и трудовыми действиями, требующими определенной моторной ловкости.

Психологические особенности обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) проявляются и в нарушении эмоциональной сферы. При легкой умственной отсталости эмоции в целом сохранены, однако они отличаются отсутствием оттенков переживаний, неустойчивостью и поверхностностью.

Отсутствуют или очень слабо выражены переживания, определяющие интерес и побуждение к познавательной деятельности, а также с большими затруднениями осуществляется воспитание высших психических чувств: нравственных и эстетических.

Волевая сфера учащихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) характеризуется слабостью собственных намерений и побуждений, большой внушаемостью. Такие школьники предпочитают выбирать путь, не требующий волевых усилий, а вследствие непосильности предъявляемых требований, у некоторых из них развиваются такие отрицательные черты личности, как негативизм и упрямство. Своеобразие протекания психических процессов и особенности волевой сферы школьников с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) оказывают отрицательное влияние на характер их деятельности, в особенности произвольной, что выражается в недоразвитии мотивационной сферы, слабости побуждений, недостаточности инициативы. Эти недостатки особенно ярко проявляются в учебной деятельности, поскольку учащиеся приступают к ее выполнению без необходимой предшествующей ориентировки в задании и, не сопоставляя ход ее выполнения, с конечной целью. В процессе выполнения учебного задания они часто уходят от правильно начатого выполнения действия, «соскальзывают» на действия, произведенные ранее, причем осуществляют их в прежнем виде, не учитывая изменения условий. Вместе с тем, при проведении длительной, систематической и специально организованной работы, направленной на обучение этой группы школьников целеполаганию, планированию и контролю, им оказываются доступны разные виды деятельности: изобразительная и конструктивная деятельность, игра, в том числе дидактическая, ручной труд, а в старшем школьном возрасте и некоторые виды профильного труда. Следует отметить независимость и самостоятельность этой категории школьников в уходе за собой, благодаря овладению необходимыми социально-бытовыми навыками.

Нарушения высшей нервной деятельности, недоразвитие психических процессов и эмоционально-волевой сферы обуславливают формирование некоторых специфических особенностей личности, обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), проявляющиеся в примитивности интересов,

потребностей и мотивов, что затрудняет формирование социально зрелых отношений со сверстниками и взрослыми. При этом специфическими особенностями межличностных отношений является: высокая конфликтность, сопровождаемая неадекватными поведенческими реакциями; слабая мотивированность на установление межличностных контактов и пр. Снижение адекватности во взаимодействии со сверстниками и взрослыми людьми обуславливается незрелостью социальных мотивов, неразвитостью навыков общения обучающихся, а это, в свою очередь, может негативно сказываться на их поведении, особенности которого могут выражаться в гиперактивности, вербальной или физической агрессии и т.п. Практика обучения таких детей показывает, что под воздействием коррекционно-воспитательной работы упомянутые недостатки существенно сглаживаются и исправляются.

Объем и сроки освоения программы: продолжительность 1 год: 72 ч. (2 ч. в неделю – 36 нед.).

Год разработки программы – 2024 г. Программа будет корректироваться и модернизироваться.

Форма обучения: очная

Режим занятий: 2 раза в неделю по 1 часу.

При реализации программы используются следующие формы организации образовательного процесса: теоретические занятия, практические занятия, групповые занятия, соревнования.

Форма проведения занятий: индивидуально-групповая.

Особенности организации образовательного процесса

В организации образовательного процесса программы используются следующие методы и приёмы: показа, объяснения, фронтальный, групповой, индивидуальный, круговой, соревновательный, игровой.

1.2. Цель

Цель: создание условий для развития физических качеств, личностных качеств, привитие любви к занятиям физической культурой.

1.3. Задачи программы

Обучающие:

- сформировать знания об истории лёгкой атлетики;

- познакомить с различными видами лёгкой атлетики;
- познакомить с правилами проведения соревнований по лёгкой атлетике;
- обучить приёмам самоконтроля за переносимостью физической нагрузки во время занятий;
- способствовать овладению навыками регулирования психического состояния.

Коррекционно-развивающие :

- способствовать повышению технической подготовленности детей в данном виде спорта;
- развивать физические качества, укреплять здоровье занимающихся, способствовать улучшению функционального состояния организма.

Воспитательные:

- способствовать выработке у занимающихся организаторских навыков и умения действовать в коллективе;
- воспитывать чувство ответственности, дисциплинированности, взаимопомощи;
- формировать потребность детей к ведению здорового образа жизни.

1.4. Планируемые результаты

Предметные результаты:

знают:

- а) средства и методы, применяемые в легкой атлетике
- б) основные методики обучения, тренировки
- в) принципы подбора нагрузки и планирование тренировочного процесса

умеют:

- а) владеть техникой двигательных действий и развитием физических качеств при занятиях легкой атлетики
- б) оказывать помощь, страховку при выполнении упражнений
- в) судить и организовать соревнование по легкой атлетике

Личностные результаты:

иметь понятие

- о содержании, принципах и методах системы легкой атлетики, ее роли и месте в общей системе физической культуры, о правилах соревнований.
- о влиянии нагрузок на организм человека.

Метапредметные результаты:

- формировать, развивать и совершенствовать двигательные умения и навыки;
- развивать чувства темпа и ритма, координацию движений;
- развивать основные физические качества, привитие устойчивое отношение к занятиям по физической культуре;
- подготовить обучающихся для участия в соревнованиях разного уровня и по различным видам спорта;

Коррекционные:

- коррекция нарушений опорно-двигательного аппарата (нарушение осанки, сколиозы, плоскостопия).
- коррекция и компенсация нарушений психомоторики (преодоление страха, замкнутого пространства, высоты, нарушение координации движений, завышение или занижение самооценки).
- коррекция и развитие общей и мелкой моторики.
- обеспечение условий для профилактики возникновения вторичных отклонений в состоянии здоровья школьников.

1.5. Содержание программы

Раздел №1 Техническая подготовка.

Теория(2час)

Объяснение, наблюдение и коррекция.

Практика (16часов)

Тренировка, тестирование, диагностика, легкоатлетическая разминка, бег с ускорением, бег на короткие дистанции.

Раздел №2 Бег.

Практика(18ч.)

Тренировки, специальные беговые упражнения, техника эстафетного бега, бег на короткие и средние дистанции.

Раздел №3. Общая физическая подготовка.

Практика(18ч.)

Общая физическая подготовка, подтягивание, прыжок в высоту, развитие координации, метание мяча на дальность.

Раздел №4. Кроссовая подготовка.

Практика(18ч.)

Кросс 1300 м, прыжки в длину с разбега, тренировки, метания, встречная эстафета, равномерный бег 1000-1200 метров.

2.Комплекс организационно-педагогических условий

2.1.Календарный учебный график

Таблица 1

	Группа	Год обучения, номер группы	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Количество учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий	Нерабочие праздничные дни	Сроки проведения промежуточной аттестации
1.	11-15 лет	2024-2025	2 сентября	31 мая 2024 г.	36 недель	108 учебных дней	72 часа	Понедельник 17:00-18:00 Среда 17:00-18:00	4 ноября 23 февраля 8 марта 1 мая 9 мая	20-22 ноября 22-23 января 11-13 марта 27-29 мая

2.2. Учебный план.

Таблица 2

№	Название разделов, тем	всего	Количество часов		Форма аттестации, контроля
			теория	практика	
Раздел 1		18	2	16	
Техническая подготовка					
1	Вводное занятие. Правила поведения и ТБ при занятиях л/атлетикой Значение легкоатлетических упражнений для подготовки к трудовой деятельности.	2	2		Объяснение
2	Легкоатлетическая разминка.	2		2	Тренировка
3	Высокий старт. Бег с ускорением .Техника.	2		2	Тренировка
4	Повторный бег. Техника.	2		2	Тренировка
5	Низкий старт. Бег на короткие дистанции.	2		2	Тренировка
6	Развитие гибкости	2		2	Тренировка
7	Бег «под гору», «на гору»	2		2	Тренировка
8	Техника бега на короткие дистанции: 30, 60, 100м	2		2	Тренировка
9	Техника метания мяча	2		2	Тренировка
Раздел 2		16		16	
Бег					
11	Техника эстафетного бега	3		3	Тренировка

	4x40м				
12	Метания мяча на дальность	2		2	Тренировка
13	Техника спортивной ходьбы	2		2	Тренировка
14	ОФП – подвижные игры	2		2	Тренировка
15	Специальные беговые упражнения	3		3	Объяснение Тренировка
16	Бег на короткие дистанции 60, 100м – зачёт	2		2	Тренировка
17	Бег на средние дистанции 300-500 м.	2		2	Тренировка
Раздел 3 Общая физическая подготовка		20		20	
18	Кросс в сочетании с ходьбой до 800-1000 м.	2		2	Тренировка
19	Кроссовая подготовка	2		2	Круговая Тренировка
20	Круговая тренировка	2		2	Тренировка
21	Бег на средние дистанции 300-500м	2		2	Тренировка
22	Подвижные игры и эстафеты	2		2	Тренировка
23	Прыжок в длину с места	2		2	Круговая Тренировка
24	Прыжок в высоту	2		2	Тренировка
25	Развитие координации	2		2	Соревнование
26	Спортивная ходьба	2		2	Тренировка
27	ОФП - подтягивания	2		2	Тренировка
Раздел 4 Кроссовая подготовка		18		18	
28	Кросс 1300м	2		2	Тренировка
29	Прыжок в длину с разбега. Места занятий, их оборудование и подготовка	2		2	Тренировка
30	Кросс 1500м	2		2	Тренировка
31	Метания	2		2	Тренировка
32	Кросс 2000м	2		2	Тренировка
33	Встречная эстафета	2		2	Тренировка
34	Техника безопасности во время занятий легкой атлетикой.	2		2	тренировка
35	Равномерный бег 1000-1200м	3		3	Соревнование
36	Спортивные состязания	1		1	
Итого:		72	2	36	

2.3. Оценочные материалы

Оценочный лист заполняется педагогом в конце учебного года по результатам наблюдений, тестирования и выполнения практических заданий.

Оценочный лист по итогам обучения адаптированной дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Легкая атлетика» (Приложение 1)

2.4. Формы аттестации

1. Входная аттестация.
2. Наблюдение.
3. Практические задания.
4. Текущий контроль: устный опрос, проверка знания и понимания новых понятий и терминов, упражнений.
5. Спортивные игры по итогам года.

2.5. Методический материал.

Таблица 3.

№ п/п	Название разделы, темы	Дидактические и методические материалы
1.	Раздел №1. Техническая подготовка.	Техника безопасности, правила безопасности при занятиях легкой атлетикой. Вводный инструктаж по ТБ..
2.	Раздел №2. Бег.	Техника безопасности при занятиях бегом. Кроссовая подготовка. Прыжки в высоту. Развитие координации.
3.	Раздел №3. Общая физическая подготовка.	Подвижные игры и эстафеты. ОФП- подтягивание. Развитие координации. Круговая тренировка.
4.	Раздел №4 Кроссовая подготовка.	Прыжки в длину с разбега. Кросс 1300 метров. Метания. Встречная эстафета.

2.6. Условия реализации программы

Для успешной реализации образовательной программы «Легкая атлетика» необходимо:

1. Спортивный зал.
2. Уличная площадка.

3. Набивные мячи.
4. Шведские стенки, гимнастическое оборудование и т.п.
5. Яма для прыжков в длину
6. Хорошо оборудованный школьный стадион.

2.7. Рабочая программа воспитания

Цель программы:

формирование установки на ведение здорового образа жизни и обучение способам и приёмам сохранения и укрепления собственного здоровья; приобщение к занятиям подвижными играми, использование их в свободное время на основе формирования интересов к определённым видам двигательной активности.

Задачи:

- сформировать у детей необходимые знания, умения и навыки по здоровому образу жизни;
- формировать у детей мотивационную сферу гигиенического поведения, физического воспитания;
- обеспечить физическое и психическое саморазвитие;
- научить использовать полученные знания в повседневной жизни;
- обеспечить двигательную активность школьников во внеурочное время;
- познакомить детей с разнообразием подвижных игр и возможностью использовать их при организации досуга;
- развивать: сообразительность, речь, воображение, коммуникативные умения, внимание, ловкость, сообразительность, инициативу, быстроту реакции.

Результат воспитания – в процессе воспитания происходят изменения в личностном развитии обучающихся, в процессе общения со своими сверстниками по достижению общих целей, у ребят формируются такие качества как взаимопомощь, самостоятельность, ответственность за порученное дело. Несомненно, большую роль в воспитании моральных качеств, обучающихся играет личный пример педагога. Воспитательная работа ведётся на протяжении всего учебного процесса.

2.8. Календарный план воспитательной работы

Таблица 4

№	Название мероприятия,	Форма	Срок и место	Ответственный
---	-----------------------	-------	--------------	---------------

п/п	события	проведения	проведения	
1.	Анкетирование «Осознание значимости ЗОЖ в сохранении здоровья»	Беседа. Анкетирование	Сентябрь 2024 г.	Прозорова Т.А.
2.	Т/Б при занятиях легкой атлетикой.	Беседа	Октябрь 2024 г.	Прозорова Т.А.
3.	Методика В.Д Пурина «Что мне мешает вести здоровый образ жизни?»	Занятие	Ноябрь 2024 г.	Прозорова Т.А.
4.	Инструктаж перед каникулами	Беседа	Декабрь 2024г.	Прозорова Т.А.
5.	Режим дня «Мой привычки»	Практика	Январь 2025 г.	Прозорова Т.А.
6.	«Путь к здоровому сердцу»	Беседа-презентация.	Февраль 2025 г.	Прозорова Т.А.
7.	Инструктаж перед каникулами	Беседа	Март 2025 г.	Прозорова Т.А.
8.	«Весёлые старты»	Спортивное развлечение.	Апрель 2025 г.	Прозорова Т.А.
9.	«Королевство внутреннего мира»	Беседа-тренинг.	Май 2025 г.	Прозорова Т.А.

Список литературы

Для педагогов

- Курамшин, Ю.Ф. Теория и методика физической культуры: Учебник / Под ред. проф. Ю.Ф.Курамшина.- М.: Советский спорт, 2010.- 464с.
- Кобринский, М.Е. Легкая атлетика: учебник /под ред. М.Е. Кобринского, Т.П. Юшкевича, А.Н. Конникова. - Мн.: Тесей, 2009. - 336с.
- Лобанов, С.А Физиология физического воспитания и спорта: учебно-методическое пособие/ С.А. Лобанов, В.Ю. Корнаухов.- Уфа: Вагант, 2008.- 136с.
- Локтев, С.А. Организационно-педагогическая концепция преобразования системы подготовки спортивного резерва на средние и длинные дистанции: Автореф. дис...канд. пед. Наук/ С.А.Локтев.- СПб.: Печать, 2014.- 24 с.
- Лях, В.И. Тесты в физическом воспитании школьников/ В.И. Лях.- М.: ООО «Фирма «Издательство АСТ», 2008.- 272 с.

Для обучающихся

- Белоусова В.В. «Воспитание в спорте». М. 1984г.
- Былеева Л.Л. «Подвижные игры». М. 1984г.
- Вамк Б.В. «Тренерам юных легкоатлетов». М. 1984г.
- Добровольский В.К. «Физическая культура и здоровье». М. 1982г.
- Куколевский Г.М. «Советы врача спортсмену». М. 1984г.
- Лыхов В.И. «Судейство соревнований по легкой атлетике». М. 1988г.
- Ломан В. «Бег. Прыжки. Метание». Пер. с немецкого. М. 1988г.
- Попов В. Б. «Прыжки в длину». М. 1981

Для родителей

<http://school-collection.edu.ru/catalog/pupil/?subject=19>

Материалы сайта педагогического сообщества Екатерины Пашковой (<http://pedsovet.su>).

Материалы сайта «Учительский портал» «Советы начинающим» (<http://www.uchportal.ru/load/154>)

Электронные ресурсы

Легкая атлетика России <http://www.rusathletics.com/>

Цифровая образовательная платформа «Российская электронная школа»
- <https://resh.edu.ru/subject/>

Официальный сайт ГТО - <https://www.gto.ru/>

Единая Коллекция цифровых образовательных ресурсов для учреждений
общего и начального профессионального
образования. <http://schoolcollection.edu.ru>

**Оценочный лист по итогам обучения адаптированной дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Легкая атлетика»
Критерии оценивания знаний, умений и навыков обучающихся**

Таблица 5

Показатель	Отлично	Мы довольны	Можем лучше	Комментарий учителя
Тема и цель занятия четко сформулированы				
Описан план занятия				
Описаны методы занятия				
Выполняет поставленные на занятии цели.				

Таблица 6

Критерии оценки	Низкий уровень	Средний уровень	Высокий уровень
Знают			
основы техники безопасности на занятиях;			
правила личной гигиены и закаливание, предупреждение и профилактика травматизма.			
имеют представление об основных приемах бега на короткие дистанции; - способы укрепления и сохранения здоровья, повышения физической подготовленности;			
Умеют			
пробежать дистанции 100– 1300 м за максимально короткое время;			
эффективно взаимодействовать со взрослыми и сверстниками; - пользоваться современным спортивным инвентарем и оборудованием.			
соблюдать правила безопасности и профилактики травматизма на занятиях;			
выполнять старты, прыжки в длину с места;			

Критерии оценки занятия.

Таблица 7

Название	Критерии оценки	Количество баллов	
		Оценка группы	Оценка ученика
1. Структура занятия. (40 баллов)	Формулирует тему занятия, чем будет заниматься.		
2. Основы тренировки. (50 баллов)	Имеет понятие о специальной физической подготовке, о влиянии нагрузок на организм человека.		
3. Содержание занятия. (60 баллов)	Сформулированы цель занятия. Понятны ли задачи и ход занятия.		
4. Оценка занятия. (10 баллов)	Результаты и выводы соответствуют поставленной цели.		

Отличная работа 160- 140 баллов

Хорошая работа 139- 130 баллов

Удовлетворительная работа 129- 100 баллов

Слабая работа 79 и меньше баллов

Критерии оценки уровня физической подготовки по курсу «Лёгкая атлетика»

Таблица 8

Физические способности (контрольные упражнения)	Макс. кол. баллов	Оценка группы									
Координационные (челночный бег 3/10 м)	5										
Скоростно- силовые (прыжки в длину с мета)	5										
Выносливость	5										

(бег на 1000 м)										
Гибкость (наклоны вперёд из положения сидя см.)	5									
Силовые (сгибание и разгибание рук в упоре лёжа)	5									

Областное казенное общеобразовательное учреждение
«Льговская школа-интернат для детей с ограниченными возможностями здоровья»

Принята на заседании
педагогического совета
от «29» мая 2024 г.
протокол № 6



Утверждаю
Директор ОКОУ «Льговская школа-интернат»
Н.В. Сотникова
Принято от «03» июня 2024 г.

АДАПТИРОВАННАЯ ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ
ПРОГРАММА
физкультурно-спортивной направленности
«Мини-футбол»
(базовый уровень)

Возраст обучающихся: 14-18 лет
Срок реализации: 1 год

Автор-составитель:
Новиков Сергей Юрьевич,
Педагог дополнительного
образования

г. Льгов, 2024

Содержание

1. Комплекс основных характеристик образования	3
1.1. Пояснительная записка	3
1.2. Цель и задачи программы.....	6
1.3. Планируемые результаты	7
1.4. Учебный план	9
1.5. Содержание изучаемого курса	11
2. Комплекс организационно-педагогических условий	13
2.1. Календарный учебный график	13
2.2. Оценочные материалы	13
2.3. Формы аттестации.....	13
2.4. Методический материал	14
2.5. Условия реализации программы	15
2.6. Рабочая программа воспитания.....	16
2.7. Календарный план воспитательной работы	17
3. Список литературы	18
Приложение 1.....	19
Приложение 2.....	19

1. Комплекс основных характеристик образования

1.1. Пояснительная записка

Адаптированная дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности «МИНИ-ФУТБОЛ» позволяет решать задачи физического воспитания обучающихся, формируя у них целостное представление о физической культуре, ее возможностях в повышении работоспособности и улучшении состояния здоровья, а главное — воспитывая личность, способную к самостоятельной, творческой деятельности.

Настоящая адаптированная дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа разработана в соответствии с **нормативно-правовой базой:**

1. Федеральный закон от 29.12.2012 N 273-ФЗ (ред. от 16.04.2022) «Об образовании в Российской Федерации».

2. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденная распоряжением Правительства РФ от 31.03.2022 г. №678-р.

3. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»

(Зарегистрирован 26.09.2022 № 70226)

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

5. Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 N 09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»).

6. Стратегия развития воспитания в Российской Федерации до 2025 года, утвержденная распоряжением Правительства РФ от 29.05.2015 г. №996-р.

7. Закон Курской области от 09.12.2023 г. № 121-ЗКО (ред. От 14.12.2020 г.№ 113-ЗКО) «Об образовании в Курской области».

8. Положение об адаптированной дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе ОКОУ «Льговская школа-интернат» №1-138/3 от 01.03.2023 г.

9. Рабочая программа воспитания ОКОУ «Льговская школа-интернат».

10. Устав ОКОУ «Льговская школа-интернат».

Направленность программы: физкультурно-спортивная.

Программа рассчитана на 1 год обучения, возраст детей – подростковый (14-18 лет)

В подростковом возрасте в основном завершается формирование всех функциональных систем. На этот возраст приходится период продолжающегося совершенствования моторных способностей, больших возможностей в развитии двигательных качеств. Быстро улучшаются координационные, силовые и скоростно-силовые способности.

Изучение теоретического материала осуществляется в форме 5-7 минутных бесед, которые проводятся, как правило, в начале занятий. В ходе практических занятий учащиеся группы получают элементарные навыки судейства игр по футболу и мини-футболу. Обучение судейству осуществляется во время проведения двухсторонних учебных, тренировочных игр и соревнований.

Практические занятия по физической, технической и тактической подготовке проводятся в форме игровых занятий по общепринятой методике.

Физическая подготовка направлена на развитие физических способностей организма, ей в занятиях отводится значительное место. Выделяют общую и специальную физическую подготовку. Общая физическая подготовка предусматривает всестороннее развитие физических способностей, специальная – развитие качеств и функциональных возможностей, специфичных для футболистов.

Актуальность программы

В настоящее время значительная часть школьников занимается физическими упражнениями лишь на уроках физической культуры. Поэтому одной из важнейших

задач является привлечение как можно большего числа школьников к систематическим занятиям в различных секциях для повышения уровня физической подготовленности.

Отличительные особенности программы состоят в том, что в её основе лежит идея использования в обучении собственной активности учащихся. Концепция данной программы - теория развивающего обучения в канве критического мышления. В основе сознательного акта учения в системе развивающего обучения лежит способность к продуктивному творческому воображению и мышлению. Более того, без высокого уровня развитие этих процессов вообще невозможно ни успешное обучение, ни самообучение. Именно они определяют развитие творческого потенциала человека. Готовность к творчеству формируется на основе таких качеств как внимание и наблюдательность, воображение и фантазия, смелость и находчивость, умение ориентироваться в окружающем мире, произвольная память и др. Использование программы позволяет стимулировать способность детей к образному и свободному восприятию окружающего мира (людей, природы, культурных ценностей), его анализу и конструктивному синтезу.

Уровень программы «Мини-футбол» - базовый.

Предполагает наличие у обучаемых навыков игры в мини-футбол. Уровень подготовки учащихся может быть разным.

Адресат программы

Возраст детей, участвующих в реализации данной адаптированной дополнительной образовательной общеразвивающей программы колеблется от 14 до 18 лет. В коллектив могут быть приняты все желающие, не имеющие противопоказаний по здоровью. Условия формирования групп: разновозрастные.

Характеристика детей: Программа составлена на основе возрастных, физических, психологических особенностей детей с указанной нозологией. Для всех детей с умственной отсталостью характерно нарушение психического и физического развития – тотальное недоразвитие высших психических функций, нарушение эмоционального развития, искаженное

развитие личности, неловкость и нарушение координации движений. Нарушение речевого развития обусловлено степенью поражения центральной нервной системы и носит системный характер. Резко ограничено программирование речевого высказывания и контроль за речью. Данная категория детей зачастую испытывает серьезные трудности в овладении простейшими действиями, в том числе бытовыми.

Уровень познавательного развития

Речь:

- варьируется от полного «безречия» до системного недоразвития речи;
- характерно выраженное нарушение понимания речи, при этом детям доступно понимание только бытовой лексики, простых грамматических конструкций, простых фраз, при этом невозможно понимание подтекста, образных выражений, фразеологизмов и т.д.;
- нарушение звукопроизношения является полиморфным (нарушены разные группы звуков) и характеризуется стойкостью;
- словарный запас ограничен количественно и качественно, ребенку доступна частотная 4 бытовая лексика, отмечаются многочисленные замены слов;
- характерен выраженный аграмматизм, в основном дети используют начальную форму слов, простую аграмматичную фразу;
- возможности связного высказывания резко ограничены; доступен пересказ простого текста без понимания даже фактической информации;
- письменная речь для определенной части детей с умственной отсталостью недоступна, для другой части письмо и чтение затруднено.

Восприятие:

- восприятие характеризуется замедленным темпом; – нарушена активность и избирательность восприятия;
- слуховое, фонематическое и зрительное восприятие нарушено, дети смешивают сходные звуки, зрительные стимулы, похожие предметы и изображения; – восприятие цветов доступно частично;

– отмечаются ограничения при восприятии времени и пространства (схемы тела, трехмерного и двухмерного).

Внимание:

- нарушено и произвольное внимание (в большей степени), и непроизвольное внимание;
- отмечаются истощаемость и неустойчивость внимания, в процессе выполнения заданий/упражнений может быть частая немотивированная смена предметов/объектов внимания; – характерны трудности распределения и переключаемости.

Память:

- объем памяти ограничен;
- нарушено запоминание, сохранение и воспроизведение информации, при этом воспроизведение зачастую характеризуется хаотичностью;
- механическая память, как правило, у определенной группы детей достаточно сохранна;
- резко выражено ограничение возможности запоминания вербальных стимулов; – отмечаются эпизодичность и фрагментарность припоминания и извлечения информации;
- произвольное запоминание затруднено и формируется позже, чем у сверстников, при этом проще запоминаются внешние, случайные зрительные элементы.

Мышление:

- формирование всех мыслительных операций замедлено и затруднено; – уровень сформированности мыслительных операций зависит от степени выраженности нарушения интеллекта;
- отмечаются инертность и тугоподвижность мыслительных процессов;
- абстрактное мышление не развивается; детьми усваиваются наиболее конкретные и сходные признаки объектов и предметов;
- характерно ограничение понимания или невозможность понимания причинноследственных связей между явлениями, событиями, объектами,

предметами. При этом связи устанавливаются на основе анализа случайных или наиболее ярких признаков, что делает невозможным формирование образа/представления о предмете, объекте, ситуации;

- характерны не критичность, невозможность оценить свою работу и деятельность сверстников, выявить собственные и чужие ошибки;
- крайне слабая или отсутствующая регулирующая роль мышления; минимальный самоконтроль или его отсутствие;
- характерна невозможность переноса усвоенных операций, способов действия в новые условия или ситуацию.

Эмоциональная сфера и личностные особенности:

- отмечается эмоциональная незрелость, степень проявления которой зависит от степени выраженности основного нарушения;
- могут наблюдаться колебания эмоционального фона от повышенной эмоциональной возбудимости до апатии;
- не понимают оттенки и эмоции окружающих и свои собственные, не умеют выражать вербально собственные эмоциональные проявления;
- мотивация неустойчивая, ситуативная, примитивная; преобладающими являются элементарные: еда, сон, сексуальные потребности;
- характерна сниженность критичности, дети не могут оценить свои неудачи, довольны своей работой или собой; отмечаются неадекватная самооценка и неадекватный уровень притязаний;
- отзывчивы на похвалу, ласковое обращение, при этом на критику реагируют либо нейтрально, либо отрицательно (расстраиваются, могут давать агрессивные реакции). Для части детей характерна адекватная реакция на окружающую обстановку;
- отмечаются несформированность произвольных форм поведения; неспособность к самоконтролю, невозможность оценить или спрогнозировать последствия поступков или событий;
- коммуникация со сверстниками и взрослыми затруднена, отмечается стереотипность, шаблонность, гибкость поведения;

– не сформированы волевые усилия, самостоятельность, инициативность, целеустремленность.

Двигательная сфера:

– двигательные нарушения при умственной отсталости проявляются дифференцированно при разных степенях выраженности органического поражения головного мозга;

– координация движений в общей, мелкой и артикуляционной моторике нарушена, при этом страдают их объем, переключаемость, последовательность и другие характеристики;

– ходьба, бег, ползание и другие виды движения характеризуются выраженной моторной неловкостью;

– практически невозможны прыжки на одной ноге или на двух ногах, подъем и спуск по лестнице и другие движения.

Работоспособность:

– уровень работоспособности ребенка зависит от степени поражения головного мозга;

– работоспособность снижена, при этом может отмечаться состояние охранительного торможения;

– характерна выраженная психическая истощаемость, которая усугубляется при наличии отвлекающих факторов.

Объем и сроки освоения программы: продолжительность 1 год: 72ч (2 ч в неделю – 36 нед.).

Год разработки программы – 2024 г. Программа будет корректироваться и модернизироваться.

Режим занятий: 2 раза в неделю.

Форма обучения: очная

При реализации программы «Мини-футбол», занятия проводятся в форме физической тренировки, теоретической подготовки, восстановительных мероприятий, соревнований, матчевых встреч, сдачи контрольных и контрольно-переводных нормативов, инструкторской и судейской практики, бесед, конкурсов,

игр, помогающих развивать и осуществлять в полной мере технологии и идеи личностно-ориентированного образования. В ходе проведения занятий используется, в том числе и индивидуальный подход. На занятиях по возможности используются технические средства (видео, наглядные пособия и др.)

Форма проведения занятий: индивидуально-групповая.

При реализации программы «Мини-футбол», используются следующие **формы организации образовательного процесса:** уроки теории, интерактивные обучающие уроки, обобщающие уроки, рассказ-показ, учебная обобщающая беседа, дебаты, самостоятельная работа.

Особенности организации образовательного процесса

Основным принципом Программы является принцип индивидуального подхода к ребенку, учет его возрастных, физических, эмоциональных особенностей, учет его интересов. Программа построена на принципах доступности, занимательности, наглядности, последовательности, на принципе сотрудничества (сотрудничества ребенка с педагогом, с родителями).

1.2. Цель и задачи программы

Цель: разносторонняя подготовка и овладение рациональной техникой игры в мини-футбол; приобретение знаний и умений необходимых футболистам.

Задачи:

Обучающие:

- овладеть приемами техники на уровне умений и навыков;
- овладеть индивидуальными и групповыми тактическими действиями;
- овладеть основами тактики командных действий;
- повышать общую физическую работоспособность;
- совершенствовать специальную физическую подготовленность;
- расширять объем знаний в вопросах спортивно-этического воспитания, гигиены питания, контроля переутомления, предупреждению травматизма;

Коррекционно-развивающие:

- укреплять здоровье, всесторонняя физическая подготовка;

– развивать и совершенствовать физические качества (быстроту, ловкость и специальную выносливость);

– совершенствовать двигательное и сенсомоторное развитие;

– корректировать отдельные стороны психической деятельности.

Воспитательные:

– воспитывать устойчивость интереса к систематическим занятиям физической культурой и спортом, потребность в здоровом образе жизни;

– воспитывать волевые качества (преодолевать трудности, как во время игр и соревнований, так и во время тренировочного процесса).

1.3. Планируемые результаты

Предметные результаты:

знают:

- об особенностях зарождения, истории мини-футбола;
- о физических качествах и правилах их тестирования;
- основы личной гигиены, причины травматизма при занятиях мини-футболом и правила его предупреждения;
- основы судейства игры мини-футбол.

умеют:

- выполнять по физической подготовке в соответствии с возрастом;
- владеть тактико-техническими приемами мини-футбола;
- уметь организовать самостоятельные занятия мини-футболом, а также, с группой товарищей;
- организовывать и проводить соревнования по мини-футболу в классе, во дворе, в оздоровительном лагере и другое.

Личностные результаты

- критическое отношение к информации и избирательность её восприятия;
- осмысление мотивов своих действий при выполнении заданий;
- развитие любознательности, сообразительности при выполнении разнообразных заданий;

- развитие внимательности, настойчивости, целеустремленности, умения преодолевать трудности – качеств весьма важных в практической деятельности любого человека;

- развитие самостоятельности суждений, независимости и нестандартности мышления;

- воспитание чувства справедливости, ответственности;

Метапредметные результаты:

- самостоятельно решать технические и тактические задачи в процессе игрив "Мини-футбол"(планирование предстоящих действий, самоконтроль, применять полученные знания, приемы и опыт с использованием специальных знаний и т.д.);

- владеть игровыми ситуациями на поле;

- контролировать и регулировать функциональное состояние организма при выполнении физических упражнений, добиваться оздоровительного эффекта и совершенствования физических кондиций;

- корректировать свои действия при необходимости во время игры;

- демонстрировать технические возможности на поле.

- демонстрируют:лидерские качества и чувство ответственности как необходимые качества для успешной - работы в команде;

- проявляют: устойчивую мотивацию к обучению по программе;интерес к событиям, происходящим в области «Мини-футбола».

Коррекционные:

- повышение устойчивости, концентрации, переключаемости, распределения, увеличение объёма запоминаемого материала;

- развитие творческого воображения (умеет придумывать необычные, оригинальные атаки соперника во время игры, используя разнообразие финтов при нападении);

- развитие конструктивных навыков (умеет последовательно изготавливать конструкции; выстраивает четкий алгоритм своих действий, в соответствии с поставленной задачей; соотносит конструкцию предмета с его

назначением; создает различные конструкции одного и того же объекта; создает конструкции, объединенные одной темой);

- развитие координации движений (движения ног и рук точные, ловкие, со всеми заданиями справляется быстро и легко).

1.4. Содержание программы

Раздел №1. Техническая подготовка

Материал программы дается в четырех разделах:

1. Техническая подготовка

В разделе «Техническая подготовка» представлен материал, способствующий расширению знаний обучающихся о способах "обработки" мяча в игре.

- Различные способы перемещения.
- Удары по мячу ногой с места.
- Удары по мячу ногой в движении.
- Удары по мячу ногой с лета.
- Удары по мячу головой.
- Удары по мячу головой.
- Обработка катящегося мяча.
- Обманные движения (финты).

2.Тактическая подготовка

В разделе «Тактическая подготовка» представлен материал, способствующий расширению знаний обучающихся о тактических приёмах в игре.

- Тактика игры в атаке.
- Тактика игры в обороне.
- Тактика игры вратаря.

3.Общая физическая подготовка

В разделе «Общая физическая подготовка» даны упражнения и другие необходимые действия, которые способствуют формированию общей культуры движений, развивают определенные двигательные качества.

- Строевые упражнения .
- Упражнения на тренажерах.

- Беговые упражнения.
- Упражнения с мячами.
- Упражнения в парах.
- Контрольный урок.

4. Специальная физическая подготовка

В разделе «Специальная физическая подготовка» даны упражнения и другие необходимые действия, которые способствуют формированию общей культуры движений, развивают специальные двигательные качества.

- Скоростная подготовка .
- Силовая подготовка.
- Скоростно-силовая подготовка.
- Развитие выносливости.
- Развитие ловкости.
- Борьба за мяч.
- Контрольный урок.

2.Комплекс организационно-педагогических условий

2.1. Календарный учебный график

Таблица 2.

№ п/п	Группа	Год обучения, номер группы	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Количество учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий	Нерабочие праздничные дни	Сроки проведения промежуточной аттестации
--------------	---------------	-----------------------------------	----------------------------	-------------------------------	----------------------------------	--------------------------------	---------------------------------	----------------------	----------------------------------	--

1.	12-17 лет	2023-2024	4 сентября	31 мая 2024 г.	36 недели	36 учебных дня	36 часов	Вторник 16:00-17:00	4 ноября 23 февраля 8 марта 1 мая 9 мая	30-31 октября 18-20 декабря 25-27 марта 27-29 ая
----	-----------	-----------	------------	----------------	-----------	----------------	----------	---------------------	---	---

2.2 Учебный план

Таблица 1.

№	Название разделов, тем	Количество часов			Форма аттестации /контроля
		Всего	теория	практика	
1. Техническая подготовка		16		16	
1-2	Различные способы перемещения	2		2	Наблюдение и коррекция
3-4	Удары по мячу ногой с места	2		2	Тестирование
5-6	Удары по мячу ногой в движении	2		2	Диагностика
7-8	Удары по мячу ногой с лета	2		2	Коррекция
9-10	Удары по мячу головой	2		2	Коррекция
11-12	Обработка катящегося мяча	2		2	Коррекция
13-14	Обработка летящего мяча	2		2	Коррекция
15-	Обманные движения	2		2	коррекция

16	(финты)				
2. Тактическая подготовка		16		16	
17-22	Тактика игры в атаке	6		6	Анкетирование
23-24	Тактика игры в атаке	2		2	Наблюдение
25-26	Тактика игры в обороне	2		2	Коррекция
27-28	Тактика игры в обороне	2		2	коррекция
29-32	Тактика игры вратаря	4		4	Коррекция Тестирование
3. Общая физическая подготовка		20		20	
33-34	Строевые упражнения	2		2	Наблюдение
35-36	Упражнения на тренажерах	2		2	Тестирование
37-38	Беговые упражнения	2		1	Коррекция
39-40	Беговые упражнения	2		1	Коррекция
41-44	Упражнения с мячами	4		1	Коррекция
45-46	Упражнения с мячами	2		1	Коррекция
47-	Упражнения в	4		4	Коррекция

50	парах				
51-52	Контрольный урок	2		2	Зачет
4. Специальная физическая подготовка		20		20	
53-54	Скоростная подготовка	2		2	Тестирование
55-56	Силовая подготовка	2		2	Коррекция
57-58	Скор-сил. подготовка	2		2	Коррекция
59-60	Развитие выносливости	2		2	Коррекция
61-62	Развитие ловкости	2		2	Коррекция
63-66	Борьба за мяч	4		4	Коррекция
67-70	Борьба за мяч	4		4	Коррекция
71-72	Контрольный урок	2		2	Зачет
5. Соревнования		8		8	Соревнование
	Итого:	72		72	

2.3. Оценочные материалы

Для оценивания результатов текущей и промежуточной диагностики используется уровневая система: низкий, средний и высокий уровень. В начале учебного года проводится собеседование, с целью выявления начальных умений и навыков, мотивации поступления в объединение. Во время всего периода обучения применяются игры-соревнования.

2.4. Формы аттестации

1. Входная аттестация.
2. Наблюдение.
3. Практические задания.
4. Текущий контроль: устный опрос, проверка знания и понимания новых понятий и терминов.
5. Контрольный урок по итогам года.

2.5. Методическое обеспечение

Таблица 3.

№ п/п	Название разделы, темы	Материально-техническое оснащение, дидактико-методический материал	Формы учебного занятия	Формы контроля/аттестации
1.	Раздел №1. Техническая подготовка	Обучение игре в "Мини-футбол" - http://elibrary.asu.ru/handle/asu/6556 Вспомогательные электронные ресурсы- https://kpfu.ru/sports/struktura/kafedry/kafedra-teorii-fizicheskoy-kultury/distancionnaya-forma-osvoeniya-discipliny/vspomogatelnye-elektronnye-resursy-dlya-osvoeniya скакалки, мини-футбольные мячи, баскетбольные мячи, волейбольные мячи, гири, гантели, стойки для обводки, набивные мячи	Практика и теория	Входная аттестация, практические задания
2.	Раздел №2. Тактическая подготовка	Обучение игре в "Мини-футбол" - http://elibrary.asu.ru/handle/asu/6556 Вспомогательные электронные ресурсы- https://kpfu.ru/sports/struktura/kafedry/kafedra-teorii-fizicheskoy-kultury/distancionnaya-forma-osvoeniya-discipliny/vspomogatelnye-elektronnye-resursy-dlya-osvoeniya скакалки, мини-футбольные мячи,	Практика и теория	Наблюдение, практические задания

		баскетбольные мячи, волейбольные мячи, гири, гантели, стойки для обводки, набивные мячи		
3.	Раздел №3. Общая физическая подготовка	Обучение игре в "Мини-футбол" - http://elibrary.asu.ru/handle/asu/6556 Вспомогательные электронные ресурсы- https://kpfu.ru/sports/struktura/kafedry/kafedra-teorii-fizicheskoy-kultury/distancionnaya-forma-osvoeniya-discipliny/vspomogatelnye-elektronnye-resursy-dlya-osvoeniya скакалки, мини-футбольные мячи, баскетбольные мячи, волейбольные мячи, гири, гантели, стойки для обводки, набивные мячи	Практика и теория	Наблюдение, практические задания
4.	Раздел 4. Специальная физическая подготовка	Обучение игре в "Мини-футбол" - http://elibrary.asu.ru/handle/asu/6556 Вспомогательные электронные ресурсы- https://kpfu.ru/sports/struktura/kafedry/kafedra-teorii-fizicheskoy-kultury/distancionnaya-forma-osvoeniya-discipliny/vspomogatelnye-elektronnye-resursy-dlya-osvoeniya скакалки, мини-футбольные мячи, баскетбольные мячи, волейбольные мячи, гири, гантели, стойки для обводки, набивные мячи	Практика и теория	Практические задания, контрольный урок.

2.6. Условия реализации программы

1. Занятия должны проводиться в большом спортивном зале.

Спортивный зал должен иметь размеры 31x16 м. Размеры и разметка удовлетворяют требованиям, утвержденным Российским футбольным союзом и Ассоциацией мини-футбола России. Ворота должны иметь установленные размеры и быть надежно закреплены.

2. Оборудование: 15 скакалок, 10 мини-футбольных мячей, 10 баскетбольных мячей, 10 волейбольных мячей, гири, гантели, стойки для обводки, набивные мячи и т. д.

3. Дидактические пособия: инструкции по технике безопасности (при занятии спортивными и подвижными играми).

4. Кадровое обеспечение: Программу реализует специалист с высшим педагогическим образованием, отвечающий требованиям профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования».

2.7. Рабочая программа воспитания

Цель воспитания - создание условий для формирования социально-активной, творческой, нравственно и физически здоровой личности.

Задачи воспитания

- способствовать развитию личности обучающегося, с позитивным отношением к себе, способного вырабатывать и реализовывать собственный взгляд на мир, развитие его субъективной позиции;

- развивать систему отношений в коллективе через разнообразные формы активной социальной деятельности;

- способствовать умению самостоятельно оценивать происходящее и использовать накапливаемый опыт в целях самосовершенствования и самореализации в процессе жизнедеятельности;

- создавать обучающемуся ситуации успеха;

- создать психологическую почву и стимулировать самовоспитания обучающегося.

- формировать представление о здоровом образе жизни.

Основные воспитательные мероприятия:

- просмотр обучающимися тематических материалов и их обсуждение; - тематические диспуты и беседы;

- участие в конкурсах различного уровня;

- музеи, выставки, (онлайн-экскурсии) и др.

Результат воспитания— в процессе воспитания происходят изменения в

личностном развитии обучающихся, в процессе общения со своими сверстниками по достижению общих целей, у ребят формируются такие качества как взаимопомощь, самостоятельность, ответственность за порученное дело. Несомненно, большую роль в воспитании моральных качеств, обучающихся играет личный пример педагога. Воспитательная работа ведётся на протяжении всего учебного процесса.

2.8.Календарный план воспитательной работы

Таблица 4.

№ п/п	Название мероприятия, события	Форма проведения	Срок и место проведения	Ответственный
1.	Организационно-родительское собрание	Беседа	Сентябрь 2023 г.	Новиков С.Ю.
2.	Техника безопасности	Беседа	Сентябрь 2023 г.	Новиков С.Ю.
3.	Всероссийский урок безопасности школьников в сети Интернет	Занятие	Октябрь 2023 г.	Новиков С.Ю.
4.	Инструктаж перед каникулами	Беседа	Октябрь 2023 г.	Новиков С.Ю.
5.	День детских изобретений	Практика	Ноябрь 2023 г.	Новиков С.Ю.
6.	Всемирный день футбола	Занятие	Декабрь 2023 г.	Новиков С.Ю.
7.	Инструктаж перед каникулами	Беседа	Декабрь 2023 г.	Новиков С.Ю.
8.	"Чемпионат по мини-футболу"	Занятие	Февраль 2024 г.	Новиков С.Ю.
9.	«День защитников Отечества»	Занятие	Февраль 2024 г.	Новиков С.Ю.
10.	Международный женский день	Занятие	Март 2024 г.	Новиков С.Ю.
11.	Товарищеская игра в "Мини-футбол".	Занятие	Апрель 2024 г.	Новиков С.Ю.
12.	Беседа «День Победы»	Занятие	Май	Новиков С.Ю.

3. Список литературы

Для педагогов

1. Комплексная программа физического воспитания. Изд Просвещение 2008г.
2. Каменцер М.Г. «Спортшкола в школе» М. Физкультура и спорт 1985г.
3. Васильков Г.А. «От игры к спорту» М. Физкультура и спорт. 1990г.
4. Андреев С.Н. Алиев Э.Г. мини-футбол в школе ОАО Изд «Советский спорт» 2006г.

Для обучающихся

1. "Основы технологии планирования, контроля и учета спортивной подготовки в мини-футболе (футзале)". Авторы: Алиев Э.Г., Андреев С.Н. Издательство: "Спорт", 2019 год. 76 с.
2. "Основы технологии построения циклов спортивной тренировки в мини-футболе(футзале)". Авторы : Алиев Э.Г. , Андреев С.Н. Издательство: "Спорт", 2017 год. 64 с.

Для родителей

1. Арутюнянц К. Д. Я плюс все: повесть / Арутюнянц К. Д.; худож. Сапунова Н. - Москва: СОВА, 2008. - 181 с.
2. Бахревский В. А. Футбол // Бахревский В. А. Повести / Бахревский В. А.; авт. послесл. Свининников В. ; ил Веркау А. - М, 1987. – С. 219-329.

Электронные ресурсы

1. Обучение игре в "Мини-футбол"- <http://elibrary.asu.ru/handle/asu/6556>
2. Вспомогательные электронные ресурсы-
<https://kpfu.ru/sports/struktura/kafedry/kafedra-teorii-fizicheskoy-kultury/distancionnaya-forma-osvoeniya-discipliny/vspomogatelnye-elektronnye-resursy-dlya-osvoeniya>

Приложение 1.

Оценочный лист по итогам обучения по адаптированной дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Мини-футбол».

Таблица 5.

Критерии оценки	Низкий уровень	Средний уровень	Высокий уровень
Знают			
об особенностях зарождения, истории мини-футбола;			
о физических качествах и правилах их тестирования;			
основы личной гигиены, причины травматизма при занятиях мини-футболом и правила его предупреждения;			
основы судейства игры мини-футбол;			
Умеют			
выполнять по физической подготовке в соответствии с возрастом;			
владеть тактико-техническими приёмами мини-футбола;			
Умеют организовывать самостоятельные занятия игры мини-футболом, а также, с группой товарищей.			

Приложение 2

Критерии оценивания знаний, умений и навыков обучающихся

Таблица 6.

Параметры оценивания	Уровни освоения программы		
	Высокий	Средний	Низкий
Практически и навыки работы	Обучающийся умеет организовывать самостоятельные занятия игры мини-футболом, а также, с группой товарищей.	Обучающийся пытается самостоятельно организовать занятия игры мини-футболом, а также, с группой товарищей.	Обучающийся не умеет организовывать самостоятельные занятия игры мини-футболом, а также, с группой товарищей.
Тактико-технические приёмы.	Обучающийся свободно владеет тактико-техническими приёмами мини-футбола.	Обучающийся знает основные тактико-технические приёмы мини-футбола.	Обучающийся испытывает затруднения в применении основных тактико-технических приёмов мини-футбола.

Содержание

1. Комплекс основных характеристик образования	3
1.1. Пояснительная записка.....	3
1.2. Цель	12
1.3. Задачи программы... ..	12
1.4. Планируемые результаты.....	13
1.5. Содержание программы	15
2. Комплекс организационно-педагогических условий	16
2.1. Календарный учебный график.....	16
2.2. Учебный план	18
2.3. Оценочные материалы.....	18
2.4. Формы аттестации	18
2.5. Методический материал.....	18
2.6. Условия реализации программы.....	18
2.7. Рабочая программа воспитания	19
2.8. Календарный план воспитательной работы	19
3. Список литературы.....	21
Приложение 1	23
Приложение 2	24

1. Комплекс основных характеристик образования

1.1. Пояснительная записка

Настоящая адаптированная дополнительная общеразвивающая программа разработана в соответствии с **нормативно-правовой базой:**

1. Федеральный закон от 29.12.2012 N 273-ФЗ (ред. от 16.04.2022) «Об образовании в Российской Федерации».
2. Стратегия развития воспитания в Российской Федерации до 2025 года, утвержденная распоряжением Правительства РФ от 29.05.2015 г. №996-р.
3. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденная распоряжением Правительства РФ от 31.03.2022 г. №678-р.
4. Приказ Минтруда РФ от 22.09.2021 N 652Н. «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»
5. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (Зарегистрирован 26.09.2022 № 70226)
6. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».
7. Положение об адаптированной дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе ОКОУ «Льговская школа-интернат» №1-138/3 от 01.03.2023 г.
8. Рабочая программа воспитания ОКОУ «Льговская школа-интернат».
9. Устав ОКОУ «Льговская школа-интернат»

Направленность программы: физкультурно- спортивная.

Данная адаптированная дополнительная общеразвивающая программа «Настольный теннис» физкультурно-спортивной направленности «базового уровня» сложности. Предполагает использование и реализацию общедоступных и

универсальных форм организации материала, минимальную сложность предполагаемого для освоения содержания.

Актуальность программы

«Настольный Теннис» заключается в приобщении школьников к здоровому образу жизни, в профилактике асоциального поведения, в создании условий для профессионального самоопределения, творческой самореализации личности ребенка, укреплении психического и физического здоровья детей. Программа учитывает специфику дополнительного образования и охватывает значительно больше желающих заниматься этим видом спорта, предъявляя посильные требования в процессе обучения. С каждым годом учебные нагрузки в школах возрастают, а возможности активного отдыха ограничены. Очень важно, чтобы после уроков ребенок имел возможность снять физическое утомление и эмоциональное напряжение посредством занятий в спортивном зале веселыми и разнообразными подвижными и спортивными играми. Это легко можно достичь в спортивном зале, посредством занятий настольным теннисом.

Отличительные особенности программы

Занятия настольным теннисом способствуют развитию и совершенствованию у обучающихся основных физических качеств – выносливости, координации движений, скоростно-силовых качеств; формированию различных двигательных навыков, укреплению здоровья, а также формируют личностные качества ребенка: коммуникабельность, волю, чувство товарищества, чувство ответственности за свои действия перед собой и товарищами.

Соревновательный характер игры, самостоятельность тактических индивидуальных и групповых действий, непрерывное изменение обстановки, удача или неуспех вызывают у играющих проявление разнообразных чувств и переживаний. Высокий эмоциональный подъем поддерживает постоянную активность и интерес к игре. Эти особенности настольного тенниса создают благоприятные условия для воспитания у обучающихся, умения управлять эмоциями, не терять контроля за своими действиями, в случае успеха не ослаблять борьбы, а при неудаче не падать духом.

Уровень программы «Настольный теннис» - базовый

Предполагает наличие у обучаемых навыков в области игры, различного вида сложности. Уровень подготовки учащихся может быть разным.

Адресат программы

Возраст детей, участвующих в реализации данной адаптированной дополнительной общеразвивающей программы, колеблется от 12 до 17 лет с интеллектуальными нарушениями. В коллектив могут приняты все желающие, не имеющие противопоказаний по здоровью. Условия формирования: разновозрастные.

Характеристика детей: Программа составлена на основе возрастных, физических, психологических особенностей детей с указанной нозологией. Развитие ребенка с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), хотя и происходит на дефектной основе и характеризуется замедленностью, наличием отклонений от нормального развития, тем не менее, представляет собой поступательный процесс, приносящий качественные изменения в познавательную деятельность детей и их личностную сферу, что дает основания для оптимистического прогноза. Затруднения в психическом развитии детей с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) обусловлены особенностями их высшей нервной деятельности (слабостью процессов возбуждения и торможения, замедленным формированием условных связей, тугоподвижностью нервных процессов, нарушением взаимодействия первой и второй сигнальных систем и др.). В подавляющем большинстве случаев интеллектуальные нарушения, имеющиеся у обучающихся с умственной отсталостью, являются следствием органического поражения ЦНС на ранних этапах онтогенеза. Негативное влияние органического поражения ЦНС имеет системный характер, когда в патологический процесс оказываются вовлеченными все стороны психофизического развития ребенка: мотивационно-потребностная, социально-личностная, моторно-двигательная; эмоционально-волевая сферы, а также когнитивные процессы — восприятие, мышление, деятельность, речь и поведение. Последствия поражения ЦНС выражаются в задержке сроков возникновения и незавершенности возрастных психологических новообразований и, главное, в неравномерности, нарушении целостности психофизического развития. Все это, в свою

очередь, затрудняет включение ребенка в освоение пласта социальных и культурных достижений общечеловеческого опыта традиционным путем. В структуре психики такого ребенка в первую очередь отмечается недоразвитие познавательных интересов и снижение познавательной активности, что обусловлено замедленностью темпа психических процессов, их слабой подвижностью и переключаемостью. При умственной отсталости страдают не только высшие психические функции, но и эмоции, воля, поведение, в некоторых случаях физическое развитие, хотя наиболее нарушенным является мышление, и прежде всего, способность к отвлечению и обобщению. Вместе с тем, Относительно сохранной у обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) оказывается чувственная ступень познания — ощущение и восприятие. Но и в этих познавательных процессах сказывается дефицитарность: неточность и слабость дифференцировки зрительных, слуховых, кинестетических, тактильных, обонятельных и вкусовых ощущений приводят к затруднению адекватности ориентировки детей с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) в окружающей среде. Нарушение объема и темпа восприятия, недостаточная его дифференцировка, не могут не оказывать отрицательного влияния на весь ход развития ребенка с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями). Однако особая организация учебной и внеурочной работы, основанной на использовании практической деятельности; проведение специальных коррекционных занятий не только повышают качество ощущений и восприятий, но и оказывают положительное влияние на развитие интеллектуальной сферы, в частности овладение отдельными мыслительными операциями. Меньший потенциал у обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) обнаруживается в развитии их мышления, основу которого составляют такие операции, как анализ, синтез, сравнение, обобщение, абстракция, конкретизация. Эти мыслительные операции у этой категории детей обладают целым рядом своеобразных черт, проявляющихся в трудностях установления отношений между частями предмета, выделении его существенных признаков и дифференциации их от несущественных, нахождении и сравнении предметов по признакам сходства и отличия и т.д.

Из всех видов мышления (наглядно-действенного, наглядно-образного и словесно-логического) у обучающихся с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) в большей степени недоразвито словесно-логическое мышление. Это выражается в слабости обобщения, трудностях понимания смысла явления или факта. Обучающимся присуща сниженная активность мыслительных процессов и слабая регулирующая роль мышления: зачастую, они начинают выполнять работу, не дослушав инструкции, не поняв цели задания, не имея внутреннего плана действия. Однако при особой организации учебной деятельности, направленной на обучение школьников с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) пользованию рациональными и целенаправленными способами выполнения задания, оказывается возможным в той или иной степени скорректировать недостатки мыслительной деятельности. Использование специальных методов и приемов, применяющихся в процессе коррекционно-развивающего обучения, позволяет оказывать влияние на развитие различных видов мышления обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), в том числе и словесно-логического.

Особенности восприятия и осмысления детьми учебного материала неразрывно связаны с особенностями их памяти. Запоминание, сохранение и воспроизведение полученной информации обучающимися с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) также отличается целым рядом специфических особенностей: они лучше запоминают внешние, иногда случайные, зрительно воспринимаемые признаки, при этом, труднее осознаются и запоминаются внутренние логические связи; позже, чем у нормальных сверстников, формируется произвольное запоминание, которое требует многократных повторений. Менее развитым оказывается логическое опосредованное запоминание, хотя механическая память может быть сформирована на более высоком уровне. Недостатки памяти обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) проявляются не столько в трудностях получения и сохранения информации, сколько ее воспроизведения: вследствие трудностей установления логических отношений полученная информация может воспроизводиться бессистемно, с большим количеством искажений; при этом наибольшие трудности вызывает воспроизведение словесного материала.

Использование различных дополнительных средств и приемов в процессе коррекционно-развивающего обучения (иллюстративной, символической наглядности; различных вариантов планов; вопросов педагога и т.д.) может оказать значительное влияние на повышение качества воспроизведения словесного материала. Вместе с тем, следует иметь в виду, что специфика мнемической деятельности во многом определяется структурой дефекта каждого ребенка с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями). В связи с этим учет особенностей обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) разных клинических групп (по классификации М. С. Певзнер) позволяет более успешно использовать потенциал развития их мнемической деятельности.

Особенности познавательной деятельности школьников с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) проявляются и в особенностях их внимания, которое отличается сужением объема, малой устойчивостью, трудностями его распределения, замедленностью переключения. В значительной степени нарушено произвольное внимание, что связано с ослаблением волевого напряжения, направленного на преодоление трудностей, что выражается в неустойчивости внимания. Также в процессе обучения обнаруживаются трудности сосредоточения на каком-либо одном объекте или виде деятельности. Однако, если задание посильно для ученика и интересно ему, то его внимание может определенное время поддерживаться на должном уровне. Под влиянием специально организованного обучения и воспитания объем внимания и его устойчивость значительно улучшаются, что позволяет говорить о наличии положительной динамики, но вместе с тем, в большинстве случаев эти показатели не достигают возрастной нормы.

Для успешного обучения необходимы достаточно развитые представления и воображение. Представлениям детей с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) свойственна недифференцированность, фрагментарность, уподобление образов, что, в свою очередь, сказывается на узнавании и понимании учебного материала. Воображение как один из наиболее сложных процессов отличается значительной несформированностью, что выражается в его примитивности, неточности и схематичности. Однако, начиная с первого года обучения, в ходе преподавания всех

учебных предметов проводится целенаправленная работа по уточнению и обогащению представлений, прежде всего — представлений об окружающей действительности.

У школьников с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) отмечаются недостатки в развитии речевой деятельности, физиологической основой которых является нарушение взаимодействия между первой и второй сигнальными системами, что, в свою очередь, проявляется в недоразвитии всех сторон речи: фонетической, лексической, грамматической и синтаксической. Таким образом, для обучающихся с умственной отсталостью характерно системное недоразвитие речи.

Недостатки речевой деятельности этой категории обучающихся напрямую связаны с нарушением абстрактно-логического мышления. Однако в повседневной практике такие дети способны поддержать беседу на темы, близкие их личному опыту, используя при этом несложные конструкции предложений. Проведение систематической коррекционно-развивающей работы, направленной на систематизацию и обогащение представлений об окружающей действительности, создает положительные условия для овладения обучающимися различными языковыми средствами. Это находит свое выражение в увеличении объема и изменении качества словарного запаса, овладении различными конструкциями предложений, составлении небольших, но завершенных по смыслу, устных высказываний. Таким образом, постепенно создается основа для овладения более сложной формой речи — письменной.

Моторная сфера детей с легкой степенью умственной отсталости (интеллектуальными нарушениями), как правило, не имеет выраженных нарушений. Наибольшие трудности обучающиеся испытывают при выполнении заданий, связанных с точной координацией мелких движений пальцев рук. В свою очередь, это негативно сказывается на овладении письмом и некоторыми трудовыми операциями. Проведение специальных упражнений, включенных как в содержание коррекционных занятий, так и используемых на отдельных уроках, способствует развитию координации и точности движений пальцев рук и кисти, а также позволяет подготовить обучающихся к овладению учебными и трудовыми действиями, требующими определенной моторной ловкости.

Психологические особенности обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) проявляются и в нарушении эмоциональной сферы. При легкой умственной отсталости эмоции в целом сохранены, однако они отличаются отсутствием оттенков переживаний, неустойчивостью и поверхностностью. Отсутствуют или очень слабо выражены переживания, определяющие интерес и побуждение к познавательной деятельности, а также с большими затруднениями осуществляется воспитание высших психических чувств: нравственных и эстетических.

Волевая сфера учащихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) характеризуется слабостью собственных намерений и побуждений, большой внушаемостью. Такие школьники предпочитают выбирать путь, не требующий волевых усилий, а вследствие непосильности предъявляемых требований, у некоторых из них развиваются такие отрицательные черты личности, как негативизм и упрямство. Своеобразие протекания психических процессов и особенности волевой сферы школьников с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) оказывают отрицательное влияние на характер их деятельности, в особенности произвольной, что выражается в недоразвитии мотивационной сферы, слабости побуждений, недостаточности инициативы. Эти недостатки особенно ярко проявляются в учебной деятельности, поскольку учащиеся приступают к ее выполнению без необходимой предшествующей ориентировки в задании и, не сопоставляя ход ее выполнения, с конечной целью. В процессе выполнения учебного задания они часто уходят от правильно начатого выполнения действия, «соскальзывают» на действия, произведенные ранее, причем осуществляют их в прежнем виде, не учитывая изменения условий. Вместе с тем, при проведении длительной, систематической и специально организованной работы, направленной на обучение этой группы школьников целеполаганию, планированию и контролю, им оказываются доступны разные виды деятельности: изобразительная и конструктивная деятельность, игра, в том числе дидактическая, ручной труд, а в старшем школьном возрасте и некоторые виды профильного труда. Следует отметить независимость и самостоятельность этой категории школьников в уходе за собой, благодаря овладению необходимыми социально-бытовыми навыками.

Нарушения высшей нервной деятельности, недоразвитие психических процессов и эмоционально-волевой сферы обуславливают формирование некоторых специфических особенностей личности, обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), проявляющиеся в примитивности интересов, потребностей и мотивов, что затрудняет формирование социально зрелых отношений со сверстниками и взрослыми. При этом специфическими особенностями межличностных отношений является: высокая конфликтность, сопровождаемая неадекватными поведенческими реакциями; слабая мотивированность на установление межличностных контактов и пр. Снижение адекватности во взаимодействии со сверстниками и взрослыми людьми обуславливается незрелостью социальных мотивов, неразвитостью навыков общения обучающихся, а это, в свою очередь, может негативно сказываться на их поведении, особенности которого могут выражаться в гиперактивности, вербальной или физической агрессии и т.п. Практика обучения таких детей показывает, что под воздействием коррекционно-воспитательной работы упомянутые недостатки существенно сглаживаются и исправляются.

Объем и сроки освоения программы: продолжительность 1 год: 72 часа (2ч в неделю – 36 недель.)

Год разработки программы – 2024 г. Программа будет корректироваться и модернизироваться.

Форма обучения: очная

Режим занятий: 2 раза в неделю по 1 часу.

При реализации программы используются следующие формы организации образовательного процесса:

уроки теории, практикумы, интерактивные обучающие уроки, , рассказ-показ, учебная и обобщающая беседа, самостоятельная работа, групповое самообучение, самоорганизующейся коллективная организация.

Форма проведения занятий: Индивидуально-групповая.

Особенности организации образовательного процесса

В организации образовательного процесса программы используются следующие методы и приёмы: словесный (устное изложение, беседа); наглядный

(показ иллюстраций, презентаций, видеоматериалов, работа по образцу); практический (тренинг, упражнения); объяснительно – иллюстративный (дети воспринимают и усваивают готовую информацию) репродуктивный (дети воспроизводят полученные знания); исследовательский (самостоятельная творческая работа учащихся); фронтальный (одновременная работа со всеми учащимися); презентация результатов выполнения заданий; индивидуальный (индивидуальное выполнение заданий)

1.2. Цель

Цель: удовлетворение индивидуальных потребностей обучающихся в занятиях настольным теннисом, выявление, развитие и поддержка талантливых обучающихся, формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья обучающихся с ОВЗ.

1.3. Задачи программы

Обучающие:

- дать необходимые дополнительные знания в области физической культуры и спорта – спортивные игры (настольный теннис);
- приобретение знаний о ценностях физической культуры и спорта, их роли в формировании здорового образа жизни;
- обучение двигательным действиям и воспитание физических качеств с учетом индивидуальных особенностей развития средствами настольного тенниса;
- научить регулировать свою физическую нагрузку;
- обучить базовым техническим элементам;
- сформировать тактические навыки ведения индивидуальной и парной игры;
- обучить вести игру на счет, на результат;
- формировать умения организации самостоятельных занятий физическими упражнениями во время игрового досуга.

Коррекционно-развивающие :

-развивать умение самостоятельно приобретать и применять знания, находить ответы на вопросы, используя свой жизненный опыт и информацию, полученную на занятиях;

- развить основные физические качества: силу, ловкость, быстроту реакции, общую выносливость;

- развивать специальные двигательные способности необходимые для игры в настольный теннис;

- способствовать развитию социальной активности обучающихся;

- способствовать развитию специфических качеств теннисиста: чувства рабочей поверхности теннисного стола, связи глаз-рука-ракетка, чувство мяча;

- способствовать самоопределению обучающихся, спортивно-ориентироваться.

Воспитательные:

- воспитывать чувство самостоятельности, ответственности;

- воспитывать коммуникабельность, коллективизм, взаимопомощь и взаимовыручку, сохраняя свою индивидуальность;

- приобщение обучающихся к здоровому образу жизни и гармонии тела;

- воспитание устойчивого интереса и положительного эмоционально-ценностного отношения к физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности в целом и к теннису в частности;

- воспитать любителей спорта - патриотов своей школы, своего города, своей страны.

1.4. Планируемые результаты

Предметные

В результате обучения дети будут знать:

- историю развития настольного тенниса в мире, в России, в регионе;

- значение занятий физической культурой и настольным теннисом, в частности, для здоровья и жизни человека;

- терминологию, организацию мест проведения занятий, правила игры;

- основы здорового образа жизни, требования и нормы гигиены спорта;

- строение организма и влияние физической нагрузки на основные физиологические системы человека;

- терминологию и правила игры в настольный теннис;

- правила безопасного поведения во время занятий и соревнований по

настольному теннису;

- правила и методы регулирования физической нагрузки;
- методику выполнения контрольно-тестовых упражнений.

Будут уметь:

- выполнять технические элементы;
- демонстрировать физические и специальные качества при выполнении контрольно-тестовых упражнений;
- выполнять специальную разминку, перед тренировкой, перед соревнованиями;
- выполнять технические и тактические упражнения;
- играть в настольный теннис в одиночном и парном разрядах;
- соблюдать правила по ОТ и ТБ во время занятий и соревнований по настольному теннису;
- участвовать в соревнованиях различного уровня в зависимости от своего уровня физической и технической подготовки;
- проявлять уважение к соперникам, к сверстникам, взрослым;
- формировать положительные черты характера и проявлять свои кондиционные качества в общении со сверстниками и взрослыми;
- проявлять социальную активность, быть патриотом своей Родины

Личностные

- обеспечить возможность учащимся вести здоровый и безопасный образ жизни средствами Настольного Тенниса,
- воспитание положительных качеств личности, коллективного взаимодействия и сотрудничества в учебной, тренировочной и спортивной деятельности;

Метапредметные

- развитие основных физических качеств, формирование жизненно важных двигательных умений и навыков;
- формирование навыков участия в различных видах соревновательной деятельности, моделирующих профессиональную подготовленность.

Коррекционные

- Проявление зрительных, слуховых, мышечно-двигательных и иных ощущений и восприятий необходимо для освоения того или иного приема или технического действия.

- Развитие различных видов памяти - зрительная, вербально-логическая, эмоциональная.

-Активный мыслительный анализ в процессе занятий, способствует достижению наибольшего результата.

1.5. Содержание программы

Раздел №1 Техническая подготовка

Теория(6ч.) Краткий обзор развития настольного тенниса в России. Способы держания ракетки.

Практика(12ч.)

Практические занятия с ракеткой.

Раздел №2 Удар и подача мяча.

Теория(6ч.)

Теоретическая часть, объяснение с элементами показа.

Практика(12ч.)

Практические занятия с педагогом, отработка техники удара и подачи.

Раздел №3 Отработка удара мяча.

Теория(2ч.)

Теоретическая часть, объяснение с элементами показа.

Практика(16ч.)

Практические занятия с педагогом, отработка техники различных видов удара

Раздел №4 Основные тактические варианты игры.

Теория(2ч.)

Знакомство с основными тактиками игры в настольный теннис.

Практика(16ч.)

Отработка тактических приёмов игры в настольный теннис, коррекция недочётов.

2.Комплекс организационно-педагогических условий

2.1.Календарный учебный график

Таблица 1

	Группа	Год обучения, номер группы	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Количество учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий	Нерабочие праздничные дни	Сроки проведения промежуточной аттестации
1.	12-17 лет	2024-2025	2 сентября	31 мая 2025 г.	36 недель	108 учебных дней	72 ч.	Понедельник 17:00-18:00 Среда 17:00-18:00	4 ноября 23 февраля 8 марта 1 мая 9 мая	20-22 ноября 22-23 января 11-13 марта 27-29 мая

2.2. Учебный план

Таблица 2

№ п/п	Название разделов, тем	Количество часов			Форма аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Раздел 1 Техническая подготовка.	18	6	12	
1.	Техника безопасности при проведении занятий по настольному теннису. Стойка игрока.	2			Объяснение, наблюдение и коррекция.
2.	Краткий обзор развития настольного тенниса в России. Способы держания ракетки.	2	2		Учебное Занятие.
3.	Оборудование и инвентарь. Способы держания ракетки.	2		2	Практическое Занятие.
4.	Гигиена и врачебный	2		2	

	контроль. Правильная хватка ракетки и способы игры.				Учебное занятие.
5.	Правила игры в настольный теннис. Перемещение игрока при сочетании ударов справа и слева.	2		2	Учебное занятие.
6, 7, 8, 9	Удары по мячу	8	2	6	Теория.Практическое занятие.
2.	Раздел 2 Удар и подача мяча.	18	6	12	
10, 11, 12, 13	Подачи мяча.	8	2	6	Теория .Практическое занятие.
14,15,16,17	Удар без вращения мяча (толчѐк) справа, слева.	6	2	6	Теория .Практическое занятие.
18	Удар без вращения мяча.	4		4	Практическое занятие.
3.	Раздел 3 Отработка удара мяча.	18	2	16	
19,20,21	Удар (накат) справа и слева на столе.	8	2	6	Теория .Практическое занятие.
22, 23	Выбор позиции.	4		4	Практическое занятие.
24,25,26	Игра в «крутиловку» справа и слева.	6		6	Практическое занятие.
27	Свободная игра на столе.	4		4	Практическое занятие.
4.	Раздел 4 Основные тактические варианты игры.	18	2	16	
28,29	Игра на счёт из одной, трёх партий.	4		4	Практическое занятие.
30,31	Тактика игры с разными противниками.	44		44	Практическое занятие.
32,33,34	Основные тактические варианты игры.	6	2	4	Практическое занятие.
35	Свободная игра на столе.	2		2	Зачѐт.
36	Соревнования по настольному теннису.	2		2	Соревнование.
	Итого часов	72	18	54	

2.3. Оценочные материалы

Оценочный лист заполняется педагогом в конце учебного года по результатам наблюдений, тестирования и выполнения практических заданий.

Оценочный лист по итогам обучения адаптированной дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Компьютерные технологии» (Приложение 1)

2.4. Формы аттестации

1. Входная аттестация.
2. Наблюдение.
3. Практические задания.
4. Текущий контроль: устный опрос, проверка знания и понимания новых понятий и терминов.
5. Соревнования по настольному теннису по итогам года.

2.5. Методический материал

Таблица 3.

№ п/п	Название разделы, темы	Дидактические и методические материалы
1.	Раздел №1. Техническая подготовка.	Техника безопасности, правила безопасности при занятиях настольным теннисом. История развития настольного тенниса в России. Вводный инструктаж по ТБ..
2.	Раздел №2. Удар и подача мяча	Теоретическая часть, объяснение с элементами показа. Игра в парах.
3.	Раздел №3. Отработка удара мяча	Теоретическая часть, объяснение с элементами показа.
4.	Раздел №4 Основные тактические варианты игры.	Теоретическая часть, объяснение с элементами показа.

2.6. Условия реализации программы

Для успешной реализации образовательной программы «Настольный теннис» необходимо: наличие учебной аудитории, соответствующий санитарным нормам (СанПиН 2.4.4.3172-14), в котором необходимо обеспечить хорошее освещение (как

естественное, так и искусственное). Учебное помещение обязательно должно быть с возможностью проветривания. Для обучающегося должно быть рабочее место, оснащенное теннисным столом, ракетками, сеткой, теннисными мячами, схемы и плакаты освоения технических приёмов в настольном теннисе, учебно-методическая литература по настольному теннису.

2.7. Рабочая программа воспитания

Цель воспитания – создание условий для массового привлечения детей и подростков к занятиям настольным теннисом .

Задачи воспитания

- формирование стойкого интереса к занятиям.
- всестороннее гармоническое развитие физических способностей, укрепление здоровья, закаливание организма.
- воспитание специальных способностей (гибкости, быстроты, выносливости, равновесия, анаэробных возможностей, координационных способностей) для успешного овладения навыками игры.
- обучение основным приемам техники игры и тактическим действиям.
- привитие навыков соревновательной деятельности.

Результат воспитания– в процессе воспитания происходят изменения в личностном развитии обучающихся, в процессе общения со своими сверстниками по достижению общих целей, у ребят формируются такие качества как взаимопомощь, самостоятельность, ответственность за порученное дело. Несомненно, большую роль в воспитании моральных качеств, обучающихся играет личный пример педагога. Воспитательная работа ведётся на протяжении всего учебного процесса.

2.8. Календарный план воспитательной работы

Таблица 4

№ п/п	Название мероприятия, события	Форма проведения	Срок и место проведения	Ответственный
1.	Т Б при занятиях настольным теннисом	Учебное занятие	Сентябрь 2024 г.	Прозорова Т.А.
2.	Торжественный прием вновь поступивших в группу.	Линейка	Октябрь 2024 г.	Прозорова Т.А.

3.	Просмотр соревнований (видео и телевидение) и их обсуждение;	Видеоролик	Ноябрь 2024 г.	Прозорова Т.А.
4.	«Польза тенниса для здоровья»	Диспут	Декабрь 2024 г.	Прозорова Т.А.
5.	Экскурсия в музей спорта.	Экскурсия	Январь 2025 г	Прозорова Т.А.
6.	Оформление стенгазеты к 23 февраля «Мы мужчины –защитники Родины»	Кружковая работа	Февраль 2025 г..	Прозорова Т.А.
7.	Изготовление памяток для младших школьников «Зачем заниматься спортом»	Кружковая работа	Март 2025 г.	Прозорова Т.А.
8.	«Поможем природе»	Субботник	Апрель 2025 г.	Прозорова Т.А.
9.	«Настольный теннис- это здорово»	Соревнования	Май 2025 г.	Прозорова Т.А.

3. Список литературы

Для педагогов

1. Амелин А.Н., Современный настольный теннис. М.: ФиС, 2012 г.
2. Барчукова Г., Настольный теннис. М, 2014 г.
3. Байгулов Ю.П., Романин А.Н. Основы настольного тенниса. М.: ФиС, 2011.
4. В.Д. Ковалёв, «Спортивные игры». Москва 2014 г.
5. Иванов В.С., Теннис на столе. М, 2015 г.

Для обучающихся

1. Шаповалова О. Теннис для начинающих – М.: Вече, 2002.
2. Машка Олдржих, Шафаржик В. Начальная школа тенниса. – М.: ВИСПО, 1998.
3. Машка Олдржих, Шафаржик В. Начальная школа тенниса. – М.: ВИСПО, 2002.
4. Ю.П. Байгулов "Настольный теннис вчера, сегодня, завтра". Москва. "Физкультура и спорт" 2000г.
5. Программа для специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждений VIII вида по физическому воспитанию под редакцией Мозгового В.М. «Дрофа», 2009г.

Для родителей

1. Вайнбаум Я.С. Дозирование физических нагрузок школьников. – М.: Просвещение, 1991. – 64 с.
2. Гритченко Н.В. Основы физического воспитания, врачебного контроля и лечебной физической культуры. - М.: Медицина, 1972. - 272 с.
3. Громбах С. М. Роль школы в формировании психического здоровья учащихся. Школа и психическое здоровье учащихся. М.: Медицина, 1988, с. 9-32.

Электронные ресурсы

4. Научный портал - <http://www.teoriya.ru>
5. Российский портал о настольном теннисе - <http://rustt.ru/>
6. Сайт Международной федерации настольного тенниса - <http://www.ittf.com/>
7. Сайт научно - методического журнала Физическая культура : воспитание , образо - вание ,
тренировка - <http://lib.sportedu.ru/Press/FKVOT/>
9. Сайт федерации настольного тенниса России - <http://ttfr.ru/>

**Оценочный лист по итогам обучения адаптированной дополнительной
общеобразовательной общеразвивающей программе «Компьютерные
технологии»**

Таблица 5

Критерии оценки	Низкий уровень	Средний уровень	Высокий уровень
Знают			
что систематические занятия физическими упражнениями укрепляют здоровье;			
как правильно распределять свою физическую нагрузку;			
правила игры в настольный теннис;			
правила охраны труда и поведения на занятиях и в повседневной жизни;			
Умеют			
проводить специальную разминку для теннисиста			
играть различными приемами техники настольного тенниса			
приемы тактики игры в настольный теннис			
обладают основами судейства в теннисе			

Критерии оценивания знаний, умений и навыков обучающихся

Таблица 6

Показатель	Отлично	Мы довольны	Можем лучше	Комментари й учителя
Тема и цель занятия четко сформулированы				
Описан план занятия				
Описаны методы занятия				
Выполняет поставленные на занятии цели.				

Критерии оценки занятия.

Таблица 7

Название	Критерии оценки	Количество баллов	
		Оценка группы	Оценка ученика
1. Структура занятия. (40 баллов)	Формулирует тему занятия, чем будет заниматься.		
2. Основы тренировки теннисиста. (50 баллов)	Имеет понятие о специальной физической подготовке, упражнениях с мячом и ракеткой, атакующих ударах, передвижениях у стола.		
3. Содержание занятия. (60 баллов)	Имеет представление о игре в ближней и дальней зонах, основных положениях теннисиста.		
4. Оценка занятия. (10 баллов)	Может дать объективную оценку своей работы на занятии и работе товарищей.		

Отличная работа 160 – 140 баллов

Хорошая работа 139 – 130 баллов

Удовлетворительная работа 129 – 100

Слабая работа 79 –

Критерии оценки уровня физической подготовки по курсу

«Настольный теннис»

Таблица 8

Создание слайдов	Макс. кол. баллов	Оценка группы							
Скоростные способности	5								
Сила удара	5								

Выносливость	5									
Гибкость	5									