

РОССИЙСКАЯ ФЕДЕРАЦИЯ
Министерство образования Калининградской области
Государственное бюджетное учреждение Калининградской области
общеобразовательная организация для обучающихся, воспитанников
с ограниченными возможностями здоровья
«Школа-интернат №7 п. Большое Исаково»

Рассмотрено на заседании
Педагогического совета Организации
Председатель
Н.В. Терновская
Протокол № 4 от 20.02.2023

УТВЕРЖДЕНО
Директор ГБУ КО
«Школа-интернат №7»
А.Ю. Быстрова
Приказ № 24/1 от 28.02.2023

Адаптированная дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа
«Легкая атлетика»

Направленность программы: физкультурно-спортивная

Возраст обучающихся: 9 - 17 лет

Срок реализации образовательной программы: 3 года

Автор образовательной программы:
Дегтярева Ирина Борисовна,
педагог дополнительного образования

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Описание предмета, дисциплины, которому посвящена программа

Коррекция двигательных нарушений средствами адаптивного спорта является важным направлением коррекционно-воспитательной работы. Обучение детей с ОВЗ (умственной отсталостью) по адаптированной дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Легкая атлетика» позволит детям преодолевать типичные для их физического развития затруднения; развивать мотивацию к двигательной деятельности, ведению здорового образа жизни; влиять на темп выполнения заданий, понимания инструкций; поднимать уровень свойств внимания (устойчивость, концентрация, переключение), развития координации движений; справляться с повышенной впечатлительностью (тревожностью, болезненностью реакции на тон голоса партнера, изменениями в настроении, инфантилизмом, низкой самооценкой, утомляемостью, зависимостью от постоянной помощи взрослого).

Раскрытие ведущих идей, на которых базируется программа

Интерес к легкой атлетике с каждым годом растёт не только среди мальчиков, но и среди девочек, по массовости и популярности опережает многие виды спорта. К тому же, легкая атлетика является эффективным средством физического воспитания. Занятия данным видом спорта способствуют разностороннему комплексному воздействию на органы и системы организма подростков и молодежи. Укрепляют и повышают уровень их функционирования, обеспечивают эффективное развитие физических качеств, формирует двигательные навыки. Многоборное содержание тренировки юных легкоатлетов характеризуется преимущественной направленностью на эффективность базовой подготовки. Она в свою очередь, обеспечивает юным спортсменам надежную основу для дальнейшего спортивного совершенствования и создает благоприятные предпосылки для достижения результатов более высокого уровня. Программа объясняется необходимостью систематизации процесса многолетней подготовки юных спортсменов, учитывает рекомендации по построению, содержанию и организации физического развития воспитанников. Полная реализация программы поможет воспитанникам достичь результатов 2 спортивного разряда в избранном виде легкой атлетики в соответствии с природными задатками.

Описание ключевых понятий, которыми оперирует автор программы

Лёгкая атлетика - олимпийский вид спорта, включающий бег, ходьбу, прыжки и метания. Объединяет следующие дисциплины: беговые виды, спортивную ходьбу, технические виды (прыжки и метания), многоборья, пробег (бег по шоссе) и кроссы (бег по пересечённой местности). Один из основных и наиболее массовых видов спорта.

Паралегкая атлетика — это вид легкой атлетики, которым занимаются люди с ограниченными возможностями в качестве параспорта. Соревнования по легкой атлетике в рамках параспорта в основном такие же, как и для здоровых людей, за двумя основными исключениями в гонках на инвалидных колясках и метании клюшки, которые характерны для этого дивизиона. Этот вид спорта известен под разными названиями, включая легкую атлетику для инвалидов, легкую атлетику для инвалидов и паралимпийскую легкую атлетику. Участники обычно делятся на три широкие категории: глухие спортсмены, спортсмены с физическими недостатками и спортсмены с умственными недостатками.

Направленность (профиль) программы

Адаптированная дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Легкая атлетика» (далее – программа) имеет физкультурно-спортивную направленность.

Уровень освоения

Программа состоит из трех разделов, темы которых отображают спортивный процесс в группе. Требования к знаниям и физической подготовке детей отображают дидактический принцип – от простого к сложному.

Программа опирается на технологии и методы обучения детей с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), строится с учетом психолого-педагогических требований, направленных на развитие физических способностей ребёнка в области легкой атлетики.

Актуальность программы

Адаптированная дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности «Легкая атлетика» содействует приобретению обучающимися с интеллектуальными нарушениями необходимых умений, навыков для поддержания высокой работоспособности во всех периодах жизни, а также воспитания навыков для самостоятельных занятий и умения вести здоровый образ жизни, развивать физические качества, придерживаться принципов гармоничности, оздоровительной направленности учебного процесса.

Отличительные особенности программы является то, что ее основой станет не только технико-тактическая подготовка юных легкоатлетов, но и общее физическое развитие детей. Помимо этого, программа способствует расширению спортивного кругозора, активизирует интерес детей к спорту как таковому. Программа построена на идеях личностно-ориентированного дополнительного образования детей. Заложенный в детях двигательный потенциал реализуется наиболее полно, если образовательный процесс построен с учетом уникальности и неповторимости каждого ребенка и направлен на максимальное развитие физических способностей каждого обучающегося.

Программа учитывает особенности психофизического развития данной категории детей, индивидуальные возможности; обеспечивает коррекцию нарушений развития и социальную адаптацию детей с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

Отличительные особенности программы

Программа по легкой атлетике является одним из механизмов реализации целей и задач по профилактике заболеваний, вредных привычек и правонарушений, а также укреплению здоровья через всестороннее развитие двигательной активности обучающегося при занятиях легкой атлетикой.

В работе с детьми с ограниченными возможностями здоровья педагог:

- учитывает принципы индивидуально-дифференцированного подхода;
- предотвращает утомление детей во время занятий, используя для этого разнообразные средства (чередование видов практической деятельности, выполнение упражнений небольшими дозами, использование интересного и красочного дидактического материала и средства наглядности и т.п.);
- использует методики и технологии, с помощью которых можно максимально активизировать двигательную деятельность детей, формировать необходимые навыки деятельности;
- уделяет постоянное внимание коррекции всех видов деятельности ребенка;
- проявляет во время работы с ребенком педагогический такт;
- поощряет малейшие успехи ребенка.

Цель реализации адаптированной дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы: обеспечение духовно-нравственного, гражданско-патриотического воспитания обучающихся средствами физической культуры и спорта.

Задачи:*Образовательные:*

- оказание психолого-педагогической помощи, реабилитации (абилитации);
- предоставление дифференцированной помощи, в том числе оказание ассистентом (помощником) при необходимости технической помощи;
- обеспечение возможности вербальной и невербальной коммуникации для обучающихся с выраженными потребностями в коммуникации, в том числе с использованием средств альтернативной или дополнительной коммуникации;
- воспитание самостоятельности и независимости при освоении доступных видов деятельности;
- формирование интереса к определенному виду деятельности в рамках реализации адаптированной дополнительной общеобразовательной программы, в том числе, через:
 - знакомство детей с истоками, традициями и историей легкой атлетики, правилами;
 - освоение выполнения технических действий и приемов с предметом и без предмета, комплексов упражнений на развитие специальных физических качеств;
 - формирование представления о здоровом образе жизни;
 - стимулирование детей на самостоятельное выполнение физических упражнений.

Воспитательные:

- формировать культуру духовно-нравственного, гражданско-патриотического воспитания;
- формировать нравственные качества личности: доброту, дружелюбие, ответственность, самостоятельность, чувство собственного достоинства;
- формирование у детей физического восприятия спорта;
- воспитание спортивной активности у детей;
- воспитание внимательного отношения к партнеру в общении, интереса и внимания к другим, способности к состраданию и сочувствию; формирование навыков коллективного общения в процессе спортивной деятельности и в социуме;
- воспитание трудолюбия, выдержки и наблюдательности, аккуратности, бережливости, трудолюбия;
- способствовать накоплению и развитию жизненных социальных компетенций (автономность, ответственность, самокритичность, скромность, социальный интерес, готовность к сотрудничеству).

Развивающие:

- развитие спортивного мышления, координации, повышение уровня физической подготовленности;
- развивать скорость реакции, координацию в пространстве, технику функционального бега;
- развитие основных физических качеств; развитие индивидуальных физических способностей, учитывая возможности детей;
- развитие навыков работы в команде и приобщение детей к национальной спортивной культуре;
- развивать практические навыки, природные задатки и физические способности обучающихся;
- сформировать интерес к традициям и истории легкой атлетики;
- стимулировать развитие ассоциативной памяти, внимания;

- развитие положительных личностных качеств таких, как дисциплинированность, ответственность, коммуникабельность, активность, чувства коллективизма;
- формировать уважение к культуре и традициям народов России.

Психолого-педагогическая характеристика обучающихся, участвующих в реализации образовательной программы

Адаптированная дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа предназначена для детей с ОВЗ (с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) в возрасте 9 - 17 лет.

Умственная отсталость связана с нарушениями интеллектуального развития, которые возникают вследствие органического поражения головного мозга на ранних этапах онтогенеза (от момента внутриутробного развития до трех лет). У обучающихся отмечается недоразвитие познавательных интересов и снижение познавательной активности, что обусловлено замедленностью темпа психических процессов, их слабой подвижностью и переключаемостью. При умственной отсталости страдают не только высшие психические функции, но и эмоции, воля, поведение, в некоторых случаях физическое развитие, хотя наиболее нарушенным является мышление, и прежде всего, способность к отвлечению и обобщению. Общим признаком у всех обучающихся с умственной отсталостью выступает недоразвитие психики с явным преобладанием интеллектуальной недостаточности, которое приводит к затруднениям в усвоении содержания школьного образования и социальной адаптации.

Общим признаком у всех обучающихся с умственной отсталостью выступает недоразвитие психики с явным преобладанием интеллектуальной недостаточности, которое приводит к затруднениям в усвоении содержания школьного образования и социальной адаптации.

Своеобразие развития обучающихся с легкой умственной отсталостью обусловлено особенностями их высшей нервной деятельности, которые выражаются в разбалансированности процессов возбуждения и торможения, нарушении взаимодействия первой и второй сигнальных систем.

В структуре психики такого ребенка в первую очередь отмечается недоразвитие познавательных интересов и снижение познавательной активности, что обусловлено замедленностью темпа психических процессов, их слабой подвижностью и переключаемостью. При умственной отсталости страдают не только высшие психические функции, но и эмоции, воля, поведение, в некоторых случаях физическое развитие, хотя наиболее нарушенным является процесс мышления, и прежде всего, способность к отвлечению и обобщению. Вследствие чего знания детей с умственной отсталостью об окружающем мире являются неполными и, возможно, искаженными, а их жизненный опыт крайне беден.

У этой категории обучающихся нарушена первая ступень познания – ощущение и восприятие. Нарушен процесс мышления, основу которого составляют такие операции, как анализ, синтез, сравнение, обобщение, абстракция, конкретизация, логическое мышление, что выражается в слабости обобщения, трудностях понимания смысла явления или факта.

Особенности восприятия и осмысления детьми учебного материала неразрывно связаны с особенностями их памяти. Менее развитым оказывается логическое опосредованное запоминание, хотя механическая память может быть сформирована на более высоком уровне.

Программа учитывает особенности психофизического развития данной категории детей, индивидуальные возможности; обеспечивает коррекцию нарушений развития и социальную адаптацию детей с ОВЗ.

Особенности организации образовательного процесса

Принцип систематичности и последовательности в обучении требует, чтобы знания, умения и навыки формировались в системе, в определенном порядке, когда каждый элемент учебного материала логически связывается с другими, последующее опирается на предыдущее, готовит к усвоению нового.

Принцип доступности – обучение строится на уровне реальных возможностей обучающихся, с избеганием интеллектуальных, физических, моральных перегрузок, отрицательно сказывающихся на их физическом и психическом здоровье.

Принцип активности субъектов образовательного процесса предполагает, что реализуется личностное взаимодействие субъектов, и проявляется во внедрении активных методов в оперативном учете индивидуальных особенностей личности, обеспечивает творческий характер деятельности.

Принцип наглядности обеспечивается применением в образовательном процессе разнообразных видео, киноматериалов, слайдов, прослушиванием соревнований, а также посещением спортивных мероприятий.

Принцип толерантности – основой является признание права на отличие. Проявляется в принятии другого человека таким, каков он есть, уважении другой точки зрения, понимании и принятии традиций, ценности и культуры представителей другой национальности и веры. Толерантность является основой педагогического общения учителя и обучающегося, сущность которого сводится к таким принципам обучения, которые создают оптимальные условия для формирования у обучающихся культуры достоинства, самовыражения личности, исключают фактор боязни неправильного ответа.

Принцип гуманизации образовательного пространства через установление педагогического взаимодействия между учителем, обучающимися и членами их семей как важнейшее условие полноценного развития личности ребенка в плане семейного воспитания.

Набор детей в объединение – свободный, группа формируется из числа учащихся образовательной организации, реализующей программу. Принцип формирования групп: на усмотрение администрации образовательной организации.

Программа объединения предусматривает групповые, фронтальные формы работы с детьми. Состав групп 12 человек.

Формы обучения по образовательной программе и режим занятий, периодичность и продолжительность занятий

Форма обучения – очная, возможно использование дистанционных технологий.

Общее количество часов в год – 68 часов. Продолжительность занятий исчисляется в академических часах – 40 минут. Занятия проводятся 2 раза в неделю.

Объем и срок освоения образовательной программы

Срок освоения программы – 3 года.

На полное освоение программы требуется 204 часа, включая участие в соревнованиях.

Основные формы и методы обучения

Тренировочный процесс по программе легкой атлетики в целом имеет развивающий характер, он направлен, прежде всего, на развитие природных задатков, на реализацию двигательных интересов детей и на развитие у них физических способностей. Достижение учащимися определенного уровня компетенций должно быть средством разностороннего развития ребенка и его способностей.

Программа предполагает использование новых образовательных технологий, рассчитанных на самообразование детей и их максимальную самореализацию в обществе.

Технология личностно-ориентированного развивающего обучения предполагает максимальное развитие индивидуальных физических способностей ребенка.

Технология дифференцированного обучения по интересам детей является самым широким путем личности в систему здорового образа жизни через спорт. Важной задачей технологии дифференцированного обучения по интересам является определение специальных интересов, наклонностей, способностей детей. Дифференциация углубляется и переходит в индивидуализацию обучения, что означает организацию учебного процесса, при которой выбор способов, приемов, темпа обучения обусловлен индивидуальными особенностями детей с ОВЗ.

Элементы технологии индивидуализации обучения также используются в программе. Главным достоинством индивидуального обучения является то, что оно позволяет адаптировать содержание, методы, формы, темп обучения к индивидуальным особенностям каждого воспитанника, следить за его продвижением, вносить необходимую коррекцию.

Групповые технологии позволяют организовать совместные действия, коммуникацию, общение, взаимопонимание, взаимопомощь. Во время групповой работы педагог контролирует, отвечает на вопросы, регулирует выполнение заданий, оказывает помощь, стимулирует детей к выполнению этих функций во временных группах.

Игровые технологии лежат в основе занятий. Игра – это вид деятельности, который помогает активно включить ребенка в деятельность, улучшает его позиции в коллективе, создает доверительные отношения.

Педагогом применяются следующие методы работы:

1. Метод словесного описания упражнений: постановка задач обучения, описание техники движений, управление ходом обучения, анализ результатов исполнения задания).

2. Метод показа упражнений.

Наиболее наглядным является показ самим преподавателем изучаемых элементов. Такое исполнение помогает создать целостную картину упражнения. Для детей этот метод является неотъемлемой частью обучения, т. к. опирается на сохраненные психические структуры (рефлекс подражания).

3. Метод целостного разучивания упражнений

Этот метод предполагает выполнение упражнений целиком. Один из вариантов метода целостного разучивания - метод подводящих упражнений, предполагающий предварительное выполнение более простых, ранее изученных упражнений, структурно сходных с новыми.

4. Метод расчлененного разучивания

Метод заключается в искусственном дроблении изучаемого двигательного действия на составные части и последовательном их освоении при дальнейшем соединении в целое упражнение.

5. Метод изменения условий обучения.

Этот метод подразумевает создание специальных условий для выполнения упражнений.

6. Игровой метод.

Данный метод предполагает использование спортивных игр, развивающих необходимые для легкой атлетики качества (скорость реакции, координация в пространстве, техника функционального бега).

Планируемые результаты

Результатом деятельности детей с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) будут их выступление на соревнованиях по легкой атлетике различных уровней. Переживание ситуации успеха, принятие ближайшим окружением их достижений отразится на психологическом состоянии особых детей и повысит уровень их

коммуникативного общения и самооценки. Это создаст предпосылки для более комфортного вхождения детей с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) во взаимодействие с миром здоровых сверстников и взрослых.

В результате освоения программы у детей с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) будут сформированы:

- позитивная, социально направленная учебная мотивация,
- познавательные, регулятивные и коммуникативные универсальные учебные действия.

Обучающийся будет проявлять:

- устойчивый интерес к спорту, легкой атлетике, здоровому образу жизни;
- ответственность перед коллективом;
- доброту и толерантное отношение к сверстникам;
- стремление поддерживать атмосферу эмоционального комфорта и сотрудничества;
- принятие особенностей каждого в коллективе;
- достаточно высокий уровень самооценки;
- систему нравственных ориентиров;
- креативную направленность интересов.

Обучающийся будет знать:

- истоки, традиции и историю легкой атлетики, правила;
- технические действия и приемы, комплексы упражнений на развитие специальных физических качеств;
- о здоровом образе жизни;
- индивидуальные упражнения.

Обучающийся будет уметь:

- играть в подвижные игры;
- решать несложные тактические задачи в игре;
- обсуждать просмотр спортивных соревнований, тренировки;
- соблюдать правила игры;
- свободно двигаться на спортивной площадке;
- владеть терминологией легкой атлетики.

Обучающийся сможет развить:

- скорость реакции, координацию в пространстве, технику функционального бега;
- основные физические качества;
- практические навыки, природные задатки и физические способности;
- интерес к традициям и истории легкой атлетики;
- ассоциативную память, внимание.

Образовательные:

- психолого-педагогическая помощь, реабилитация (абилитация);
- дифференцированной помощи, в том числе оказание ассистентом (помощником) при необходимости технической помощи;
- вербальная и невербальная коммуникация для обучающихся с выраженными потребностями в коммуникации, в том числе с использованием средств альтернативной или дополнительной коммуникации;
- самостоятельность и независимость при освоении доступных видов деятельности;
- интереса к определенному виду деятельности в рамках реализации адаптированной дополнительной общеобразовательной программы.

Воспитательные:

- формирование культуры духовно-нравственного, гражданско-патриотического воспитания;

- формирование нравственных качеств личности: доброты, дружелюбия, ответственности, самостоятельности, чувства собственного достоинства;
- формирование у детей физического восприятия спорта;
- воспитание спортивной активности у детей;
- воспитание внимательного отношения к партнеру в общении, интереса и внимания к другим, способности к состраданию и сочувствию; формирование навыков коллективного общения в процессе спортивной деятельности и в социуме;
- воспитание трудолюбия, выдержки и наблюдательности, аккуратности, бережливости, трудолюбия;
- накопление и развитие жизненных социальных компетенций (автономность, ответственность, самокритичность, скромность, социальный интерес, готовность к сотрудничеству).

Развивающие:

- развитие спортивного мышления, координации, повышение уровня физической подготовленности;
- развитие скорости реакции, координации в пространстве, техники функционального бега;
- развитие основных физических качеств; развитие индивидуальных физических способностей;
- развитие навыков работы в команде и приобщение детей к национальной спортивной культуре;
- развитие практических навыков, природных задатков и физических способностей обучающихся;
- сформированный интерес к традициям и истории легкой атлетики;
- развитие ассоциативной памяти, внимания;
- развитие положительных личностных качеств таких, как дисциплинированность, ответственность, коммуникабельность, активность, чувства коллективизма;
- сформированное уважение к культуре и традициям народов России.

Механизм оценивания образовательных результатов

Педагогическая диагностика визуальная. Входной контроль и промежуточные результаты обучения осуществляются с использованием метода наблюдения: оцениваются физические и психоэмоциональные способности и возможности ребенка, уровень его физической подготовленности в освоении курса программы.

Промежуточный и итоговый контроль проводится в форме соревнований, согласно плану общешкольных мероприятий.

Формы подведения итогов реализации программы

Промежуточная аттестация проводится по окончании учебного года. К годовой промежуточной аттестации допускаются все обучающиеся спортивной секции. Проведение промежуточной аттестации по дополнительной общеразвивающей программе проводится в форме соревнований.

Предметом итога освоения обучающимися программы является достижение результатов освоения программы для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями). Итоговая оценка качества освоения обучающимися с умственной отсталостью дополнительной общеразвивающей программы осуществляется педагогом на основе проведения и участия в соревнованиях.

Организационно-педагогические условия реализации программы

Качество реализации адаптированной дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы физкультурно-спортивной направленности «Легкая атлетика» обеспечивается за счет:

- доступности, открытости, привлекательности для детей и их родителей (законных представителей) содержания программы;
- наличия комфортной развивающей образовательной среды;
- наличия качественного состава педагогических работников, имеющих среднее профессиональное или высшее образование, соответствующее профилю преподаваемого учебного материала;
- применение современных педагогических технологий.

Согласно Профессиональному стандарту «Педагог дополнительного образования детей и взрослых» по данной программе может работать педагог дополнительного образования или учитель, имеющий высшее образование или среднее профессиональное образование в рамках укрупненных групп направлений подготовки высшего образования и специальностей среднего профессионального образования «Образование и педагогические науки»; высшее либо среднее профессиональное образование в рамках иного направления подготовки высшего образования и специальностей среднего профессионального образования при условии его соответствия дополнительным общеразвивающим программам, реализуемым организацией, осуществляющей образовательную деятельность, и получение при необходимости после трудоустройства дополнительного профессионального образования по направлению подготовки «Образование и педагогические науки» без предъявления требования к опыту практической работы.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

1 год обучения

№ п/п	Наименование раздела, тем	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Теоретическая подготовка	5	5	-	Соревнования
2	ОФП	21	-	21	Соревнования
3	СФП	13	-	13	Соревнования
4	Технико-тактическая подготовка	23	-	23	Соревнования
5	Специальная техническая подготовка	4	-	4	Соревнования
6	Контрольные и переводные нормативы	2	-	2	Соревнования
Итого		68	5	63	63

Задачи первого года обучения

Образовательные:

- познакомить детей с истоками, традициями и историей легкой атлетики, правилами;
- освоить выполнение технических действий и приемов с предметом и без предмета, комплексов упражнений на развитие специальных физических качеств;
- сформировать представление о здоровом образе жизни;
- стимулировать детей на самостоятельное выполнение физических упражнений.

Воспитательные:

- воспитывать нравственные качества личности: доброту, дружелюбие, ответственность, самостоятельность, чувство собственного достоинства;
- прививать аккуратность, бережливость, трудолюбие;

- воспитывать интерес и внимание к другим, способность к состраданию и сочувствию;
- сформировать навыки коллективного общения в процессе спортивной деятельности и в социуме;
- способствовать накоплению и развитию жизненных социальных компетенций (автономность, ответственность, самокритичность, скромность, социальный интерес, готовность к сотрудничеству);

Развивающие:

- развивать скорость реакции, координацию в пространстве, технику функционального бега;
- развитие основных физических качеств;
- развивать практические навыки, природные задатки и физические способности обучающихся;
- сформировать интерес к традициям и истории легкой атлетики;
- стимулировать развитие ассоциативной памяти, внимания.

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

1 год обучения (68 часов, 2 часа в неделю)

Теория:

Краткие сведения о значении занятий физкультурой и спортом для развития и здоровья человека. Фазы прыжка в высоту с разбега. Подготовка суставов и мышечно-сухожильного аппарата к предстоящей деятельности

История развития лёгкой атлетики за рубежом и в нашей стране, успехи российских спортсменов в соревнованиях

Гигиена, режим дня, закаливание детей, врачебный контроль и самоконтроль спортсмена

Организация занятий физическими упражнениями, техника безопасности, инвентарь, спортивная одежда спортсмена

Правила лёгкой атлетики. Техника безопасности при выполнении прыжков в длину.

Практика:

Ходьба. Сочетание разновидностей ходьбы (на носках, на пятках, в полуприседе, спиной вперед) по инструкции учителя.

Ходьба на носках с высоким подниманием бедра. Ходьба с остановками для выполнения заданий (присесть, повернуться, выполнить упражнение). Ходьба с речитативом и песней. Ходьба приставным шагом левым и правым боком. Ходьба с изменением направлений по сигналу учителя. Ходьба скрестным шагом. Ходьба с выполнением движений рук на координацию. Ходьба с преодолением препятствий. Понятие о технике спортивной ходьбы.

Бег. Медленный бег в равномерном темпе до 5 мин. Бег широким шагом на носках по прямой (коридор 20—30 см). Скоростной бег на дистанции 30, 60 м с высокого старта. Начало из различных исходных положений (упор присев, упор на коленях, лежа на животе, лежа на спине, стоя спиной по направлению бега и т. д.). Бег с преодолением малых препятствий (набивные мячи, полосы — «рвы» шириной до 50 см) в среднем темпе. Повторный бег на дистанции 30—60 м. Медленный бег с равномерной скоростью до 5 мин. Бег на 60 м с низкого старта. Эстафетный бег (встречная эстафета) на отрезках 30—50 м с передачей эстафетной палочки. Бег с преодолением препятствий (высота препятствий до 30—40 см). Беговые упражнения. Повторный бег и бег с ускорением на отрезках до 60 м.

Прыжки. Прыжки через скакалку на месте в различном темпе. Прыжки произвольным способом (на двух и одной ноге) через набивные мячи (расстояние между препятствиями 80—100 см, общее расстояние 5 м). Прыжки в шаге с приземлением на обе ноги. Прыжки в длину с разбега способом «согнув ноги» с ограничением зоны

отталкивания до 1 м. Прыжок в длину с разбега способом «согнув ноги» с ограничением отталкивания в зоне до 80 см. Отработка отталкивания.

Метание. Метание теннисного мяча в цель с отскоком от пола и его ловлей. Метание малого мяча на дальность с трех шагов с разбега (ширина коридора 10 м). Метание мяча в вертикальную цель (стоя лицом к мишени, стоя спиной — с разворотом). Метание мяча в движущуюся цель (мяч, обруч). Толкание набивного мяча весом 1 кг с места одной рукой. Метание малого мяча в вертикальную цель шириной до 2 м на высоте 2—3 м и в мишень диаметром 100 см с тремя концентрическими кругами (диаметр первого круга 50 см, второго — 75 см, третьего — 100 см) из различных исходных положений.

Толкание набивного мяча весом 2 кг с места в сектор стоя боком. По завершении предусмотрены соревнования.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН 2 год обучения

№ п/п	Наименование раздела, тем	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Теоретическая подготовка	5	5	-	Соревнования
2	ОФП	21	-	21	Соревнования
3	СФП	13	-	13	Соревнования
4	Технико-тактическая подготовка	23	-	23	Соревнования
5	Специальная техническая подготовка	4	-	4	Соревнования
6	Контрольные и переводные нормативы	2	-	2	Соревнования
Итого		68	5	63	63

Задачи второго года обучения

Образовательные:

- продолжить знакомить детей с истоками, традициями и историей легкой атлетики, правилами;
- продолжить освоение выполнения технических действий и приемов с предметом и без предмета, комплексов упражнений на развитие специальных физических качеств;
- продолжить формировать представление о здоровом образе жизни;
- стимулировать детей на самостоятельное выполнение физических упражнений.

Воспитательные:

- воспитывать нравственные качества личности: доброту, дружелюбие, ответственность, самостоятельность, чувство собственного достоинства;
- прививать аккуратность, бережливость, трудолюбие;
- воспитывать интерес и внимание к другим, способность к состраданию и сочувствию;
- сформировать навыки коллективного общения в процессе спортивной деятельности и в социуме;
- способствовать накоплению и развитию жизненных социальных компетенций (автономность, ответственность, самокритичность, скромность, социальный интерес, готовность к сотрудничеству);

Развивающие:

- развивать скорость реакции, координацию в пространстве, технику функционального бега;
- развитие основных физических качеств;

- развивать практические навыки, природные задатки и физические способности обучающихся;
- сформировать интерес к традициям и истории легкой атлетики;
- стимулировать развитие ассоциативной памяти, внимания.

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

2 год обучения (68 часов, 2 часа в неделю)

Теория:

Значение ходьбы для укрепления здоровья человека, основы кроссового бега, бег по виражу.

Правила судейства по бегу, прыжкам, метанию; правила передачи эстафетной палочки в легкоатлетических эстафетах.

Практика:

Ходьба. Ходьба с изменением ширины и частоты шага по команде учителя. Ходьба. Прохождение на скорость отрезков от 100 до 400 м. Ходьба группами наперегонки. Пешие переходы по слабопересеченной местности.

Бег. Бег в гору и под гору на отрезках до 30 м. Кросс по слабопересеченной местности до 300 м. Бег с переменной скоростью до 5 мин. Стартовый разгон и переход в бег по дистанции. Преодоление полосы препятствий (4—5 штук) на дистанции до 60 м. Бег по виражу. Эстафета 4 × 6 м.

Беговые упражнения. Бег по кругу (дистанция между учениками 3—5 м). По первому сигналу последующий догоняет впереди бегущего, по второму сигналу спокойный бег.

Прыжки. Запрыгивание на препятствия высотой 60—80 см. Во время бега прыжки вверх к баскетбольному кольцу толчком левой, толчком правой, толчком обеих ног. Многоскоки с места и с разбега на результат. Прыжки со скакалкой на месте и с передвижением в максимальном темпе (по 10—15 с). Прыжки со скакалкой до 2 мин.

Прыжок в длину с разбега способом «согнув ноги» (зона отталкивания — 40 см); движение рук и ног в полете.

Метание. Метание набивного мяча весом до 2—3 кг двумя руками снизу, из-за головы, через голову. Толкание набивного мяча весом до 2—3 кг с места на дальность. Метание малого мяча в цель из положения лежа. Метание малого мяча на дальность с разбега по коридору шириной 10 м.

Толкание ядра, работа с набивным мячом.

Бег на выносливость.

Бег с преодолением препятствий.

Учащиеся должны знать:

- значение ходьбы для укрепления здоровья человека;
- основы кроссового бега; бег по виражу;

Учащиеся должны уметь:

- пройти 20—30 мин в быстром темпе;
- выполнить стартовый разгон с плавным переходом в бег;
- бежать с переменной скоростью 5 мин; равномерно в медленном темпе 8 мин;
- выполнять полет в группировке, в прыжках в длину с разбега способом «согнув ноги»;
- выполнять переход через планку в прыжках в высоту с разбега способом «перешагивание»;
- выполнять метание малого мяча на дальность с разбега по коридору 10 м;
- выполнять толкание набивного мяча с места.

По завершении раздела предусмотрены соревнования.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

3 год обучения

№	Наименование раздела, тем	Количество часов	Формы
---	---------------------------	------------------	-------

п/п		Всего	Теория	Практика	аттестации/ контроля
1	Теоретическая подготовка	5	5	-	Соревнования
2	ОФП	21	-	21	Соревнования
3	СФП	13	-	13	Соревнования
4	Технико-тактическая подготовка	23	-	23	Соревнования
5	Специальная техническая подготовка	4	-	4	Соревнования
6	Контрольные и переводные нормативы	2	-	2	Соревнования
Итого		68	5	63	63

Задачи третьего года обучения

Образовательные:

- закрепить знания детей об истоках, традициях и истории легкой атлетики, её правилами;
- закрепить освоение выполнения технических действий и приемов с предметом и без предмета, комплексов упражнений на развитие специальных физических качеств;
- закрепить формирование представления о здоровом образе жизни;
- стимулировать детей на самостоятельное выполнение физических упражнений.

Воспитательные:

- воспитывать нравственные качества личности: доброту, дружелюбие, ответственность, самостоятельность, чувство собственного достоинства;
- прививать аккуратность, бережливость, трудолюбие;
- воспитывать интерес и внимание к другим, способность к состраданию и сочувствию;
- сформировать навыки коллективного общения в процессе спортивной деятельности и в социуме;
- способствовать накоплению и развитию жизненных социальных компетенций (автономность, ответственность, самокритичность, скромность, социальный интерес, готовность к сотрудничеству);

Развивающие:

- развивать скорость реакции, координацию в пространстве, технику функционального бега;
- развитие основных физических качеств;
- развивать практические навыки, природные задатки и физические способности обучающихся;
- сформировать интерес к традициям и истории легкой атлетики;
- стимулировать развитие ассоциативной памяти, внимания.

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

3 год обучения (68 часов, 2 часа в неделю)

Теория:

Практическая значимость развития физических качеств средствами легкой атлетики в трудовой деятельности человека.

Практика:

Ходьба по залу с ускорением и замедлением, со сменой видов ходьбы по команде учителя. Ходьба в быстром темпе на отрезках от 100 до 300 м с фиксацией времени учителем. Ходьба в различном темпе с выполнением заданий учителя. Совершенствование ранее изученных видов ходьбы.

Бег. Медленный бег в равномерном темпе до 10—12 мин. Бег с изменением скорости по ориентирам и сигналам учителя — 6 мин. Бег на 100 м на скорость. Эстафета 4 × 100 м. Старт из положения с опорой на одну руку.

Бег с преодолением препятствий на дистанции до 100 м (барьеры высотой 40—60 см, ров шириной до 1 м).

Бег на выносливость.

Кросс 500 м (мальчики), 300 м (девочки), бег по песчаной местности (по различному грунту, преодоление ям, бугров и невысокого кустарника прыжком, шагом, перешагиванием, прыжком согнувшись).

Специальные беговые упражнения с усложнениями на месте и с передвижением на отрезках до 50 м.

Прыжки. Выпрыгивания и спрыгивания с препятствий (маты, тумбы, скамьи и т. п.) высотой до 1 м. Выпрыгивания с набивным мячом вверх из низкого приседа. Прыжки на одной ноге через препятствия (набивной мяч, полосы) с усложнениями. Прыжок с разбега способом «перешагивание»; подбор индивидуального разбега. Прыжок в высоту с разбега способом «перекат» или «перекидной» (схема техники прыжка).

Прыжок в длину способом «согнув ноги»; подбор индивидуального разбега. Тройной прыжок с места и с небольшого разбега (основы прыжка). Прыжок в длину с полного разбега способом «согнув ноги», совершенствование всех фаз прыжка

Метание. Броски набивного мяча весом 3 кг двумя руками снизу, из-за головы, от груди, через голову на результат.

Метание малого мяча на дальность с полного разбега в коридор шириной 10 м. Метание нескольких малых мячей в 2—3 цели из различных исходных положений и за определенное время.

Толкание набивного мяча весом до 2—3 кг со скачка в сектор.

Толкание ядра, работа с набивным мячом.

Бег с преодолением препятствий.

Ходьба. Ходьба в быстром темпе на отрезках от 100 до 300 м с фиксацией времени учителем. Ходьба в различном темпе с выполнением заданий учителя. Совершенствование ранее изученных видов ходьбы.

Бег. Упражнения в беге на отрезках до 50 м и в сочетании с ходьбой и медленным бегом. Медленный бег в равномерном темпе до 12—15 мин. Бег с варьированием скорости до 8 мин. Бег на короткие дистанции (100 м, 200 м). Вход в вираж, бег по виражу, выход из виража. Совершенствование эстафетного бега (4 раза по 100 м). Бег на средние и длинные дистанции (400, 800, 1500 м). Кроссовый бег по слабопересеченной местности на расстояние до 2500 м.

Метание. Метание малого мяча с места в цель из различных исходных положений и на дальность с полного разбега в коридор шириной 10 м. Метание деревянной гранаты (250 г) в цель и на дальность с места и разбега. Толкание набивного мяча (3 кг) за счет движения туловищем, руками; совершенствование техники. Комбинированные упражнения. Бег в среднем темпе, чередующийся с приседанием на месте, сгибание-разгибание рук в упоре лежа, сгибание-разгибание туловища лицом вверх, лицом вниз.

Основные требования к знаниям и умениям учащихся

Учащиеся должны знать:

- как самостоятельно проводить легкоатлетическую разминку;
- как поддерживать состояние здоровья средствами легкой атлетики после окончания школы;
- простейшие правила судейства бега, прыжков, метаний;

Учащиеся должны уметь:

- бегать в медленном темпе 12—15 мин;
- бегать на короткие дистанции (100 м, 200 м); средние и длинные дистанции (400, 800, 1500 м) на время;
- прыгать с полного разбега в длину способом «согнув ноги» с толчком от бруска и в высоту способом «перешагивание»;
- метать малый мяч на дальность;

- толкать ядро с места;
- бежать кросс на 2000 м.

По завершении раздела предусмотрены соревнования.

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

№	Режим деятельности	Адаптированная дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности «Лёгкая атлетика»
1	Начало учебного года	01 сентября
2	Продолжительность учебного периода на каждом году обучения	34 учебные недели
3	Продолжительность учебной недели	5 дней
4	Периодичность учебных занятий	2 раза в неделю
5	Количество занятий на каждом году обучения	68 занятий
6	Количество часов	204 часа
7	Окончание учебного года	30 мая
8	Период реализации программы	01.09.2022 – 31.05.2025

ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Материально-технические средства реализации программы

Наличие комфортной образовательной среды включает в себя:

- оборудованную спортивную площадку, спортивный зал;
- мячи, скакалки, гимнастическая стенка, гимнастические скамейки, гимнастические маты, стойки, рулетка,
- фонотека спортивных песен, стихов;
- аудио-, видеоаппаратура.

Учебно-методическое и информационное обеспечение образовательной программы

Нормативно-правовые документы

1. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ;

2. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» от 27.07.2022 №629;

3. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» от 28.09.2020 №28;

4. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (Приложение к письму Департамента государственной политики в сфере воспитания детей и молодежи Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 № 09-3242);

5. Методические рекомендации к структуре и оформлению дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ всех направленностей (приложение к письму Министерства образования Калининградской области от 31.01.2023 №1100).

Основная литература

1. Дубровский В.И. Массаж при травмах и заболеваниях у спортсменов.2021.
2. Дубровский В.И. Спортивная медицина. 2019.
3. Зеличенко В.Б., Никитушкин В.Г. Критерии отбора в легкой атлетике. 2020.
4. Колодницкий Г.А. Внеурочная деятельность учащихся. Легкая атлетика
5. Мехрикадзе В.В. Тренировка юного спринтера. 2019.
6. Назаров В.Т. Движение спортсмена. 2014.
7. Научный атлетический вестник по легкой атлетике.
8. Никитушкин В.Г. Легкая атлетика программа.
9. Пирогова И.А., Иващенко Л.Я., Странко Н.Л. Влияние физических упражнений на работоспособность и здоровье человека.2016.
10. Попов А.Л. Спортивная психология. 2021.
11. Попов В.Б. Прыжок в длину: многолетняя подготовка. 2021.
12. Тер-Ованесян И. Подготовка легкоатлета: современный взгляд. 2020.
13. Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Теория и методика физического воспитания и спорта. 2020.
14. Чернов С.С. Игровые методы на начальных этапах подготовки бегунов на выносливость. 2010.
15. Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов. Теория и методика физического воспитания и спорта. 2010.
16. В.И. Дубровский. Спортивная медицина. 2010
17. С.С. Чернов. Игровые методы на начальных этапах подготовки бегунов на выносливость. 2011.
18. В.В. Мехрикадзе. Тренировка юного спринтера. 2010.
19. В.Б. Зеличенко, В.Г. Никитушкин. Критерии отбора в легкой атлетике. 2020.
20. А.Л. Попов. Спортивная психология. 2020.
21. В.И. Дубровский. Массаж при травмах и заболеваниях у спортсменов.2017.
22. В.Г. Никитушкин. Легкая атлетика. Программа.
23. Г.А. Колодницкий. Внеурочная деятельность учащихся. Легкая атлетика.

Дополнительная литература

1. И.А. Пирогова, Л.Я. Иващенко, Н.Л. Странко. Влияние физических упражнений на работоспособность и здоровье человека.2016.
2. В.Т. Назаров. Движение спортсмена. 2014.
3. В.Б. Попов. Прыжок в длину: многолетняя подготовка. 2021.
4. Игорь Тер-Ованесян. Подготовка легкоатлета: современный взгляд. 2020.
5. Научный атлетический вестник по легкой атлетике.

Информационное обеспечение реализации программы

Программное обеспечение: Операционная система: Windows (XP или выше).

Для работы с интернет-порталом необходим любой из перечисленных ниже браузеров: Internet Explorer; Mozilla Firefox; Google Chrome.

Образовательные электронные ресурсы.

<http://www.school.edu.ru/> -Российский образовательный портал

<http://www.1september.ru/ru/> - газета «Первое сентября»

<http://all.edu.ru/> - Все образование Интернета

www.sovsport.ru- Спорт

tatsport.com - Советский спорт

www.sport-express.ru - Спорт-экспресс

Методическое обеспечение программы

Для успешной реализации данной программы используются современные методы и формы занятий, которые помогают сформировать у обучающихся устойчивый интерес к данному виду деятельности:

На занятиях с детьми с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) используются наглядные пособия, облегчающие изучение материала:

- дидактические пособия (карточки, инструкции, раздаточный материал, вопросы и задания для устного опроса, справочные материалы, тексты);
- звуковые (аудиозаписи);
- смешанные (видеозаписи, фрагменты телепередач и кинофильмов, материалы со специализированных сайтов в Интернете);
- статьи из газет и журналов;
- спортивная форма и аксессуары;
- спортивный инвентарь (мячи, скакалки, сетка футбольная, ворота футбольные, гимнастическая стенка, гимнастические скамейки, гимнастические маты, стойки, обручи, рулетка).

Методические пособия для реализации программы:

- планы-конспекты открытых и конкурсных занятий, соревнований;
- фото и видеоматериалы о коллективе и его традициях;
- записи удачных выступлений на соревнованиях;
- альбомы с фотографиями и статьями из СМИ;
- аудиозаписи (фонотека спортивных песен, стихов о спорте, легкой атлетике);
- книги по истории легкой атлетики, фото выпускников;
- список Интернет-ресурсов для освоения педагогом современных образовательных технологий в работе с детьми с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) и их родителями по вопросам организации, разработки рабочих программ и пособий, методического обеспечения занятий, повышения профессионального мастерства.

Практические методы: выполнение спортивных элементов; посещение соревнований участие в соревнованиях.

Методы стимулирования и мотивации: формирование опыта эмоционально ценностных отношений у обучающихся; интереса к деятельности и позитивному поведению.

Методы создания положительной мотивации обучающихся:

- эмоциональные: ситуации успеха, поощрение и порицание, познавательная игра, свободный выбор задания, удовлетворение желания быть значимой личностью;
- волевые: предъявление образовательных требований, формирование ответственного отношения к получению знаний и навыков; информирование о прогнозируемых результатах образования.

ОЦЕНОЧНЫЕ И МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ, ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ

Для успешной реализации данной программы используются современные методы и формы занятий, которые помогают сформировать у обучающихся устойчивый интерес к данному виду деятельности:

1. Словесные методы: рассказ, беседа, объяснение, пример, образец.
2. Наглядные методы: использование подлинных вещей; просмотр фотографий, видеофильмов, картин, схем, плакатов, рисунков, макетов.
3. Практические методы: рисование художественных элементов, изготовление поделок; посещение выставок, участие в конкурсах, мастер-классах.
4. Методы стимулирования и мотивации: формирование опыта эмоционально ценностных отношений у обучающихся; интереса к деятельности и позитивному поведению.

5. Методы создания положительной мотивации обучающихся:

- эмоциональные: ситуации успеха, поощрение и порицание, познавательная игра, свободный выбор задания, удовлетворение желания быть значимой личностью;
- волевые: предъявление образовательных требований, формирование ответственного отношения к получению знаний и навыков; информирование о прогнозируемых результатах образования.

Для реализации данной программы необходимы следующие комплексы:

1. Методические комплексы, состоящие из информационного материала и конспектов; сообщений по темам программ; технологических и инструкционных карт; фотоальбомов; методических разработок и планов конспектов занятий; методических указаний и рекомендаций к практическим занятиям.

2. Материалы для контроля и определения результативности занятий: тесты, вопросы, схемы и алгоритмы заданий, развивающие игры.

3. Развивающие и диагностирующие процедуры: тесты, психологические игры.

4. Дидактические материалы (демонстрационные и раздаточные).

Педагог учитывает наиболее выраженные дефициты и психофизические особенности ребенка, которые оказывают влияние на организацию и содержание образовательного процесса.

В работе с детьми с ограниченными возможностями здоровья педагог:

- учитывает принципы индивидуально-дифференцированного подхода;
- предотвращает утомление детей во время занятий, используя для этого разнообразные средства (чередование умственной и практической деятельности, преподнесение материала небольшими дозами, использование интересного и красочного дидактического материала и средства наглядности и т.п.);
- использует методики и технологии, с помощью которых можно максимально активизировать познавательную деятельность детей, развивать их речь и формировать необходимые навыки деятельности;
- уделяет постоянное внимание коррекции всех видов деятельности ребенка;
- проявляет во время работы с ребенком педагогический такт;
- поощряет малейшие успехи ребенка.

Форма итогового контроля: организация и участие в соревнованиях.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ВОСПИТАНИЯ

Цель и особенности организуемого воспитательного процесса

Современный российский национальный воспитательный идеал — высоконравственный, творческий, компетентный гражданин России, принимающий судьбу Отечества как свою личную, осознающий ответственность за настоящее и будущее страны, укоренённый в духовных и культурных традициях многонационального народа Российской Федерации.

В соответствии с этим идеалом и нормативными правовыми актами Российской Федерации в сфере образования цель воспитания обучающихся в общеобразовательной организации: развитие личности, создание условий для самоопределения и социализации на основе социокультурных, духовно-нравственных ценностей и принятых в российском обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества и государства, формирование у обучающихся чувства патриотизма, гражданственности, уважения к памяти защитников Отечества и подвигам Героев Отечества, закону и правопорядку, человеку труда и старшему поколению, взаимного уважения, бережного отношения к культурному наследию и традициям многонационального народа Российской Федерации, природе и окружающей среде.

Формы и содержание деятельности

Реализация воспитательного потенциала обучающихся по адаптированным дополнительным общеобразовательным общеразвивающим программам предусматривает участие *в основных школьных делах*:

- общешкольные праздники, ежегодные творческие мероприятия, связанные с общероссийскими, региональными праздниками, памяtnыми датами, в которых участвуют все классы;
- участие во всероссийских акциях, посвящённых значимым событиям в России, мире;
- торжественные мероприятия, связанные с завершением образования, переходом на следующий уровень образования, символизирующие приобретение новых социальных статусов в общеобразовательной организации, обществе;
- церемонии награждения (по итогам учебного периода, года) обучающихся и педагогов за участие в жизни общеобразовательной организации, достижения в конкурсах, соревнованиях, олимпиадах, вклад в развитие общеобразовательной организации, своей местности;
- социальные проекты в общеобразовательной организации, совместно разрабатываемые и реализуемые обучающимися и педагогами, в том числе с участием социальных партнёров, комплексы дел благотворительной, экологической, патриотической, трудовой и др. направленности;
- вовлечение по возможности каждого обучающегося в школьные дела в разных ролях (сценаристов, постановщиков, исполнителей, корреспондентов, ведущих, декораторов, музыкальных редакторов, ответственных за костюмы и оборудование, за приглашение и встречу гостей и т. д.), помощь обучающимся в освоении навыков подготовки, проведения, анализа общешкольных дел;
- наблюдение за поведением обучающихся в ситуациях подготовки, проведения, анализа основных школьных дел, мероприятий, их отношениями с обучающимися разных возрастов, с педагогами и другими взрослыми.

Внешкольные мероприятия

Реализация воспитательного потенциала предусматривает участие во внешкольных мероприятиях:

- общие внешкольные мероприятия, в том числе организуемые совместно с социальными партнёрами общеобразовательной организации;
- внешкольные тематические мероприятия воспитательной направленности, организуемые педагогами по изучаемым в общеобразовательной организации учебным предметам, курсам, модулям;
- экскурсии, походы выходного дня (в музей, картинную галерею, технопарк, на предприятие и др.), организуемые в классах классными руководителями, в том числе совместно с родителями (законными представителями) обучающихся с привлечением их к планированию, организации, проведению, оценке мероприятия;
- выездные события, включающие в себя комплекс коллективных творческих дел, в процессе которых складывается детско-взрослая общность, характеризующаяся доверительными взаимоотношениями, ответственным отношением к делу, атмосферой эмоционально-психологического комфорта.

Организация предметно-пространственной среды

Реализация воспитательного потенциала предметно-пространственной среды предусматривает совместную деятельность педагогов, обучающихся, других участников образовательных отношений по её созданию, поддержанию, использованию в воспитательном процессе:

- оформление внешнего вида здания, фасада, холла при входе в общеобразовательную организацию государственной символикой Российской Федерации, субъекта Российской Федерации, муниципального образования (флаг, герб);

- организацию и проведение церемоний поднятия (спуска) государственного флага Российской Федерации;
- размещение карт России, региона с изображениями значимых культурных объектов местности, региона, России, памятных исторических, гражданских, народных, религиозных мест почитания, портретов выдающихся государственных деятелей России, деятелей культуры, науки, производства, искусства, военных, героев и защитников Отечества;
- изготовление, размещение, обновление художественных изображений (символических, живописных, фотографических, интерактивных аудио и видео) природы России, региона, местности, предметов традиционной культуры и быта, духовной культуры народов России;
- организацию и поддержание в общеобразовательной организации звукового пространства позитивной духовно-нравственной, гражданско-патриотической воспитательной направленности (звонки-мелодии, музыка, информационные сообщения), исполнение гимна Российской Федерации;
- использование в воспитательном процессе «мест гражданского почитания»: мемориалов воинской славы, памятников;
- оформление и обновление «мест новостей», стендов в помещениях (холл первого этажа, рекреации), содержащих в доступной, привлекательной форме новостную информацию позитивного гражданско-патриотического, духовно-нравственного содержания, фотоотчёты об интересных событиях, поздравления педагогов и обучающихся и т. п.;
- подготовку и размещение регулярно сменяемых экспозиций творческих работ обучающихся в разных предметных областях, демонстрирующих их способности, знакомящих с работами друг друга;
- поддержание эстетического вида и благоустройство всех помещений в общеобразовательной организации, доступных и безопасных рекреационных зон, озеленение территории при общеобразовательной организации;
- поддержание и использование игровых пространств, спортивных и игровых площадок, зон активного и тихого отдыха;
- деятельность классных руководителей вместе с обучающимися, их родителями по благоустройству, оформлению школьных аудиторий, пришкольной территории;
- разработку и оформление пространств проведения значимых событий, праздников, церемоний, торжественных линеек, творческих вечеров (событийный дизайн);
- разработку и обновление материалов (стендов, плакатов, инсталляций и др.), акцентирующих внимание обучающихся на важных для воспитания ценностях, правилах, традициях, укладе общеобразовательной организации, актуальных вопросах профилактики и безопасности.

Предметно-пространственная среда строится как максимально доступная для обучающихся с особыми образовательными потребностями.

Взаимодействие с родителями (законными представителями)

Реализация воспитательного потенциала взаимодействия с родителями (законными представителями) обучающихся предусматривает:

- родительские интернет-сообщества, группы с участием педагогов, на которых обсуждаются интересующие родителей вопросы, согласуется совместная деятельность;
- привлечение родителей (законных представителей) к подготовке и проведению классных и общешкольных мероприятий;
- целевое взаимодействие с законными представителями обучающихся детей-сирот, оставшихся без попечения родителей, приёмных детей.

Планируемые результаты и формы их проявления

Анализ воспитательного процесса осуществляется в соответствии с целевыми ориентирами результатов воспитания, личностными результатами обучающихся, установленными ФГОС образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

Основным методом анализа воспитательного процесса в общеобразовательной организации является ежегодный самоанализ воспитательной работы с целью выявления основных проблем и последующего их решения, с привлечением (при необходимости) внешних экспертов, специалистов.

Планирование анализа воспитательного процесса включается в календарный план воспитательной работы.

Основные принципы самоанализа воспитательной работы:

- взаимное уважение всех участников образовательных отношений;
- приоритет анализа сущностных сторон воспитания ориентирует на изучение прежде всего не количественных, а качественных показателей, таких как сохранение уклада общеобразовательной организации, качество воспитывающей среды, содержание и разнообразие деятельности, стиль общения, отношений между педагогами, обучающимися и родителями;
- развивающий характер осуществляемого анализа ориентирует на использование результатов анализа для совершенствования воспитательной деятельности педагогических работников (знания и сохранения в работе цели и задач воспитания, умелого планирования воспитательной работы, адекватного подбора видов, форм и содержания совместной деятельности с обучающимися, коллегами, социальными партнёрами);
- распределённая ответственность за результаты личностного развития обучающихся ориентирует на понимание того, что личностное развитие — это результат как организованного социального воспитания, в котором общеобразовательная организация участвует наряду с другими социальными институтами, так и стихийной социализации, и саморазвития.

Основные направления анализа воспитательного процесса:

1. Результаты воспитания, социализации и саморазвития обучающихся.

Критерием, на основе которого осуществляется данный анализ, является динамика личностного развития обучающихся в группе.

Основным способом получения информации о результатах воспитания, социализации и саморазвития обучающихся является педагогическое наблюдение. Внимание педагогов сосредоточивается на вопросах: какие проблемы, затруднения в личностном развитии обучающихся удалось решить за прошедший учебный год; какие проблемы, затруднения решить не удалось и почему; какие новые проблемы, трудности появились, над чем предстоит работать педагогическому коллективу.

2. Состояние совместной деятельности обучающихся и взрослых.

Критерием, на основе которого осуществляется данный анализ, является наличие интересной, событийно насыщенной и личностно развивающей совместной деятельности обучающихся и взрослых.

Способами получения информации о состоянии организуемой совместной деятельности обучающихся и педагогических работников могут быть анкетирования или беседы с обучающимися и их родителями (законными представителями),

Внимание сосредоточивается на вопросах, связанных с качеством

- организуемой внеурочной деятельности обучающихся;
- проводимых общешкольных основных дел, мероприятий;
- внешкольных мероприятий;
- создания и поддержки предметно-пространственной среды;
- взаимодействия с родительским сообществом;
- реализации потенциала социального партнёрства.

Итогом самоанализа является перечень выявленных проблем, над решением которых предстоит работать педагогическому коллективу.

КАЛЕНДАРНЫЙ ПЛАН ВОСПИТАТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ

№ п/п	Название мероприятия, события	Форма проведения	Сроки проведения
ОБЩЕШКОЛЬНЫЕ ДЕЛА			
1	Веселые старты «Выше! Сильнее! Быстрее!»	1-4	15-19.11.2022
2	Международный день инвалидов	4-10	03.12.2022
3	День добровольца (волонтера) в России	4-10	05.12.2022
4	День Героев Отечества	1-10	09.12.2022
5	Всемирный день спорта. Соревнования по легкой атлетике на призы Деда Мороза	3-9	10.12.2022
6	7 января: Рождество Христово. Школьная рождественская благотворительная ярмарка «Свет рождественской звезды»	1-10	13-17.12.2022
7	Музыкально-игровые занятия «Широкая масленица»	оформление места проведения мероприятия	24.02.2022
8	День памяти о геноциде советского народа нацистами и их пособниками в годы Великой Отечественной войны	4-10	19.04.2023
9	День Победы. Общешкольный праздник, посвященный Великой Победе «Помнит сердце, не забудет никогда»	оформление места проведения мероприятия, выставка рисунков	05.05.2023
ВНЕУРОЧНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ			
1	АДООП физкультурно-спортивной направленности «Легкая атлетика»	1-10	согласно расписанию
2	Спортивная эстафета «Осенний марафон»	1-10	25-28.10.2022
3	Папа, мама, я – спортивная семья! Соревнования	1-4	февраль 2023
4	Соревнования, посвященные Дню защитника Отечества	5-7	февраль 2023
5	Соревнования, посвященные Дню защитника Отечества	8-10	февраль 2023
6	Соревнования по легкой атлетике «Кубок Победы»	3-9	11 – 13.05.2023
КЛАССНОЕ РУКОВОДСТВО			
1	Комплектование кружков, секций, групп дополнительного образования. Утверждение списков учащихся для занятий в ДОП (с допуском медработника)	1-10	до 15.09.2022

2	Работа пришкольного лагеря с дневным пребыванием	1-10	июнь 2023
ВНЕШКОЛЬНЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ			
1	Чемпионат и Первенство по легкой атлетике	участие в соревнованиях	октябрь 2022
2	Чемпионат и Первенство по легкой атлетике	участие в соревнованиях	март 2023
3	День бега, приуроченный к Всероссийскому «Кроссу наций»	3-10	19.09.2022
ОРГАНИЗАЦИЯ ПРЕДМЕТНО-ПРОСТРАНСТВЕННОЙ СРЕДЫ			
1	Акция «Наш школьный двор»	приведение в порядок спортивных площадок	сентябрь 2022, апрель 2023
2	Благоустройство спортивного зала	оформление	1 раз в четверть
3	Оформление мест проведения мероприятий	оформление	по графику мероприятий
4	День Земли. Приведение в порядок территории школы-интерната	оформление	декабрь 2022
ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ С РОДИТЕЛЯМИ (ЗАКОННЫМИ ПРЕДСТАВИТЕЛЯМИ)			
1	Общешкольные родительские собрания	представление деятельности кружка	по плану работы
2	Проведение родительских собраний в классах	представление деятельности кружка	по запросу классного руководителя
3	Индивидуальное консультирование	представление деятельности спортивной секции	по запросу родителей
4	Организация совместно с родителями посещения соревнований	совместная деятельность с родителями	по плану педагога дополнительного образования
5	Определение воспитанников в кружки и спортивные секции дополнительного образования, контроль посещения занятий	совместная деятельность с родителями	в течение учебного года
ПРОФИЛАКТИКА И БЕЗОПАСНОСТЬ			
1	Проведение вводных инструктажей учащихся по ОТ и ТБ	1-10	до 15.09.2022, до 15.01.2023
2	Мероприятия месячника безопасности и гражданской защиты детей (по профилактике ДДТТ, пожарной безопасности, экстремизма, разработка схемы-маршрута «Дом-школа-дом»)	1-10	сентябрь 2022
3	Учебно-тренировочная эвакуация	1-10	по плану образовательной организации