Государственное казенное общеобразовательное учреждение Удмуртской Республики
«Большеучинская школа- интернат»

Принято
на педагогическом совете
протокол №6
от 28.08.2024г

«Утверждаю»:
Директор ГКОУ УР
«Большеучинская школа-интернат»
_____ Е.В. Балахонской
Приказ №118-од от 30.08.2024 г.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности (адаптированная для детей с ОВЗ) «Спортивные игры» (волейбол)

Возраст обучающихся: 13 – 17 лет
Срок реализации: 1 год

Автор-составитель:
Ефимов Владимир Михайлович,
педагог дополнительного образования

с. Большая Уча,
2024 год

Раздел 1. Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы

1.1.Пояснительная записка

Данная дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа дополнительного образования детей составлена в соответствии с нормативными документами:

- Федеральный закон от 29 декабря 2012 года № 273 ФЗ “Об образовании в Российской Федерации
- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 года № 678 р);
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 года № 629 “Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам”
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03 сентября 2019 года №467 “Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей”
- Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22 сентября 2021 года № 652н “Об утверждении профессионального стандарта “Педагог дополнительного образования детей и взрослых”
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 года № 28 “Об утверждении СанПиН 2.4.3648 20 “Санитарно эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи”
- Приказ Министерства образования и науки Удмуртской Республики от 23 июня 2020 года № 699 “Об утверждении целевой модели развития системы дополнительного образования детей в Удмуртской Республике”
- Устав образовательного учреждения
- Положение о дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе ГКОУ УР «Большеучинская школа-интернат»

Общая характеристика программы: Игры волейбол и мини – футбол для детей с ОВЗ, предполагают внезапные и быстрые передвижения, прыжки, падения и другие действия. В связи с этим учащийся с ОВЗ должен обладать моментальной реакцией, быстротой передвижения на площадке, большой скоростью сокращения мышц, прыгучестью и другими качествами в определенных их сочетаниях. Систематическое развитие физических качеству детей с ОВЗ содействуют успешному овладению приемами техники игры и тактическими взаимодействиями. В детском и подростковом возрасте у детей с ОВЗ физическая подготовка, в основном, направлена на развитие быстроты, ловкости, скоростно-силовых качеств, общей выносливости.

Направленность программы*:* физкультурно-спортивная.

Актуальность программы заключается в том что, она ориентирована, прежде всего, на реализацию двигательной потребности ребенка с ОВЗ и с учетом его конституционных особенностей и физических возможностей. Обучаясь по данной программе, ребёнок с ОВЗ укрепит физическое здоровье, закрепит знания правил игры в мини-футбол и волейбол, совершенствует технические навыки владения мячом при игре, научится владеть тактическими действиями и играть в команде.

Отличительной особенностью данной программы является то, что на уроках физкультуры занятия по мини – футболу не проводятся, занятий волейболом недостаточно. Упор на обучение и совершенствование технических приемов и тактических действий, развитие физических способностей.

Адресат программы: Данная программа предназначена для обучающихся ОВЗ 13 – 17 лет с умственной отсталостью.

Наполняемость группы – от 15 до 18 человек

Форма обучения: групповая.

- Групповая форма чаще всего используется в занятиях с начинающими, при решении задач физической подготовки, изучении техники и основ тактики мини – футбола, волейбола. Педагог проводит занятие одновременно со всей группой, давая общие упражнения для всех обучающихся.
- работа в парах используется в тех случаях, когда отдельные обучающиеся отстают в физической, тактической и технической подготовке. Педагог определяет слабые места в подготовке обучающихся и дает им индивидуальные задания, которые выполняются во время занятия.
- Соревнования - часть учебно-тренировочного процесса. В соревнованиях определяется подготовка воспитанника, совершенствуются его физические качества и двигательные навыки, закаляется воля.

Объем программы: 68 часов.

Срок освоения программы*:* 34 учебных недели, 1 год, 9 месяцев.

Режим занятий: Занятия проводятся два раза в неделю продолжительностью 1 академический час.

1.2 Цель и задачи программы

Цель программы: развитие разнообразных двигательных способностей и совершенствования умений учащихся с ОВЗ через спортивные подвижные игры – волейбол для укрепления и сохранения здоровья

выявление лучших спортсменов для выступления на соревнованиях.

Задачи:

1. закрепить знания правил игры в волейбол;
2. совершенствовать технику владения мячом и усвоить тактические правила игры в волейбол,
3. обучить основным техническим приемам владения мячом в игре волейбол;
4. развивать умение играть в команде.

1.3 Содержание программы

Таблица 1

1) Учебный план

№	Разделы	Количество часов			Формы аттестации, контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	**Техника безопасности на занятиях.**	2	2		
2	**Волейбол. Перемещение.**	6		6	
3	**Передачи мяча.**	10		10	
4	**Подачи мяча.**	6		6	
5	**Нападающие (атакующие) удары.**	8		8	

6	**Прием мяча.**	6		6	
7	**Блокирование атакующих ударов**	12		12	
8	**Тактические игры.**	18		18	Тест, соревнование
	ИТОГО	**68**	**2**	**66**	

2) Содержание учебного плана

Раздел 1.Техника безопасности на занятиях
Раздел 2.Волейбол. Перемещение
Стойка игрока (исходные положения).
Перемещение в стойке приставными шагами: правым и левым боком, лицом вперёд.
Сочетание способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх).
Раздел 3.Передачи мяча
Передача сверху двумя руками вперёд-вверх (в опорном положении).
Передача сверху двумя руками в прыжке (вдоль сетки и через сетку).
Передача сверху двумя руками, стоя спиной в направлении передачи.
Передача снизу двумя руками над собой.
Передача снизу двумя руками в парах.
Раздел 4.Подачи мяча
Нижняя прямая.
Верхняя прямая.
Подача в прыжке.
Раздел 5.Нападающие (атакующие) удары
Прямой нападающий удар (по ходу).
Нападающий удар с переводом вправо (влево).
Раздел 6.Прием мяча
Приём снизу двумя руками.
Приём сверху двумя руками.
Приём мяча, отражённого сеткой.
Раздел 7.Блокирование атакующих ударов
Одиночное блокирование.
Групповое блокирование (вдвоём, втроём)
Страховка при блокировании.
Раздел 8.Тактические игры
Индивидуальные тактические действия в нападении, защите.
Групповые тактические действия в нападении, защите.
Командные тактические действия в нападении, защите.
Двусторонняя учебная игра

1.4. Планируемые результаты

1.Овладеют основными техническими и тактическими приемами игры в волейбол.
2. Повысят уровень общей физической подготовки.
3. Получат навыки командной игры.

Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий

Таблица 3

2.1. Календарный учебный график

	1 год обучения
Комплектование групп	До 04.09.2024г
Дата начала и окончания учебного года	02.09.2024г-27.05.2025г
Количество учебных недель	34
Количество учебных дней	68

В период осенних, зимних, весенних, летних каникул занятия не проводятся, т.к. дети уезжают домой на каникулы.

2.2 Условия реализации программы

Реализации образовательной программы осуществляется в ГКОУ УР «Большеучинская школа – интернат».

-кадровые: руководит кружком педагог дополнительного образования, наличие высшего образования, опыта работы с детьми с умственной отсталостью.

-материально-технические: помещение –

- Спортивный зал;
- Тренажерный зал;
- Открытые спортивные площадки для занятий мини-футболом, волейболом;

Материально-техническое обеспечение.

Все помещения, объекты физической культуры и спорта, которые необходимы для реализации программы по мини-футболу, волейболу оснащены соответствующим оборудованием и инвентарем и отвечают действующим санитарным и противопожарным нормам.

- Инвентарь и оборудование для занятий волейболом.
- Скакалки;
- Стойки для обводки;
- Мячи волейбольные;
- Сетка для волейбола
- Сетки для ворот;
- Компрессор для накачивания мячей;
- Конусы тренировочные;
- Игровая форма для команды.

2.3. Формы аттестации

Промежуточная – в середине года, в конце 1 полугодия в форме теста

Итоговая – в конце учебного года в форме контрольной игры, теста

Формы проведения - тесты, контрольные игры, чемпионат.

2.4 Оценочные материалы

Оценочный материал усвоения программы*:*

Тест №1:

(правильный ответ-1 балл)

1. Основным способом приема и передачи мяча в волейболе является …

А) нижняя передача мяча двумя руками;

Б) нижняя передача одной рукой;

В) верхняя передача двумя руками.

2. Верхняя передача мяча выполняется приемом мяча …

А) на все пальцы обеих рук;
Б) на три пальца и ладони рук;
В) на ладони;
3. При приеме мяча двумя руками снизу не рекомендуется принимать мяч …
А) на сомкнутые предплечья;
Б) на раскрытые ладони;
В) на сомкнутые кулаки.
4. Обязательным условием правильного выполнения верхней передачи мяча является …
А) прием игроком стойки волейболиста;
Б) своевременный выход игрока под мяч и выбор исходного положения;
В) своевременное сгибание и разгибание ног.
5. При верхней передаче мяча на большое расстояние передача заканчивается …
А) коротким движением рук и полным выпрямлением ног;
Б) полусогнутыми руками;
В) полным выпрямлением рук и ног.

2.5. Методические материалы

Особенность организации образовательного процесса - очная.
Формы организации учебного занятия*:* урок-тренировка, урок-соревнование, контрольный урок, инструктивный урок.
Методы обучения:словесный, наглядный, практический, игровой; и воспитания: поощрение, упражнение, стимулирование, мотивация и др.
Педагогические технологии:технология группового обучения, здоровьесберегающая технология.
Алгоритм учебного действия*:* Изучение теоретического материала осуществляется в форме 5-7 минутных бесед, которые проводятся, как правило, в начале занятий. В ходе практических занятий учащиеся группы получат элементарные навыки судейства игр по футболу и пионерболу. Обучение судейству осуществляется во время проведения двухсторонних учебных, тренировочных игр и соревнований.
Практические занятия по физической, технической и тактической подготовке проводятся в форме игровых занятий по общепринятой методике.

2.6.Рабочая программа воспитания

1. Характеристика творческого объединения – спортивный кружок посещают в основном мальчики 9-13 лет с диагнозом легкая умственная отсталость, любящие играть в спортивные игры. Группа разновозрастная, младшие ребята учатся, берут пример со старших. Старшие ребята учат младших, несут ответственность за них.

1. Цель: создание условий для саморазвития и самореализации личности учащихся, их успешной социализации в обществе;
2. Задачи:

- сохранять и развивать чувство гордости за свою страну, республику, село, школу, семью;
- воспитывать любовь к Родине, ее истории, культуре и традициям;
- формировать чувство уважения к другим народам, их традициям;
- формировать у учащихся осознание нравственной культуры миропонимания;
- формировать у учащихся умение работать в коллективе, сотрудничать с другими детьми;
- развивать творческие способности учащихся;
- формировать интеллектуальную культуру обучающихся, развивать их кругозор и любознательность;
- формировать у обучающихся культуру сохранения и совершенствования собственного здоровья.

Оценка достижения планируемых результатов воспитания проводится педагогическим работником на основе педагогического наблюдения.

3. Работа с коллективом учащихся (в рамках реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы).

Планируется в течение года:

1) Соревнования по волейболу в Можгинском районе, в Республике
2) выезды на соревнования согласно плану
3) участие в Школьной спартакиаде
4) поощрение поездкой в г.Ижевск лучших спортсменов
5) чествование спортсменов на Параде звезд

4. Работа с родителями (в рамках реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы).

Планируется в течение года:

1) Участие в спортивных праздниках, Днях здоровья
2) родительское собрание в неделю открытых дверей
3) соревнования

Таблица 4

Календарный план воспитательной работы

Мероприятие	**Задачи**	**Сроки проведения**	**Примечание**
Школьная Спартакиада	Развитие творческих способностей обучающихся	Сентябрь - май	
«Родительская декада»	Привлечение родителей к совместной деятельности с детьми	Ноябрь	
Папа, мама, я – спортивная семья	Привлечение родителей к совместной деятельности с детьми	май	
Беседа «Правила безопасного поведения на улицах и дорогах»	Познакомить обучающихся с правилами дорожного движения	Сентябрь	
Проведение инструктажа по ТБ	Познакомить обучающихся с правилами поведения на занятиях; при работе с инструментами (ножницы, иглы, булавки и т.д.)	Сентябрь	
Участие в Днях здоровья школы.	Формирование ЗОЖ	Сентябрь - май	
Всемирный день здоровья. Спортивные состязания среди объединений	Формирование здорового образа жизни	Апрель	

Таблица 5

2.7. **Календарно - тематический план**

№	Названия разделов, тем	Количество часов				Форма аттестации/ контроля
		Всего	в том числе			
			теория	практ ика	аттест.	
1.	**Техника безопасности на занятиях**	**2**	**2**			
2.	**Перемещение**	**6**				
2.1	Стойка игрока (исходные положения)			**2**		
2.2	Перемещение в стойке приставными шагами: правым и левым боком, лицом вперёд			2		
2.3	Сочетание способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх).			2		
3.	**Передачи мяча**	**10**				
3.1	Передача сверху двумя руками вперёд-вверх (в опорном положении)			2		
3.2	Передача сверху двумя руками в прыжке (вдоль сетки и через сетку)			2		
3.3	Передача сверху двумя руками, стоя спиной в направлении передачи			2		
3.4	Передача снизу двумя руками над собой			2		
3.5	Передача снизу двумя руками в парах			2		
4.	**Подачи мяча**	**6**				
4.1	Нижняя прямая			2		
4.2	Верхняя прямая			2		
4.3	Подача в прыжке			2		
5.	**Нападающие (атакующие) удары**	8				
5.1	Прямой нападающий удар (по ходу)			4		
5.2	Нападающий удар с переводом вправо (влево)			4		
6.	**Прием мяча**	6				
6.1	Приём снизу двумя руками			2		
6.2	Приём сверху двумя руками			2		
6.3	Приём мяча, отражённого сеткой			2		
7.	**Блокирование атакующих**	**12**				

	ударов					
7.1	Одиночное блокирование			4		
7.2	Групповое блокирование (вдвоём, втроём)			4		
7.3	Страховка при блокировании			4		
	Итого:	68	2	66		

2.8.Литература

1. Андреев С., Алиев Э. «История развития мини-футбола», «Спорт в школе», №5, 2007 год.
2. Болонов Г.П. «Физкультура в начальной школе» - М, 2004 год.
3. Власов А. «Мини-футбол в школу!», «Спорт в школе», №23, 2006 год.
4. Ланда Б. Х. «Мониторинг физического развития и физической подготовленности учащихся» - ПУ «Первое сентября», 2006 год.
5. Муравьев В.А. «Воспитание физических качеств детей дошкольного и школьного возраста» - М, 2004 год.
6. Полозов А. «Обучение футболу в разных странах», «Спорт в школе», №6, 2006 год.
7. Портных Ю.И. «Спортивные и подвижные игры» - М.
8. Степанова О.А. «Игра и оздоровительная работа в начальной школе» - М, 2004 год.
9. Тюленьков С.Ю., Фёдоров А.А «Футбол в зале: система подготовки» - М, 2004 год.