

**Краевое государственное бюджетное общеобразовательное учреждение для обучающихся, воспитанников с ограниченными возможностями здоровья  
«Барнаульская общеобразовательная школа-интернат № 6»**

УТВЕРЖДЕНО  
приказом директора  
школы-интерната № 233  
от «30» августа 2024 г.

**Программа Актива  
школьного спортивного клуба «ПроДвижение»**

**Возраст обучающихся 6,5 – 18 лет  
Срок реализации: 2024/2025 учебный год (1 год)**

Составитель:  
Серазетдинова Наталья Александровна,  
педагог дополнительного образования

г. Барнаул 2024

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа Актива школьного спортивного клуба «ПроДвижение» разработана в соответствии со следующими нормативно-правовыми документами:

- Конституцией Российской Федерации;
- Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (в действующей редакции);
- Федеральным законом от 04.12.2007 № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» (с изменениями и дополнениями);
- Постановлением от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- приказом Минпросвещения России от 23.03.2020 № 117 «Об утверждении Порядка осуществления деятельности школьных спортивных клубов (в том числе в виде общественных объединений), не являющихся юридическими лицами»;
- Уставом КГБОУ для обучающихся, воспитанников с ограниченными возможностями здоровья «Барнаульская общеобразовательная школа-интернат № 6».
- Положением о школьном спортивном клубе «ПроДвижение» (приказ № 144 от 03.07.2023 г.);
- Календарным планом спортивно-массовых мероприятий, утвержденного приказом директора от 30.08.2024 № 233
- Адаптированной дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы КГБОУ «Барнаульская общеобразовательная школа-интернат № 6» (приказ № 233 от 30.08.2024 г.);
- Учебного плана, утвержденного приказом директора № 233 от 30.08.2024 г. КГБОУ «Барнаульская общеобразовательная школа-интернат №6»
- Календарного учебного графика, утвержденного приказом директора № 233 от 30.08.2024 г. КГБОУ «Барнаульская общеобразовательная школа-интернат №6»

**Направленность программы.** Программа имеет спортивно-оздоровительную направленность.

**Актуальность программы** заключается в том, что школа-интернат создает оздоровительно-развивающие условия для организации внеурочной деятельности в школе. Содержание программы заключается в комплексном, индивидуальном подходе в диагностике, мониторинге состояния здоровья и развития в образовательном процессе и создании базы для них.

### **Отличительные особенности.**

1. Спортивно - оздоровительная деятельность с общеразвивающей направленностью, которая ориентирована на физическое совершенствование обучающихся, включает средства общей физической и технической подготовки с учётом их использования в массовых спортивных соревнованиях и в организации активного отдыха;
2. Обеспечение дифференцированного и индивидуального подхода с учетом здоровья, физического развития, двигательной подготовленности обучающихся соответствующего возраста;
3. Эмоциональность образовательной и инструктивной направленности занятий, сочетание современных подходов в обучении, оздоровительных технологий, классических обучающих методик и методик общефизической подготовки.
4. Предоставляется возможность для поиска новых эффективных форм организации и обеспечения высокого качества образовательного процесса.

**Адресат АДОП.** В школьном спортивном клубе занимаются обучающиеся в возрасте 6,5 – 18 лет.

**Объем АДОП.** Программа рассчитана на 306 часов. (1 год обучения, 9 часов в неделю).

**Форма обучения** - очная.

### **Методы проведения занятий:**

Спортивно-оздоровительная деятельность организуется в форме занятий в спортивных

секциях, игровой деятельности, беседа о здоровом образе жизни. Используется парную и групповую фронтальную форму работы.

Словесный: рассказ, объяснение, инструктаж, лекция, беседа;

Наглядный: наблюдение, иллюстрация и демонстрация презентаций и видеofilьмов.

Практический: посещение соревнований, тренировок, соревнования.

Методы обучения. Освоение программного материала происходит через теоретическую и практическую части, в основном преобладает теоретическое направление. Занятие включает в себя организационную, теоретическую и практическую части. Организационный этап предполагает подготовку к работе, теоретическая часть очень компактная, отражает необходимую информацию по теме.

#### **Формы проведения занятий:**

Организация работы по физическому воспитанию учащихся класса, школы.

Физкультурно-оздоровительная и спортивно-массовая работа.

Медицинский контроль.

Совместная работа с общешкольным родительским комитетом и родительскими комитетами классов школы.

Работа по укреплению материально-технической базы спортивного клуба школы.

**Срок освоения.** Программа рассчитана на 1 год.

**Язык обучения** – русский.

#### **Режим занятий**

День недели	номер группы	Режим занятий
понедельник	11	14:10-14:50
	12	15:00-15:40
вторник	11	14:10-14:50
	13	15:00-15:40
среда	12	14:10-14:50
	13	15:00-15:40
четверг	12	14:10-14:50
	13	15:00-15:40
пятница	11	15:00-15:40

**Язык обучения** – русский.

#### **Цели и задачи программы**

##### **Цели программы:**

- организация и проведение спортивно-массовой работы в школе;
- формирование у обучающихся ценностного отношения к своему здоровью, привычки к активному и здоровому образу жизни.

**Для достижения указанных целей решаются следующие задачи:**  
Развивать у школьников общественную активность и трудолюбие, творчество и организаторские способности;

Привлекать к спортивно-массовой работе в клубе педагогов, родителей учащихся школы.

Образовательные:

- Обучение простейшим организационным навыкам, необходимых понятий и теоретических сведений по физической культуре и спорту;

Воспитательные:

- Воспитание привычки к занятиям физической культурой и спортом как коллективно, так и самостоятельно.

Оздоровительные:

- Укрепление здоровья, физическое развитие и повышение работоспособности учащихся;
- Воспитание индивидуальных психических черт и особенностей в общении и коллективном взаимодействии средствами и методами командно – игровой деятельности;
- Создание представлений об индивидуальных физических возможностях, адаптивных свойствах организма и способах их совершенствования в целях укрепления здоровья;

**Учебно-тематический план кружка Актив школьного спортивного клуба «ПроДвижение»  
11, 12, 13 группа**

№ п/п	Название разделов, тем	Количество часов		
		Теория	Практика	Всего
1	Вводное занятие. Техника безопасности	2		2
2	Основы спортивного движения: история спорта, олимпийские игры, виды спорта.	15		15
3	Спортивные игры: правила, техника, стратегии.	15		15
4	Самостоятельные занятия спортом: планирование тренировок, мотивация и дисциплина.	10	2	12
5	Здоровье и безопасность: правила гигиены, первая помощь, профилактика травм.	10	5	15
6	Основы командной работы	12		12
7	Упражнения на сплочение команды и улучшение взаимопонимания	2	8	10
8	Психологические аспекты взаимодействия в команде.	12		12
9	Тренинги по развитию лидерских качеств и навыков коммуникации		7	7
10	Рейтинг личных достижений	2		2
Итого		80	22	102

**Планируемые результаты**

**Личностные:**

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

**Метапредметные (познавательные, регулятивные, коммуникативные УУД)**

- организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;
- анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
- технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.

**Предметные:**

- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;
- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;
- бережно обращаться с инвентарем и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;
- взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
- в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять.

**Комплекс организационно- педагогических условий**

**Календарный учебный график на 2024/2025 г.**

Календарный учебный график составляется с учетом праздничных дней и каникул в текущем учебном году.

Начало года	Окончание года	Количество учебных недель
02.09.2024	23.05.2025	34

Учебный период	Дата		Продолжительность Количество учебных недель
	Начало	Окончание	
I четверть	02.09.2024	26.10.2024	8
II четверть	05.11.2024	28.12.2024	8
III четверть	09.01.2025	21.03.2025	10
IV четверть	31.03.2025	23.05.2025	8
<b>ПРОДОЛЖИТЕЛЬНОСТЬ КАНИКУЛ В ТЕЧЕНИЕ ГОДА</b>			
	Дата начала каникул	Дата окончания каникул	Продолжительность в днях
Осенние	27.10.2024	04.11.2024	9
Зимние	29.12.2024	08.01.2025	11
Дополнительные (для уч-ся подг-ных, 1 классов)	17.02.2025	23.02.2025	7
Весенние	22.03.2025	30.03.2025	9
Летние	26.05.2025	31.08.2025	98

### **Условия реализации АДОП**

Для организации и осуществления учебно-воспитательного процесса с обучающимися Актива школьного спортивного клуба необходимы учебно-организационные условия:

- регулярность учебного процесса;
- сотрудничество с родителями, педагогами.

### **Формы аттестации и учета достижений, обучающихся по программе**

Достижение результатов по программе обеспечивается за счет способности обучающихся решать учебно-познавательные и учебно-практические задачи по материалам программы путём диагностики промежуточных учебных достижений.

Промежуточная аттестация:

1 четверть – Викторина

2 четверть – Викторина

3 четверть – Викторина

4 четверть – Рейтинг личных достижений

### Список литературы

- Евсеев С.П. Теория и организация адаптивной физической культуры [Текст]: учебник. - М.: Издательство «Спорт», 2016.
- Железняк Ю.Д. Спортивные игры [Текст]: Учебник. - М.: Академия, 2004.
- Коваленко В.И. В помощь учителю [Текст]: Учебно-методическое издание. - Саратов, 2007.
- Физическая культура [Текст]: учебник / В.И. Лях, А.А. Зданевич. - М., 2014.
- Щербак А.П. Модернизация технологий и содержания обучения предметной области «Физическая культура» в соответствии с ФГОС [Текст]: методические рекомендации. — Ярославль : ГАУ ДПО ЯО ИРО, 2018.

