

Описание программы

Название программы	Адаптированная дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Олимпийцы»
Направленность, уровень и срок реализации программы	Направленность: физкультурно-спортивная Уровень программы: ознакомительный Срок реализации: 1 год
Возраст и категория обучающихся	Возраст обучающихся: 8-18 лет; Категория обучающихся: воспитанники ГБУ ЦССВ «Маяк» с ОВЗ и ТМНР
Автор(-ы) программы, должность	Базаров А.В., педагог дополнительного образования
Краткая аннотация программы	Основной целью программы является социализация воспитанников посредством развития их физических возможностей и передачи элементарных знаний о физической культуре. Срок реализации программы и ее объем –1 год, 72 часа Форма обучения –очная.
Разделы и темы программы	РАЗДЕЛ 1 «Лёгкая атлетика (базовые умения и навыки)» Вводное занятие и разъяснение техники безопасности при проведении занятий. Виды ходьбы Ориентация в пространстве, упражнения ноги Преодоление препятствий, метание и броски Преодоление полосы препятствий РАЗДЕЛ 2 «Волейбол (базовые умения и навыки), ходьба и бег» Вводное занятие и разъяснение техники безопасности при проведении занятий. Элементы ходьбы с прямой спиной, передача мяча Приставной шаг, отбивание мяча Бег, удары по мячу Бег и приставной шаг, приём и подача мяча

	РАЗДЕЛ 3 «Баскетбол (базовые умения и навыки), равновесие и прыжки»
	Вводное занятие и разъяснение техники безопасности при проведении занятий.
	Равновесие, ведение мяча
	Равновесие и координация, ведение мяча в движении
	Прыжки, бросок мяча
	Прыжки в высоту, ведение мяча в движении плюс броски
	РАЗДЕЛ 4 «Футбол (базовые умения и навыки)»
	Вводное занятие и разъяснение техники безопасности при проведении занятий.
	Ловля мяча и удары по неподвижному мячу
	Тренировка вратаря
	Ловля мячей разных размеров, отработка пасов
	Ловля мяча с отскока, отдай пас под удар
	РАЗДЕЛ 5 «Гимнастика (базовые умения и навыки)», метание и игры.
	Вводное занятие и разъяснение техники безопасности при проведении занятий.
	Работа с гимнастической палкой, игра в «Боулинг»
	Броски мяча в корзину, работа с гимнастической палкой
	Броски мяча в цель на результат, работа с гимнастической палкой
	РАЗДЕЛ 6 «Настольный теннис (базовые умения и навыки)», спортивные игры.
	Вводное занятие и разъяснение техники безопасности при проведении занятий.
	Практика ударов по мячу
	Практика ударов по мячу с лёта
	Практика игры в парах, удары по мячу
	РАЗДЕЛ 7 «Теннис (базовые умения и навыки)».
	Вводное занятие и разъяснение техники безопасности при проведении занятий.
	Подбивание мяча
	Подбивание мяча с вращением
	Удары по мячу
	Удары по мячу (ориентация в пространстве)

	РАЗДЕЛ 8 «Бадминтон (базовые умения и навыки)», спортивные игры. Вводное занятие и разъяснение техники безопасности при проведении занятий. Отработка подачи, развитие меткости Отработка различных видов подачи, развитие координации и ударов по мячу Практика игры в парах, удары по волану Развитие меткости и прыжков РАЗДЕЛ 9 «Скандинавская ходьба (базовые умения и навыки)». Обучение правильной технике выполнения скандинавской ходьбы с палками
Формы контроля процесса освоения программы	Основой процесса контроля за усвоением программы, является аттестация (способы определения результативности). Аттестация проводится индивидуально по каждому ребенку с учётом его психо-физических особенностей. Анализируется работа, корректируется деятельность в данном направлении В этих целях используют: • Текущий контроль – уровень приобретенных навыков по итогам освоения темы/раздела; • Промежуточная аттестация – проводится 2 раза в год; • Итоговая аттестация – определяет уровень освоения всего содержания программы (спортивно-массовое мероприятие, сумма итогов промежуточного контроля).
Материально-техническое обеспечение, методическое, дидактическое обеспечение процесса реализации программы	Материально-техническое обеспечение программы: • флажки; • дорожка-змейка из каната (длина 2,0 м, диаметр каната 6 см); • дорожки с различным покрытием (ребристая, гладкая поверхность, меховая поверхность и др.); • игрушки со съемными деталями; • игрушки мелкие резиновые, пластмассовые; • игрушки музыкальные; • игрушки сборно-разборные: пирамидки с одинаковыми и разными кольцами, брусками разных размеров, одного цвета и разноцветные и др.;

- картинки с изображением различных предметов и игрушек, которые воспитанники используют в своих играх-занятиях;
- коляски с ручьятками;
- контейнер для хранения мячей передвижной;
- кубики, кегли и шары пластмассовые;
- кубы и кирпичи деревянные, из полимерных материалов;
- магнитофон, флешка и компакт-диски с записями различных мелодий и детских песен; а также музыкально-ритмических комплексов для гимнастики;
- маты: детские напольные;
- мячи разного размера и цвета (большие, средние и маленькие, легкие и тяжелые, в том числе набивные (сенсорные) трех размеров);
- набор для бадминтона;
- обручи разных цветов и размеров;
- многофункциональные тренажеры;
- шведская стенка;
- лавочки Детские стулья.
- спортивный инвентарь и оборудование: скамейка гимнастическая, палка гимнастическая, скакалка детская, мат гимнастический, мячи: малый теннисный мяч, баскетбольный, волейбольный, резиновые мячи;
- информационные средства;
- дидактические материалы по основным разделам и темам.

Учебно-методическое и информационное обеспечение программы.

Физкультурно-оздоровительная работа проводится в форме теоретических и практических занятий. Занятия проводятся в спортивном зале и при хороших погодных условиях занятия проводятся на улице. Теоретический материал подается в форме беседы. Практические занятия проводятся в форме индивидуальных занятий, групповых и минигрупповых, с учетом возрастных особенностей обучающихся. Необходимо строгое соблюдение постепенности в

	процессе роста тренировочных нагрузок. В основе всего процесса обучения по программе лежит принцип оздоровительной направленности. В конце представлены приложения используемые при освоении программы обучающимися: • Оценочный материал физического развития воспитанника Ф.И.О. за 20__-20__ учебный год (Приложение 1); • Карта уровня развития воспитанника по видам спорта в процессе освоения программы Ф.И.О. за 20__-20__ учебный год (Приложение 2); • Методическое сопровождение программы «Адаптированное пособие по программе «Молодой атлет» Специальной Олимпиады России»
--	--