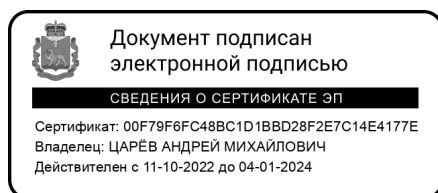


**ПРИНЯТА:**

Малым педагогическим советом государственного  
бюджетного общеобразовательного  
учреждения Псковской области «Центр лечебной  
педагогики  
и дифференцированного обучения»  
Протокол от «3» апреля 2023 г. №2

**УТВЕРЖДЕНА:**

приказом государственного бюджетного  
общеобразовательного  
учреждения Псковской области «Центр  
лечебной педагогики  
и дифференцированного обучения»  
от «03» апреля 2023 г. №15-ОД



**Адаптированная дополнительная  
общеобразовательная программа  
«Юный спортсмен»  
для учащихся с нарушениями опорно-двигательного аппарата  
(11-17 лет)**

**Составитель: педагог  
дополнительного образования  
Григорьева Дина Анатольевна**

**Псков  
2023 г.**

## Пояснительная записка

Адаптированная дополнительная общеобразовательная программа разработана на основании следующих нормативных документов:

- закона № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012 года;
- Устава ГБОУ «Центр лечебной педагогики и дифференцированного обучения»;
- Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, утверждённого приказом Министерства образования и науки РФ № 1598 от 19 декабря 2014 года;
- Федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования (приказ Министерства образования РФ от 31.05.2021 № 287);
- Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утверждённым приказом Минобрнауки России от 29.08.2013 № 1008.

Дополнительное образование детей направлено на формирование и развитие творческих способностей детей, удовлетворение их индивидуальных потребностей в интеллектуальном, нравственном и физическом совершенствовании, формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, а также на организацию их свободного времени. Дополнительное образование детей обеспечивает их адаптацию к жизни в обществе, профессиональную ориентацию, а также выявление и поддержку детей, проявивших выдающиеся способности. Оно по праву рассматривается как важнейшая составляющая образовательного пространства, сложившегося в современном российском обществе. Оно социально востребовано, требует постоянного внимания и поддержки со стороны общества и государства как образование, органично сочетающее в себе воспитание, обучение и развитие личности ребёнка.

Работа по организации дополнительного образования детей с ОВЗ опирается на следующие основные принципы:

- принцип доступности;
- принцип природосообразности;
- принцип индивидуальности;
- принцип свободного выбора;
- принцип развития;
- принцип системности во взаимодействии и взаимопроникновении;
- принцип социализации и личной зависимости;
- принцип личностной значимости;
- принцип ориентации на приоритеты духовности и нравственности;
- принцип открытости системы.

Главной специфической чертой развития дополнительного образования в школе является опора на содержание основного образования. Интеграция основного и дополнительного образования обеспечивает: целостность всей образовательной системы школы со всем её многообразием; определённую стабильность и постоянное развитие; формирование личностных и метапредметных универсальных учебных действий, духовно-нравственных качеств, социальной активности; поддержку существующих школьных традиций и поиск новых путей организации жизни ученического и педагогического коллективов.

Дополнительное образование обучающихся с ОВЗ имеет свою специфику. Снижение познавательной и физической активностей таких детей, своеобразие развития их личности приводят к некоторому смещению акцентов в реализации собственных потребностей и творческих потенций. Ведущим мотивом становится стремление к удовлетворению личных потребностей или достижение соответствия требованиям социума сверстников. Низкая работоспособность, неустойчивость интересов, непродуктивность выполнения механических, однообразных заданий приводят к частому отказу обучающихся с ОВЗ от ранее запланированных целей, от занятий в системе дополнительного образования.

В основу дополнительного образования прежде всего положен принцип природосообразности. Это личностно-ориентированное образование, обеспечивающее развитие и саморазвитие ребёнка, исходя из выявления его индивидуальных природных способностей и определения условий их развития.

Дополнительное образование детей с ОВЗ носит коррекционную направленность, обеспечивая реализацию единого коррекционного пространства школы. Коррекционная направленность дополнительного образования имеет широкий спектр задач и средств их реализации. При этом коррекционная работа должна быть направлена как на первичный дефект, так и на его вторичные и третичные его проявления.

Коррекционно-развивающая направленность кружка является продолжением работы инструктора по физической культуре в образовательной области «Физическая культура». Эта работа подразумевает создание условия для сохранения и укрепления здоровья детей с ОВЗ, их физического развития, формирования у них положительной модели поведения, применения здоровьесберегающих технологий и методов позитивного воздействия на психомоторное развитие ребёнка, организацию специальной (коррекционной) работы, включение членов семей учащихся в процесс оздоровления их детей.

Дополнительное образование является одним из действенных средств интеграции обучающихся с ограниченными возможностями здоровья в социум и преодоления различных барьеров (возрастных, гендерных, инвалидности).

Адаптированная дополнительная общеобразовательная программа — это программа работы кружка «Юный спортсмен». Профиль программы — спортивный с элементами коррекции. Кружок «Юный спортсмен» - это 4 группы детей с ограниченными возможностями здоровья из 2-ух отделений, с которыми проводятся систематические занятия во внеурочное время. Все обучающиеся испытывают значительные трудности на уроках АФК. Эти трудности связаны с достаточно слабыми физическими навыками.

Период обучения по данной программе — 2 месяца

Объём программы - 72 часа в период ( 9 часов в неделю, 8 недель в год).

Форма обучения — очная (занятия проводятся в школе). Группа № 1 обучающихся — 1 занятие в неделю длительностью 40+40 минут (2 ч, очные), группа №2 обучающихся — 1 занятие в неделю 40+40+20 минут (2,5 ч, очные), группа № 3 — 1 занятие в неделю длительностью 40+40 минут (2 ч, очные), группа № 4 — 1 занятие в неделю длительностью 40+40+20 минут (2,5 часа, очные).

Методы обучения : наглядные (показ приёмов исполнения, работа по образцу), практические (тренировочные упражнения), игровые (упражнения в виде игр).

Тип занятий — комбинированный . Основные компоненты занятия:

- 1) рассказ педагога по теме;
- 2) самостоятельное или совместное с педагогом выполнение заданий учащимися;
- 3) разбор выполненных заданий

Основные формы проведения занятий: беседа, занятие-игра другие.

### Цель программы

-создание специальных условий для сохранения и укрепления здоровья детей с ОВЗ в целом, снижение общей заболеваемости и способствование разностороннему развитию с учётом возрастных и индивидуальных особенностей детей-инвалидов и их особых образовательных потребностей.

Частично данные цели реализуются и на уроках, но окончательная и полная реализация их переносится на дополнительное образование.

### Задачи программы

-формирование у детей осознанного отношения к своим силам и уверенности в них, готовность выполнять физические нагрузки, потребность к систематическим занятиям физическими упражнениями;

-формирование жизненно необходимых двигательных умений и навыков ребёнка с ОВЗ в соответствии с его индивидуальными особенностями;

-совершенствование двигательных функций организма, способствующих общему развитию ребёнка с ОВЗ

Содержание материала программы - кружка «Юный спортсмен» - таково, что сама тема содержит неотъемлемый воспитательный компонент, содействующий становлению активной личности обучающихся. В рамках воспитательной работы с детьми планируется проведение в ходе занятий небольших бесед на нравственно-этические темы, проведение дополнительных собраний с детьми по различным этическим проблемам, взаимодействие с родителями (законными представителями) для решения конкретных проблем их детей.

### Содержание программы

Учебный план составлен отдельно для каждой группы обучающихся.

#### Группа 1

- Азизов И
- Опарин А
- Пелячик Г
- Семёнова Е
- Калинин А

№ п/п	Раздел	Количество часов
1.	Техника безопасности и правила поведения на занятии. Инструктаж	2
2.	Диагностика физического состояния. Места, где можно заниматься спортом: школа, секция, стадион, фитнес-центр	2
3.	Береги своё здоровье	2
4.	Что такое правильная осанка	2
5.	Пальчиковая гимнастика по лексическим темам	2
6.	Кто такие микробы	2
7.	Отдыхай и расслабляйся	2
8.	Королева Зубная щётка	2
ИТОГО:		16

## Группа 2

-Захаров С  
-Кадышев Н  
-Николаев Д  
-Оленев И  
-Семенов К

№ п/п	Раздел	Количество часов
1.	Техника безопасности и правила поведения на занятии. Инструктаж	2,5
2.	Диагностика физического состояния. Места, где можно заниматься спортом: школа, секция, стадион, фитнес-центр	2,5
3.	Игровой самомассаж	2,5
4.	Держи равновесие	2,5
5.	Двигайся правильно	2,5
6.	Нормализация произвольных движений в суставах верхних и нижних конечностей	2,5
7.	Игра «Весёлые медвежата»	2,5
8.	Комплекс динамических дыхательных упражнений	2,5
ИТОГО:		20

## Группа 3

-Срыков А  
-Осипов Н  
-Хазов А  
-Петров Д  
-Ситникова А

№ п/п	Раздел	Количество часов
1.	Техника безопасности и правила поведения на занятии. Инструктаж	2
2.	Диагностика физического состояния. Места, где можно заниматься спортом: школа, секция, стадион, фитнес-центр	2
3.	Забота об органах чувств	2
4.	Комплекс корригирующих физических упражнений для мышц шеи и спины	2
5.	Комплекс упражнений для укрепления мышечного корсета	2
6.	Игры с фитболом («Горячий мяч», «Запрещённое движение», «Ладушки»)	2

7.	Как закаляться	2
8.	Комплекс динамических дыхательных упражнений	2
ИТОГО:		16

#### Группа 4

-Мазур А  
-Шелудько П  
-Кучеров Ф  
-Барышев А  
-Гуков Д

№ п/п	Раздел	Количество часов
	Техника безопасности и правила поведения на занятии. Инструктаж	2,5
	Диагностика физического состояния. Места, где можно заниматься спортом: школа, секция, стадион, фитнес-центр	2,5
	Как следует питаться	2,5
	Как сделать сон полезным	2,5
	Комплекс динамических дыхательных упражнений	2,5
	Правильная осанка	2,5
	Комплекс корригирующих физических упражнений для мышц шеи и спины	2,5
	Комплекс упражнений для мышечного корсета	2,5
ИТОГО:		20

#### Планируемые результаты освоения обучающимися программы

- сохранение и укрепление здоровья учащихся в целом;
- приобретение знаний о своем организме, в частности, о ЗОЖ;
- приобретение знаний о красивой осанке, правильном дыхании;
- развитие физических качеств (координация движений, ловкость);
- повышения интереса к занятиям адаптивной физической культурой.

#### Перспективы развития

-проведение совместных мероприятий с родителями (законными представителями): утренняя гимнастика, спортивные и физкультурно-оздоровительные мероприятия, дни здоровья.

#### Направления коррекционно-развивающей работы с детьми в ОВЗ

Программа коррекционной работы кружкового объединения выполняет функцию дополнительной работы с учащимися с ОВЗ для реализации следующих задач:

- коррекция недостатков и развитие ручной моторики: нормализация мышечного тонуса пальцев и кистей рук; развитие техники тонких движений;
- коррекция недостатков и развитие общей моторики;

-коррекция недостатков и развитие психомоторных функций: пространственной организации движений; моторной памяти; слухо-зрительно-моторной и реципрокной координации движений; произвольной регуляции движений;

-коррекционная направленность в работе по укреплению здоровья и формированию начальных представлений о ЗОЖ.

### **Комплекс организационно-педагогических условий**

#### **Календарный учебный график**

Группа	Учебные периоды (четверти)	Число учебных недель	Число учебных часов
1 группа	4 четверть	8 нед	16 ч
	ИТОГО	8 нед	16 ч

Группа	Учебные периоды (четверти)	Число учебных недель	Число учебных часов
2 группа	4 четверть	8 нед	20 ч
	ИТОГО	8 нед	20 ч

Группа	Учебные периоды (четверти)	Число учебных недель	Число учебных часов
3 группа	4 четверть	8 нед	16 ч
	ИТОГО	8 нед	16 ч

Группа	Учебные периоды (четверти)	Число учебных недель	Число учебных часов
4 группа	4 четверть	8 нед	20 ч
	ИТОГО	8 нед	20 ч

### **Организация предметно-развивающей среды**

Для реализации Программы кружка создана соответствующая предметно-развивающая среда, которая является одним из специальных условий, обеспечивающих развитие активной детской деятельности, личности ребёнка с ОВЗ и включает ряд базовых компонентов, необходимых для

полноценного физического развития обучающегося. Занятия с детьми проводятся в комфортных, привычных для детей условиях, приспособленных для обучения детей с НОДА.

### **Формы аттестации**

Для детей, обучающихся по данной программе, планируется использование следующих методов отслеживания (диагностики) результативности овладения ими содержанием программы:

- открытое занятие.

#### **Дополнительные:**

- еженедельные беседы с детьми;
- педагогический анализ результатов анкетирования, тестирования, опросов, активности детей на занятиях;
- беседы с родителями (законными представителями);