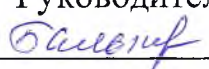
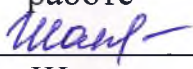


Министерство образования и науки Республики Бурятия
Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Специальная (коррекционная) общеобразовательная школа №3»

Рассмотрено
Руководитель МО

Бальжинимаева Е.В.
Протокол
от «30» августа 2024 г.
№ 1

Согласовано
Заместитель директора
по воспитательной
работе

С.А. Шантакова
«06» 09 2024 г.

Утверждаю
Директор

В.Л. Цэдэшиева
Приказ
от «17» августа 2024 г.
№ 264/09



Адаптированная
дополнительная общеобразовательная программа
для обучающихся с умственной отсталостью
(интеллектуальными нарушениями)
физкультурно-спортивной направленности
«Школьный спортивный клуб «Вымпел»

Составитель: Касьянова У.С.

2024 год
г. Улан-Удэ

Пояснительная записка

Данная программа рассчитана на обучающихся 5-11 классов. Программа позволяет решать задачи физического воспитания школьников на протяжении всего срока обучения в школе, формируя у них целостное представление о физической культуре, её возможностях в повышении работоспособности и улучшении состояния здоровья, привлечение школьников к систематическому участию в спортивно - массовых мероприятиях, а главное - воспитывая личность, способную к самостоятельной, творческой деятельности.

Цель программы - повысить уровень общей физической подготовки, привить любовь к занятиям физической культурой и спортом, через участие в спортивно - массовых мероприятиях и акциях.

Задачи:

1. содействовать воспитанию у школьников преданности Родине, общественной активности, трудолюбия, развитию инициативы, творчества и организаторских способностей;
2. вовлечь всех школьников в систематические занятия физической культурой, спортом и туризмом;
3. осуществлять внеурочные мероприятия по укреплению здоровья и совершенствованию всестороннего физического развития учащихся, навыков и умений в занятиях спортом и туризмом, воспитанию стойкой привычки к систематическим занятиям физическими упражнениями, соблюдать правила личной и общественной гигиены;
4. участвовать в планомерной и систематической подготовке школьников к сдаче норм требований государственных тестов, ПСИ, ПС, норм ГТО;
5. организовывать физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме учебного дня школы, после уроков, активно участвовать в соревнованиях и оздоровительных акциях;
6. участвовать в организации массовой спортивно-оздоровительной работы среди детей и подростков;
7. принимать активное участие в укреплении и благоустройстве школьной учебной спортивной базы;

8. готовить из числа учащихся физкультурный актив в помощь учителям для проведения массовой физкультурной и спортивной работы в школе;
9. вести пропаганду физической культуры и спорта среди учащихся как неперенных средств укрепления здоровья и поддержания высокой работоспособности

В своём предметном содержании программа направлена на:

Организацию физического воспитания школьников через

: • уроки по физической культуре;

* внеклассные спортивно-массовые мероприятия;

- оздоровительно-профилактические акции.

Действенность системы физического воспитания обеспечивается высокой эффективностью уроков физической культуры, их инструктивной направленностью, рациональным содержанием, количеством и объемом массовых физкультурно-оздоровительных мероприятий в режиме дня, широким вовлечением учащихся в различные формы внеклассной и внешкольной работы по физической культуре, спорту и туризму, регулярным врачебно-педагогическим контролем за здоровьем учащихся, за учебновоспитательным процессом.

Основным организационно-педагогическим принципом осуществления физического воспитания учащихся общеобразовательных школ является дифференцированное применение средств физической культуры в занятиях со школьниками разного пола и возраста с учетом состояния их здоровья, степени физического развития и уровня подготовленности.

Содержание деятельности Спортивного клуба

Деятельность СК реализуется по 5 направлениям; соответственно участники делятся на группы по видам деятельности

Группа 1. Инструкторы по организации ФК Инструкторы помогают администрации школы, классным руководителям и учителям физической культуры в организации физкультурно-оздоровительных мероприятий в режиме учебного дня

(гимнастика до учебных занятий, подвижные перемены) , в проведении ежедневных физкультурных занятий в режиме продленного дня, в пришкольном оздоровительном лагере, выделяя в помощь воспитателям физкультурный актив, в организации общешкольного Дня здоровья. Организуют совместно с педагогическим коллективом подготовку и сдачу норм государственных тестов, ПСИ и ПС, а так же норм ГТО.

Группа 2. Организаторы спортивных мероприятий Организаторы проводят внутришкольные соревнования, помогают учителям физической культуры проводить занятия в спортивных секциях , вместе с ними комплектуют команды классов и школы для участия в районных (городских) соревнованиях.

Группа 3. Инструкторы по подготовке физкультурного актива Инструкторы помогают учителям физической культуры готовить и направлять общественных инструкторов, судей и физоргов для организации и проведения физкультурно-оздоровительных и спортивных мероприятий в школе.

Группа 4. Пропагандисты физической культуры, спорта, туризма

Организуют свою работу через стенную печать, школьную прессу, школьное радио, спортивные праздники, показательные выступления спортсменов.* Создают уголок физической культуры, помещая в нем иллюстративные и другие материалы. Организуют беседы на темы о значении физической культуры, правилах гигиены, режима питания, двигательной активности, привлекая для этого педагогов, родителей, представителей медицинского персонала.

Группа 5. Группа по благоустройству спортивных сооружений Содействуют администрации школы в благоустройстве спортивных сооружений, обеспечении сохранности спортивного оборудования и инвентаря.

Руководство группами возлагается на учащихся из числа членов совета спортивного клуба.

Основными **формами** организации в реализации данной программы являются физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме учебного дня, спортивные соревнования и праздники, занятия в спортивных секциях и кружках, самостоятельные занятия физическими упражнениями, акции. При всей значимости физкультурно-оздоровительных мероприятий в режиме учебного и продленного дня ведущей формой организации внеклассной спортивно-массовой

работы является деятельность коллектива спортклуба. Он является самостоятельной организацией, призванной всемерно развивать массовую физическую культуру, спорт, туризм среди учащихся.

	Мероприятия	Сроки	Ответственный
	Физкультурный праздник, посвященный началу учебного года 1-9 классы	1 сентября 2024	Классные руководители, учителя ФК
	День здоровья 1-9 классы	Сентябрь	Классные руководители, учителя ФК
	Соревнования по настольному теннису. Учитель-ученик	Октябрь	Учителя ФК
	Осенний кросс 3-9 классы	Октябрь 2024	Учителя ФК
	Первенство школы по мини-футболу	5-9 классы	Учителя ФК
	Весёлые старты (1 раз в четверть)	Сентябрь, Ноябрь Февраль, Апрель	Учителя ФК
	Оздоровительная акция «Установи свой здоровый рекорд»	Октябрь-ноябрь	Председатель спортклуба
	Соревнования по пионерболу (3-5 классы)	Ноябрь, Март	Учителя ФК
	Соревнования по теннису 6-9 классы	Ноябрь	Учителя ФК
	Соревнования по баскетболу 5-9 классы	Декабрь	Учителя ФК
	Оздоровительная акция по профилактике интернетзависимости «Бросай смартфон, вставай на лыжи!» (3-9 классы)	Декабрь Февраль	Учителя ФК
	Игра «Зимние забавы» 1-4 классы	Январь	Учителя ФК
	Военизированная эстафета	Февраль	Классные руководители, учителя ФК
	Спортивный конкурс «Кто - кого!» (команда родителей против детей)	Февраль	Председатель спортклуба
	Итоговое мероприятие «Спортивный класс года» (5-9 классы)	Май	Председатель спортклуба

	Легкоатлетический кросс (команда)	Май	Организаторы районных соревнований, учителя ФК
	Проведение спортивных секций	Весь период	Учителя ФК
	Проведение физкультурных пауз, подвижные игры	Весь период	Классные руководители, учителя ФК, руководители ГПД
	Участие в районной спартакиаде	Весь период	Учителя ФК
	Легкоатлетическая эстафета в День Победы	9 мая	Учителя ФК

Учитель физической культуры:

- планирует работу по физическому воспитанию школьников и разрабатывает совместно с директором перспективы и направления развития физической культуры и спорта в школе на каждом этапе;
- направляет работу школьного спортклуба;
- несет ответственность за выполнение учебной программы;
- обеспечивает санитарно-гигиенические условия и меры безопасности на всех видах занятий физическими упражнениями;
- осуществляет мероприятия по внедрению физической культуры в быт учеников и педколлектива;
- организует внеклассную физкультурно-оздоровительную и спортивно-массовую работу в школе, стремиться к вовлечению всех учащихся в различные формы занятий и соревнований;
- оказывает организационную и методическую помощь воспитателям групп продленного дня, классным руководителям, учителямпредметникам;
- принимает участие в проведении мероприятий по физическому воспитанию;

- обеспечивает подготовку учащихся к выполнению норм и требований государственных тестов, ПСИ и ПС, норм ГТО.
- организует внутришкольные соревнования и обеспечивает участие команд школы в районных (городских) соревнованиях; организует на базе школы сдачу норм ГТО;
- поддерживает контакт со спортивными обществами и внешкольными учреждениями, занимающимися физическим воспитанием школьников;

Для успешного выполнения своих обязанностей учителя ФК используют методы, приемы и формы организации, отвечающие современным требованиям теории и методики физического воспитания школьников.