

Министерство образования и молодёжной политики Свердловской области
государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Свердловской области
«Серовская школа-интернат, реализующая адаптированные
основные общеобразовательные программы»

Согласована
На Совете учреждения
протокол № 2

« 07 » 07 2023 г

Утверждено
директор ГБОУ СО
«Серовская ШИ, реализующая АООП»
С.В. Ахмедзянова

приказ № 311-од
от « 29 » 08 20 23 г

**Адаптированная основная
образовательная программа
дополнительного образования**

2023 -2028 гг

г. Серов
2023 год

Оглавление.

1. Общие положения.....	2
2. Целевой раздел.....	4
2.1.Пояснительная записка.....	4
2.2.Цели и задачи реализации адаптированной основной образовательной программы дополнительного образования.....	4
2.3.Принципы и подходы к формированию программы дополнительного образования	5
2.4.Особые образовательные потребности обучающихся с ОВЗ.....	6
2.5.Планируемые результаты освоения образовательной программы дополнительного образования.....	7
3. Система оценки достижения планируемых результатов освоения образовательной программы дополнительного образования.....	8
4. Содержательный раздел.....	8
4.1. Программы художественно-эстетической направленности.....	9
4.2. Программы технической направленности.....	24
4.3.Программы физкультурно-спортивной направленности.....	25
5. Организационный раздел.....	45
5.1.Организация образовательной деятельности дополнительного образования.....	45
5.2. Система условий реализации образовательной программы дополнительного образования.....	46

Приложение. Учебный план дополнительного образования на учебный год.

I. Общие положения

Настоящая адаптированная основная образовательная программа дополнительного образования ГБОУ СО «Серовская ШИ, реализующая АООП» - нормативно-управленческий документ, определяющий содержание дополнительного образования в ГБОУ СО «Серовская ШИ, реализующая АООП».

Программа составлена в соответствии со следующими нормативными документами:

- Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 N 273-ФЗ;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (с изменениями на 30 сентября 2020 года).
- Концепция развития дополнительного образования до 2030 года (утверждена распоряжением Правительства РФ от 31.03.2022 № 678-р).
- 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 РФ от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей».
- Санитарные правила СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденными 28.09.2020 г. № 28 (регистрационный номер 61573 от 18.12.2020 г.).
- Локальных актов (лицензии на право осуществления образовательной деятельности, положения об организации и осуществлении образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам).

Адаптированная основная образовательная программа дополнительного образования далее (Программа ДО) определяет цели, задачи, планируемые результаты, содержание, организацию процесса дополнительного образования в школе-интернате.

Дополнительное образование в соответствии с частью 1 статьи 75 Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» направлено на формирование и развитие творческих способностей детей, удовлетворение их потребностей в интеллектуальном, духовно-нравственном, физическом совершенствовании, формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья, а также на организацию их свободного времени.

Дополнительное образование детей с ОВЗ обеспечивает их адаптацию к жизни в обществе, профессиональную ориентацию, а также выявление и поддержку детей, проявивших выдающиеся способности. Адаптированные общеобразовательные общеразвивающие программы дополнительного образования составлены с учетом возрастных и индивидуальных особенностей детей.

Адаптированная основная образовательная программа дополнительного образования ГБОУ СО «Серовская ШИ, реализующая АООП» в соответствии с требованиями ФГОС содержит три раздела: целевой, содержательный, организационный.

Целевой раздел определяет общее назначение, цель, задачи, планируемые результаты реализации адаптированной основной образовательной программы дополнительного образования, конкретизированные в соответствии с требованиями ФГОС НОО, ООО, ФГОС для обучающихся с ОВЗ и учитывающие региональные, национальные и этнокультурные особенности народов Российской Федерации, а также способы определения достижения этих целей и результатов.

Целевой раздел включает:

- пояснительную записку;
- цели и задачи реализации адаптированной основной образовательной программы дополнительного образования;
- принципы и подходы к формированию программы дополнительного образования.

Содержательный раздел определяет общее содержание дополнительного образования, ориентированное на достижение личностных, предметных и метапредметных результатов, и включает содержание программ кружков и секций.

Организационный раздел устанавливает общие рамки организации образовательной деятельности, а также механизм реализации компонентов образовательной программы.

Организационный раздел включает:

- организацию образовательной деятельности дополнительного образования;
- систему условий реализации образовательной программы ДО в соответствии с требованиями ФГОС.

Адаптированная основная образовательная программа дополнительного образования сформирована с учетом психолого-педагогических особенностей развития детей с 6,5 до 18 лет. Для реализации Программы определен нормативный срок – 5 лет.

Дополнительное образование в школе - интернате рассматривается как единый целенаправленный процесс, объединяющий воспитание, обучение и развитие личности и строится на следующих приоритетных идеях:

- свободный выбор ребёнком видов и сфер деятельности;
- ориентация на личностные интересы, потребности, способности ребёнка;
- возможности свободного самоопределения и самореализации ребёнка;
- практико-деятельностная основа обучения.

Дополнительное образование в школе -интернате ориентировано на включение детей в практическое освоение разных образовательных областей. Практико-деятельностная основа дополнительного образования выражается не только в том, что ребенок принимает участие в создании конкретного продукта, но пытается самостоятельно решать жизненно важные для него проблемы. Поэтому в дополнительном образовании школы - интерната большое внимание уделяется личному опыту ребенка, который обязательно учитывается при определении содержания занятий и форм практической деятельности.

II. Целевой раздел

2.1. Пояснительная записка

В ГБОУ СО «Серовская ШИ, реализующая АОП» дополнительное образование является составной частью образовательного процесса и одним из направлений внеурочной деятельности и представляет собой комплекс дополнительных образовательных услуг, направленных на удовлетворение особых интересов, потребностей обучающихся и на решение их проблем по освоению основной образовательной программы. В рамках дополнительного образования в учреждении функционируют объединения художественно-эстетической, физкультурно-спортивной и технической направленностей. Эти объединения осуществляют свою деятельность на

основе рабочих программ, разрабатываемых и реализуемых педагогами дополнительного образования.

2.2. Цели и задачи реализации образовательной программы дополнительного образования.

Цели реализации образовательной программы дополнительного образования:

- расширение возможностей для всестороннего удовлетворения потребностей детей с ОВЗ, для развития их индивидуальных склонностей и способностей, мотивации личности к познанию и творчеству, реализации их интересов, эмоционального благополучия каждого ребенка;
- содействие общекультурному, духовно-нравственному, социальному развитию детей, создание условий для приобретения детьми позитивного социального опыта, проявления инициативы, самостоятельности, ответственности, применения полученных знаний и умений в реальных жизненных ситуациях.

Для достижения целей необходимо решить следующие задачи:

- сформировать систему дополнительного образования в школе -интернате как ресурс мотивации личности к познанию, творчеству, труду, искусству и спорту;
- охватить максимальное количество обучающихся дополнительным образованием;
- обеспечить условия для достижения обучающимися с ОВЗ планируемых результатов освоения основной образовательной программы дополнительного образования;
- обновить содержание дополнительного образования в соответствии с интересами детей, потребностями семьи и общества для максимального удовлетворения их запросам;
- предупредить асоциальное поведение обучающихся, обеспечить внеурочную занятость подростков «группы риска»;
- способствовать расширению взаимодействия образовательного учреждения при реализации образовательной программы дополнительного образования с социальными партнерами;
- содействовать развитию инновационной деятельности в системе дополнительного образования школы;
- обеспечить полноценную социализацию обучающихся с ОВЗ;
- сохранять и укреплять физическое, психологическое и социальное здоровье обучающихся;
- обеспечить безопасность обучающихся во время их образовательной деятельности в кружках и секциях.

С учётом возрастных, психологических особенностей, обучающихся на каждом этапе обучения, меняются задачи дополнительного образования:

Уровень начального общего образования: расширение познавательных возможностей детей, диагностика уровня их общих и специальных способностей, создание условий для последующего выбора дополнительного образования, т. е. своеобразная «проба сил».

Уровень основного общего образования: формирование теоретических знаний и практических навыков, раскрытие творческих способностей личности в избранной области деятельности.

2.3. Принципы и подходы к формированию программы дополнительного образования.

В основу разработки программы заложены дифференцированный и деятельностный подходы.

Дифференцированный подход к построению программы предполагает учет особых образовательных потребностей детей с ОВЗ, которые проявляются в неоднородности возможностей освоения содержания дополнительного образования.

Деятельностный подход строится на признании того, что развитие личности ребенка с ОВЗ определяется характером организации доступной им деятельности. Основным средством реализации деятельностного подхода в дополнительном образовании является обучение как процесс организации познавательной и практической деятельности детей, обеспечивающий овладение ими содержания образования.

В основу формирования программы положены следующие принципы:

- принцип природосообразности предполагает обязательный учет природы ребенка, его физиологических, возрастных, половых особенностей;
- принцип культуресообразности заключается в использовании в процессе дополнительного образования достижений культуры: общечеловеческих ценностей, национальных традиций, обычая, присущих региону, территории, городу;
- принцип гуманизма означает уважение всех участников образовательного процесса к человеку, ребенку как личности, доверие к нему, принятие его интересов, жизненных целей, запросов, уважение его достоинства;
- принцип творческого самовыражения предполагает организацию благоприятных условий для создания в процессе дополнительного образования чего-либо нового, ранее не существовавшего;
- принцип индивидуального и дифференцированного подхода в обучении (учет индивидуальных образовательных потребностей ребенка);
- принцип развивающей направленности образовательного процесса, ориентирующий его на развитие личности ребенка и расширение его «зоны ближайшего развития» с учетом особых образовательных потребностей;
- принцип раннего начала психокоррекционных мероприятий. Реализация данного специфического принципа предполагает опору на сохранные возможности обучающегося. Построение дополнительного образовательного процесса осуществляется с использованием сохранных анализаторов, функций и систем организма в соответствии со спецификой нарушения развития.

2.4. Особые образовательные потребности обучающихся с ОВЗ.

Ребенок с ОВЗ отличается определенными ограничениями в повседневной жизнедеятельности: утрата или аномалия психологической, физиологической, сенсорной, анатомической структуры или функции; дефекты и потеря способностей исполнять такую деятельность, которая считается нормальной для остальных детей, а также недееспособность (инвалидность). Данное состояние бывает хроническим или времененным, частичным или общим, вследствие чего, дети с ОВЗ не могут исполнять те или иные функции или обязанности.

Особые образовательные потребности детей с ОВЗ - это комплекс специфических потребностей, возникающих вследствие первичного дефекта: общих (содержание образования, применение специальных методов и средств обучения, особая организация обучения) и специфических, направленных на удовлетворение их конкретных образовательных потребностей. Учет таких потребностей вызывает необходимость создания условий, способствующих развитию способностей детей с ОВЗ решать жизненные задачи. Требуется определенный комплекс мер, способствующий успешности включения детей с ОВЗ в социум. Таким образом становится дополнительное образование, позволяющее вовлечь ребенка в творческую деятельность, общение, повысить его самооценку.

Так как развитие ребенка с ОВЗ в гораздо большей степени зависит от качества педагогических условий, в которых он находится, функции дополнительного образования следующие:

образовательная - обучение ребенка по дополнительным образовательным программам; воспитательная - формирование в учреждении культурной среды, ненавязчивое воспитание детей через их приобщение к культуре;

информационная - передача педагогом ребенку максимального объема доступной информации (из которого последний берет столько, сколько хочет и может усвоить); коммуникативная - это расширение возможностей делового и дружеского общения ребенка со сверстниками и взрослыми;

коррекционная - наличие адекватной коррекционно-развивающей помощи;

интеграционная - создание единого образовательного пространства в школе- интернате;

компенсаторная - освоение ребенком новых направлений деятельности, углубляющих и дополняющих основное образование и создающих возможности предоставления ребенку определенных гарантий достижения успеха в определенных сферах творческой деятельности;

социализации - освоение ребенком социального опыта, приобретение им навыков воспроизведения социальных связей и личностных качеств, необходимых для жизни;

самореализация - самоопределение ребенка в социально и культурно значимых формах жизнедеятельности, проживание им ситуаций успеха, личностное саморазвитие.

2.5. Планируемые результаты освоения образовательной программы дополнительного образования

Общий ожидаемый результат реализации основной образовательной программы дополнительного образования – создание максимально благоприятных условий для раскрытия личностных потенциалов ребенка с ОВЗ и удовлетворения его потребностей в творческом самовыражении.

Личностные результаты освоения АДОП обучающимися включают индивидуально-личностные качества и социальные (жизненные) компетенции, социально - значимые ценностные установки, необходимые для достижения основной цели современного образования введения обучающихся в культуру, овладение ими социокультурным опытом.

С учетом индивидуальных возможностей и особых образовательных потребностей, обучающихся личностные результаты освоения АДОП должны отражать:

- осознание себя как гражданина России, формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание своей этнической и национальной принадлежности;
- формирование целостного, социально ориентированного взгляда на мир в его органичном единстве природной и социальной частей;
- формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;
- овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;
- принятие и освоение социальной роли обучающегося, формирование и развитие социально значимых мотивов учебной деятельности;
- способность к осмыслинию социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей;
- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации

- к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям;
- развитие адекватных представлений о собственных возможностях, о насущно необходимом жизнеобеспечении;
 - овладение социально-бытовыми умениями, используемыми в повседневной жизни;
 - владение навыками коммуникации и принятыми ритуалами взаимодействия, в том числе с использованием информационных технологий;
 - способность к осмыслинию и дифференциации картины мира, ее временно-пространственной организации.

В процессе реализации программ дополнительного образования предполагается достижение определенных общих результатов обучения (по каждому объединению такие планируемые результаты прописываются педагогом индивидуально в программе дополнительного образования).

2.6. Система оценки достижения планируемых результатов освоения образовательной программы дополнительного образования.

Чтобы проследить качество обученности обучающихся по образовательной программе, необходимо организовать систему заданий, направленных на выявление степени обученности по различным параметрам программы. Для мониторинга результатов обучения по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе используется методика Кленовой Н.В., Буйловой Л.Н., которая включает в себя:

1. Мониторинг результатов обучения по дополнительной общеобразовательной программе
2. Мониторинг личностного развития обучающихся.
3. Реализация творческого потенциала обучающегося.

В каждой программе педагогом описываются формы аттестации/контроля и формы оценки результатов учащихся. Формы аттестации/контроля обучающихся, определяются педагогом дополнительного образования с учётом возраста обучающихся, уровня подготовки и индивидуальных особенностей учащихся. Это могут быть, в зависимости от предмета изучения:

- коллективный анализ работ;
- анкетирование;
- олимпиада;
- самостоятельная работа;
- презентация творческих работ;
- демонстрация моделей;
- выставка;
- игра;
- контрольное упражнение;
- защита реферата, проекта, творческой работы;
- конкурс;
- выполнение нормативов;
- отчетные выставки, вернисажи;
- открытые уроки, занятия;
- отчетные концерты, спектакли;
- концертное прослушивание;
- фестиваль;
- соревнование;
- и другие, предусмотренные образовательной программой.

III. Содержательный раздел.

Особенностью содержания современного дополнительного образования является не только передача знаний и специфических навыков в рамках обучения по образовательной программе конкретного творческого объединения, но и формирование универсальных учебных действий в личностных, коммуникативных, познавательных, регулятивных сферах, обеспечивающих способность к организации самостоятельной творческой деятельности. Кроме этого, в программах дополнительного образования в содержание включено формирование надпредметных знаний и умений, которые в последствии дают возможность объединить возможности учебной образовательной деятельности и образовательной деятельности дополнительного образования. Такой подход позволит предупредить узкопредметность в отборе содержания дополнительного образования и обеспечить интеграцию и консолидацию этих видов образовательной деятельности в ГБОУ СО «Серовская ШИ, реализующая АОП».

Организация образовательной деятельности по образовательным программам дополнительного образования может быть основана на дифференциации содержания с учетом образовательных потребностей и интересов обучающихся. Уровень сформированности УУД и БУД в полной мере зависит от способов организации образовательной деятельности. Это определило необходимость выделить в рабочих программах не только содержание знаний, но и содержание видов деятельности, которое включает конкретные УУД, БУД обеспечивающие творческое применение знаний для решения жизненных задач, социального проектирования и успешной социализации обучающегося. Именно этот аспект образовательных программ даёт основание для утверждения гуманистической, личностно и социально ориентированной направленности процесса дополнительного образования.

В соответствии с системно-деятельностным подходом, составляющим методологическую основу требований Стандарта, содержание планируемых результатов описывает и характеризует обобщённые способы действий с учебным материалом, позволяющие обучающимся успешно решать учебно-практические задачи, максимально приближенные к реальным жизненным ситуациям.

3.1. Программы художественно-эстетической направленности

Адаптированная дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Объединение выразительного чтения «Искра».

Содержание образовательной программы

Первый год обучения

В первый год обучения работа ведется по следующим темам:

Тема 1. Вводное занятие. История предмета. Древние ораторы. Знакомство.

Тема 2. Культура поведения: культура общения, вежливость, умение слушать

Теория: Понятие о комплименте, урок добрых слов. Правила разговора по телефону, поведение в транспорте, магазине на природе.

Практика: Отрабатывается умение представить себя, сделать поклон.

Работаем над осанкой, правилами общения в различных бытовых ситуациях. Учимся видеть в человеке прекрасное.

Итог. Сочинение индивидуальных поздравлений родным, близким, друзьям.

Формы оценки результативности

- Наблюдение педагога дает возможность сделать вывод о степени успешности выполнения индивидуально-педагогических задач.
- Комplимент гостям или товарищам.

Тема 3. Дикция, артикуляция, постановка голоса и дыхания

Теория: Понятие о дикции, артикуляции, ритме речи, посыле звука. **Практика:** Дикционные упражнения (скороговорки и чистоговорки на чистоту и быстроту произношения).

Итог. Дикционная чистота произношения, умение владеть посылом звука, чувствовать ритм речи.

Формы оценки результативности

- Наблюдения педагога.
- Конкурс «Как на горке, на пригорке...».

Тема 4. Чувство ритма и координация движений

Теория: Что такое ритм? Координация. Для чего она нужна?

Практика: Воспитание органики движений. Упражнения на развитие речевых нервных центров, находящихся в кончиках пальцев. Хлопки по четвертям, отхлопывание заданного ритмового рисунка, хлопки с выделением сильной доли такта. Сочетание двух разных ритмов.

Итог. Раскрепощение, конкретность, отхлопывание заданного ритма, хлопки с выделением сильной доли такта.

Формы оценки результативности

- Обсуждение выполненного упражнения «Буратино» («подвесить себя на гвоздик», то есть мгновенно пропустить через позвоночник «стержень»); упражнений «Дай, дай – не надо, не надо», «Книга», «Горошина», «Ловля мух»).

Тема 5. Первое знакомство с основами стихосложения

Теория: Понятие о рифме и ритме стихотворения. Роль ритма и рифмы в стихотворном произведении.

Практика: Упражнения на подбор рифмы. Сочиняя коллективное стихотворение.

Итог. Хлопки по четвертям, хлопки с выделением сильной доли такта. Подбор рифмы. Сочинение своего стихотворения

Формы оценки результативности

- Наблюдение педагога.
- Обсуждение кружковцами каждой работы.

Тема 6. Развитие речи

Теория: Вступление, основная часть, заключение- неотъемлемые части сочинения. Логика произведения.

Практика: Развитие логического мышления, умение построить логическую «цепочку», логическое ударение. Расширение словарного запаса: «Рассказ из слов на одну букву». Сочиняя сказку (рассказ) вместе.

Итог.

- Работа над логической «цепочкой» ведется на материале произведений из немецкого фольклора.
- Владение логическим ударением показывается на материале скороговорок.
- Создание рассказа, се слова которого начинаются на одну букву.

- Сочинение коллективного рассказа на заданную тему.

Формы оценки результативности

- Обсуждение в коллективе.
- Выявление победителя конкурса «Аукцион слов на одну букву...»

Тема 7. Раскрытие творческого потенциала

Теория: Что это такое «этюд»? Понятие о пантомиме.

Практика: Развитие фантазии, образного видения (упражнения «Полет на ковре-самолете», «Шарик», этюды).

Тренировка зрительной памяти (игра «Баранья голова»).

Итог.

- Передача различных воображаемых предметов (жаба, горячая картошка, цветок и т.д.).
- Изображение пантомимой задуманного животного.

Формы оценки результативности

- Обсуждение выполнения упражнений в коллективе.

Тема 8. Итоговое занятие. Беседа-анализ «Я научился...»

Содержание второго года обучения

Задачей второго года обучения является продолжение работы по развитию речи учащихся (обогащение словарного запаса, воспитание ассоциативного и логического мышления). Знакомство со средствами выразительной речи (логические ударения, пауза, сила звука, темпо-ритм, тембр голоса, интонационная окраска, понятие о «подтексте»).

Дальнейшее развитие координации движений (дирижирование, походка...).

Воспитание образного видения через этюды. (Изобразить предмет; иллюстрация литературных произведений этюдами).

На втором году обучения много времени уделяется играм со словами. Через игру дается понятие о синонимах, антонимах, сравнениях. Используются игры со словами: шарады, анаграммы, лотагрифы, метаграммы.

Дается представление о теме и идее стихотворения.

Тема 1. Вводное занятие. Беседа «Как я провел лето».

Тема 2. Техника речи: дикция, дыхание, посыл звука, артикуляция

Теория: Объяснение критериев правильного выполнения упражнений.

Практика: Постыл звука отрабатывается при помощи упражнения: «Бросить вдаль звуковой «мячик» на счет 5-8-10»; тренировка дыхания на скороговорке «Как на горке на пригорке жили тридцать три Егорки...»; артикуляционные упражнения: произнесение сочетаний гласных и согласных звуков: и, э, а, о, у, ы; би, бэ, ба, бо, бу, бы; ви, вэ, ва, во, ву, вы; биппи, бэппэ и др.

Итог:

- владение силой произносимого звука
- правильное дыхание при выразительном чтении
- дикционная чистота произношения

Формы оценки результативности

- выявление победителя конкурса «Как на горке, на пригорке...»
- наблюдения педагогом за уровнем владения детьми силой произносимого звука

Тема 3. Средства выразительной речи

Теория: Интонация: Логическое ударение, сила звука, пауза, тембр голоса, темп-ритм. Интонационное звучание (понятие о «подтексте»). Понятие о темпе и ритме. Совпадения и расхождения темпа и ритма художественном произведении.

Тренировка логического ударения и силы звука на материале скороговорок: «Бобр...», «Цапля...», «Карл...», «От топота копыт...».

Выразительное чтение по ролям басен И.А.Крылова (темпер голоса, подтекст). Упражнение: с помощью интонации убедить слушающих, что слон – большой, мышь – маленькая, торт – вкусный, горчица – горькая, картошка – горячая, вода – холодная и т.д.

Итог

- Владение логическим ударением.
- Выразительное чтение по ролям басен И.А.Крылова.

Формы оценки результативности

- Наблюдение за кружковцами дает педагогу оценить и использовать индивидуальные данные каждого ребенка.
- Обсуждение в коллективе успехов товарищей.

Тема 4. Чувство ритма, координация движений

Теория: Ритмическая основа музыкальных произведений (марш, вальс и др.)

Практика: Дирижирование в четвертях, (отхлопывание с выделением сильной доли такта).

Итог

Игра-упражнение: «Волшебная палочка» (передача палочки в заданном ритме).

Упражнение на внимание «Зеркало». Игра «Разведчики».

Формы оценки результативности

- Наблюдения педагога позволяют проанализировать степень усвоения детьми пройденного материала.
- Подведение итогов игры «Разведчики».

Тема 5. Развитие речи

Теория: Понятия о синонимах и антонимах, сравнении, эпитете.

Практика: Создание рассказа, логически связывающего 3 слова. Понятие о синонимах и антонимах. Подбор синонимичных и антонимичных пар. Упражнение подбери сравнение.

Словарный запас. Подбор определений к заданным словам.

Итог:

- Задание: придумать предложение, состоящее из 5-7 слов, начинающихся на одну заданную букву.
- Упражнение. «Рассказ по картинке». (Придумать рассказ, в котором в начале, в середине или в конце могла бы быть использована данная картинка в качестве иллюстрации), определение настроения персонажа картинки.
- Составление рассказа, все слова в котором начинаются на заданную букву.

- Анаграммы, метаграммы, лотагрифы.
- Шарады. (Понятие и разыгрывание).
- Составление рассказа с использованием сравнений
- Выполнение заданий расширяет словарный запас детей, формирует умение логически выстроить свою речь, тренирует внимательность, сообразительность и фантазию.

Формы оценки результативности

- анализ творческих работ учащихся педагогом
- обсуждение наиболее удачных рассказов в коллективе

Тема 6. Раскрытие творческого потенциала учащихся

Теория: Образное видение. Искусство восприятия.

Практика: Игра «Море волнуется раз...» (задумать какое-либо растение, животное, предмет, литературного героя и «застынь», изображая задуманное. Водящий должен расколдовать игроков, т.е. отгадать изображенное).

Искусство восприятия.

Умение слушать, реакция (этюды).

Итог:

- Разыгрывание этюдов позволяет ребенку проявить себя как режиссера, актера, учит взаимодействию на сценической площадке.

Формы оценки результативности

- использование метода « незаконченный тезис»

Тема 7. Знакомство с секретами литературного творчества

Теория: Понятия о теме и идее произведения. Знакомство с законами стихосложения. Дальнейшее раскрытие понятий «рифма» и «ритм»

Практика: Анализ сказок К.Чуковского и С. Маршака. Создание собственных стихотворных миниатюр.

Итог: Создание собственных стихотворных миниатюр.

Формы оценки результативности

Анализ стихотворных миниатюр созданных воспитанниками.

Тема 8. Итоговое занятие. Беседа-анализ «Мои успехи».

Содержание третьего года обучения.

Тема 1. Вводное занятие «Моё летнее открытие».

Тема 2. Техника речи..

Теория: Объяснение критериев правильного выполнения упражнений.

Практика: Дальнейшее совершенствование дикционной чистоты произношения скороговорок, наращивание темпа, интонационное разнообразие актёрских задач. Членение алфавита как поздравительной открытки, выговора, просьбы и т.д.

Итог: безупречность произношения.

Формы оценки результативности: Дикционная чистота при исполнении произведений.

Тема 3. Развитие речи.

Теория:

Знакомство со стилями речи: художественным, научным, публицистическим, официально – деловым.

Задача эпиграфа. Углубление представлений о композиции произведения.

Раскрываем тайны происхождения слов. Дальнейшее расширение словарного запаса учащихся, их способности сформулировать значения слов.

Понятие о биографии и автобиографии, сравнительной характеристики.

Практика:

Определение стиля речи, создание своего высказывания определённого стиля.

Анализ композиции произведения. Работа с этимологическим словарём. Составление кроссвордов, автобиографий.

Итог: Создание высказываний определённого стиля. Умение выделять композиционные части произведения. Знакомство с этимологическим словарём. Написание автобиографий.

Формы оценки результативности: Наблюдения педагога, обсуждение с детьми выполненных заданий позволяют проанализировать степень усвоения детьми пройденного материала.

Тема 4. Раскрытие творческого потенциала.

Теория: Знакомство с импровизацией.

Практика: Задание на импровизацию (в очень жаркий день ешь мороженое, на улице тебя застал внезапный ливень, перебираешься по бревну через лесной ручей, запекаешь картошку в костре и т.д.)

Итог: выполнение импровизационных заданий.

Формы оценки результативности:

Наблюдения педагога за умением учащихся при выполнении импровизаций убедить зрителей в правдоподобности своих действий.

Тема 5. Индивидуальная работа над выбранными стихотворениями.

Второе полугодие третьего года обучения занятия проходят по следующей схеме: Тренаж (скороговорки, упражнения на дыхание, координацию движений, ритмику) затем работаем над индивидуальными стихотворениями, выбранными учащимися для своего исполнения в течение первого полугодия. Работа над каждым стихотворением начинается с обсуждения темы, композиции, идеи стихотворения. Весь класс участвует в обсуждении.

Итог: По программе работа завершается конкурсом на лучшее исполнение стихотворения.

Формы оценки результативности

- Участие в конкурсе дает возможность анализировать уровень чтецкого мастерства, владение интонационными средствами выразительности, степень осмысленности прочтения, умения «подать» себя, «взять» зрительный зал.

Тема 6: Итоговое занятие. Обсуждение исполнительского мастерства.

Адаптированная дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Вокальная группа Хорошки».**Содержание программы****Первый года обучения****Тема I. Пение как вид музыкальной деятельности.**

1.1. Понятие о сольном и ансамблевом пении. Пение как вид музыкально-исполнительской деятельности. Общее понятие о солистах, вокальных ансамблях (дуете, трио, квартете, квинтете, сикстете, октете), хоровом пении. Организация занятий с певцами-солистами и вокальным ансамблем. Правила набора голосов в партии ансамбля. Понятие об ансамблевом пении. Разновидности ансамбля как музыкальной категории (общий, частный, динамический, тембровый, дикционный). Ансамбль в одноголосном и многоголосном изложении.

1.2. Диагностика. Прослушивание детских голосов Предварительное ознакомление с голосовыми и музыкальными данными учеников.. Объяснение целей и задач вокальной студии. Строение голосового аппарата, техника безопасности, включающая в себя профилактику перегрузки и заболевания голосовых связок.

1.3. Строение голосового аппарата. Основные компоненты системы голосообразования: дыхательный аппарат, гортань и голосовые связки, артикуляционный аппарат. Формирование звуков речи и пения – гласных и согласных. Функционирование гортани, работа диафрагмы. Работа артикуляционного аппарата. Верхние и нижние резонаторы. Регистровое строение голоса.

1.4. Правила охраны детского голоса. Характеристика детских голосов и возрастные особенности состояния голосового аппарата. Мутация голоса. Предмутационный, мутационный и постмутационный периоды развития голоса у девочек и мальчиков. Нарушения правил охраны детского голоса: форсированное пение; несоблюдение возрастного диапазона и завышенный вокальный репертуар; неправильная техника пения (использование приёмов, недоступных по физиологическим возможностям детям определённого возраста), большая продолжительность занятий, ускоренные сроки разучивания новых произведений, пение в неподходящих помещениях.

1.5. Вокально-певческая установка. Понятие о певческой установке. Правильное положение корпуса, шеи и головы. Пение в положении «стоя» и «сидя». Мимика лица при пении. Положение рук и ног в процессе пения. Система в выработке навыка певческой установки и постоянного контроля за ней.

1.6. Упражнения на дыхание по методике А.Н. Стрельниковой. Тренировка легочной ткани, диафрагмы («дыхательный мускул»), мышц гортани и носоглотки. Упражнения: «Ладошки», «Погончики», «Маленький маятник», «Кошечка», «Насос», «Обними плечи», «Большой маятник».

Тема II. Формирование детского голоса.

2.1. Звукообразование. Образование голоса в гортани; атака звука (твёрдая, мягкая, придыхательная); движение звучащей струи воздуха; образование тембра. Интонирование. Типы звуковедения: legato и non legato. Понятие кантиленного пения. Пение staccato. Слуховой контроль за звукообразованием.

2.2. Певческое дыхание. Основные типы дыхания: ключичный, брюшной, грудной, смешанный (косто-абдоминальный). Координация дыхания и звукообразования. Правила дыхания – вдоха, выдоха, удерживания дыхания. Вдохательная установка, «зевок».

Воспитание чувства «опоры звука» на дыхании. Пение упражнений: на crescendo и diminuendo с паузами; специальные упражнения, формирующие певческое дыхание.

2.3. Дикция и артикуляция. Понятие о дикции и артикуляции. Положение языка и челюстей при пении; раскрытие рта. Соотношение положения гортани и артикуляционных движений голосового аппарата. Развитие навыка резонирования звука. Формирование высокой певческой форманты. Соотношение дикционной чёткости с качеством звучания. Формирование гласных и согласных звуков. Правила орфоэпии.

2.4. Речевые игры и упражнения (по принципу педагогической концепции Карла Орфа). Развитие чувства ритма, дикции, артикуляции, динамических оттенков. Знакомство с музыкальными формами. Учить детей при исполнении упражнения сопровождать его выразительностью, мимикой, жестами. Раскрытие в детях творческого воображения фантазии, доставление радости и удовольствия.

2.5. Комплекс вокальных упражнений для развития певческого голоса. Концентрический метод обучения пению. Его основные положения. Упражнения на укрепление примарной зоны звучания детского голоса; выравнивание звуков в сторону их «округления»; пение в нюансе *mf* для избежания форсирования звука.

Фонетический метод обучения пению. Основные положения. Упражнения на сочетание различных слогов-фонем. Усиление резонирования звука. Метод аналитического показа с ответным подражанием услышанному образцу. Унисонные упражнения. Пение упражнений с сопровождением и без сопровождения музыкального инструмента.

Упражнения первого уровня □ формирование певческих навыков: мягкой атаки звука; звуковедение *legato* при постепенном выравнивании гласных звуков; свободного движения артикуляционного аппарата; естественного вдоха и постепенного удлинения дыхания.

Тема III. Слушание музыкальных произведений, разучивание и исполнение песен.

3.1. Работа с народной песней. Освоение жанра народной песни, её особенностей: слоговой распевности, своеобразия ладовой окрашенности, ритма и исполнительского стиля в зависимости от жанра песни. Освоение своеобразия народного поэтического языка. Освоение средств исполнительской выразительности в соответствии с жанрами изучаемых песен. Пение оригинальных народных песен без сопровождения. Пение обработок народных песен с сопровождением музыкального инструмента. Исполнение народной песни сольно и вокальным ансамблем.

3.2. Работа с произведениями русских композиторов-классиков. Освоение классического вокального репертуара для детей. Освоение средств исполнительской выразительности: динамики, темпа, фразировки, различных типов звуковедения и т.д.

3.3. Работа с произведениями современных отечественных композиторов. Работа над сложностями интонирования, строя и ансамбля в произведениях современных композиторов. Пение соло и в ансамбле. Работа над выразительностью поэтического текста и певческими навыками. Исполнение произведений с сопровождением музыкальных инструментов. Пение в сочетании с пластическими движениями и

элементами актерской игры. Овладение элементами стилизации, содержащейся в некоторых произведениях современных композиторов.

3.4. Работа с солистами. Устранение неравномерности развития голосового аппарата и голосовой функции, развитие интонационного эмоционального и звуковысотного слуха, способности эмоционального и звуковысотного интонирования, освоение элементов музыки.

Тема IV. Игровая деятельность, театрализация песни.

Разучивание движений, создание игровых и театрализованных моментов для создания образа песни

Тема V. Расширение музыкального кругозора и формирование музыкальной культуры.

5.1. Прослушивание аудио- и видеозаписей. Формирование вокального слуха учащихся, их способности слышать достоинства и недостатки звучания голоса; анализировать качество пения, как профессиональных исполнителей, так и своей группы (а также индивидуальное собственное исполнение). Обсуждение, анализ и умозаключение в ходе прослушивания аудио- и видеозаписей.

5.2. Посещение театров, концертов, музеев и выставочных залов. Обсуждение своих впечатлений, подготовка альбомов, стендов с фотографиями, афишами. Сбор материалов для архива студии.

Тема VI. Концертная деятельность.

Выступление солистов и группы (дуэт). В связи с целями и задачами, поставленными на данный учебный год, а также с характером творческих мероприятий и конкурсов, содержание тематического планирования может видоизменяться.

Содержание программы Второй года обучения

Тема I. Пение как вид музыкальной деятельности.

1.1. Закрепление навыков певческой установки. Специальные упражнения, закрепляющие навыки певческой установки. Пение в положении «сидя» и «стоя». Положение ног и рук при пении. Контроль за певческой установкой в процессе пения.

1.2. Певческая установка в различных ситуациях сценического действия. Певческая установка и пластические движения: правила и соотношение. Пение с пластическими движениями в положении «сидя» и «стоя». Максимальное сохранение певческой установки при хореографических движениях (элементах) в медленных и средних темпах. Соотношение пения с мимикой лица и пантомимой.

1.3 Упражнения на дыхание по методике А.Н. Стрельниковой.

Тренировка легочной ткани, диафрагмы («дыхательный мускул»), мышц гортани и носоглотки. Упражнения: «Ладошки», «Погончики», «Маленький маятник», «Кошечка», «Насос», «Обними плечи», «Большой маятник».

Тема II. Совершенствование вокальных навыков.

2.1. Пение с сопровождением и без сопровождения музыкального инструмента. Работа над чистотой интонирования в произведениях с сопровождением и без сопровождения музыкального инструмента (фортепиано, баян, аккордеон, гитара). Работа над развитием вокального, мелодического и гармонического слуха. Слуховой контроль

над интонированием. Специальные приёмы работы над навыками мелодического и гармонического строя при пении.

2.2. Комплекс вокальных упражнений по закреплению певческих навыков у учащихся. Концентрический и фонетический метод обучения пению в процессе закрепления певческих навыков у учащихся. Работа по усилению резонирования звука при условии исключения форсирования звука. Метод аналитического показа с ответным подражанием услышанному образцу. Упражнения второго уровня □ закрепление певческих навыков у детей: мягкой атаки звука; звуковедение *legato* и *non legato* при постоянном выравнивании гласных звуков в сторону их «округления»; свободное движение артикуляционного аппарата; естественного входа и постепенного удлинения выдоха – в сочетании с элементарными пластическими движениями и мимикой лица.

2.3. Развитие артикуляционного аппарата. Формирование гласных и согласных звуков в пении и речи. Закрепление навыка резонирования звука. Скороговорки в пении и речи – их соотношение. Соотношение работы артикуляционного аппарата с мимикой и пантомимикой при условии свободы движений артикуляционных органов. Формирование высокой и низкой певческой форманты.

2.4. Речевые игры и упражнения (по принципу педагогической концепции Карла Орфа). Развитие чувства ритма, дикции, артикуляцию, динамических оттенков. Учить детей при исполнении упражнения сопровождать его выразительностью, мимикой, жестами. Раскрытие в детях творческого воображения фантазии, доставление радости и удовольствия.

2.5. Укрепление дыхательных функций в пении. Упражнения, тренирующие дозирование «вдоха» и удлинённого выдоха. Воспитание чувства «опоры» звука на дыхании в процессе пения. Специальные дыхательные упражнения (шумовые и озвученные). Пение с паузами и формированием звука.

Тема III. Работа над певческим репертуаром.

3.1. Работа с народной песней (пение с сопровождением и без сопровождения музыкального инструмента). Работа над чистотой интонации и певческими навыками в народной песне. Пение соло и в ансамбле. Работа над выразительностью поэтического текста (в речи и пении). Исполнение народной песни в сочетании с пластическими движениями и элементами актерской игры. Народная песня в сопровождении музыкальных инструментов (фортепиано, аккордеон.).

3.2. Работа с произведениями композиторов-классиков. Работа над чистотой интонирования, строем и ансамблем в классических произведениях. Работа над выразительностью поэтического текста, певческими навыками. Работа над выразительностью исполнения классических произведений на основе учёта их психологического подтекста.

3.3. Работа с произведениями современных отечественных композиторов. Работа над сложностями интонирования, строя и ансамбля в произведениях современных композиторов. Пение соло и в ансамбле. Работа над выразительностью поэтического текста и певческими навыками. Исполнение произведений с сопровождением музыкальных инструментов. Пение в сочетании с пластическими движениями и элементами актерской игры. Овладение элементами стилизации, содержащейся в некоторых произведениях современных композиторов.

3.4. Работа над произведениями западноевропейских композиторов-классиков. Освоение классического вокального репертуара для детей (Р. Шуман, Ф. Шуберт, Л. Бетховен и др.). Жанры произведений композиторов-классиков: песня, вокальная миниатюра, баллада. Освоение средств исполнительской выразительности: динамики, темпа, фразировки, различных типов звуковедения и т.д. Исполнение произведений с сопровождением и без сопровождения музыкального инструмента. Пение соло и в ансамбле.

3.5. Работа с солистами. Развитие показателей певческого голосообразования как осознанного умения произвольно включать отдельные элементы эстрадного певческого тона, осознанно удерживать их на музыкальном материале, соответствующем возрасту. Освоение музыкальной грамоты.

Тема IV. Элементы хореографии.

Разучивание движений для передачи образа песни.

Тема V. Формирование музыкальной культуры и художественного вкуса.

5.1. Прослушивание аудио- и просмотр видеозаписей концертов профессиональных певцов. Формирование вокального слуха учащихся, их способностей слышать и анализировать качественные характеристики голоса профессиональных певцов и своей группы (индивидуальное и ансамблевое исполнение). Обсуждение и анализ сценического поведения и актёрского мастерства при создании художественного образа профессиональными артистами.

5.2. Посещение музеев, выставочных залов, концертов, театров. Формирование основ общей и музыкальной культуры и расширение кругозора учащихся путем приобщения их к духовным ценностям разных народов. Обсуждение своих впечатлений и подготовка материалов для выставок, альбомов, стендов и т.д. Сбор материалов для архива студии.

5.3. Встречи с вокальными детскими коллективами и обмен концертными программами. Формирование навыков общения со сверстниками, занимающимися аналогичной творческой деятельностью. Обмен художественным опытом в целях повышения творческого уровня учащихся студии.

Тема VI. Концертная деятельность. Выступление солистов и группы (дуэт).

В связи с целями и задачами, поставленными на данный учебный год, а также с характером творческих мероприятий и конкурсов, содержание тематического планирования может видоизменяться.

Содержание программы

Третий года обучения

Тема I. Организация певческой деятельности учащихся в условиях занятий сценическим движением.

1.1. Понятие о сценическом движении и его роль в создании художественного образа песни. Поведение на сцене. Различие между сценическим движением актера и хореографией. Художественный образ и его создание. Специальные упражнения и этюды.

1.2. Виды, типы сценического движения. Связь различных видов и типов сценического движения с задачами вокального исполнения.

1.3. Соотношение движения и пения в процессе работы над вокальными произведениями. Понятие о стилевых особенностях вокальных произведений (песня, классика, сочинения современных авторов). Выбор сценических движений в соответствии со стилем вокальных произведений при условии сохранения певческой установки.

Отработка фрагментов вокальных произведений в сочетании с пластическими и сценическими движениями.

1.4 Упражнения на дыхание по методике А.Н. Стрельниковой.

Тренировка легочной ткани, диафрагмы («дыхательный мускул»), мышц гортани и носоглотки. Упражнения: «Ладошки», «Погончики», «Маленький маятник», «Кошечка», «Насос», «Обними плечи», «Большой маятник», «Шаги», «Перекаты», «Ушки», «Повороты головы».

Тема II. Совершенствование вокальных навыков.

2.1. Усложнение комплексов вокальных упражнений по совершенствованию вокальных навыков учащихся. Упражнения второго уровня – совершенствование певческих навыков: утверждение мягкой атаки звука как основной формы звукообразования; навык кантиленного пения при сохранении единого механизма образования гласных звуков; сохранение вдохательной установки и развитие навыка пения на опоре дыхания. Концентрический и фонетический метод обучения пению. Метод аналитического показа с ответным подражанием услышанному образцу. Пение в «щадящем» режиме звучания голоса на нюансах *mp-mf*.

2.4. Речевые упражнения (по принципу педагогической концепции Карла Орфа).

Развитие чувства ритма, дикции, артикуляцию, динамических оттенков. Исполнение упражнения сопровождать его выразительностью, мимикой, жестами.

Тема III. Работа над певческим репертуаром.

3.1. Работа с народной песней. Работа над чистотой интонации и средствами музыкальной выразительности в народной песне. Работа над стилевыми особенностями в народной песне в зависимости от её жанра. Пение соло и в ансамбле. Работа над созданием (углублением) художественного образа путём использования элементов пластических и сценических движений. Пение без сопровождения и с сопровождением музыкального инструмента (оркестром или ансамблем народных инструментов); под фонограмму. Самостоятельный подбор сценических движений к народной песне.

3.2. Работа с произведениями русских композиторов-классиков. Работа над чистотой интонирования, строем и ансамблем в классических произведениях. Пение соло и в ансамбле. Освоение характерных особенностей композиторского стиля русских классиков (интонации, фразировки, темпов, динамики и др.) Освоение исполнительского стиля произведений русской классической музыки для детей в зависимости от жанра произведения. Пение с сопровождением музыкального инструмента (фортепиано, инструментальный ансамбль). Пение под фонограмму. Самостоятельный анализ сольных и ансамблевых записей, сделанных в процессе обучения в студии.

3.3. Работа с произведениями современных отечественных и зарубежных композиторов. Работа над сложностями интонации, строя и ансамбля в произведениях современных композиторов. Разнообразие вокально-исполнительских приемов (глиссандо, придыхательная атака звука, резкие переходы в различные регистры и т.д.). Пение соло и в ансамбле. Работа по овладению элементами стилизации, содержащейся в некоторых произведениях современных авторов. Пение с сопровождением и под фонограмму с использованием сценических движений.

3.4. Работа над произведениями западноевропейских композиторов-классиков. Работа над интонацией, строем и ансамблем, освоение более сложных вокально-

исполнительских приемов. Пение соло и в ансамбле. Освоение характерных особенностей композиторского и исполнительского стиля в произведениях западноевропейских композиторов-классиков в зависимости от жанра сочинения. Пение с сопровождением и под фонограмму. Самостоятельный анализ сольных и ансамблевых записей, сделанных в процессе обучения в студии. Творческие задания для самостоятельной работы.

3.5. Работа с солистами. Устранение неравномерности развития голосового аппарата и голосовой функции в певческой деятельности, развитие физиологического диапазона, стабилизация певческого выдоха, формирование и стабилизация высокочастотного ротового резонатора, формирование и стабилизация низкочастотного резонатора, синтез всего перечисленного в эстрадном певческом тоне. Перенос технологии со специальных координационно-тренировочных упражнений на конкретный музыкальный материал. Пение по нотам.

Тема IV. Элементы хореографии. Разучивание движений для передачи образа песни.

Тема V. Актёрское мастерство. Умение передать посредством мимики и жестов эмоциональное содержание песни.

Тема VI. Формирование музыкальной культуры и художественного вкуса.

6.1. Прослушивание аудио- и просмотр видеозаписей профессиональных певцов, посещение театров, музеев, концертов. Продолжение работы по формированию основ общей и музыкальной культуры учащихся и расширению их кругозора. Формирование навыков общения со сверстниками, занимающимися творческой деятельностью. Обсуждение прослушиваний и просмотров записей выступлений профессиональных артистов и различных ансамблей. Сбор материалов для архива студии. Подготовка стендов, альбомов по итогам выступлений участников студии (индивидуальные творческие задания).

6.2. Анализ музыкальных произведений.

Тема VII. Концертная деятельность. Выступление ансамбля и солистов.

В связи с целями и задачами, поставленными на данный учебный год, а также с характером творческих мероприятий и конкурсов, содержание тематического планирования может видоизменяться.

Адаптированная дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Танцевальный калейдоскоп».

Содержание программы

1 год обучения

Основы знаний. Освоение учащимися специальной терминологии, техники выполнения того или иного элемента или упражнения, а также беседы о хореографическом и музыкальном искусстве. Сюда же входит использование верbalных методов в процессе обучения и воспитания детей. Преобладающее количество занятий – групповые. «Беседы по хореографическому искусству». Беседы по хореографическому искусству проводятся систематически в течение всего курса обучения. Они включают в себя лекции по истории русского и мирового балета, по истории народного и бального танцев; общие сведения об искусстве хореографии, её специфике и особенностях.

Танцевальные упражнения (42 час). Танцевальная разминка. Элементы русской пляски. Положение рук, положение ног, положение головы. Повороты и вращение в танце. Хоровод-старинный танец. Русский народный танец «Ой, Вася Василек». Знакомство с танцем. Соединение танцевальных движений. Растижки на все группы мышц. **Теория:** В отличие от растяжек на первом году обучения, растяжки второго года состоят в том, что кроме упражнений на общее развитие гибкости и пластичности тела,

включаются растяжки узкой направленности, сосредоточенные на какой то одной части тела, делающиеся более интенсивно. *Практика:* выполнение упражнений: 1. Ученик стоит лицом к палке по первой позиции, руки на палке перед собой. Голова медленно поворачивается в сторону. Верхняя часть корпуса наклоняется в сторону, плечи ровные, лопатки опущены, живот и ягодицы втянуты, медленно возвращаемся в исходное положение. Повторение с поворотом головы в другую сторону и с прогибом верхней части корпуса назад. 2. Ученик стоит лицом к палке по первой позиции, держась за неё обеими руками, нога поднимается на палку. В этом положении делаются: *demi plie* и *grand plie*, перегиб корпуса к ноге, растяжка по палке в сторону, опорная нога стоит на месте. 3. Ученик ложится на пол, спина, плечи и бёдра прижаты к полу, колени выпрямлены, стопы вытянуты, педагог берёт одну ногу и, придерживая вторую на полу, начинает тянуть ногу на 180. Плечи и бёдра на полу. Упражнение повторяется с другой ноги. *Практика:* танцы: «Школьный вальс»; «Снежинки». Русский народный танец «Ромашки», танец «Богини», спортивный танец, танец «Я рисую солнце», танец «Барбарики», танец на день учителя, танец на 23 февраля, танец на 8 Марта, танец на новый год. Разучивание и соединение танцевальных движений. Пляска, перепляс, разучивание и соединение танцевальных движений. Элементы в русском народном танце: поклоны. Танцевальный ход-«веревочка», вращение на месте и с продвижением. Хоровод «Кружева». Основные положения рук, ног, головы. Повороты и вращение в танце. Классический танец. Элементы классического танца. Позиции-основные положения рук и ног в классическом танце. Повторение и закрепление изученных движений. Танец на свободную тему. Сюжет танца. Обработка всех выученных танцев и подтанцовок. Синхронность движений.

Ритмико- гимнастические упражнения(10 час) Развитие координации движений. Упражнения на осанку. Круговые движения головы, наклоны вперёд, назад, в стороны. Выбрасывание рук вперёд, в стороны, вверх из положения руки к плечам. Круговые движения плеч, замедленные, с постоянным ускорением, с резким изменением темпа движений. Плавные, резкие, быстрые, медленные движения кистей рук. Повороты туловища в положении стоя, сидя с передачей предметов. Круговые движения туловища с вытянутыми в стороны руками, за голову, на пояс. Всевозможные сочетания движений ног: выставление ног вперёд, назад, в стороны, сгибание в коленном суставе, круговые движения, ходьба на внутренних краях стоп. *Упражнения на расслабление мышц.* Прыжки на двух ногах одновременно с мягкими расслабленными коленями и корпусом, висящими руками и опущенной головой («петрушка»). С позиции приседания на корточки с опущенной головой и руками постепенное поднимание головы, корпуса, рук по сторонам (имитация распускающегося цветка). То же движение в обратном направлении (имитация увядющего цветка). Комплекс упражнений.

Игры под музыку (6 час). Музыкальные игры с предметами. Игры с пением и речевым сопровождением. Инсценирование доступных песен (Два веселых гуся, Веселые зверята) Прохлопывание ритмического рисунка прозвучавшей мелодии. Игра: «Прохлопай песенку», Игры: «Песенки - ритмы», «Кто как поет». Творческая деятельность В играх детям предоставляется возможность «побыть» животными, актёрами, хореографами, исследователями, наблюдая при этом, насколько больше становятся их творческие возможности, богаче фантазия. Одно из направлений творческой деятельности – танцевальная импровизация, то есть сочинение танцевальных движений и их комбинаций в процессе исполнения заданий на предложенную тему. Кроме этого в содержание раздела входят задания по развитию ритмопластики, упражнения танцевального тренинга, инсценирование стихотворений, песен, пословиц, сказок и т.д.; этюды для развития выразительности движений.

Отчетные мероприятия (8 час). Концерты, общешкольные мероприятия.

Содержание программы 2 год обучения

Тема 1. Введение - 2 часа

Теория - 2 часа.

Изучаются правила охраны труда, правила противопожарной безопасности, правила дорожного движения. Задачи 2-го года обучения. Правила поведения в коллективе. Права и обязанности воспитанников.

Тема 2. Партерная гимнастика и ритмика - 18 часов.

Теория -2 часа

Определение и передача в движении: характера музыки, темпа, метроритма, размеров 2/4; 3/4.

Практика - 16

Ритмика.

Упражнения на развитие ориентации в пространстве: положения в парах, свободное размещение в зале с последующим возвращением в колонну, построение из круга в одну шеренгу, в две, три, четыре.

Упражнения на развитие мышечного чувства и отдельных групп мышц: разведение рук в стороны с напряжением; напряжение и расслабление мышц шеи; напряжение и расслабление мышц плечевого пояса, корпуса.

Партерная гимнастика.

Разминка, повторение и закрепление упражнений 1-го года обучения.

Усложнение выученного (ускорение темпа исполнения упражнений, добавление более сложных элементов.). Большое количество упражнений развивающих гибкость.

Тема 6. Репетиции и постановка танцев - 30 часов

Практика - 20 часов

Пополнение репертуара новыми постановками: «Огонь и лед», «Осенний вальс».

Композиция современного эстрадного танца «Мы, танцуем!» «Дружба», «Современные девчата», «Перемена», «Хулиганьчики». Изучение элементов, используемые фактически каждый день в диско-клубах, модифицированные для соревнований. Танец может быть составлен из джазовых элементов (контракши, волны, джазовые шаги и пробежки, кики, классические пируэты и прыжки). При исполнении этих движений используется вся площадь сцены. Наиболее известные тенденции диско: активная работа всего тела с волнами от бедра, включение джаза и некоторых классических элементов, часто изменяемые основные шаги и использование большого количества элементов работы рук, небольшие движения тела с динамическими движениями ног в гармонии с движениями рук, часто используемые движения различных социальных, главным образом латино-американских танцев, а так же восточных.

Народно-сценический танец - 12 часов

Теория - 2 часа

Русский танец. Значение и изучение русского танца. Хороводы. Пляски. Переплясы. Разнообразие исполнения русских танцев.

Белорусский танец. Танцевальная культура Белоруссии Характер исполнения. Разнообразие белорусских танцев.

Итальянский академический танец Тарантелла. Характер и особенности исполнения.

Практика - 10 часов

Русский танец:

положение ног - все прямые и свободные позиции, открытые и смешанные позиции;

положения рук - в одиночном исполнении. характерные положения для мужского и женского танца;

притопы - одинарные, двойные, тройные, с подскоком, в сочетании с движением рук;

«гармошка»;

«припадание» - по 3-ей позиции, на месте, вокруг себя, с продвижением в сторону;

ходы: с каблука с переступанием, переменный;

переборы-перескоки: с ноги на ногу, с поочередными ударами подушечками, сокращенных стоп, ударами ребром каблука;

бег: на месте, с продвижением в разные направления, колени наверх «лошадкой», ноги от колена назад, вперед с носка;

«веревочка» простая;

ковырялочка с притопами - двойным, тройным, с перескоком;

дроби: горохом;

изучение хлопушек.

Танцевальный этюд из выученных движений.

Разучивание танцев «девичий перепляс» «калинка» на выбор педагога, в зависимости от возможностей обучающихся.

Белорусский танец. Элементы белорусского танца:

позиции и положения ног и рук, положения рук в парном массовом танце;

простой, тройной притоп;

простой танцевальный шаг, переменный шаг вперед и назад;

дорожка (припадание);

дорожка (плетеная);

простой бег вперед и назад.

3.2. Программы технической направленности

Адаптированная дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Легоконструирование и робототехника».

Содержание программы

Все темы по программе ЛЕГО-конструирования делятся на 4 блока, взаимосвязанных между собой:

1. Окружающий нас мир
2. Робототехника
3. Основы безопасности жизнедеятельности
4. Практика работы на компьютере

Окружающий нас мир.

Данный цикл занятий проходит для закрепления и пропедевтики тем по окружающему миру. Обучающиеся повторят уже изученную по окружающему миру тему на новом уровне, закрепят её. Некоторые темы на занятиях по Лего-конструированию будут изучаться раньше, чем по программе, поэтому станут хорошей пропедевтической работой.

Робототехника.

Основы робототехники WeDo представляет уникальную возможность для обучающихся освоить основы робототехники, создав действующие модели. Благодаря датчикам поворота и расстояния созданные конструкции реагируют на окружающих мир. С помощью программирования на персональном компьютере ребенок наделяет интеллектом свои модели и использует их для решения задач, которые по сути являются упражнениями из курсов естественных наук, технологии, математики, развития речи.

Работая индивидуально, парами или в командах, обучающиеся любых возрастов могут учиться, создавая и программируя модели, проводя исследования, составляя отчёты и обсуждая идеи, возникающие во время работы с этими моделями.

LEGO Education WeDo 9580 предоставляет средства для достижения целого комплекса образовательных целей:

- Развитие словарного запаса и навыков общения при объяснении работы модели.
- Установление причинно-следственных связей.
- Анализ результатов и поиск новых решений.
- Коллективная выработка идей, упорство при реализации некоторых из них.
- Экспериментальное исследование, оценка (измерение) влияния отдельных факторов.
- Проведение систематических наблюдений и измерений.
- Использование таблиц для отображения и анализа данных.
- Построение трёхмерных моделей по двухмерным чертежам.
- Логическое мышление и программирование заданного поведения модели.
- Написание и воспроизведение сценария с использованием модели для наглядности и драматургического эффекта.

Основы безопасности жизнедеятельности.

Этот цикл занятий предназначен для закрепления и углубления знаний по основам безопасности жизнедеятельности. Обучающиеся повторят правила дорожного движения. Эта одна из самых актуальных тем, так как чаще всего в дорожно-транспортные происшествия попадают именно школьники. Вспомнят об опасностях, которые их могут ожидать дома и на улице.

Практика работы на компьютере.

Данный блок интегрируется с предыдущими блоками. Для прохождения многих тем необходимо много дополнительной информации, а также её обработка, систематизация, оформление результата проделанной работы. Информацию обучающиеся могут почерпнуть не только из книг, но и из ресурсов Интернета. Обучающиеся научатся безопасным приёмам работы на компьютере, бережному отношению к техническим устройствам, простейшим приёмам поиска информации, работе с ЦОР (цифровыми образовательными ресурсами), готовыми материалами на электронных носителях. При работе с LEGO Education WeDo 9580 научатся задавать своей модели программу, конструировать саму модель.

3.3. Программы физкультурно-спортивной направленности

Адаптированная дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Азбука здоровья».

Содержание рабочей программы

Основы знаний:

- Правила безопасного поведения в местах проведения подвижных игр. Значение подвижных игр для здорового образа жизни.
- Сведения о режиме дня и личной гигиене.
- Значение физических упражнений для здоровья человека.
- История возникновения игр с мячом.
- Правильная осанка и её значение для здоровья и хорошей учёбы.
- Правила безопасного поведения при проведении игр с бегом. Техника бега с ускорением, техника равномерного бега.
- Правила безопасного поведения при проведении эстафет
- Правила безопасного поведения при с играх мячом.

Навыки, умения, развитие двигательных качеств:

- Совершенствование координации движений
- Развитие глазомера и чувства расстояния
- Укрепление основных мышечных групп; мышц рук и плечевого пояса
- Бросание, метание и ловля мяча в игре
- Гимнастические построения, размыкания, фигурантская маршировка

Дыхательные упражнения:

- Вдох через нос и выдох через рот. Вдох и выдох через нос. Грудной и брюшной тип дыхания. Смешанный тип дыхания (грудно-брюшной или полный) в положении стоя и лежа. Дыхание при различных движениях рук: в стороны, вверх. Дыхание при приседаниях и полуприседаниях. Дыхание во время наклона туловища вперед. Дыхание во время ходьбы, руки на пояс, с различными вариантами: на 3 шага вдох, на 3 – выдох.
- Дыхательные упражнения во время ходьбы с движениями рук назад, в стороны, вверх.
- Упражнения с большими мячами (резиновые или волейбольные). Передача мяча из рук в руки: по кругу, в колонне над головой (сзади стоящему). Перекатывание мяча друг другу: в кругу, в двух шеренгах, расположенных одна от другой на расстоянии 3-4 шагов. Подбрасывание мяча вверх и ловля его. Перекатывание мяча друг другу: из положения лежа на животе. Перебрасывание мяча в кругу вправо и влево. Перебрасывание мяча друг другу в двух шеренгах. Перебрасывание мяча, хлопок в ладоши и ловля.

Упражнения с малыми мячами:

- Подбрасывание мяча вверх и ловля его двумя руками.
- Удары мячом о пол и ловля его двумя руками. Броски мяча в стену (высота 1 - 2 - 3 м) правой и левой рукой и ловля его двумя руками. Подбрасывание мяча вверх и ловля его после дополнительных движений: хлопнуть в ладоши.
- Упражнения на осанку выполняются по показу учителя и под его контролем.

Игры: «Фигуры», «Волки, зайцы, лисы», «Мишка на прогулке», «Медведи и пчёлы», «У медведя во бору», «Второй лишний», «Краски», «Мячик», «Мяч по полу», «Метко в цель», «Бегуны и метатели», «Летает – не летает», «Копна – тропинка – кочки», «Разведчики», «Поезд», «На новое место», «Лабиринт», «Что изменилось?», «Калин – банба», «Чижик», «Золотые ворота», «Чехарда», «Совушка», «Вороны и воробыши», «К своим флагкам», «День иночья», «Вызов номеров», «Пустое место», «Невод», «Колесо».

Адаптированная дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Лёгкая атлетика».

Содержание программы.

Раздел 1. Знание о физкультурно-оздоровительной деятельности (8ч.)

Теория: Вводное занятие. План работы секции. Правила поведения на занятиях по легкой атлетике и режим работы. -2ч. Значение легкоатлетических упражнений для подготовки к трудовой деятельности, к защите Родины.-2ч

Практика: Легкоатлетические разминочные упражнения на месте и в движении.-4 ч

Раздел 2. История развития легкой атлетики. История развития легкоатлетического спорта (4 часа).

Теория. Возникновение легкоатлетических упражнений. Легкая атлетика как наиболее доступный для любого возраста вид спорта, имеющий прикладное значение.-2ч.

Гигиена спортсмена и закаливание. Режим дня и режим питания, гигиена сна, уход за кожей, волосами, ногтями и ногами, гигиена полости рта, гигиеническое значение водных процедур, гигиена одежды, обуви и мест занятий-2 ч.

Раздел 3. Теоретические знания по технике безопасности легкоатлетических видов спорта (6ч.)

Теория: Места занятий, их оборудование и подготовка. Ознакомление с местами занятий по отдельным видам легкой атлетики. Оборудование и инвентарь, одежда и обувь для занятий и соревнований-2ч.

Техника безопасности во время занятий легкой атлетикой. Правила пользования спортивным инвентарем, одеждой и обувью. Дисциплина — основа безопасности во время занятий легкой атлетикой. Возможные травмы и их предупреждения.-2ч.

Ознакомление с правилами соревнований. Судейство соревнований в отдельных видах бега, ходьбы, в метании меча, прыжках в высоту, длину.-2ч

Раздел 4. Практические занятия (50ч.)

Прыжки в длину. ОФП.

Теория: Изучение прыжков в длину с места и с разбега.-2ч

Практика:

упражнения для развития скорости: гладкий бег, комбинированный бег с осеной скорости и направлений, кроссовый бег,-4ч.

общеразвивающие упражнения-2ч;

прыжковые упражнения: прыжки в длину с места, прыжки с места и с разбега с доставанием предметов, прыжки через препятствие-4ч;

силовые упражнения: упражнения с отягощением для рук и для ног-4ч;

гимнастические упражнения: упражнения без предметов, упражнения для мышц рук и плечевого пояса, упражнения для мышц ног и таза-4ч;

Эстафетный бег.

Теория: Изучение техники бега.-2ч

Практика:

ознакомление с техникой-2ч;

изучение движений ног и таза-2ч;

изучение работы рук в сочетании с движениями ног-2ч;

низкий старт, стартовый разбег-4ч.

Теория: Изучение техники бега на короткие дистанции-2 ч.

Практика:

ознакомление с техникой бег на короткие дистанции-2ч;

изучение техники бега по прямой-2ч;

изучение техники высокого старта, выполнение стартовых положений, поворотные выходы со старта без сигнала и по сигналу-4ч;

изучение техники низкого старта (варианты низкого старта)-2ч;

установление стартовых колодок, выполнение стартовых команд)-2ч.

По дистанции (изучение техники бега по повороту, изучение техники низкого старта на повороте, изучение техники финиширования, совершенствование в технике бега, бег 40 м).-4ч.

Раздел 5. Теоретические знания по технике легкоатлетических видов спорта (4ч.)

Теория: Общие основы техники прыжков-2ч. Прыжки в длину с места и с разбега.-2ч

Раздел 6. Практические занятия. ОФП- 48 часа. Бег на короткие дистанции.

Теория: Техника бега на короткие дистанции 30-50 м.-2ч.

Изучение низкого старта-2ч.

Практика: Низкий старт. Бег по дистанции 30-50 м.-2ч Равномерный бег 100 -2ч.

Челночный бег 3х10 м.-2ч Ходьба и бег в течение 3 мин.-2ч Кроссовая подготовка.

Теория: Техника бега на средние дистанции 300 м.-2ч Практика: Бег на средние дистанции 300-2ч. Бег на средние дистанции 400м-2ч Бег с ускорением.

Бег в медленном темпе (2-2,5 мин). -2ч. Кросс в сочетании с ходьбой до 400 м-2ч
Стартовый разгон. Челночный бег 3 x 10м и 6 x 10 м.-2ч Повторный бег 2x60 м.-2ч
Эстафетный бег.

Теория: Обучение технике эстафетного бега. Встречная эстафета. Совершенствование техники эстафетного бега.-2ч

Практика: ОФП

—упражнения с предметами: со скакалками и мячами-2ч.

—упражнения на гимнастических снарядах.-2ч

—акробатические упражнения: перекаты, кувырки, стойки-2ч

—подвижные игры и эстафеты.-4ч

Метание мяча.

Теория: Ознакомление с техникой метания мяча в цель, изучение движений ног и таза, изучение работы рук в сочетании с движениями ног.-2ч

Практика: Метание мяча в горизонтальную цель и на дальность.-2ч Контрольные упражнения и спортивные соревнования. Согласно плану спортивных мероприятий.-2ч

Раздел 7.

Практика: Подвижные игры-14ч

Раздел 8. Итоговое занятие -2ч:

Практика: Тестирование . Контрольные упражнения.

Адаптированная дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Настольный теннис».

Содержание программы

Тема 1. Вводное занятие. Теория: Форма организации и проведения занятия, методы и приёмы организации учебно-воспитательного процесса, техническое оснащение занятий, вид и форма контроля, форма предъявления результата. Цели и задачи. Настольный теннис как вид спорта и физического оздоровления.

Тема 2. Беседы о физической культуре и спорте. Теория: Физическая культура и спорт в России. Массовый характер спорта. Физическая культура в системе народного образования. Понятие ОФП (общая физическая подготовка) и её функции. Роль и значение настольного тенниса для здоровья и развития. Физическая культура, как средство всестороннего развития личности.

Тема 3. Беседы о развитии настольного тенниса. Теория: Возникновение настольного тенниса. Развитие настольного тенниса в России. Олимпийские игры. Выступление российских спортсменов на Олимпийских играх.

Тема 4. Краткие сведения о значении занятий физической культурой и спортом для развития человека и укрепления его здоровья

Теория: Понятие «физическая культура»; физическая культура как составляющая часть общей культуры; роль физической культуры в воспитании молодежи.

Тема 5: Гигиена, режим дня, закаливание детей, врачебный контроль, самоконтроль спортсмена

Теория: Понятие о гигиене и санитарии; значение дыхания для жизнедеятельности организма; уход за телом, полостью рта и зубами; Гигиена одежды, мест занятий, режим дня, питание спортсменов. Естественные средства закаливания - вода, прогулки и занятия на воздухе, солнечные ванны.

Тема 6: Организация занятий физическими упражнениями, техника безопасности, инвентарь, спортивная одежда занимающихся.

Теория: Организация рабочего места. Правила безопасности на занятиях. Спортивный инвентарь для занятий ОФП. Специальное оборудование, инвентарь и тренажеры, правила пользования. Спортивная одежда для занятий.

Тема 7: Самостоятельные занятия дома и их значение

Теория: Как заниматься самостоятельно, чтобы развить основные двигательные качества; здоровье и систематические занятия физическими упражнениями; повторение и закрепление пройденного материала в домашних условиях.

Тема 8. Общая физическая подготовка.

Практика: освоение навыков физической подготовки: утренняя зарядка, бег по прямой, бег приставными шагами, бег с высоко поднятыми коленями, челночный бег, прыжки со скакалкой, приседания на месте и др. Эстафета. Спортивные игры.

Тема 9. Специальная физическая подготовка.

Практика: Воспитание двигательных качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости, ловкости), индивидуальные занятия, разминка перед тренировкой и игрой.

Тема 10. Техническая подготовка.

Теория: Понятие о спортивной технике. Стойка теннисиста, хватка ракетки, исходное положение рук, ног, туловища; откидка, накат, подрезка, подача; перемещения.

Практика: Овладение техникой игры. Хватка ракетки. Жонглирование мячом. Овладение техникой с работой ног. Овладение техникой ударов по мячу на столе. (Набивание мяча ладонной стороной ракетки. Набивание мяча тыльной стороной ракетки. Имитация движений. Подачи. Удары. Накат открытой ракеткой справа. Накат закрытой ракеткой слева. Короткий накат. Длинный накат. Подрезка открытой ракеткой. Подрезка закрытой ракеткой).

Тема 11. Тактическая подготовка.

Теория: Основные принципы и правила игры. Понятия о счете в настольном теннисе; правила начисления очка. Тактика одиночной игры.

Практика: Выполнение тактических приемов (перемещения, подачи) в упражнениях на занятиях. Применение тактических вариантов в учебных, тренировочных играх.

Тема 12. Игровая подготовка.

Практика: Индивидуальная, групповая и командная тренировка. практические занятия индивидуально и в парах. Учебная, тренировочная игра. игра на счет разученными ударами; групповые игры; «Солнышко», «Один против всех», «Круговая – с тренером» и другие.

Тема 13. Контрольные упражнения.

Практика. Тестирование упражнений и выполнение обязательного минимума по общей физической и специальной подготовке. Тестирование теннисных умений.

Адаптированная дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Бочче».

Содержание программы.

Общая физическая подготовка.

- Легкая атлетика: ходьба с изменением темпа, в чередовании с бегом и прыжками. Бег на скорость 20-40 метров с высокого старта. Прыжки в длину с места и с разбега. Прыжки в высоту. Челночный бег. Бег по пересеченной местности до 2 км. Бег с высоким подниманием бедра. Метание набивного мяча (2 кг).
- Спортивные игры: волейбол, баскетбол, футбол, ручной мяч по упрощенным правилам, настольный теннис, бадминтон и др.
- Подвижные игры на развитие глазомера, координационных способностей.
- Эстафеты с передачей предмета.
- Общеразвивающие упражнения на месте и в движении из программного материала этапа начального обучения с постепенным их усложнением, увеличением объема и интенсивности выполнения.
- Лыжи: передвижение на лыжах попеременным ходом до 1,5 км.

Специальная физическая подготовка.

Это серия коротких планов для тренировки по проведению 5-недельной программы по бочче.

Техническая подготовка.

1). «Набрасывание колец»

Подготовка. Берут 3 кольца. Ставится табурет ножками вверх или палка на стойке высотой 0,5 м. На расстоянии 2-3 м от стойки или табурета проводится черта.

Играющие встают в очередь около черты.

Описание игры. Первый участник берет 3 кольца и старается последовательно набросить их на ножки от табурета или на палку, затем кольца бросает следующий и т. д. Отмечаются участники игры, сумевшие набросить все 3 кольца.

2). «Попаду в мяч»

Подготовка. Посередине площадки кладется волейбольный мяч. Играющие делятся на 2 команды и строятся в шеренгу на противоположных сторонах площадки. Желательно, чтобы между ними было расстояние 18-20 м. Перед носками играющих проводится по черте. Игроки одной команды получают по теннисному мячу.

Описание игры. По сигналу руководителя игроки, не заходя за черту, бросают маленькие мячи в волейбольный мяч, находящийся посередине площадки, стараясь откатить его к команде соперников. Игроки с другой команды собирают брошенные мячи и по сигналу метают их в волейбольный мяч, стараясь откатить его обратно. Так, поочередно, команды метают мячи установленное количество раз. Можно дать всем по мячу и тогда одновременно бросают все мячи в большой мяч.

Выигрывает команда, сумевшая закатить мяч за черту другой.

Правила.

1. Бросают мячи одновременно по сигналу.

2. При броске нельзя заступать за черту.

3. Если волейбольный мяч выскочит далеко в сторону от играющих, его возвращают на прежнее место.

4. При присуждении победы учитываются сделанные ошибки.

3). «Метко в цель»

Подготовка. Площадка, чал. Маленькие мячи – по количеству в половину играющих и 10 городков.

Посередине площадки проводится черта, вдоль которой ставится 10 городков. Играющие делятся на 2 команды и располагаются шеренгами одна против другой на противоположных сторонах площадки. Участники одной команды получают по маленькому мячу.

Описание игры. По установленному сигналу руководителя играющие бросают мячи в городки, стараясь их сбить. Сбитый городок ставится на 1 шаг ближе к команде, участник которой его сбил. Затем также по сигналу бросают мячи в городки и игроки другой команды, и сбитые городки ставятся на шаг ближе к ним. Каждая команда бросает мячи установленное количество раз. Выигрывает команда сумевшая приблизить к себе городки на большее число шагов.

Правила.

1. Бросать мячи можно только по сигналу руководителя.

2. При броске нельзя заходить за черту, проведенную перед командами.

4). «Верный глаз»

Подготовка. Поляна, площадка, зал, комната. Листки бумаги и карандаши - по количеству играющих. Играющие становятся на одной линии около руководителя, и каждый из них получает листок бумаги и карандаш.

Описание игры. Руководитель указывает на какой-нибудь предмет, находящийся в 6-10 м от линии играющих. Играющие измеряют на глаз расстояние до указанного предмета шагами (если оно более 8 метров) или стопами (если расстояние небольшое), и каждый записывает свой результат. Подписанные листки игроки сдают руководителю.

Руководитель раскладывает их в порядке записанных цифр, начиная с меньшей, а затем по команде ведет все отделение играющих развернутым строем к предмету, подсчитывая шаги. Если же расстояние определялось количеством стоп, то играющие шагают вперед, представляя каждый раз пятку к носку. Каждого игрока руководитель останавливает на расстоянии, указанном им в листке. Выигрывают те, у кого лучше глазомер.

Правила. Каждый определяет расстояние исходя из длины своего шага или длины своей стопы.

5). «Подвижная цель»

Подготовка. Зал, площадка, 1 или 2 волейбольных мяча.

Участники становятся в круг на расстоянии вытянутых рук. Перед их носками чертится окружность. Затем они получают волейбольный мяч. Выбирается водящий, который идет в середину круга. Если позволяет помещение, то лучше детей поставить в 2 круга и в каждом из них выполнять упражнение самостоятельно.

Описание игры. Играющие, перекидывая мяч, стараются попасть им в водящего. Водящий, спасаясь от мяча, бегает, прыгает, увертывается в кругу. Тот, кто попал в водящего мячом, не заходя за черту, меняется с ним местом. Играют 5-7 минут. Отмечаются наиболее ловкие водящие, сумевшие продержаться дольше других в середине круга и наиболее меткие игроки. Если играют в 2-х кругах, можно провести между ними соревнование: начиная одновременно игру по сигналу в двух кругах, отмечают, в каком из них быстрее удастся попасть мячом в водящего. В этом случае водящим каждый раз становится игрок другой команды.

Правила.

1. Засчитывается попадание в ноги и в любую часть туловища. Попадание в голову не засчитывается.

2. Если в водящего попал мяч, отскочивший от пола или от предмета, то попадание не засчитывается.

3. При броске мяча в водящего заступать за черту окружности нельзя; заступившему попадание не засчитывается.

Теоретическая подготовка. Основные сведения о связочном аппарате, строении и расположении мышц. Функции мышц, их взаимодействие с костной системой. Гигиена физических упражнений и профилактика заболеваний. Техническая подготовка. Роль спортивно-технической подготовки в процессе становления спортивного мастерства.

Анализ техники сильнейших спортсменов в плавании.

Понятие здоровья. Значение соблюдение режима дня для здоровья спортсмена.

Характеристика спортивного снаряжения: размеры и разметка корта, размеры шаров, способы измерения расстояния между шарами.

Правила и тактика игры в бочче: экипировка, жеребьевка, система счета, перерывы и задержки в игре, поведение игроков, неправильное поведение и наказания, основы судейства.

Психологическая подготовка. Создание ситуаций, требующих проявления терпения, настойчивости, умения мобилизоваться, преодоления неприятных ощущений, но не до предела возможностей. Создание ситуаций требующих совместного взаимодействия учащихся.

Совместный просмотр соревнований старших спортсменов с комментированием их выступлений.

Создание условий для приобретения соревновательного опыта каждым учащимся.

Анализ выступления на соревнованиях каждого учащегося в индивидуальном порядке.

Педагогическое наблюдение: формирование коммуникативных навыков, проявление волевых качеств.

Индивидуальные беседы с учащимися и родителями.

Инструкторская и судейская практика. Участие в организации соревнований для младшего возраста. Уход за инвентарём и оборудованием спортивного зала, мелкий ремонт.

Восстановительные мероприятия. Витаминация. Водные процедуры. Прогулки на свежем воздухе. Воздушные и солнечные ванны.

Адаптированная дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Баскетбол».

Содержание программы первого года обучения

1. Вводное занятие

Теоретическая часть.

Ознакомление с программой. Знакомство с группой. История и развитие физической культуры и баскетбола в стране. Вводный инструктаж. Правила техники безопасности на занятиях игры в баскетбол. Требования к личной гигиене.

Практическая часть:

2. Общая физическая подготовка.

Теоретическая часть. Основы техники выполнения упражнений, их направленность на развитие физических качеств.

Практическая часть. Общеподготовительные координационные и развивающие упражнения. Строевые упражнения. Шеренга, колонна, фланг, дистанция. Перестроения в одну, две шеренги, в колонну по одному по два. Построение, выравнивание строя, расчет по строю, повороты на месте. Переход на ходьбу и бег, на шаг.

Упражнения выполняются без предметов и с предметами, в движении и на месте.

Общеразвивающие упражнения без предметов.

Общеразвивающие упражнения с предметами: скакалками, гимнастическими палками, теннисными мячами, набивными мячами, резиновыми амортизаторами и другими.

Акробатические упражнения: включают группировки и перекаты в различных положениях, стойка на лопатках, кувырки вперёд и назад; соединение нескольких акробатических упражнений в несложные комбинации.

Подвижные игры и эстафеты с элементами бега, прыжков, метанием, переползаний, с переноской, расстановкой и собиранием предметов, переноской груза, с применением перечисленных элементов в различных сочетаниях. Игры в «Пятнашки», «Пятнашки в тройках», «Догони партнера», «Свободное место», «Всадники», «Ловец и перехватчик», «Кто быстрее», «Выбей мяч», «Старт за мячом».

3. Специальная физическая подготовка

Теоретическая часть. Основы техники выполнения специальных физических упражнений.

Практическая часть.

Упражнения, направленные на развитие прыгучести, быстроты реакции, специальной ловкости и выносливости: по зрительному сигналу рывки с места с максимальной скоростью на отрезках (5, 10, 15 м и тд.), с постоянным изменением длины отрезков из исходных положений (стойка баскетболиста лицом, боком и спиной к стартовой линии; прыжки через предметы, выпрыгивания после прыжка в глубину и высоту 40-50 см, выпрыгивания из приседа, прыжки с внешним отягощением и метание набивного мяча. Беговые, прыжковые, скоростно-силовые и специальные циклические упражнения использованные в режиме высокой интенсивности.

Упражнения с партнером: выполнение различных технических заданий, комбинаций с партнером (стартовые рывки с мячом, в соревнованиях с партнером, вдогонку за партнером, вдогонку за летящим мячом, в соревнованиях с партнером; партнеры ловят и

передают мяч (или два мяча) в одном прыжке, передвигаясь от кольца к кольцу, и завершают упражнение броском из-под кольца; передачи в парах с продвижением вперед; передачи мяча в тройках на бегу через среднего игрока). Различные подвижные игры и эстафеты с выполнением заданий в разнообразных сочетаниях и с преодолением препятствий по характеру действий сходных с баскетболом («Подбрось - поймай», «Скрытый пас», «Мяч в корзину», «Чехарда», «Снайперские броски»). Упражнения, направленные на развитие силы: из седа руки сзади поднимание ног в угол с последующим возвращением в исходное положение, из упора лежа на полу отжимание от пола, сгибая и разгибая руки; упражнения с гантелями, с набивным мячом (передвижения в баскетбольной стойке по квадрату с мячом, гантелями; сгибание и разгибание рук в локтевом суставе с гантелями); лежа на животе, руки за головой, поднимание и опускание туловища, прогибая спину; лежа на спине, сгибание и разгибание ног и туловища с захватом руками голени ног. Прыжки через разнообразные снаряды и предметы (барьеры, скамейка, веревка) как без поворотов, так и с поворотами.

Упражнения для развития специальной координации: ведение мяча по прямой, по кругу; ловля и передача баскетбольного мяча во время ходьбы, бега. Встречное ведение мяча в двух колоннах, передача мяча после ведения со сменой мест, обводка препятствий со сменой рук. Передачи по кругу через одного стоя на месте, встречные передачи в колоннах, в движении. Передачи мяча в движении по кругу, через центр. Упражнения с передачей мяча в стену: ловля мяча после поворота, после дополнительной ловли и передачи и т.д. Передача мяча на быстроту, точность и правильность по отношению к выполнению задания (передать мяч тому или другому партнеру в зависимости от того, кто передал мяч или в каком порядке стоят партнеры и т.д.)

Упражнения для развития качеств, необходимых для выполнения броска. Сгибание и разгибание рук в лучезапястных суставах и круговые движения кистями. Отталкивание от стены ладонями и пальцами одновременно и попеременно правой и левой рукой. Имитация броска. Поднимание и опускание, отведение и приведение рук с гантелями в положение лежа на спине на скамейке. Метание мячей на точность, дальность, быстроту. Удары по летящему мячу (волейбольному и баскетбольному) в прыжке, с места, с разбегу в стену, через волейбольную сетку на точность попадания в цель. Броски мячей через волейбольную сетку, через веревочку на точность попадания. Падение на руки вперед, в стороны с места и с прыжка.

4. Техническая подготовка

Теоретическая часть. Простейшие базовые элементы баскетбола.

Приемы игры.

Практическая часть.

Техника передвижений. Основная стойка баскетболиста. Бег с изменением направления и скорости. Передвижение приставными шагами (правым и левым боком, вперед и назад). Остановки во время бега: шагом, прыжком. Ловля двумя руками мяча, летящего навстречу и сбоку на уровне груди. Передача мяча двумя руками от груди после ловли и на месте, после ловли с остановкой, после поворота на месте. Ведение мяча правой, левой рукой и попеременно. Ведение с изменением направления (ведение мяча через фишки-конусы, ведение по сигналу, ведение с сопротивлением).

Техника владения мячом.

Стойка защитника: одна нога выставлена вперед, ноги расставлены на одной линии. Перемещение в стойке защитника вперед, в стороны, назад.

Индивидуальные действия: умение выбрать место и открыться для получения мяча; умение выбрать место и держать игрока с мячом и без мяча, выход на свободное место с целью атаки и получения мяча. Целесообразное применение техники передвижения: прыжков, остановок, поворотов.

Командные действия: нападение по принципу выбора свободного места.

Техника нападения. Бег с изменением направления и скорости из различных исходных положений. Ловля мяча одной рукой на месте с поддержкой другой рукой. Ловля двумя руками мяча, летящего на уровне груди, низко и высоко— на месте и в движении (с выходом навстречу мячу). Передача мяча двумя руками от головы, одной от плеча, после ловли, на месте и двумя руками от груди после ловли в движении. Ведение мяча с изменением высоты отскока и направления. Броски мяча двумя руками от груди и от головы с близкого расстояния после ловли с остановкой и после ведения с остановкой.

5. Тактическая подготовка

Теоретическая часть: Понятие тактики игры в баскетбол. Тактика нападения.

- индивидуальные действия: умение правильно выбрать место и своевременно применять передачу, ведение, бросок;
- групповые действия: взаимодействие двух нападающих против одного защитника (2 x 1); нападение с целью выбора свободного места; взаимодействие трех игроков – «треугольник»; взаимодействие двух нападающих против одного защитника «2-1»; нападение быстрым прорывом, взаимодействие двух игроков с заслонами.

Тактика защиты.

- индивидуальные действия: противодействие игроку, ловящему, ведущему, бросающему мяч;
- командные действия: личная защита.

6. Соревновательная деятельность.

Теоретическая часть. Правила соревнований по баскетболу.

Практическая часть. Учебно-тренировочные соревнования в группе (учебно-тренировочные игры/соревнования по упрощенным правилам).

7. Тестирование.

Теоретическая часть. Техника выполнения контрольных тестов.

Практическая часть. Тестирование по общей и специальной физической подготовке.

8. Итоговое занятие.

Теоретическая часть. Обобщение результатов прошедшего года, подведение итогов, открытое занятие.

Содержание программы второго года обучения

1. Вводное занятие

Теоретическая часть.

Ознакомление с программой 2 года обучения. Правила техники безопасности на занятиях игры в баскетбол. Простейшие приемы закаливания. Влияние физических нагрузок на организм человека. Основы техники и тактики игры в баскетбол. Терминология игры в баскетбол.

Практическая часть:

2. Общая физическая подготовка.

Теоретическая часть. Техника выполнения общеразвивающих упражнений, направленные на развитие: координационных способностей, скоростно-силовых качеств, выносливости, силовой выносливости, гибкости, концентрации внимания, моторную сферу.

Практическая часть. Общеподготовительные координационные и развивающие упражнения. Строевые упражнения. Шеренга, колонна, фланг, интервал, дистанция.

Перестроения: в одну, две шеренги, в колонну по одному по два. Сомкнутый и разомкнутый строй. Виды размыкания. Построение, выравнивание строя, расчет по строю, повороты на месте. Переход на ходьбу и бег, на шаг. Изменение скорости движения строя. Общеразвивающие упражнения без предметов:

- для мышц рук и плечевого пояса (сгибание и разгибание рук; вращения, махи; рывки одновременно обеими руками и разновременно, во время ходьбы и бега);
- для мышц ног (поднимание на носки; сгибание ног в тазобедренных суставах; приседания; отведения; приведения и махи ногой в переднем, заднем и боковом направлениях; выпады, пружинистые покачивания в выпаде; подскоки из различных исходных положений ног (вместе, на ширине плеч и т.п.) сгибание и разгибание ног в смешанных висах и упорах; прыжки);
- брюшного пресса;
- туловища (наклоны туловища, круговые вращения туловищем, повороты туловища; поднимание прямых и согнутых ног в положении лёжа на спине; из положения лёжа на спине переход в положение сидя; смешанные упоры в положении лицом и спиной вниз; угол из исходного положения лёжа, сидя и в положении виса; различные сочетания этих движений).

Общеразвивающие упражнения с предметами: с короткой и длинной скакалкой (прыжки на одной и обеих ногах с вращением скакалки вперёд, назад; прыжки с поворотами, прыжки в приседе и полуприседе), гимнастическими палками, теннисными мячами, набивными мячами, резиновыми амортизаторами (сгибание и разгибание рук, повороты и наклоны туловища, поднимание на носки, приседания и др). Акробатические упражнения: Кувырки вперёд в группировке из упора присев, основной стойки, после разбега. Длинный кувырок вперёд. Кувырки назад. Соединение нескольких кувырков. Перекаты и перевороты.

Прыжки: Прыжки в длину и высоту с места и с разбега. Тройной прыжок с места и с разбега, многоскоки. Пятикратный прыжок с места. Сочетание рывка (10-20м) с прыжком вверх, толчком одной, двух ног.

Подвижные игры и эстафеты для развития быстроты, ловкости, выносливости: Эстафеты встречные и круговые с преодолением полосы препятствий из гимнастических снарядов, переноской, расстановкой и собиранием предметов, переноской груза, метанием в цель, бросками и ловлей мяча, прыжками и бегом в различных сочетаниях перечисленных элементов. Игры с мячом, бегом, прыжками, метанием, сопротивлением, на внимание, координацию: «Догони партнера», «Свободное место», «Всадники», «Ловец и перехватчик», «Кто быстрее», «Выбей мяч», «Старт за мячом». Спортивные игры: волейбол, футбол, стритбол.

2. Специальная физическая подготовка.

Теоретическая часть. Техника выполнения упражнений специальной подготовки.

Практическая часть. Упражнения для развития быстроты движения и прыгучести. Ускорения, рывки на отрезках от 3 до 40 м из различных положений (сидя, стоя, лежа) лицом, боком. Бег с максимальной частотой шагов на месте и перемещаясь. Рывки по зрителю воспринимаемым сигналам: вдогонку за партнером, в соревновании с партнером за овладение мячом, за летящим мячом с задачей поймать его. Бег за лидером без смены и со сменой направления (зигзагом, лицом и спиной вперед, челночный бег, с поворотом). Бег на короткие отрезки с прыжками в конце, середине, начале дистанции. Прыжки в глубину с последующим выпрыгиванием вверх (одиночные, сериями). Многократные прыжки с ноги на ногу (на дальность при определенном количестве прыжков; на количество прыжков при определенном отрезке от 10 до 50 м). Прыжки на одной ноге на месте и в движении без подтягивания и с подтягиванием бедра толчковой

ноги. Прыжки в стороны (одиночные и сериями) на месте через «канавку» и продвигаясь вперед, назад. Бег и прыжки с отягощениями (набивные мячи).

Упражнения для развития качеств, необходимых для выполнения броска. Сгибание и разгибание рук в лучезапястных суставах и круговые движения кистями. Отталкивание от стены ладонями и пальцами одновременно и попеременно правой и левой рукой. Имитация броска. Поднимание и опускание, отведение и приведение рук с гантелями в положение лежа на спине на скамейке. Метание мячей на точность, дальность, быстроту. Удары по летящему мячу (волейбольному и баскетбольному) в прыжке, с места, с разбегу в стену, через волейбольную сетку на точность попадания в цель. Броски мячей через волейбольную сетку, через веревочку на точность попадания. Падение на руки вперед, в стороны с места и с прыжка.

Упражнения для развития специфической координации. Ловля катящегося мяча на месте и в движении. Подбрасывание и ловля мяча в ходьбе и беге, после поворота, кувыроков, падения. Ловля мяча после кувырка с попаданием в цель. Метание баскетбольного мяча во внезапно появившуюся цель. Броски мяча в стену с последующей ловлей. Ловля мяча от стены после поворота, приседа, прыжка, перехода в положение сидя. Ведение мяча с ударом о скамейку; ведение с ударами в пол, передвигаясь по скамейке, ведение с перепрыгиванием препятствий. Ведение одновременно правой и левой рукой двух мячей, со сменой рук. Ведение мяча с одновременным выбиванием мяча у партнера. Комбинированные упражнения, состоящие из бега, прыжков, ловли, передачи, бросков, ведения с предельной интенсивностью. Бег с различной частотой шагов, аритмичный бег по разметкам с точной постановкой ступни (наступая на разметки, ставя ступни точно у линии). Ловля и передача мяча двумя и одной рукой при передвижении игроков в парах и тройках, передача мяча на месте при встречном движении с отскоком от пола; бросок от головы, бросок снизу двумя руками, бросок в корзину одной рукой в прыжке после ловли мяча во время бега; быстрое нападение; индивидуальные защитные действия (перехват мяча, борьба за мяч, не попавший в корзину).

Упражнения для развития специальной выносливости. Многократные повторения упражнений в беге, прыжках, технико-тактических упражнениях с различной интенсивностью и различной продолжительностью работы и отдыха. Игры учебные с удлиненным временем, с заданным темпом перехода от защиты к нападению и обратно. Круговая тренировка (скоростно-силовая, специальная).

3. Техническая подготовка

Теоретическая часть. Взаимосвязь и взаимообусловленность техники и тактики. Характеристика стремительного и позиционного нападения в зоне защиты.

Практическая часть. Техника передвижений. Сочетания изученных приемов перемещения. Бег с изменением направления и скорости. Передвижение приставными шагами (правым и левым боком, вперед и назад). Остановки во время бега: шагом, прыжком. Повороты на месте: вперед, назад. Сочетание передвижений, остановок, поворотов. Ведение мяча со снижением, обводка, переход от обычного ведения к ведению со снижением; изменение скорости передвижения во время ведения. Ведение с последующей остановкой и с продолжением ведения на месте.

Техника владения мячом.

Ведение мяча. Ловля мяча двумя руками, летящего навстречу и сбоку на уровне груди. Передача мяча двумя руками от груди после ловли и на месте, после ловли с остановкой, после поворота на месте. Ведение мяча правой, левой рукой и попеременно. Ведение с изменением направления. Броски изученными ранее способами со средних дистанций. Броски мяча двумя руками, от груди с близкого расстояния, с места под углом к корзине, с отражением от щита. Броски одной рукой от плеча, с места, в движении. Штрафные

броски. Броски изученными ранее способами со средних дистанций. Броски одной рукой от плеча, с места, в движении. Штрафные броски.

Техника защиты. Вырывание мяча рывком на себя. Выбивание мяча при ведении и броске. Перехват мяча. Характеристика основных приемов техники: перемещения, ловли, передач, ведения, бросков, поворотов. Накрывание мяча при броске с места. Овладение мячом, отскочившим от кольца.

Техника нападения. Бег с изменением направления и скорости из различных исходных положений. Ловля мяча одной рукой на месте с поддержкой другой рукой. Ловля двумя руками мяча, летящего на уровне груди, низко и высоко – на месте и в движении (с выходом навстречу мячу). Передача мяча двумя руками от головы, одной от плеча, после ловли, на месте и двумя руками от груди после ловли в движении. Ведение мяча с изменением высоты отскока и направления. Броски мяча двумя руками от груди и от головы с близкого расстояния после ловли с остановкой и после ведения с остановкой.

5. Тактическая подготовка

Теоретическая часть: Тактическая подготовка предусматривает овладение тактикой индивидуальных, групповых и командных действий.

Практическая часть. Тактика нападения. Индивидуальные действия: применение изученных приемов в сочетании с фингами «без мяча» и «с мячом». Заслоны игроку с мячом и игроку

без мяча. Групповые действия: взаимодействие двух нападающих против трех защитников, «тройка», скрестный выход и малая восьмерка, наведение, пересечение. Командные действия: разучивание комбинаций при вбрасывании из-за боковой.

Тактика защиты.

Индивидуальные действия: своевременное переключение от нападения к защите; противодействия игроку без мяча, стремящемуся получить мяч, а также игроку с мячом и его попыткам передать, вести или бросить мяч в корзину; борьба заслоном (выход на вершину заслона, проскальзывание, обход); выбор места и способа единоборства защитника; ситуации: 1 защитник - 2 нападающих; 1 защитник - 3 нападающих, и т.д.

Групповые действия: согласованные действия игроков команды, в перемещениях по всей площадке; подстраховка; «ловушки»; смена игроков; взаимодействие двух игроков (подстраховка, переключение, проскальзывание, групповой отбор мяча); взаимодействие троих игроков (против тройки, против малой восьмёрки, против скрестного выхода, против сдвоенного заслона, против наведения на двух).

Командные действия (концентрированную и рассредоточенную защиту). Концентрированная защита: систему личной защиты; систему зонной защиты; систему смешанной защиты.

Рассредоточенная включает: систему личного прессинга; систему зонного прессинга; систему смешанной защиты.

6. Соревновательная деятельность.

Теоретическая часть. Способы судейства. Замечания, предупреждения и удаление игроков с поля.

Практическая часть. Учебно-тренировочные соревнования в группе (учебно-тренировочные игры/соревнования по упрощенным правилам), матчевые встречи, товарищеские игры с командами аналогичного возраста.

7. Тестирование.

Теоретическая часть. Техника выполнения контрольных тестов.

Практическая часть. Тестирование по общей и специальной физической подготовке.

8. Итоговое занятие.

Теоретическая часть. Обобщение результатов прошедшего года, подведение итогов.

Адаптированная дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Футбол».

Содержание программы

Материал программы делится на четыре основных раздела: теоретическая подготовка, общая и специальная физическая подготовка, основы футбола, судейская практика.

В разделе **“Теоретическая подготовка”** представлен материал, способствующий расширению теоретических знаний учащихся о собственном организме, о гигиенических требованиях, об избранном виде спорта, о возможностях человека и его культуре. Изучение материала осуществляется в форме бесед до, после или в процессе выполнения двигательной деятельности на занятии.

В разделе **«Общая и специальная физическая подготовка»** даны упражнения, которые способствуют формированию общей культуры движений, подготавливают организм к физической деятельности, развивают определенные двигательные качества. Основным средством этого раздела являются специальные подготовительные упражнения, которые развивают физические качества, необходимые для обучения игры в футбол.

В разделе **«Основы футбола»** представлен материал, способствующий обучению техническим и тактическим приемам игры, основам судейства. представлен учебный материал. Одним из ведущих приёмов в обучении является выделение и разучивание основы технического или тактического действия.

В разделе **«Судейская практика»** рассматриваются теоретические и практические аспекты осуществления судейства футбольных игр.

На протяжении первого года удельный вес физической и технической подготовки меняется. Если в начале учебного года основное внимание уделяется физической подготовке, которая занимает до 60—70% времени, то в конце учебного года рекомендуется увеличение количества часов, отводимых на техническую подготовку. Следует заметить, что во второй половине года физическая подготовка осуществляется также и в упражнениях технической направленности. Основной принцип тренировочной работы в группе 2 года обучения — дальнейшая всесторонняя подготовка учащихся, а также знакомство с элементами игровой специализации. В группе 2-ого года обучения на фоне уменьшения объема общей физической подготовки увеличивается объем тактической подготовки.

Адаптированная дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Художественная гимнастика».

Содержание программы

Раздел 1 «Введение в программу»

1. Введение в программу.

Возможные формы проведения занятий

Обсуждение, беседа, игра

Термины и понятия

Организация обучения. Цель и задачи программы. Правила безопасности на занятиях.

Виды деятельности учащихся

- просмотр видеозаписей о деятельности объединения;
- разработка индивидуального образовательного маршрута;
- обсуждение плана соревновательной деятельности.

Раздел 2 «Художественная гимнастика как вид спорта»

1. Художественная гимнастика в Свердловской области.

Возможные формы проведения занятий

Обсуждение, беседа

Термины и понятия

Гимнастические центры города Екатеринбурга. Выдающиеся спортсменки Вера Сесина, Анастасия Татарева и др.

Виды деятельности учащихся

- виртуальные экскурсии по гимнастическим центрам;
- просмотр и обсуждение выступлений выдающихся гимнасток.

Раздел 3 «Общефизическая подготовка»

3.1 Общеразвивающие упражнения.

Возможные формы проведения занятий

Обсуждение, практическая работа, конкурсы

Термины и понятия

Значение ОФП. Техника выполнения упражнений (сила, быстрота, выносливость, ловкость, равновесие). Правила безопасности.

Виды деятельности учащихся

- выполнение упражнений на развитие силы, быстроты, выносливости, ловкости, равновесия;
- различные виды ходьбы, бега и строевых упражнений;
- профилактическая гимнастика: скручивания, лежа на полу, висы на спортивной лесенке, "гусеница"
- выполнение упражнений для стоп;
- подвижные игры;
- выполнение упражнений для профилактики осанки и плоскостопия;
- комбинированные эстафеты с использованием общефизических и беговых упражнений.
- сдача нормативов по ОФП – сентябрь, январь, май (Приложение №2).

3.2 Упражнения на координацию и равновесие.

Возможные формы проведения занятий

Обсуждение, беседа, практическая работа, игра

Термины и понятия:

Техника выполнения упражнений для развития правильной осанки, укрепления мышц туловища. Значение растяжки для гимнасток. Правила безопасности.

Виды деятельности учащихся:

- обсуждение критериев оценки выполнения упражнений.
- выполнение упражнений на координацию.
- выполнение упражнений равновесие.
- выполнение упражнений на растяжку.

3.3 Спортивные игры.

Возможные формы проведения занятий

Обсуждение, беседа, игра

Термины и понятия:

Правила спортивных игр (футбол, волейбол, ручной мяч и т.д.). Правила безопасности.

Виды деятельности учащихся:

- спортивные игры по упрощенным правилам.

Раздел 4 «Специальная подготовка»

4.1 Упражнения без предмета.

Возможные формы проведения занятий

Обсуждение, практическая работа

Термины и понятия

Виды и техника выполнения наклонов: «складка», на коленях назад, мост. Техника выполнения упражнений на равновесие: стоя на полупальцах на двух ногах, на одной ноге, «ласточка». Виды и техника выполнения поворотов: переступанием, скрестный. Виды и техника выполнения прыжков: на двух ногах, на одной, «ножницы». Правила безопасности.

Виды деятельности учащихся

выполнение упражнений:

- наклоны: «складка», на коленях назад, мост, стоя на скамейке;
- равновесия: стоя на полупальцах на двух ногах, на одной ноге, «ласточка»;
- повороты: переступанием, скрестный;
- прыжки: на двух ногах, на одной, «ножницы».

4.2 Упражнения с лентой.

Возможные формы проведения занятий

Обсуждение, практическая работа.

Термины и понятия

Синхронность выполнения упражнений. Взаимодействие в группе. Ответственность за конечный результат. Правила безопасности.

Виды деятельности учащихся

- отработка синхронности выполнения комбинаций со всеми видами упражнений с лентой (работа в парах и группах).
- просмотр и анализ выступлений ведущих гимнасток.

4.3 Упражнения с мячом.

Возможные формы проведения занятий

Обсуждение, практическая работа

Термины и понятия

Синхронность выполнения упражнений. Взаимодействие в группе. Ответственность за конечный результат. Правила безопасности.

Виды деятельности учащихся

- отработка синхронности выполнения комбинаций со всеми видами упражнений с мячами (работа в парах и группах).
- просмотр и анализ выступлений ведущих гимнасток.

4.4 Упражнения с обручем.

Возможные формы проведения занятий

Обсуждение, практическая работа.

Термины и понятия

Синхронность выполнения упражнений. Взаимодействие в группе. Ответственность за конечный результат. Правила безопасности.

Виды деятельности учащихся

- отработка синхронности выполнения комбинаций со всеми видами упражнений с обручами (работа в парах и группах).
- просмотр и анализ выступлений ведущих гимнасток.
- анализ итогов выступления, обсуждение индивидуальных достижений учащихся.

4.5 Упражнения с булавами.

Возможные формы проведения занятий

Обсуждение, практическая работа.

Термины и понятия

Синхронность выполнения упражнений. Взаимодействие в группе. Ответственность за конечный результат. Правила безопасности.

Виды деятельности учащихся

- отработка синхронности выполнения комбинаций со всеми видами упражнений с булавами (работа в парах и группах).
- просмотр и анализ выступлений ведущих гимнасток.

4.6 Хореография.

Возможные формы проведения занятий

Обсуждение, практическая работа.

Термины и понятия

Танцевальный станок. Экзерсис - комплекс всевозможных тренировочных упражнений, составляющих основу урока классического танца. Термины и правила выполнения элементов. Постановка корпуса, рук, ног и головы. Формирование элементарных навыков координации движений. Освоение понятий «опорной» и «работающей» ноги. Изучение движений лицом к станку, держась двумя руками за станок. Вращения в танце и их виды. Основные танцевальные элементы. Танцевальные дорожки. Правила безопасности.

Виды деятельности учащихся

- экзерсис у станка.
- экзерсис на середине зала.
- аллегро (прыжковая часть);
- вращения;
- отработка техники выполнения танцевальных элементов.
- отработка техники выполнения танцевальных дорожек.

Раздел 5 «Соревнования»

5.1 Правила соревнований по художественной гимнастике

Возможные формы проведения занятий

Обсуждение, беседа

Термины и понятия:

Продолжительность выступления. Требования к внешнему виду и музыкальному сопровождению. Критерии оценки выступления. Документы. Требования к костюму и внешнему виду. Правила безопасности и гигиены

Виды деятельности учащихся:

- выполнение тестовых заданий по правилам соревнований.
- просмотр и анализ видеозаписей соревнований.
- участие в соревнованиях, конкурсах и показательных выступлениях.

Раздел 6 «Подведение итогов»

6.1 Итоговое занятие

Возможные формы проведения занятий

Обсуждение, беседа

Термины и понятия

Подведение итогов работы. Перспективы дальнейшего обучения.

Виды деятельности учащихся

- анализ и обсуждение индивидуальных достижений учащихся.

Адаптированная дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Олимпия».

Содержание программы

1 год обучения

Основы знаний. План работы секции. Правила поведения в секции и режим работы. Значение легкоатлетических упражнений для подготовки к трудовой деятельности, к защите Родины. Правила поведения и меры безопасности на спортивной площадке и в спортивном зале. Спорт и здоровье. Соблюдение личной гигиены.

Распорядок

дня.

История развития легкоатлетического спорта. Возникновение легкоатлетических упражнений. Легкая атлетика как наиболее доступный для любого возраста вид спорта, имеющий прикладное значение.

Лёгкая атлетика (10 час). Ходьба и медленный бег. Специальные беговые упражнения. Бег на короткие дистанции до 30-60м. Старт высокий, низкий. Финиширование. Прыжки в длину с места, много скоки. Техника прыжка в длину с места. Бег на длинные дистанции. Основы техники прыжка в длину с разбега. Прыжки в длину с разбега. Прыжки в длину с разбега. Прыжки в длину с разбега способом «прогнувшись». Основы техники метаний. Метание малого мяча из-за спины через плечо. Метание малого мяча на дальность и заданное расстояние.

Спринтерский бег.

8-12 лет. Высокий старт от 10 до 15м. Бег с ускорением от 30 до 40м. Скоростной бег до 40м. Бег на результат 60м, 30м

12-14 лет. Высокий старт от 15 до 30м. Бег с ускорением от 30 до 50м. Скоростной бег до 50м. Бег на результат 60м, 30м

14-16 лет. Высокий старт от 30 до 40м. Бег с ускорением от 40 до 60м. Скоростной бег до 60м. Бег на результат 60м. Низкий старт до 30м. Скоростной бег до 70м. Бег на результат 100м.

ОФП (20 час). Развитие скоростно-силовых качеств. Развитие силовых способностей. Упражнения для развития выносливости Комплексы упражнений для развития гибкости. Развитие координационных способностей. *Оздоровительная и корригирующая гимнастика* ориентирован на укрепление здоровья обучающихся. Данный раздел включает: *Упражнения для формирования правильной осанки*: общие, оказывающие общее укрепляющее воздействие, и специальные, направленные на выработку мышечно-суставного чувства правильной осанки (у стены, на гимнастической стенке, в движении, в положении лежа на спине и на животе, с гимнастической палкой и др.); *упражнения для повышения функциональных возможностей органов дыхания*, положительно влияющие на все функциональные системы организма, *общеразвивающие упражнения*; упражнения для мышц шеи, спины, брюшного пресса, туловища, ног и плечевого пояса; *упражнения для повышения функциональных возможностей сердечнососудистой системы* (все виды ходьбы; дозированный бег; общеразвивающие упражнения в положении лежа, сидя и стоя в спокойном темпе без задержки дыхания). *Соревнования по ОФП.* Упражнения для брюшного пресса, прыжки со скакалкой, подтягивание, броски набивного мяча.

Спортивные игры (30 час)

Футбол. *Теоретические сведения.* Терминология спортивной игры. Правила и организация игры. Правила техники безопасности при занятиях футболом.

Технические приемы.

8-12 лет. Стойки игрока. Перемещения в стойке приставными шагами боком и спиной вперед, ускорения, старты из различных положений. Удары по неподвижному и катящемуся мячу внутренней стороной стопы и средней частью подъема. Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой. Ведение мяча по прямой с изменением направления движения и скорости ведения без сопротивления защитника ведущей и не ведущей ногой. Удары по воротам различными способами на точность (меткость) попадания мячом в цель. Вырывание и выбивание мяча. Игра вратаря. Тактика свободного нападения. Позиционные нападения без изменения позиций игроков. Игра по упрощенным правилам.

Специально подобранные игровые упражнения, выполняемые индивидуально, в группах, командах, подвижные игры и задания с мячом создают неограниченные возможности для развития прежде всего координационных (ориентирование в пространстве, быстрота реакции и перестроения двигательных действий, точность

дифференцирования и оценивания пространственных, временных и силовых параметров движений, способность к согласованию отдельных движений в целостные комбинации) и кондиционных способностей (силовых, выносливости, скоростных), а также всевозможных сочетаний этих групп способностей.

Пионербол. Передача мяча сверху двумя руками над собой и в парах сверху двумя руками. Подача, нижняя прямая (подводящие упражнения). Игра "Мяч в воздухе". Дальнейшая отработка ударов, розыгрыш мяча, ловля мяча. Учебная игра. Общие сведения о волейболе, расстановка игроков, перемещение по площадке. Стойки и перемещение. Подвижные игры и эстафеты.

Волейбол.

Права и обязанности игроков, предупреждение травматизма при игре в волейбол. Передача мяча сверху и снизу двумя руками на месте и после перемещения. Прием и передача мяча сверху и снизу. Прыжки с места и с шага в высоту и длину (2—3 серии прыжков по 5—10 прыжков в серии). Упражнения с набивными мячами. Учебные игры.

Проведение соревнований (8 час).

Содержание программы 2 год обучения

Теоретические сведения. Сведения по физической культуре. Режим дня. Утренняя гигиеническая гимнастика.

Лёгкая атлетика (10 час). Ходьба и медленный бег. Специальные беговые упражнения. Бег на короткие дистанции до 30-60м. Старт высокий, низкий. Финиширование. Прыжки в длину с места, много скоки. Техника прыжка в длину с места. Бег на длинные дистанции. Основы техники прыжка в длину с разбега. Прыжки в длину с разбега. Прыжки в длину с разбега. Прыжки в длину с разбега способом «прогнувшись». Основы техники метаний. Метание малого мяча из-за спины через плечо. Метание малого мяча на дальность и заданное расстояние.

Футбол (20час) *Теоретические сведения.* Терминология спортивной игры. Правила и организация игры. Правила техники безопасности при занятиях футболом. *Технические приемы.* 8-12 лет. Стойки игрока. Перемещения в стойке приставными шагами боком и спиной вперед, ускорения, старты из различных положений. Удары по неподвижному и катящемуся мячу внутренней стороной стопы и средней частью подъема. Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой. Ведение мяча по прямой с изменением направления движения и скорости ведения без сопротивления защитника ведущей и не ведущей ногой. Удары по воротам различными способами на точность (меткость) попадания мячом в цель. Вырывание и выбивание мяча. Игра вратаря. Тактика свободного нападения. Позиционные нападения без изменения позиций игроков. Игра по упрощенным правилам.

12-14 лет. Удар по катящемуся мячу внутренней частью подъема, по неподвижному мячу внешней частью подъема. Ведение мяча по прямой с изменением направления движения и скорости ведения с пассивным сопротивлением защитника ведущей и не ведущей ногой. Перехват мяча. Тактика свободного нападения. Позиционные нападения с изменением позиций.

14-16 лет. Удар по катящемуся мячу внешней стороной подъема (по летящему мячу). Удар по летящему мячу внутренней стороной стопы и средней частью подъема. Вбрасывание мяча из-за боковой линии с места и шагом. Ведение мяча по прямой с изменением направления движения и скорости с активным сопротивлением защитника ведущей и не ведущей ногой. Игра по упрощенным правилам.

Специально подобранные игровые упражнения, выполняемые индивидуально, в группах, командах, подвижные игры и задания с мячом создают неограниченные возможности для развития прежде всего координационных (ориентирование в пространстве, быстрота

реакции и перестроения двигательных действий, точность дифференцирования и оценивания пространственных, временных и силовых параметров движений, способность к согласованию отдельных движений в целостные комбинации) и кондиционных способностей (силовых, выносливости, скоростных), а также всевозможных сочетаний этих групп способностей.

Пионербол (20 час). Общие сведения о пионерболе, расстановка игроков, перемещение по площадке. Стойки и перемещение. Передача мяча сверху двумя руками над собой и в парах сверху двумя руками. Подача, нижняя прямая (подводящие упражнения). Игра "Мяч в воздухе". Дальнейшая отработка ударов, розыгрыш мяча, ловля мяча. Учебная игра. Подвижные игры и эстафеты.

Волейбол (10 час). Общие сведения о волейболе, расстановка игроков, перемещение по площадке. Стойки и перемещение волейболистов Права и обязанности игроков, предупреждение травматизма при игре в волейбол. Передача мяча сверху и снизу двумя руками на месте и после перемещения. Прием и передача мяча сверху и снизу. Прыжки с места и с шага в высоту и длину (2—3 серии прыжков по 5—10 прыжков в серии). Упражнения с набивными мячами. Блок. Нападающий удар. Верхняя подача мяча. Нижняя подача мяча. Боковая подача мяча. Учебные игры.

Проведение соревнований (8 час).

Содержание программы 3 год обучения

- 1. Теоретические сведения.** История древних Олимпийских игр. Виды состязаний, правила проведения. Известные атлеты и герои.

Футбол.(20 час) *Теоретические сведения.* Терминология спортивной игры. Правила и организация игры. Правила техники безопасности при занятиях футболом.

Технические приемы.

8-12лет. Стойки игрока. Перемещения в стойке приставными шагами боком и спиной вперед, ускорения, старты из различных положений. Удары по неподвижному и катящемуся мячу внутренней стороной стопы и средней частью подъема. Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой. Ведение мяча по прямой с изменением направления движения и скорости ведения без сопротивления защитника ведущей и не ведущей ногой. Удары по воротам различными способами на точность (меткость) попадания мячом в цель. Вырывание и выбивание мяча. Игра вратаря. Тактика свободного нападения. Позиционные нападения без изменения позиций игроков. Игра по упрощенным правилам.

12-14лет. Удар по катящемуся мячу внутренней частью подъема, по неподвижному мячу внешней частью подъема. Ведение мяча по прямой с изменением направления движения и скорости ведения с пассивным сопротивлением защитника ведущей и не ведущей ногой. Перехват мяча. Тактика свободного нападения. Позиционные нападения с изменением позиций.

14-16лет. Удар по катящемуся мячу внешней стороной подъема (по летящему мячу). Удар по летящему мячу внутренней стороной стопы и средней частью подъема. Вбрасывание мяча из-за боковой линии с места и шагом. Ведение мяча по прямой с изменением направления движения и скорости с активным сопротивлением защитника ведущей и не ведущей ногой. Игра по упрощенным правилам.

Специально подобранные игровые упражнения, выполняемые индивидуально, в группах, командах, подвижные игры и задания с мячом создают неограниченные возможности для развития прежде всего координационных (ориентирование в пространстве, быстрота реакции и перестроения двигательных действий, точность дифференцирования и оценивания пространственных, временных и силовых параметров движений, способность к согласованию отдельных движений в целостные комбинации) и кондиционных

способностей (силовых, выносливости, скоростных), а также всевозможных сочетаний этих групп способностей.

Пионербол. (20 час) Передача мяча сверху двумя руками над собой и в парах сверху двумя руками. Подача, нижняя прямая (подводящие упражнения). Игра "Мяч в воздухе". Дальнейшая отработка ударов, розыгрыш мяча, ловля мяча. Учебная игра. Общие сведения о пионерболе, расстановка игроков, перемещение по площадке. Стойки и перемещение. Подвижные игры и эстафеты.

Волейбол. (20 час) Права и обязанности игроков, предупреждение травматизма при игре в волейбол. Передача мяча сверху и снизу двумя руками на месте и после перемещения. Прием и передача мяча сверху и снизу. Прыжки с места и с шага в высоту и длину (2—3 серии прыжков по 5—10 прыжков в серии). Прыжки со скакалкой. Упражнения с набивными мячами. Учебные игры. *Нападающие удары.* Прямой нападающий удар сильнейшей рукой (овладение режимом разбега, прыжок вверх толчком двух ног: с места, с 1, 2, 3 шагов разбега, удар кистью по мячу). Прямой слабейшей рукой; с переводом вправо из зоны 2 с поворотом туловища вправо (для правшей). Удар из зоны 4 с передачи из зоны 3, удар из зоны 2 с передачи из зоны 3, удар из зоны 3, с передачи из зоны 2. Удар по мячу через сетку по мячу, наброшенному партнером; нападающий удар из зоны 4, 3, 2 с передачи партнера. Нападающие удары с высоких и средних передач.

Блок. Одиночное блокирование прямого нападающего удара по ходу в зону Блокирование удара по подброшенному мячу (стоя на подставке, на площадке), тоже удар с передачи. Нижняя, верхняя, боковая подача мяча.

Проведение соревнований (8 час).

4. Организационный раздел.

4.1. Организация образовательной деятельности дополнительного образования.

Организация занятий в объединениях дополнительного образования регламентируется Положением об организации обучения по дополнительным образовательным программам в ГБОУ СО «Серовская ШИ, реализующая АОП»

Образовательная деятельность в дополнительном образовании осуществляется через различные объединения детей по интересам: кружки, секции и др. При этом основным способом организации деятельности детей является их объединение в учебные группы, т.е. группы учащихся с общими интересами, которые совместно обучаются по единой образовательной программе в течение учебного года. Учебная группа (в той или иной ее разновидности) является основным способом организации деятельности детей практически в любом из видов детских объединений. В них могут заниматься дети, являющиеся обучающимися ГБОУ СО «Серовская ШИ, реализующая АОП» в возрасте от 6,5 до 18 лет. Каждый ребенок может заниматься в одной или нескольких группах. Обычно учебный год в детских группах и коллективах начинается 1 сентября и заканчивается 31 мая текущего учебного года. В период школьных каникул учебные группы работают по специальному расписанию. Продолжительность освоения программы по годам определяется педагогом в соответствии с запросами детей и родителей и утверждается директором, но не более 37 учебных недель в год.

Занятия проходят по утвержденному директором Календарному графику образования на текущий учебный год и расписанию кружков и секций. Недельная нагрузка на одну группу определяется администрацией по согласованию с педагогом в зависимости от профиля объединения, возраста обучающихся, продолжительности освоения данной программы.

В период школьных каникул занятия могут:

- проводиться по специальному расписанию с переменным составом обучающихся;
- продолжаться в форме поездок, туристических походов и т.п.

- проводиться на базе специальных учебных заведений и предприятий с целью профориентации подростков.

Во всех объединениях дополнительного образования занятия строятся с соблюдением:

- построения занятий с учетом динаминости обучающихся, их работоспособности;
- соблюдения гигиенических требований (свежий воздух, оптимальный тепловой режим, хорошая освещенность, чистота);
- благоприятного эмоционального настроя.

Обязательная и предельно допустимая нагрузка обучающихся соответствует нормативам, определенным на каждый уровень обучения.

Комплектование учебных групп начинается с 1 сентября. Каждый обучающийся имеет право заниматься в нескольких объединениях разного профиля, однако, в соответствии с СанПиН, посещение ребенком занятий более чем в 2-х объединениях (секций, студий и т.д.) не рекомендуется. Предпочтительно совмещение занятий спортивного и неспортивного профиля. Кратность посещения занятий одного профиля рекомендуется не более 2 раз в неделю. Занятия детей в системе дополнительного образования могут проводиться в любой день недели, включая воскресные дни и каникулы. Между учебными занятиями и посещением объединений дополнительного образования детей должен быть перерыв для отдыха не менее часа.

Деятельность детей осуществляется по группам, индивидуально или всем составом объединения, как в одновозрастных, так и в разновозрастных объединениях по интересам (клубы, студии, театр и т.п.), в которых могут заниматься обучающиеся в возрасте от 6,5 до 18 лет. В работе объединений могут принимать участие родители, воспитатели без включения в списочный состав и по согласованию с педагогом. Численный состав детских объединений определяется Уставом школы и, соответственно, программой педагога в зависимости от возраста обучающихся, года обучения, специфики деятельности данной группы.

В объединения второго и последующих годов обучения могут быть зачислены обучающиеся, не занимающиеся в группе первого года обучения, но успешно прошедшие собеседование или иные испытания.

Согласно требованиям СанПиНа продолжительность занятий детей в объединениях дополнительного образования не должна превышать:

- в учебные дни – 1,5 часа;
- в выходные и каникулярные дни – 3 часа.

После 30-40 мин. занятий необходимо устраивать перерыв длительностью не менее 10 мин. для отдыха детей и проветривания помещений. Продолжительность одного занятия зависит также от возраста обучающихся. Можно рекомендовать следующую продолжительность учебного занятия:

- для младших школьников – от 1 часа до 2-х часов;
- для школьников среднего и старшего возраста – от 1,5 до 3-х часов.

В зависимости от специфики объединений возможно уменьшение или увеличение продолжительности одного занятия, что должно особо оговариваться в программе педагога.

Рекомендуемая продолжительность индивидуальных занятий с детьми - от 30 до 60 минут 2 раза в неделю. Продолжительность и периодичность индивидуальных занятий устанавливается и обосновывается Уставом учреждения и программой педагога.

В расписании занятий кружков учитывается рекомендация о том, чтобы заканчивались занятия в системе дополнительного образования детей не позднее 20.00.

4.2.Система условий реализации образовательной программы дополнительного образования.

Условия получения дополнительного образования детьми с ОВЗ включают систему условий к кадровому, финансово-экономическому и материально-техническому

обеспечению освоения обучающимися основной образовательной программы дополнительного образования

Кадровые условия

Учреждение должно быть укомплектовано педагогическими работниками, осуществляющими дополнительное образование, компетентными в понимании особых образовательных потребностей обучающихся с ОВЗ.

1. Уровень квалификации работников учреждения, реализующих программы дополнительного образования должен соответствовать квалификационным характеристикам по соответствующей должности.
2. В учреждении должна обеспечиваться непрерывность профессионального развития педагогических работников в сфере коррекционной (специальной) педагогики.
3. Педагоги дополнительного образования, участвующие в реализации программ дополнительного образования для детей с ограниченными возможностями здоровья, должны обладать следующими компетенциями:
 - наличие позитивного отношения к потребностям и возможностям обучающихся с ОВЗ;
 - понимание основ психолого-педагогической помощи обучающихся с ОВЗ;
 - наличие представлений о своеобразии психофизического развития обучающихся с ОВЗ;
 - понимание специальных образовательных потребностей обучающихся с ОВЗ;
 - понимание цели дополнительного образования данной группы обучающихся;
 - учет индивидуальных возможностей и особых образовательных потребностей ребенка при определении содержания и методов коррекционной работы;
 - способность к разработке программ дополнительного образования, к адекватной оценке достижений в обучении обучающихся;
 - умение организовать взаимодействие детей друг с другом и взрослым, расширить круг общения, обеспечивая выход обучающихся за пределы учреждения;
 - наличие творческого отношения к педагогической деятельности по дополнительному образованию детей с ОВЗ, способности к поискам инновационных и нетрадиционных методов развития обучающихся.

Материально-технические условия

Материально-техническое обеспечение дополнительного образования обучающих с ОВЗ должно отвечать, как общим, так и особым образовательным потребностям данной группы обучающихся. В связи с этим в структуре материально-технического обеспечения должна быть отражена специфика требований к:

- организации пространства;
- организации временного режима обучения;
- организации учебного места обучающихся;
- техническим средствам обучения и обеспечения комфортного доступа обучающихся к образованию;
- специальным учебным и дидактическим материалам, отвечающим особым образовательным потребностям обучающихся;
- условиям для организации обучения и взаимодействия специалистов, их сотрудничества с родителями (законными представителями);
- информационно-методическому обеспечению образования.

Организация пространства.

Пространство, в котором осуществляется дополнительное образование обучающихся, должно соответствовать общим требованиям, предъявляемым к учреждениям, реализуемым программы дополнительного образования. Важным условием является возможность для безпрепятственного доступа тех обучающихся, у которых имеются нарушения опорно-двигательных функций. В помещениях для обучающихся должно быть предусмотрено специальное оборудование, позволяющее оптимизировать образовательный процесс, присмотр и уход за обучающимися, а также обеспечивать максимально возможную самостоятельность в передвижении, коммуникации, осуществлении учебной деятельности.

Организация временного режима обучения.

Временной режим дополнительного образования обучающихся (учебный год, учебная неделя, учебный час) устанавливается в соответствии с законодательно - закрепленными нормативами, а также локальными актами учреждения. Учебный час включает в себя организацию учебного занятия, а также время на сопровождение ребенка.

Организация учебного места обучающихся

Рабочее (учебное) место обучающихся создается с учетом его индивидуальных возможностей и особых образовательных потребностей. При организации учебного места учитываются возможности и особенности моторики, восприятия, внимания, памяти ребенка.

Технические средства обучения.

Успешному обучению по дополнительным общеобразовательным программам обучающихся с ОВЗ во многом способствуют технические средства обучения (включая специализированные компьютерные инструменты обучения, необходимое оборудование и программное обеспечение), которые дают возможность удовлетворить особые образовательные потребности обучающихся, способствуют мотивации учебной деятельности, позволяют получить качественный результат, даже когда возможности ребенка существенно ограничены.

Специальный учебный и дидактический материал, отвечающий особым образовательным потребностям обучающихся.

Особые образовательные потребности обучающихся вызывают необходимость специального подбора учебного и дидактического материала, позволяющего эффективно осуществлять процесс обучения по всем направлениям дополнительного образования. Освоение программ художественно-эстетической и декоративно-прикладной направленности требует некоторых специфических инструментов (ножниц, кисточек и т.д.), позволяющих ребенку овладевать отдельными операциями. Кроме того требуется большой объем расходных материалов (бумага, краска, клей, бисер, проволока и другие средства и материалы).

Условия организации обучения и взаимодействия специалистов.

Требования к материально-техническому обеспечению должны быть ориентированы не только на обучающихся, но и участников процесса дополнительного образования. Это обусловлено большей, чем в «норме», необходимостью индивидуализации процесса образования обучающихся. Специфика данной группы требований состоит в том, что все вовлеченные в процесс дополнительного образования взрослые должны иметь неограниченный доступ к организационной технике в учреждении, где можно осуществлять подготовку необходимых индивидуализированных материалов для процесса обучения ребенка. Должна быть обеспечена материально-техническая поддержка процесса дополнительного образования информационно-техническими средствами (доступ в интернет, скайп и др.).

Информационно-методическое обеспечение.

Информационно-методическое обеспечение дополнительного образования для обучающихся с ОВЗ направлено на обеспечение широкого, постоянного и устойчивого доступа всех участников дополнительного образования к любой информации, связанной с

реализацией дополнительного образования, организацией образовательного процесса и обеспечения условий его осуществления. Информационно-методическое обеспечение образовательного процесса включает:

- необходимую нормативную правовую базу дополнительного образования обучающихся; характеристики предполагаемых информационных связей участников процесса дополнительного образования;
- получение доступа к информационным ресурсам различными способами (поиск информации в сети интернет, работа в библиотеке и др.), в том числе к электронным образовательным ресурсам, размещенным в федеральных и региональных базах данных; возможность размещения материалов и работ в информационной среде учреждения

