

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение  
школа № 565 Кировского района Санкт-Петербурга

ПРИНЯТА

СОГЛАСОВАНА

УТВЕРЖДЕНА

Педагогическим советом

Советом родителей школы

Директор \_\_\_\_\_

Протокол № 25 от 30.08.2023

Председатель Молод Н.В. \_\_\_\_\_

Е.В. Чалапко  
Приказ № 653 от 30.08.2023

**Дополнительная общеобразовательная программа**

**«Веселые старты»**

**Возраст: от 15 лет**

**Срок реализации: 1 год**

Разработчик –педагог:  
Прудникова Полина Александровна

2023-2024 учебный год

Оператор ЭДО ООО "Компания "Тензор"

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ШКОЛА № 565 КИРОВСКОГО РАЙОНА  
САНКТ-ПЕТЕРБУРГА**, Чалапко Евгения Валерьевна, директор

**14.02.24** 19:47 (MSK)

Сертификат 00B04E85C721C5E760B9D3887FF2816AA7

## Структура программы

1. Пояснительная записка
  - а) направленность
  - б) актуальность
  - в) объем и сроки реализации программы
  - г) отличительные особенности
  - д) адресат программы
  - е) цели и задачи программы
  - ж) условия реализации программы
  - з) планируемые результаты
2. Материально-техническое обеспечение
3. Учебный план программы отделения дополнительного образования детей
4. Сводный учебный план
5. Календарный учебный график
6. Оценочные и методические материалы
7. Информационные источники

## Пояснительная записка

В последние десятилетия значение физкультуры особенно возросло. Известно, что движение является основным стимулятором жизнедеятельности организма человека. Физические упражнения повышают общий тонус, активизируют защитные силы организма.

Если для здорового человека физические упражнения – средство активного развития и телесного самосовершенствования, то для учащихся с ограниченными возможностями здоровья это одно из основных средств устранения нарушений в их двигательной сфере, полноценного физического развития, укрепления здоровья, адаптации в социуме.

Дополнительная общеобразовательная программа «Подвижные игры» разработана в соответствии с Федеральным законом Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. N 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации" и приказом Минобрнауки России от 29.08.2013 № 1008 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

### **Перечень нормативных документов**

#### **Основные характеристики программы:**

Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (ст.2, ст.12, ст.75);

#### **Порядок проектирования:**

Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (ст.12, ст.47, ст.75);

#### **Условия реализации программы:**

Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (п.1,2,3,9 ст.13, п. 1,5,6 ст.14, ст.15, ст.16, ст.33, ст.34,ст.75);

СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей» (Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 04.07.2014 № 41)

#### **Содержание программ:**

Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (п.9, 22, 25 ст.2, п.5 ст.12, п.1,4 ст.75);

Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) от 29.08.2013 № 1008 (Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам);

Концепция развития дополнительного образования детей (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 04.09.2014 № 1726-р)

#### **Организация образовательного процесса:**

Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (ст.15, ст.16, ст.17, ст.75);

Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) от 29.08.2013 № 1008 (Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам);

СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей» (Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 04.07.2014 № 41)

**Программа имеет физкультурно-спортивную направленность.** В программу входит изучение спортивных игр (основные понятия, правила, техника игры, тактика игры, основные правила судейства). А также овладение специальными умениями, навыками при выполнении различных упражнений.

Программа создана для укрепления и оздоровления организма учащихся, а также направлена на формирование устойчивого интереса к здоровому образу жизни.

**Актуальность.** Актуальностью данной программы является необходимость движения для нормального физического развития, для укрепления здоровья, приобретения жизненно важных знаний, умений, навыков и физических качеств. Необходимость движений для нормального физического развития, для укрепления здоровья, приобретения жизненно важных знаний, умений, физических качеств. Необходимость адаптации к предстоящей самостоятельной жизни, к социальным нормам, к физическому труду и здоровому образу жизни.

**Педагогическая целесообразность.** Обучаясь по дополнительной общеобразовательной программе «Веселые старты», для учащихся с ограниченными возможностями здоровья появляется возможность динамики физического роста, совершенствования физических возможностей и способностей.

#### **Адресат программы**

Программа предназначена для учащихся от 15 лет, как для мальчиков, так и для девочек.

**Целью программы** ГБОУ школы №565 Кировского района Санкт-Петербурга является создание условий для физического развития и совершенствования двигательных качеств у учащихся с ограниченными возможностями здоровья, посредством спортивной игры настольный теннис.

**Срок реализации программы** 1 год. Начало занятий 01.09.2023, окончание занятий 25.05.2024.

#### **Задачи:**

##### **Образовательные:**

- Обучить технике основных движений;
- Обучить основам эстафет и соревнований.

##### **Развивающие:**

- Развивать координационные способности, функции опорно-двигательного аппарата;
- Развивать физические качества.

##### **Воспитательные:**

- Воспитывать потребность в регулярных занятиях физическими упражнениями;
- Приобщать к доступной спортивной деятельности.

#### **Условия реализации программы**

**Условия набора в коллектив** – в объединение дополнительного образования детей «Веселые старты» принимаются дети и подростки с интеллектуальными нарушениями от 15 лет. Программа ориентирована на учащихся без специальной подготовки. В объединение принимаются все желающие без предварительного отбора, если нет медицинских противопоказаний. Необходимым качеством является желание участвовать в деятельности ОДОД.

**Условия формирования групп** – группы разновозрастные, допускается дополнительный набор учащихся в течение всего срока реализации программы, то есть весь год, без специальной подготовки.

**Кадры** – лаборант и другие дополнительные кадры для работы ОДОД не требуются.

Оператор ЭДО ООО "Компания "Тензор"

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ШКОЛА № 565 КИРОВСКОГО РАЙОНА  
САНКТ-ПЕТЕРБУРГА, Чалапко Евгения Валерьевна, директор

14.02.24 19:47 (MSK)

Сертификат 00B04E85C721C5E760B9D3887FF2816AA7

Количество детей в группах может варьироваться в зависимости от желания учащихся.

### **Особенности программы**

Дополнительная общеобразовательная программа «Подвижные игры» реализуется в школе, где обучаются дети с ограниченными возможностями (умственная отсталость). Дополнительная общеобразовательная программа составляется с учётом особенностей контингента учащихся школы. Количество учащихся в группе должно быть с учетом их психофизических особенностей. В состав группы могут включаться учащиеся разного возраста в соответствии с их интересами, выпускники школы, учащиеся других образовательных учреждений.

### **Организация процесса**

**Формы занятий.** Используются традиционные и нетрадиционные формы занятий: учебно-тренировочное занятие, соревнования, посещение соревнований разного уровня в качестве зрителя. В рамках одного занятия, педагогом используется столько форм занятий и методов обучения, сколько необходимо для реализации поставленных целей и задач.

**Формы организации деятельности учащихся на занятии:** Групповая форма - тренер проводит занятие со всей группой одновременно, задания для всех занимающихся одинаковые.

Командная форма (парная игра) также применяется на занятиях. Упражнения выполняют в парах, что позволяет изучать и совершенствовать тактическое взаимодействие игроков в зависимости от их функций в команде (паре).

Индивидуальная форма применяется, когда отдельные занимающиеся отстают в технической или тактической подготовке. Определив слабые места, тренер дает отстающим ученикам индивидуальное задание.

При выборе той или иной формы организации воспитанников на занятии обязательно учитываются и задачи, поставленные на данное занятие, и индивидуальные особенности каждого обучающегося.

**Приёмы и методы:** наглядные (показ, демонстрация, звуковая сигнализация); словесные (рассказ, описание, объяснение, беседа, разбор, задание, подсчёт, команда); практические: методы строго регламентированного упражнения (разучивание по частям, разучивание в целом, подводящие упражнения), методы частично регламентированного упражнения (игровой, соревновательный).

### **Особенности организации образовательного процесса**

Программа объединения дополнительного образования детей «Веселые старты» рассчитана на детей и подростков с интеллектуальной недостаточностью в легкой форме.

Общим признаком у всех детей с интеллектуальной недостаточностью выступает недоразвитие психики с явным преобладанием интеллектуальной недостаточности, которое приводит к сильному затруднению или невозможности усвоения содержания образования и социальной адаптации. В структуре психики таких детей в первую очередь отмечается недоразвитие познавательных интересов и снижение познавательной активности. Вследствие чего знания детей с интеллектуальной недостаточностью об окружающем мире являются неполными, искаженными, а их жизненный опыт крайне беден. Таким детям свойственна неточность и слабость дифференцировки зрительных, слуховых кинестетических, тактильных и других ощущений, которые приводят к затруднению адекватности ориентировки детей с интеллектуальной недостаточностью в окружающей среде. Данному контингенту детей присуще конкретное негибкое мышление, значительная затрудненность или невозможность образования отвлеченных понятий, слабая активность мыслительных процессов и слабая регулирующая роль мышления: как правило, они начинают выполнять работу, не дослушав инструкции, не поняв цели задания, не имея внутреннего плана действий. Также у них ограничено формируется понимание и использование речи. Однако в повседневной практике такие дети способны поддержать беседу на темы, близкие их личному опыту, используя при

Оператор ЭДО ООО "Компания "Тензор"

этом несложные конструкции предложений, жесты, мимику. Особенности нервной системы детей с интеллектуальной недостаточностью проявляются и в особенностях их внимания, которое отличается сужением объема, малой устойчивостью. Внимание с трудом привлекается, отмечается неустойчивостью и отвлекаемостью. Интерес к какой-либо деятельности если возникает, то, как правило, носит кратковременный, неустойчивый характер. Слабость активного внимания препятствует решению задач познавательного развития, однако, при высокой мотивации его продолжительность может быть увеличена. Отмечается значительное недоразвитие восприятия и памяти.

Все эти проявления совокупно препятствуют развитию самостоятельной жизнедеятельности ребенка, в том числе и на занятии, поэтому организация образовательного процесса объединения дополнительного образования детей «Подвижные игры» связана с самочувствием ребенка на момент занятия и может варьироваться в связи с данными обстоятельствами.

В программе не предусмотрены определенные этапы и ступени прохождения в связи с контингентом.

### **Планируемые результаты**

#### ***Предметные***

К концу обучения по программе учащиеся, по возможности будут знать:

- технику правильного выполнения упражнений;
- правила эстафет и соревнований;
- правила развивающих и подвижных игр.

Овладеют:

- техникой основных движений, используемых в спортивных играх «Веселые старты»,
- навыками тактики,
- командному духу,
- физическими качествами.

Выработают

- координационные способности.

#### ***Личностные:***

##### ***Учащиеся, по возможности***

- Будут стремиться к регулярным занятиям физическими упражнениями.
- Приобщатся к доступной спортивной деятельности.

#### **Формы подведения итогов реализации программы**

Отслеживание результатов освоения программы осуществляется:

- Теоретическим опросом;
- разбором игровых ситуаций;
- посещением спортивных соревнований;
- участием в спортивных соревнованиях разного уровня.

#### **Материально-техническое обеспечение**

Для реализации программы и решения поставленных целей и задач необходим следующий спортивный инвентарь и оборудование:

1. Кабинет лечебной физической культуры (2.5).
2. Спортивный инвентарь: свисток, ориентиры, мячи, коврики, фишки.

**Учебный план программы отделения дополнительного образования детей  
«Веселые старты» 1 года обучения.**

№ п/п	Тема	Количество часов		
		Всего	Практика	Теория
1.	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.	4	-	4
2.	Общеразвивающие игры.	6	5	1
3.	Комплекс ОРУ.	9	9	-
4.	Способы развития внимания.	8	8	-
5.	Способы развития скоростных качеств.	8	8	-
6.	Способы развития ловкости.	3	3	-
7.	Развитие командного духа.	6	6	-
8.	Подвижные игры.	11	10	1
9.	Развитие силовых качеств.	6	6	-
10.	Развитие быстроты.	4	4	-
11.	Контрольные испытания. Соревнования.	2	2	-
12.	Итоговое занятие	4	2	2
<b>Итого:</b>		<b>72</b>	<b>63</b>	<b>8</b>

**Сводный учебный план**

№	Название программ	Года обучения	Всего часов
		1-й	
1	«Веселые старты»	72	72
	Итого	72	72

**Календарный учебный график**

Год обучения	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Всего учебных недель	Кол-во учебных дней	Кол-во учебных часов	Режим занятий
1 год	01.09	25.05	36	36	72	2 раза в неделю по 1 часу

## Оценочные и методические материалы

№	Раздел	Формы занятий	Приемы и методы обеспечения учебно-воспитательного процесса	Дидактический материал	Формы подведения итогов по разделам
1	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.	Групповая	Формирование знаний, обучение двигательным действиям, развитие физических качеств и способностей воспитание личности, словесные, наглядные.	Инструкции	Опрос
2	Общеразвивающие игры	Групповая, индивидуальная.	Формирование знаний, обучение двигательным действиям, развитие физических качеств и способностей воспитание личности, словесные, наглядные.	Фотоматериалы, инструкции.	Опрос
3	Комплекс ОРУ	Групповая, индивидуальная.	Формирование знаний, обучение двигательным действиям, развитие физических качеств и способностей воспитание личности, словесные, наглядные.	Фотоматериалы, инструкции.	Опрос

Оператор ЭДО ООО "Компания "Тензор"

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ШКОЛА № 565 КИРОВСКОГО РАЙОНА  
САНКТ-ПЕТЕРБУРГА**, Чалапко Евгения Валерьевна, директор

14.02.24 19:47 (MSK)

Сертификат 00B04E85C721C5E760B9D3887FF2816AA7



№	Раздел	Формы занятий	Приемы и методы обеспечения учебно-воспитательного процесса	Дидактический материал	Формы подведения итогов по разделам
4	Способы развития внимания.	Групповая, индивидуальная.	Формирование знаний, обучение двигательным действиям, развитие физических качеств и способностей воспитание личности, словесные, наглядные, практические, игровые.	Фотоматериалы, инструкции.	Практическое выполнение заданий, игровая практика
5	Способы развития скоростных качеств.	Групповая, индивидуальная.	Формирование знаний, обучение двигательным действиям, развитие физических качеств и способностей воспитание личности, словесные, наглядные, практические, игровые.	Фотоматериалы, инструкции.	Практическое выполнение заданий, игровая практика
6	Способы развития ловкости.	Групповая, индивидуальная.	Формирование знаний, обучение двигательным действиям, развитие физических качеств и способностей воспитание личности, словесные, наглядные, практические,	Фотоматериалы, инструкции.	Практическое выполнение заданий, игровая практика

Оператор ЭДО ООО "Компания "Тензор"

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ШКОЛА № 565 КИРОВСКОГО РАЙОНА  
САНКТ-ПЕТЕРБУРГА, Чалапко Евгения Валерьевна, директор

14.02.24 19:47 (MSK)

Сертификат 00B04E85C721C5E760B9D3887FF2816AA7

№	Раздел	Формы занятий	Приемы и методы обеспечения учебно-воспитательного процесса	Дидактический материал	Формы подведения итогов по разделам
			игровые.		
7	Развитие командного духа.	Групповая.	Развитие физических качеств и способностей воспитание личности, словесные, наглядные, практические, игровые.	Фотоматериалы, инструкции.	Практическое выполнение заданий, игровая практика
8	Подвижные игры.	Групповая, индивидуальная, участие в спортивных соревнованиях и матчевых встречах.	Развитие физических качеств и способностей	Фотоматериалы, инструкции.	Практическое выполнение заданий, игровая практика
9	Развитие силовых качеств.	Групповая, индивидуальная, участие в спортивных соревнованиях и матчевых встречах.	Развитие физических качеств и способностей	Фотоматериалы, инструкции.	Практическое выполнение заданий, игровая практика
10	Развитие быстроты.	Групповая, индивидуальная, участие в спортивных соревнованиях и матчевых встречах.	Развитие физических качеств и способностей	Фотоматериалы, инструкции.	Практическое выполнение заданий, игровая практика
11	Контрольные испытания.	Групповая, индивидуальная, участие в	Развитие физических качеств и способностей	Фотоматериалы, инструкции.	Практическое выполнение заданий,

Оператор ЭДО ООО "Компания "Тензор"

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ШКОЛА № 565 КИРОВСКОГО РАЙОНА  
САНКТ-ПЕТЕРБУРГА, Чалапко Евгения Валерьевна, директор

14.02.24 19:47 (MSK)

Сертификат 00B04E85C721C5E760B9D3887FF2816AA7

<b>№</b>	<b>Раздел</b>	<b>Формы занятий</b>	<b>Приемы и методы обеспечения учебно-воспитательного процесса</b>	<b>Дидактический материал</b>	<b>Формы подведения итогов по разделам</b>
	Соревнования.	спортивных соревнований и матчевых встречах.			игровая практика
12	Итоговое занятие	Групповая	Формирование знаний, обучение двигательным действиям, развитие физических качеств и способностей воспитание личности, словесные, наглядные.	Фотоматериалы, инструкции.	Практическое выполнение заданий, игровая практика

## Информационные источники

1. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации». от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ
2. Краснощекова, Н.В. Сюжетно-ролевые игры для детей дошкольного возраста / Н.В.Краснощекова. - Изд. 2-е. - Ростов н/Д.: Феникс, 2014. - 251с.
3. Образцова Т.Н. Ролевые игры для детей [Текст] / Т.Н. Образцова. - М.: ЭТРОЛ, 2015. - 192с.
4. Эльконин Д.Б. Психология игры [Текст] / Д.Б. Эльконин. - М.: Владос, 2013. - 368с.

## Контроль результативности обучения

### Входной контроль

Проводится в сентябре с целью выявления первоначального уровня знаний и умений, возможностей детей и определения природных физических качеств.

#### Формы:

- педагогическое наблюдение;
- выполнение практических заданий педагога.

**Текущий контроль** осуществляется на занятиях в течение всего учебного года для отслеживания уровня освоения учебного материала программы и развития личностных качеств учащихся.

#### Формы:

- педагогическое наблюдение,
- беседа,
- опрос на выявление умения рассказать правила техники безопасности и показать основные знания по элементам выполнения изделий по программе обучения,
- выполнение тестовых заданий на знание терминологии или последовательности выполнения изделий,
- анализ на каждом занятии педагогом и учащимися качества выполнения творческих работ, приобретенных навыков общения.

**Промежуточный контроль** не предусмотрен, так как программа рассчитана на 1 год обучения.

### Итоговый контроль

Проводится в конце обучения по программе в форме опроса и зачетной игры.

#### Формы:

*Зачетная игра*

#### Формы выявления

На занятиях в объединении дополнительного образования детей «Подвижные игры» проводится *анализ* педагогом работы детей для дальнейшей корректировки этапов занятия с целью улучшения эффективности работы с детьми с интеллектуальными нарушениями.

Еще одной формой выявления является устное *тестирование по разделам*.

#### Формы предъявления

*Альбом с фотографиями* ребят на занятии «Подвижные игры»

#### Формы фиксации

*Анкета* для родителей «Изучение интереса к занятиям у учащихся объединения».

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ШКОЛА № 565 КИРОВСКОГО РАЙОНА  
САНКТ-ПЕТЕРБУРГА**, Чалапко Евгения Валерьевна, директор

**14.02.24** 19:47 (MSK)

Сертификат 00B04E85C721C5E760B9D3887FF2816AA7