

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа № 5
Василеостровского района Санкт-Петербурга имени Карла Мая

Принято

Педагогическим советом
Протокол от «25» августа 2023 г.
№ 1

Утверждаю

Директор ГБОУ СОШ № 5
имени Карла Мая
_____ Т.А. Кожевникова
Приказ от «25» августа 2023 г.
№ 138

Адаптированная дополнительная общеразвивающая программа

«Общая физическая подготовка»

Срок освоения: 1 год
Возраст обучающихся: 11-15 лет

Разработчик:
Кнороз Анна Михайловна
педагог дополнительного образования

Пояснительная записка

Программа разработана на основе следующих нормативных документов:

1. Конвенция ООН о правах ребенка
2. Федеральный закон Российской Федерации от 29.12.2012 г. № 273 «Об образовании в Российской Федерации» (далее - ФЗ № 273);
3. Федеральный Закон от 31.07.2020 № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон Российской Федерации «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания»;
4. Приказ Минобрнауки России от 09.11.2018 № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
5. Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года, утвержденная распоряжением Правительства Санкт-Петербурга от 29.05.2015 №996-р;
6. Федеральный проект «Успех каждого ребенка» (утвержден на заседании проектного комитета по национальному проекту "Образование" 07.12.2018, протокол № 3);
7. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года (утв. Распоряжением Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 № 678-р);
8. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017 № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;
9. Инструктивно-методическое письмо "О реализации организациями, осуществляющими образовательную деятельность, образовательных программ с применением электронного обучения, дистанционных образовательных технологий" // Письмо Комитета по образованию от 16.03.2020 № 03-28-2516/20-0-0
10. Распоряжение Комитета по образованию Санкт-Петербурга от 25 августа 2022 г. №1676-р «Об утверждении критериев оценки качества дополнительных общеразвивающих программ, реализуемых организациями, осуществляющими образовательную деятельность, и индивидуальными предпринимателями Санкт-Петербурга»;
11. 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».
12. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685- 21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» (рзд.VI. Гигиенические нормативы по устройству, содержанию и режиму работы организаций воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»).

Обеспечение реализации прав детей с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) и детей-инвалидов на участие в программах дополнительного образования является одной из важнейших задач государственной образовательной политики. Расширение образовательных возможностей этой категории детей является наиболее продуктивным фактором их социализации в обществе.

Программа решает задачи реализации образовательных потребностей детей, защиты прав, адаптации к условиям организованной общественной поддержки их творческих способностей, развития их жизненных и социальных компетенций, способствует социальной защищенности на всех этапах социализации, повышению социального статуса, становлению гражданственности и способности активного участия в общественной жизни и в разрешении проблем, затрагивающих их интересы.

Адаптированная дополнительная общеобразовательная программа «Общая физическая подготовка» имеет спортивно-оздоровительное (направленность).

Рассчитана на детей с ОВЗ (с расстройствами аутистического спектра (РАС) и интеллектуальными нарушениями различной степени выраженности.) Специфика работы по программе заключается в том, что контингент — обучающихся- это дети с различными синдромами аутизма и интеллектуальной недостаточностью различной степени выраженности, имеющие речевую патологию, неврологическую симптоматику:

- несформированность мотивации к учебной деятельности, учебных навыков;
- несформированность произвольной регуляции деятельности;
- нарушения внимания, выраженные колебания работоспособности;
- несформированность пространственных представлений;

Специфические особенности нарушения психического развития детей не позволяют им включиться в освоение пласта социальных и культурных достижений общечеловеческого развития. Таким детям требуется специально организованное обучение, способствующее их социальной адаптации.

В соответствии с п. 28 ст. 2 Федерального закона РФ от 29.12.2012 г. № 273 «Об образовании в Российской Федерации» адаптированная образовательная программа- это образовательная программа, адаптированная для обучения лиц с ограниченными возможностями здоровья с учетом особенностей их психофизического развития, индивидуальных возможностей и при необходимости обеспечивающая коррекцию нарушений развития и социальную адаптацию указанных лиц. Дополнительная адаптированная общеразвивающая программа (Общая физическая подготовка) разработана в соответствии с Методическими рекомендациями по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ, способствующих социально-психической реабилитации, профессиональному самоопределению детей с ограниченными возможностями здоровья, включая детей-инвалидов, с учётом их особых образовательных потребностей - Минобрнауки России 29 марта 2016, ВК-641/09.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Настольный теннис» (далее – программа) реализуется по выбору учащихся.

Направленность программы: Физкультурно-спортивная

Актуальность программы определена важностью проблемы обучения и социализации детей с ОВЗ с раннего возраста, что позволяет целенаправленно развивать их профессиональные и личностные качества. Программа рассчитана на выработку у учащихся навыков творческой деятельности, формирование навыков взаимодействия с преподавателем и другими участниками образовательного процесса. В связи со спецификой учреждения количество детей, принимающих участие в занятиях значительно ниже обычной нормы. В возможных концертных выступлениях (хор, танцы, открытые занятия) принимает участие не более 15 человек. Таким образом, актуальность программы заключается в ее современности и значимости. Данные навыки отрабатываются на занятиях, а результатом обучения становится участие в региональном чемпионате «WorldSkills Russia Junior».

Отличительные особенности программы - в основной идее программы - реализации модели работы с детьми с ОВЗ в сообществе сверстников. Непосредственно в рамках образовательной деятельности создается атмосфера эмоционального комфорта, осуществляется формирование взаимоотношений в духе сотрудничества и принятия особенностей каждого, формирование у детей позитивной, социально направленной учебной мотивации. Для воспитания и развития ребенка с ОВЗ важна детско - взрослая общность, в которой существует равновесное соотношение связей и отношений, что способствует проявлению в общности индивидуальных интересов, ценностей и смыслов участников, а также формированию единого ценностно - смыслового пространства (педагоги, семья, сверстники).

Предлагаемая программа рассчитана на 1 год обучения.

Цель - формирование интереса и потребности школьников к занятиям физической культурой и спортом, популяризация спортивных игр среди учащихся, пропаганда здорового образа для участия в региональном чемпионате «Абилимпикс».

Цель реализации:

- Целенаправленное формирование эмоционально-волевой, личностной, социально-коммуникативной, познавательной и двигательной сфер и коррекция недостатков их развития.
- Максимально возможная минимизация дефицитов в овладении содержанием АДОП, применении специального подхода к вариативности оценки итоговых достижений, внимания к эмоциональному благополучию ребенка.

Задачи:

Обучающие

1. Теоретическое и практическое обучение игре в волейбол, футбол и баскетбол.
2. Обучение учащихся жизненно - важным двигательным навыкам и умениям.
3. Формирование умения решать поставленные задачи.
4. Формирование у учащихся первоначальных представлений о физической культуре и здоровьесбережении путем физического саморазвития и наблюдения за окружающими.
5. Формирование знаний основ техники безопасности при занятиях спортом.

Развивающие

1. Совершенствование умения сравнивать, устанавливать закономерности, анализировать связи между предметами, обобщать данные при решении учебных заданий.
2. Развитие основных двигательных качеств: силы, ловкости, быстроты движений, скоростно-силовых качеств, выносливости.
3. Выявление природных данных учащихся, для быстрого роста мастерства, содействие гармоничному физическому развитию

Воспитательные

1. Воспитание нравственных качеств: целеустремленности и воли, дисциплинированности и умение мобилизовать в нужный момент свои физические и духовные силы.
2. Воспитание волевых качеств: смелости, решительности, настойчивости.
3. Способствование выработке активной позиции в собственной познавательной деятельности.
4. Формирование навыков самоконтроля и регуляции собственной деятельности.
5. Формирование коммуникативных навыков.

Коррекционно-развивающие

- Обеспечение специализированной помощи в освоении содержания программы и коррекция недостатков в психическом развитии детей с задержкой психического развития.

- Обучение детей способам усвоения общественного опыта, развитие познавательной активности, формирование всех видов деятельности, характерных для каждого возрастного периода.
- Обеспечение специализированной помощи в освоении программы и коррекция недостатков в развитии детей с ЗПР.
- оказание помощи родителям в решении проблем, связанных с физическим и психическим здоровьем, социальным и экономическим положением, успешным продвижением в обществе, расширением возможности достичь устойчивой социальной интеграции в среде здоровых сверстников;
- расширение сферы самостоятельности детей с ОВЗ, под которой понимается преодоление ими обособленности за счёт снятия комплекса неполноценности;
- приобретение в детско-взрослом сообществе навыков коммуникации и умений осваивать и применять без непосредственной посторонней помощи знания и навыки для решения повседневных задач;
- выход из статичного состояния, преодоление стереотипа ограниченности, ущербности, изолированности.
- организация естественных и разнообразных для соответствующего возраста форм детской активности (познание, труд, игра, общение, самодеятельность, самоуправление);
- использование интерактивных, дистанционных способов усвоения программного материала;
- разработка модели ожидаемого результата участника программы (количественно-качественные показатели).

Условия реализации программы:

- В группу принимаются все желающие. Возможен дополнительный набор в течение учебного года при наличии свободных мест. Программа может осваиваться учащимися с любого уровня.
- количество учащихся в группе 15 человек
- особенности организации образовательного процесса (Раскрывает, как происходит обеспечение специальных условий в соответствии с ч.3 ст. 79 ФЗ 273:
- Под специальными условиями для получения образования обучающимися с ограниченными возможностями здоровья понимаются условия обучения, воспитания и развития таких обучающихся, включающие в себя: использование специальных образовательных программ и методов обучения и воспитания; специальных учебников, учебных пособий и дидактических материалов; специальных технических средств обучения коллективного и индивидуального пользования; предоставление услуг ассистента (помощника), оказывающего обучающимся необходимую техническую помощь; проведение групповых и индивидуальных коррекционных занятий; обеспечение доступа в здания организаций, осуществляющих образовательную деятельность; и другие условия, без которых невозможно или затруднено освоение образовательных программ обучающимися с ограниченными возможностями здоровья)

Продолжительность образовательного процесса: 1 год

Формы организации деятельности учащихся: фронтальная, коллективная, групповая, индивидуальная. Состав группы 15 человек

Материально-техническое обеспечение:

- спортивный зал
- сетка
- волейбольные, баскетбольные и футбольные мячи
- стойка волейбольная
- кольца баскетбольные
- скакалки
- гантели

- секундомер
- гимнастические скамейки
- гимнастические маты
- кадровое обеспечение

Кадровое обеспечение:

Квалификация педагогических кадров, обеспечивающих обучение по данной программе соответствует требованиям единого квалификационного справочника должностей руководителей, специалистов и служащих, раздел «Квалификационные характеристики должностей работников образования», предъявляемые к педагогу дополнительного образования

Ожидаемые результаты

- расширение компетентности детей в области государственных социально-образовательных программ,
- развитие рефлексивных способностей, умений анализа и самоанализа;
- развитие творческого потенциала обучающихся;
- формирование социальных и жизненных компетенций;
- совершенствование навыков общения, уменьшение проблем подростков в сфере межличностного общения, в учебной деятельности;

Личностные результаты

- Умение активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания.
- Проявление положительных качеств личности и умение управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях.
- Проявление дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленных целей.

Метапредметные результаты

1. Умение планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения.
2. Умение анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения.
3. Использование природных возможностей для роста мастерства

Предметные результаты

1. Овладение теоретическими и практическими основами игры в волейбол, баскетбол, футбол.
2. Наличие представления об игре, как о средстве укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека.
3. Умение выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности.
4. Умение применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.
5. Применения знаний по технике безопасности при занятии спортом.

Коррекционно-развивающие, оздоровительные:

- увеличение работоспособности;
- сохранение позитивного эмоционального состояния в ходе занятия;
- стабилизация поведения

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

№	Название раздела, темы	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Вводное занятие.	3	0.5	2.5	Ведение педагогического наблюдения.
2	Техника безопасности.	3	0.5	2.5	Устный опрос.
3	Баскетбол.	90	7	83	Выполнение практических заданий.
4	Волейбол.	102	8	94	Выполнение практических заданий.
5	Футбол. Общая физическая подготовка.	18	2	16	Выполнение практических заданий.
	Всего:	216	18	198	