

МБОУ «Петуховская средняя общеобразовательная школа имени Героя Советского Союза Я.С.Кулишева»

Принято
На заседании педагогического
совета
МБОУ «Петуховская средняя
общеобразовательная школа имени
Героя Советского Союза
Я.С.Кулишева»

Согласовано
Советом школы
МБОУ «Петуховская средняя
общеобразовательная школа имени
Героя Советского Союза
Я.С.Кулишева»

«Утверждаю»
директор
МБОУ «Петуховская средняя
общеобразовательная школа имени
Героя Советского Союза
Я.С.Кулишева»



Рабочая программа внеурочной деятельности для детей с ОВЗ «Спорт без границ»

Петухово

2024г.

Актуальность

В современном обществе физкультура и спорт с каждым годом укрепляет свои позиции, всё больше людей отдают предпочтение здоровому образу жизни. Адаптивная физическая культура не стала исключением. Наряду с физическими упражнениями, всё большую популярность набирают адаптивные настольные игры, оказывающие влияние на двигательное, интеллектуальное и эмоциональное развитие обучающихся, поддержание интереса к жизни, повышения работоспособности.

Игры воспитывают чувства солидарности, товарищества и ответственности за действие друг друга. Правила игры способствуют воспитанию сознательной дисциплины, честности, выдержки, умению «взять себя в руки» после сильного возбуждения, сдерживать свои эгоистические порывы. Они способствуют укреплению нервной системы, двигательного аппарата, улучшению общего обмена веществ, повышению деятельности всех органов и систем организма человека и служит полезным средством активного отдыха для многих обучающихся.

Адаптивные настольные спортивные игры позволяют каждому игроку выбрать и сформировать индивидуальный стиль, соответствующий темпераменту, особенностям личности, физическим возможностям, арсеналу освоенных технических приемов. Среди спортсменов встречаются игроки атакующего, контратакующего и комбинированного стилей, отличающиеся своими психомоторными качествами, быстротой и точностью реакций, стабильностью действий. Для любого стиля, любой индивидуальной манеры игры важен игровой интеллект, обоснованные тактические действия, ведущие к результативной игре. Такие адаптивные настольные спортивные игры, как Новус, Шаффлборд, Джакколо, Кульбуто и Корнхол, большое влияние оказывают также и на нервно-психическое развитие играющего, формирование важных качеств личности. Они вызывают положительные эмоции, развивают тормозные процессы: в ходе игры играющим приходится реагировать движением на одни сигналы и удерживаться от движения при других. В этих играх развивается воля, сообразительность, смелость, быстрота реакций и многое др.

Результаты и достижения.

Особое место в системе адаптивной физической культуры занимают настольные спортивные игры (Новус, Шаффлборд, Джакколо, Кульбуто и Корнхол). Данные настольные спортивные игры органично вошли в нашу жизнь и содержат в себе огромный потенциал для детей с ОВЗ в освоении физкультурно-спортивного наследия. Они способствуют гармоничному и физическому развитию личности, воспитывают трудолюбие, силу воли, развивают быстроту и ловкость, что положительно отражается на нервной системе, делая психику устойчивой.

Программа по адаптивной физической культуре с использованием настольных спортивных игр имеет физкультурно-спортивную направленность, носит практико-ориентированный характер и направлена на овладение занимающимися основными приемами настольных спортивных игр.

Особенностью программы является, что она предусматривает использование игровых форм в комплексе.

Актуальность данной образовательной программы заключается в нестандартном подходе к обучению детей с особенностями развития, учета индивидуальных возможностей и способностей. Настольные игры служат укреплению здоровья, вырабатывают такие качества, как ловкость, глазомер, быстроту мышления, то есть все то, что пригодится и в социальной жизни.

Педагогическая целесообразность - позволяет решить проблему занятости свободного времени детей с ОВЗ, формированию физических качеств, пробуждение интереса детей к новой деятельности в области физической культуры и спорта.

Главными отличительными особенностями данной программы являются:

1. Реализация программы в рамках социального проекта;
2. В состав целевой группы программы включены не только дети с ограничениями жизнедеятельности, но и здоровые дети, что позволяет говорить об инклюзивном характере программы; комплекс определенных игровых форм;
3. Универсальность использования (подходит для всех реабилитационных центров - соисполнителей проекта);
4. Всесезонность программы. Для поддержания положительного результата в работе с детьми с ОВЗ проводятся тренировки по настольным спортивным играм в любое время года;
5. Занятия по настольным спортивным играм с детьми с ОВЗ проводятся как в индивидуальной форме, так и в групповой, что играет немаловажную роль в формировании коллективных навыков;

Программа рассчитана на 2024-2025 учебный год.

Занятия проводятся 2 раза в неделю по 1,5 часа одно занятие.

Курс дополнительной образовательной программы состоит из нескольких этапов:

1. Спортивно-оздоровительный этап. На этом этапе осуществляется физкультурно-оздоровительная и воспитательная работа, направленная на разностороннюю физическую подготовку и овладение основами настольных игр.

Задача этапа - привлечь и заинтересовать детей настольными спортивными играми с учетом индивидуальных особенностей развития.

2. Учебно-тренировочный этап. Наблюдение за воспитанниками во время игры. Составление стратегии обучения методам и приемам ведения настольных спортивных игр. Включение в методику проведения занятий коррекционно-

оздоровительных упражнений. Приобретение необходимых теоретических и практических знаний.

Задача этапа - тщательное наблюдение за успешностью обучения детей.

3. Этап спортивного совершенствования. Воспитанники осваивают специальные приемы настольных спортивных игр: подача, атакующие удары, игра в защите.

Задача этапа - участие воспитанников в соревнованиях, повышение уровня мастерства.

В процессе изучения курса дополнительной образовательной программы по адаптивной физической культуре с использованием настольных игр формируется потребность в систематических занятиях физическими упражнениями. Дети с ОВЗ приобщаются к здоровому образу жизни, приобретают привычку заниматься физическим трудом, умственная нагрузка компенсируется у них физической. Занятия настольными играми дисциплинируют, воспитывают чувство коллективизма, волю, целеустремленность, укрепляют здоровье. Благодаря физкультурно-спортивной направленности программы, они смогут не только получить позитивный эмоциональный здоровый жизненный настрой, овладеть навыками игр, но и участвовать в соревнованиях различного уровня по настольным играм. Ценность занятий по настольным играм заключается в общедоступности, несложности оборудования. Настольные игры способствует развитию быстроты, скоростной выносливости, резкости, ловкости, решительности, трудолюбию, настойчивости.

Предлагаемый план проведения занятий представлен в таблице.

Учебно-тематический план дополнительной образовательной программы.

№ раздела, темы	Название раздела, тем	Количество часов		
		Всего	теоритических	практических
1	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.	2	2	
2	Ознакомление с правилами настольных спортивных игр	8	3	5
3	Стойки в различных настольных спортивных играх	12	2	10
4	Способы подачи	12	2	10
5	Способы передвижения	12	2	10
6	Техника игры	12	2	10
7	Тактика игры	12	2	10
8	Организация и проведение соревнований	6		

	ИТОГО	72	15	57
--	-------	----	----	----

Данная программа предполагает такие формы проведения занятий, как теоретическая, практическая и интерактивная.

Для реализации данной программы используются следующие приемы и методы организации учебно-воспитательного процесса: лекция; беседа; практические занятия; игра; викторина; соревнования.

Для осуществления проведения занятий требуются следующее техническое оснащение программы:

1. спортивный зал;
2. помещение для теоретических занятий и викторин;
3. наглядные пособия по каждому виду настольных спортивных игр;
4. набор «Жульбак», включающий в себя доску игровую, шайбы 30 шт.;

5. набор «Шоу-даун», включающий в себя: стол с закругленными углами размером 365 см х 122 см, огороженный бортиком высотой 14 см; мяч пластиковый, диаметром 6 см озвучен с помощью стальных шариков, запаянных внутри; бита длиной 34 см, плоская поверхность покрыта резиной с обеих сторон; перчатки с толстой тыльной поверхностью, для защиты руки от ударов мяча; повязка-очки; набор «Настольный теннис», включающий в себя: стол настольного тенниса (детский); сетки для настольного тенниса; ракетки для настольного тенниса; мячи теннисные поролоновые; мячи настольного тенниса. Формами подведения итогов по каждому виду деятельности данной программы являются соревнования по каждому виду настольных спортивных игр. Данная форма подведения итогов является также и формой контроля.

Выводы .

1. Комплексное использование нескольких физических и спортивных мероприятий позволяет повысить эффективность адаптационных мероприятий у людей с ограниченными возможностями здоровья.

2. Включение людей с ограничениями возможностей здоровья в физкультурную и спортивную деятельность предполагает не только выполнение элементарных физических упражнений, но и участие в соревновательных мероприятиях, что стимулирует их вовлечение в коммуникативную среду, и тем самым способствует адаптации инвалидов в обществе.