

Государственное казённое общеобразовательное учреждение
Ненецкого автономного округа
«Ненецкая специальная (коррекционная) школа – интернат»

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по ВР
ГКОУ НАО «Ненецкая СКШИ»

_____/ И.А. Ирискина

УТВЕРЖДЕНО

директор ГКОУ НАО «Ненецкая
СКШИ»

Н.М. Кравцова
приказ № 134 от «7» августа 2024 г.

**Рабочая адаптированная программа
школьного спортивного клуба
«СПОРТЛАНДИЯ»**

Нарьян – Мар
2024

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Статус документа.

Рабочая программа школьного спортивного клуба «Спортландия» (далее - Программа) создана на основе:

1. Закона Российской Федерации № 273 от 29.12.2012 «Об образовании в Российской Федерации»;
2. Поручения Президента Российской Федерации по итогам заседания Совета при Президенте Российской Федерации по развитию физической культуры и спорта гот 10.10.2019 г. № ПР-2397;
3. Федерального закона Российской Федерации от 30.04.2021г. № 127-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» и Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации»;
4. Приказа Министерства Просвещения Российской Федерации от 23.03.2020г. № 117 «Об утверждении порядка осуществления деятельности школьных спортивных клубов (в том числе в виде общественных объединений), не являющихся юридическими лицами» (зарегистрирован 23.04.2020г. № 58189);
5. Методических рекомендаций Министерства Просвещения РФ по созданию школьных спортивных клубов общеобразовательных организаций от от 28 сентября 2021 г. N 06-1400;
6. Адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями);
7. Учебного плана ГКОУ НАО «Ненецкая СКШИ» для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) 1 – 9 классов;
8. СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», СанПин 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»

Актуальность.

В соответствии с «Конвенцией о правах ребенка» и «Всемирной декларацией об обеспечении выживания, защиты и развития детей» каждому ребенку должно быть гарантировано право на развитие, воспитание и образование с учетом его индивидуальных возможностей. Положения, отраженные в этих документах, распространяются на всех детей, в том числе и детей с интеллектуальной недостаточностью. Дети данной категории постоянно сталкиваются с ограничением двигательных возможностей, в отличие от нормотипичных детей, для которых двигательная активность естественна и доступна в повседневной жизни. Л.С. Выготский писал о том, что необходимо не только корректировать нарушения у детей с ОВЗ, но и помогать активному развитию ребенка. Возможность заниматься физическими упражнениями способствует развитию физических и психологических возможностей ребенка с ОВЗ, повышает его самооценку, а также помогает установить социальные связи и стать активным участником общества.

Социальная значимость.

Необходимость Программы вызвана тем, что объективные данные, полученные при изучении здоровья подрастающего поколения в России, заставляют серьезно задуматься над проблемой усиления медицинской, социально-психологической, педагогической помощи детям, испытывающим трудности в развитии с самого детства. При организации работы с детьми, имеющими различные нарушения развития, огромное значение имеет целенаправленное преодоление недостатков моторики, развитие движений, охрана и укрепление здоровья детей. Поэтому подходы к организации физического воспитания детей с разными отклонениями в развитии учитывают структуру дефекта, степень выраженности нарушений, состояние здоровья и т.п.

Новизна программы.

Программа даёт возможность обучающимся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) влиться в процесс образовательной деятельности и осознавать необходимость и значимость получения знаний, умений и навыков физической культуры.

Основное отличие данной программы заключается в реализации системного подхода. Важным воспитательным фактором является включение в занятия регионального компонента. Участие в спортивно-оздоровительных мероприятиях города и округа позволяет ребенку начать действовать и в деятельности определять свою жизненную позицию, принять и далее следовать тем ценностям, которые обсуждаются на занятии. Причём обсуждаться на конкретных примерах, на уровне, доступном для понимания подростками в силу их психофизиологических особенностей.

Исходя из актуальности, новизны и социальной значимости, а также ориентируясь на программное содержание образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) **целями** данной Программы являются:

- 1) **Стратегическая цель:** формирование интересов обучающихся, совершенствование в избранном виде спорта, широкое привлечение обучающихся, родителей, педагогических работников образовательного учреждения к регулярным занятиям физической культурой и спортом, формирование здорового образа жизни, организация активного отдыха, повышение уровня физического развития обучающихся;
- 2) **Тактическая цель:** создание образовательного пространства, способствующего образованию спортивно-массовых групп для профилактики вредных привычек, борьбы с наркоманией, курением, организация совместной деятельности подростков, развитие у них коммуникативных качеств.

Реализация целей осуществляется решением следующих **задач:**

- 1) Активное содействие физическому, гражданско-патриотическому воспитанию обучающихся, внедрение физической культуры и спорта в повседневную жизнь.
- 2) Организация занятий в спортивных секциях и группах оздоровительной направленности.
- 3) Проведение массовых физкультурно-оздоровительных и спортивных мероприятий.
- 4) Организация работы по физической реабилитации обучающихся, имеющих отклонения в состоянии здоровья.
- 5) Создание условий для развития всех видов и форм спортивно-оздоровительной деятельности обучающихся.
- 6) Осуществление профилактики асоциального поведения обучающихся средствами физической культуры.

Взаимосвязь с программой воспитания

Программа школьного спортивного клуба разработана с учётом федеральной адаптированной основной общеобразовательной программой образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) и является частью рабочей программы воспитания обучающихся ГКОУ НАО «Ненецкая СКШИ». Это позволяет на практике соединить обучающую и воспитательную деятельность педагога, ориентировать её не только на физическое, но и интеллектуальное, нравственное и социальное развитие школьников.

Принципы организации работы школьного спортивного клуба

В основу программы школьного спортивного клуба положены следующие принципы:

- ❖ **Принцип актуальности.** Он отражает насущные проблемы, связанные со здоровьем детей с умственной отсталостью, гигиеническими, культурными, социальными

- нормами и ценностями; обеспечивает знакомство учащихся с наиболее важной гигиенической информацией;
- ❖ *Принцип доступности.* В соответствии с этим принципом школьникам предлагается оптимальный для усвоения объем информации, который предполагает сочетание изложения гигиенической информации теоретического характера с примерами и демонстрациями, что улучшает его восприятие. Предусматривает использование ситуационных задач с необходимостью выбора и принятия решения, ролевых игр, информационного поиска, рисования, моделирования драматических сцен.
 - ❖ *Принцип положительного ориентирования.* В соответствии с этим принципом уделяется значительное внимание позитивным, с точки зрения здоровья, стилям жизни, их благотворному влиянию на здоровье. Реализация данного принципа, т.е. показ положительных примеров, более эффективна, чем показ отрицательных последствий негативного в отношении здоровья и поведения;
 - ❖ *Принцип последовательности* Он предусматривает выделение основных этапов и блоков, а также их логическую преемственность в процессе его осуществления;
 - ❖ *Принцип системности* определяет постоянный, регулярный характер его осуществления, что позволяет усвоить знания, имеющие отношения к здоровью, в виде целостной системы;
 - ❖ *Принцип сознательности и активности* направлен на повышение активности обучающихся в вопросах здоровья, что возможно только при осознании ответственности за свое здоровье и здоровье окружающих. Этот принцип выступает в качестве основополагающего для изучения форм поведения и стилей жизни.
 - ❖ *Принцип творческого подхода* к решению проблемы.

Занятия физической культурой и спортом полностью выполняют эти задачи, так как выполняет несколько функций:

- ✓ *реабилитационную* — помогает детям с ОВЗ восстанавливать физические качества, улучшает подвижность и координацию движений;
- ✓ *социальную* — совершенствует коммуникацию и способствует социализации детей с ограниченными возможностями здоровья;
- ✓ *психологическую* — повышает эмоциональное состояние и самооценку детей с ОВЗ, способствует снижению уровня тревожности и депрессии;
- ✓ *коррекционно-педагогическую* — помогает справиться с различными трудностями, возникающими из-за проблем со здоровьем, прививает необходимые навыки и обучает компенсаторным механизмам;
- ✓ *профилактическую* — укрепляет иммунную систему, улучшает циркуляцию крови и снижает уровень стресса, чем предотвращает развитие ряда болезней.

Одна из задач педагогов – формирование у обучающихся с ОВЗ системы знаний и убеждений, обеспечивающих духовное отношение к себе, к своему здоровью, к окружающему миру.

СРОКИ РЕАЛИЗАЦИИ И УЧАСТНИКИ ПРОГРАММЫ

В реализации Программы участвуют:

- обучающиеся ГКОУ НАО «Ненецкая СКШИ» 1 – 9 классов;
- педагоги;
- родители;

Срок реализации программы: бессрочная

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ ШКОЛЬНОГО СПОРТИВНОГО КЛУБА «СПОРТЛАНДИЯ»

	Содержание деятельности	Сроки	Ответственный
--	-------------------------	-------	---------------

п/п			
Учебный блок			
	Заседание ШМО: «Здоровьесберегающие технологии обучения и воспитания»	Ежегодно	Руководитель ШМО
	Внутришкольный контроль: «Реализация здоровьесберегающих программ школы и классных коллективов»	В течение года	Администрация школы
	Методическая неделя «Мы за здоровый образ жизни!»	Ежегодно	Руководитель ШСК
	Вопросы здоровьесбережения на заседании Педагогического совета	Ежегодно	Администрация школы
	Проведение занятий активно - двигательного характера в течение учебного дня: проведение физ. минуток в классах начальной школы, среднего звена.	В течение года, ежедневно	Учителя школы
	Проведение занятий адаптированной физической культуры, уроков ритмики.	В течение года,	Учителя школы
	Учет гигиенических критериев рациональной организации урока (приложение – таблица).	В течение года	Учителя школы
	Обобщение опыта работы учителей по реализации программы здоровья на заседании ШМО	Согласно плану	Рук.ШМО, зам.директора по УМР, ВР
Блок спортивно-массовой работы			
	Выборы и утверждение спортивного актива	Сентябрь	Руководитель клуба
	Запись учащихся в спортивные секции, оформление наглядной агитации;	Сентябрь	Учителя физкультуры
	Спортивная декада: 1.Товарищеская встреча по волейболу среди учащихся, их родителями и учителями школы; 2.Соревнования по пионерболу(3-4 классы) 3.Подвижная игра «Снайпер» (1-2), 4.Соревнования по волейболу (6-9), 5.Соревнования по пионерболу с элементами волейбола (5-9 классы)	Октябрь-ноябрь	Руководитель клуба
	Соревнования по прыжкам в высоту (5-9 классы)	Ноябрь	Руководитель клуба
	Силовое двоеборье (подтягивание, отжимание) – 1-9 классы	Ноябрь	Руководитель клуба
	Тематический Новогодний турнир по баскетболу	Декабрь	Руководитель клуба
	Военно-патриотический месячник: 1.первенство школы по баскетболу (5-9 классы), 2.спортивная эстафета (1-4 классы)	Февраль	Руководитель клуба
	Личное первенство «Рекорды школы» (подтягивание, сгибание и разгибание рук в упоре лежа, прыжок в длину с места, прыжки со скакалкой, прыжки в высоту)	Февраль	Руководитель клуба
0	Лыжные гонки (5-9 классы) «школьные соревнования» 1.на выявление сильнейших спортсменов - любителей лыжного спорта школы (без разрядников) – все учащиеся , (из них - выделяются 10 человек) 2. Гонка преследования (1,2,3 места)	Март	Руководитель клуба
	Соревнования по легкой атлетике (прыжок в	Апрель	Руководитель

7	длину с места, прыжки со скакалкой, челночный бег) (5-9)		клуба
8	Проведение легкоатлетической эстафеты в честь 9-го мая;	Май	Руководитель клуба
9	Акции по формированию здорового образа жизни	В течение года	Совет клуба
0	Лыжные походы совместно с родителями	В течение 2,3 четверти	Классные руководители
1	Походы в природу совместно с родителями	Сентябрь, Май	Классные руководители
2	Спортивные соревнования совместно с родителями	В течение года	Классные руководители
3	Проведение акций о ЗОЖ	В течение года	Классные руководители
4	Взаимодействие с ведомственными структурами.	В течение года	Руководитель клуба
6	Проведение флешмобов	В течение года	Совет клуба
7	Оформление сменного стенда «Спортивная гордость школы»	В течение года	Совет клуба
Материальный блок			
	Соблюдение санитарно-гигиенического режима в спортзале в соответствии с СанПинами	В течение года	Администрация, учителя физкультуры
.	Работа с родителями по обеспечению детей спортивной одеждой и инвентарем	Сентябрь январь	Администрация, учителя физкультуры

Направления, формы и методы работы

- 1) *Организационно-управленческая деятельность:*
 - разработка положения и рабочей программы ШСК;
 - составление ежегодного календарно-тематического планирования;
 - организация взаимодействия с различными организациями, учреждениями и ведомствами;
 - обсуждение вопросов по реализации Программы на педагогических советах, родительских собраниях.
- 2) *Организация учебно-воспитательного процесса:*
 - проведение занятий (согласно расписанию секций);
- 3) *Работа с родителями:*
 - обсуждение вопросов по реализации Программы на родительских собраниях, привлечение родительской общественности к участию в мероприятиях;
- 4) *Материально-техническое обеспечение:*
 - набор спортивно-оздоровительных игр, учебно-методический материал, спортивное оборудование.
- 5) *Формы и методы воспитания:*
 - групповые и индивидуальные;
 - учебные (изучение нового материала);
 - тренировочные (совершенствование изученного материала);
 - учебно-тренировочные (изучение нового материала, совершенствование изученного материала),
 - восстановительные (выполнение неспецифических упражнений), контрольные (тестирование сторон подготовленности).

Предполагаемые результаты деятельности школьного спортивного клуба

По окончании реализации Программы обучающиеся получают следующие результаты:

- увеличение количества учащихся, занимающихся в спортивных секциях;
- увеличение количества различных школьных спортивных соревнований для привлечения большего количества разновозрастных участников;
- увеличение % участников в региональных, муниципальных спортивно-массовых мероприятиях;
- повышение качества участия в различных конкурсах, соревнованиях и проектах, в результате которых появится спортивный инвентарь, оборудование, туристское снаряжение для массовых занятий физической культурой и туризмом.

Система управления и контроль за реализацией Программы

Управление реализацией программы осуществляется заместителем директора по воспитательной работе, руководителем клуба, которые ежегодно информируют участников образовательного процесса о ходе выполнения Программы.

Рабочая программа ШСК является вариативной, то есть при возникновении необходимости допускается корректировка содержания и форм занятий, времени прохождения материала.