

УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ АЛЬМЕТЬЕВСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ЦЕНТР ДЕТСКО-ЮНОШЕСКОГО ТВОРЧЕСТВА»
АЛЬМЕТЬЕВСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА РЕСПУБЛИКИ ТАТАРСТАН

Принята на заседании
педагогического совета
Протокол № 1
от «28» августа 2023 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБУ ДО «ЦДЮТ»

Т.Р.Садыков

Приказ №171

от «28» августа 2023 г.



**АДАптированная дополнительная
общееобразовательная
общеразвивающая программа
«В дружбе со спортом»**

Направленность: физкультурно-спортивная

Возраст учащихся: 7-14 лет

Срок реализации: 1 год

Автор - составитель:

Цивинскене Алсу Закарияновна,
педагог дополнительного образования

Информационная карта образовательной программы

1.	Образовательная организация	Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования «Центр детско-юношеского творчества»
2.	Полное название программы	Адаптированная дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «В дружбе со спортом»
3.	Направленность программы	Физкультурно-спортивная
4.	Сведения о разработчике	ПДО Цивинскене Алсу Закарияновна
5.	Сведения о программе:	
5.1.	Срок реализации	1 год
5.2.	Возраст учащихся	7 -14 лет
5.3.	Характеристика программы: - тип программы - вид программы - принцип проектирования программы - Формы и методы образовательной деятельности	Адаптированная дополнительная общеобразовательная общеразвивающая модифицированная Формы образовательной деятельности – групповая, индивидуальная, практическая. Методы образовательной деятельности – словесные, наглядные, практический.
5.5.	Цель программы	Сохранение и укрепление психического и физического здоровья детей за счет качественного улучшения работы по укреплению здоровья воспитанников и формирования привычки к ЗОЖ, как показателей общечеловеческой культуры.
6.	Формы мониторинга результативности	Проведение мониторинга: - первичный (прием контрольных нормативов по общей физической подготовке)

		<ul style="list-style-type: none"> - промежуточный (прием контрольных нормативов по общей физической подготовке) - итоговый (прием контрольных нормативов по общей физической подготовке)
7.	Результативность реализации программы	<p>1. Развитие физических качеств:</p> <ul style="list-style-type: none"> - выносливость; - гибкость; - ловкость; - координация; - сила; - скорость; <p>2. Овладение практическими приемами и способами самореализации, самооценки и саморазвития.</p> <p>3. Формирование умений и навыков двигательной активности выполнения физических упражнений.</p> <p>4. Освоение методики составления комплексов упражнений</p>
8.	Дата утверждения и последней корректировки программы	
9.	Рецензенты	

Оглавление

1. Комплекс основных характеристик программы

- 1.1 Пояснительная запискастр.5
1.2 Учебный (тематический) план.....стр.11
1.3 Содержание программыстр.13

2. Комплекс организационно-педагогических условий

- 2.1 Организационно – педагогические условия реализации программы .стр.16
2.2 Формы аттестации/контролястр.16
2.3 Оценочные материалы.....стр.18
2.4 Список литературы.....стр.19

3. Приложения (методические материалы, календарный учебный график на каждый год обучения, рабочие программы)

- Приложение 1.стр.20
Приложение 2.....стр.22
Приложение 3.стр.24
Приложение 4.стр.26
Приложение 5.стр.27
Приложение 6.стр.31
Приложение 7.стр.39
Приложение 8.....стр.44
Календарный учебный планстр.45

1.1. Пояснительная записка

Одна из основных задач, стоящих перед педагогами – воспитание здорового подрастающего поколения.

Особенно остро эта проблема стоит в образовательной области, где всякая практическая работа, направленная на укрепление здоровья детей, должна приносить ощутимые результаты.

Охрану здоровья детей можно назвать приоритетным направлением всего общества, поскольку лишь здоровые дети в состоянии усваивать полученные знания и, в будущем, способны заниматься общественно- полезным трудом.

Создание здорового образа жизни для ребенка в дополнительном образовании является первоосновой задачей его полноценного воспитания и развития.

Роль педагога состоит в организации педагогического процесса, сберегающего здоровье ребёнка и воспитывающего ценностное отношение к здоровью. В ходе совместной деятельности с детьми педагог, сотрудничая с семьёй, обеспечивает восхождение учащегося к культуре здоровья.

Программа «В дружбе со спортом» направлена на решение вопросов оздоровления детей в комплексе: с участием всех участников образовательного процесса.

Актуальность программы. Данная программа ориентирована, прежде всего, на реабилитацию двигательной потребности здоровых детей, а также детей с умственной отсталостью и ЗПР с интегрированным подходом к получению теоретических знаний с учетом конституционных особенностей и физических возможностей детей в процессе практических занятий.

Отличительной особенностью программы является то, что привлекаются дети с ограниченными возможностями здоровья.

Новизна в том, что программа включает ряд блоков. Деление на блоки обусловлено тем, что от блока к блоку происходит постепенное усложнение

упражнений– от самых простых к более сложным. Вместе с тем разнообразятся виды движений за счет введения новых упражнений и времени работы на них.

Цель программы: сохранение и укрепление психического и физического здоровья детей за счет качественного улучшения работы по укреплению здоровья воспитанников и формирования привычки к ЗОЖ, как показателей общечеловеческой культуры.

Задачи:

1. Охранять и укреплять здоровье детей, совершенствовать их физическое развитие, повышать свойства организма, улучшать физическую и умственную работоспособность;

2. Воспитывать в детях потребность в здоровом образе жизни как показатели общественной культуры;

3. Развивать основные физические способности (быстроту, силу, выносливость, ловкость);

4. Формировать и совершенствовать двигательные умения и навыки, обучать новым видам движений, основанных на приобретенных знаниях и мотивациях физических упражнений.

Адаптированная дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «В дружбе со спортом» для норматипичных детей и детей с ОВЗ 7-14 лет разработана для учащихся в соответствии с **нормативно-правовыми документами:**

- Федеральный закон об образовании в Российской Федерации от 29.12.2012 №273-ФЗ (с изменениями и дополнениями);

- Федеральный закон от 31 июля 2020 г. № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся»;

- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденная Распоряжением Правительства РФ от 31 марта 2022 г. №678-р;

- Федеральный проект «Успех каждого ребенка» в рамках Национального проекта «Образование», утвержденного Протоколом заседания президиума

Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и национальным проектам от 3.09.2018 №10;

- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 3.09.2019 №467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;

- Федеральный закон от 13 июля 2020 г. №189-ФЗ «О государственном (муниципальном) социальном заказе на оказание государственных (муниципальных) услуг в социальной сфере» (с изменениями и дополнениями, вступившими в силу с 28.12.2022 г.);

- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 г. №629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 5 августа 2020 года № 882/391 «Об организации и осуществлении образовательной деятельности при сетевой форме реализации образовательных программ» (если программа реализуется в сетевой форме);

- СП 2.4. 3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденные Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. №28;

- Методические рекомендации по реализации дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий (Письмо Министерства просвещения от 31 января 2022 года № ДГ-245/06 «О направлении методических рекомендаций») (если программа реализуется с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий);

- Конвенция о правах ребенка, одобренная Генеральной Ассамблеей ООН 20.11.1989;

- Конституция Российской Федерации;

- Концепция развития дополнительного образования РФ от 4.09.2014 № 1726-р.;
- Модельный стандарт качества муниципальной услуги по организации предоставления дополнительного образования детей в многопрофильных организациях дополнительного образования. Приказ МО и Н РТ от 20 марта 2014 г. N 1465/14;
- Приказ Министерства посвящения Российской Федерации от 9 ноября 2018г. № 196 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Закон Республики Татарстан от 22.07.2013 N 68-ЗРТ «Об образовании»;
- «О примерных требованиях к программам дополнительного образования детей» (Приложение к письму департамента молодежной политики, воспитания и социальной поддержки детей МО и Н РФ от 11.12.2006 №06-1844);
- Устав МБУ ДО «ЦДЮТ»;
- Локальные акты МБУ ДО «ЦДЮТ», регламентирующие образовательную деятельность;
- Федеральный закон Российской Федерации «О социальной защите инвалидов в Российской Федерации» от 25.11.1995 №181-ФЗ (с изменениями на 28 декабря 2022 года);
- Письмо Минобрнауки России от 29.03.2016 №ВК-641/09 «О направлении методических рекомендаций по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ, способствующих социально-психологической реабилитации, профессиональному самоопределению детей с ограниченными возможностями здоровья, включая детей-инвалидов, с учетом их особых образовательных потребностей»;
- Письмо Минобрнауки России от 12.02.2016 №ВК-270/07 «Об обеспечении условий доступности для инвалидов объектов и услуг в сфере образования».

Направленность программы: Физкультурно-спортивная

Адресат программы – разновозрастные дети в возрасте от 7 до 14 лет (в том числе с ОВЗ). По Адаптированной дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «В дружбе со спортом» имеют право заниматься учащиеся с такими отклонениями как:

- задержка психического развития (ЗПР);
- задержка умственного развития.

Модульные принципы АДООП «В дружбе со спортом»:

- *Модуль коллективной и социокультурной образовательной деятельности совместно со здоровыми детьми, включающий в себя коллективную продуктивную деятельность, исходя из интересов и потребностей детей с ОВЗ: коммуникативные игры для сплочения группы.*

Умение выстраивать и поддерживать хорошие межличностные отношения позволяет нам иметь широкие социальные связи, верных друзей и счастливую семью. Развитие способностей учащихся к построению таких взаимоотношений может помочь предотвратить развитие проблем, таких как межличностные конфликты и одиночество.

Коммуникативные игры направлены на формирование и развитие у детей дошкольного возраста навыков общения.

От того, насколько успешно удастся сформировать и закрепить навыки общения в сознании дошкольника, зависит качество взаимоотношений с другими людьми взрослого человека.

Это способ общения с миром и самим собой. Способ снятия внутреннего напряжения, воплощения его на бессознательно-символическом уровне, что повышает уверенность в себе и открывает новые пути развития. (Приложение 2).

- *Валеологический модуль, направленный на формирование объективного представления об ограничениях, компенсаторных возможностях человеческого организма, о методах и формах их преодоления: оздоровительные упражнения (самомассаж).*

«Игровой самомассаж» является основой закаливания и оздоровления детского организма. Выполняя упражнения самомассажа в игровой форме, учащиеся получают радость и хорошее настроение. Такие упражнения способствуют формированию у ребенка сознательного стремления к здоровью, развивая навык собственного оздоровления.

Объем программы и виды учебной работы:

1 год обучения – 144 часа.

Вид учебной работы	Количество часов
Максимальная учебная нагрузка (всего)	144
В том числе:	
Теоретические занятия	12
Практические занятия	132
Самостоятельная работа учащегося (всего)	-

Формы организации образовательного процесса.

Организация и проведения занятий.

Учебное занятие условно делится на три части: подготовительная, основная, заключительная.

Подготовительная включает в себя построение, приветствие, переключку, сообщение задач занятий, теоретический материал, подготовительные упражнения. В этой части занятия помимо организационной функции решается задачи подготовки организма ребенка к предстоящей физической нагрузки.

Основная задача занятия, изучается новый материал, закрепляются навыки и умения, приобретенные на предыдущих занятиях, развиваются физические качества.

Заключительная решает задачу восстановления функциональных систем организма ребенка после нагрузки. В ней используются упражнения на дыхание, расслабление, игры малой интенсивности. В заключительной части занятий проводится переключка, подведение итогов занятия.

Методы занятий.

Равномерный. Предусматривает непрерывное выполнение упражнений. Метод применяется на протяжении занятия, помогает выработать технику движений, осуществлять чередование нагрузки и расслабления мышц.

Переменный. Предусматривает чередование нагрузок и упражнений.

Интервальный. Многократные повторения работы.

Повторные. Выполнение различных упражнений с максимальной интенсивностью.

Комбинированный. Имеет элементы вышеперечисленных методов.

Методы обучения.

Словесный - объяснение, рассказ, беседа, замечания, указания, громкие команды, краткие напоминания.

Наглядный – показ упражнений педагогом и ребёнком, сигналы жёстками.

Практический - упражнения, многократные повторения, игры.

Игровой - используются игры решающие определённые задачи обучения.

Соревновательный - соперничество, состязание.

Срок реализации программы 1 год. Учебная нагрузка 144 часа в год из **Режим занятий:**

- занятие проводится 2 раза в неделю по 2 академических часа (1 час 30 минут)