

ГОСУДАРСТВЕННОЕ КАЗЕННОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ШКОЛА 56»

Рассмотрена на заседании
Педагогического совета
Протокол № 1
от «31» августа 2021 года



«Утверждаю»
Руководитель
«Школа №56»

Малыгина Н.В.
Приказ № 121-0 от
«31»августа 2021 года

Малыгина Н.В.
ГКОУ "Школа № 56"

Подписано
цифровой
подписью:
Малыгина Н.В.

АДАптированная дополнительная общеразвивающая
ПРОГРАММА

«ОФП»

Направленность: физкультурно-спортивная
Уровень: стартовый

Возраст учащихся: от 8 до 18 лет

Срок реализации: 1 года
Объем программы: 36ч

Автор/разработчик:
Левенкова Е.В.

г. Нижний Новгород
2021 год

Содержание

| | |
|--|-----------|
| 1. Целевой раздел | |
| Пояснительная записка | 3 |
| 2. Оценочные и методические материалы..... | 4 |
| 2. Учебный план | 6 |
| 3. Календарный учебный график | 6 |
| 5. Рабочие программы | |
| 5.1. Рабочая программа «Физическое совершенствование»..... | 6 |
| 5.2. Рабочая программа «Гимнастика с основами акробатики»..... | 8 |
| 5.3. Рабочая программа «Легкая атлетика»..... | 10 |
| 5.4. Рабочая программа «Подвижные и спортивные игры»..... | 12 |
| 6. Организационно-педагогические условия реализации Программы ... | 14 |
| 7. Список используемой литературы | 15 |

1. Целевой раздел

Пояснительная записка

Рабочая программа по общей физической подготовке разработана на основе: Федерального закона Российской Федерации от «29» декабря 2012 г. № 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации", концепцией развития дополнительного образования детей. Утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от «4» сентября 2014 г. № 1726-р., Приказом Министерства образования и науки РФ от «29» августа 2013 г. № 1008 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам», «Примерные требования к содержанию и оформлению образовательных программ дополнительного образования детей (письмо Министерства образования РФ от «11» декабря 2006 № 06-1844), Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от «4» июля 2014 г. № 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей».

Направленность программы «Волейбол» - физкультурно-спортивная и соответствует стартовому уровню.

Отличительные особенности. Программа рассчитана для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей-инвалидов для которых образовательный процесс по программе реализуется с учетом особенностей психофизического развития указанных категорий обучающихся.

Актуальность. На основе диагностических фактов выявлено, что у учащихся слабо развиты память, устойчивость и концентрация внимания, быстрота реакции, скорость движения, ориентировка в пространстве, слабое физическое здоровье. Занятия ОФП улучшают работу сердечно-сосудистой и дыхательной систем, укрепляют костную систему, развивают подвижность суставов, увеличивают силу и эластичность мышц, развивается двигательная реакция на зрительные и слуховые сигналы.

Новизна. По своему воздействию специально подобранные спортивные игры, физические упражнения являются наиболее комплексным и универсальным средством развития психомоторики человека.

Цель

- создание условий для развития познавательных способностей учащихся на основе системы развивающих занятий.

Задачи

образовательные:

- формирование у учащихся необходимых теоретических знаний;

оздоровительные:

- формирование у учащихся устойчивого интереса к занятиям ОФП;

- развитие физических способностей (силовых, скоростных, скоростно-силовых, координационных, выносливости, гибкости);

воспитательные:

- пропаганда здорового образа жизни, укрепление здоровья

- воспитание моральных и волевых качеств.

развивающие:

- содействие гармоническому физическому развитию занимающихся;

Программа предназначена для мальчиков и девочек с 8 до 18 лет, не имеющих медицинских противопоказаний для занятий ОФП.

Условия набора группы – принимаются все желающие пройти обучение ОФП на базовом уровне. Наполняемость в группе до 15 человек.

Объем программы: Часов в неделю-1ч., всего часов на группу- 36 часов, всего часов в год-36ч.

Форма обучения: очная с возможным использованием дистанционных образовательных технологий.

Срок обучения – один год. Форма организации детей на занятии: групповая.

Режим занятия - проводятся, согласно утвержденного расписания ГКОУ «Школа №56». Занятия проходят 1 раз в неделю по 40 минут для детей 8-18 лет.

2. Оценочные и методические материалы

По типу занятия могут быть комбинированными, практическими, контрольными, тренировочными, теоретическими, диагностическими.

Методы обучения: словесный, наглядный, практический.

Контроль знаний учащихся обеспечивает оперативное управление учебным процессом и выполняет обучающую, воспитательную и корректирующую функции. Сроки проведения аттестации учащихся устанавливаются в соответствии с учебным планом и графиком образовательного процесса.

Программа предусматривает входной, текущий контроль и промежуточную аттестацию.

1. Входной контроль проводится в начале учебного года для определения уровня готовности обучающихся к обучению по программе. Входной контроль проводится в форме выполнения несложного спортивного задания. Результаты оцениваются в форме: «зачет», «незачет».

2. **Текущий контроль** осуществляется педагогом в течение всего учебного года в форме наблюдения в процессе выполнения предложенных ученикам спортивных заданий по программе.

3. **Промежуточная аттестация** проводится 1 раз в конце учебного года в виде спортивного соревнования.

В соответствии с установленными критериями определяется уровень освоения программы обучающимся.

| <i>уровень</i> | <i>критерии</i> |
|----------------|--|
| Низкий (1) | Обучающийся имеет недостаточные знания по содержанию программы, выполняет задания со значительной помощью учителя. Редко принимает участие в конкурсах, выставках, соревнованиях |
| Средний (2) | Обучающийся понимает смысл и значение терминов, понятий, выполняет задание самостоятельно с ошибками, с небольшой помощью учителя. Принимает участие в выставках, конкурсах, соревнованиях |
| Высокий (3) | Обучающийся понимает и применяет понятия и термины в сходных учебных ситуациях. Самостоятельно выполняет задание, переносит свои знания на схожие задания. Активно участвует в выставках, конкурсах, соревнованиях |

Задания подбираются с учетом индивидуальных особенностей и возможностей ребенка. Результативность обучения может оцениваться только строго индивидуально с учетом особенностей психофизического развития и особых образовательных потребностей каждого обучающегося.

Результаты промежуточной аттестации заносятся в таблицы

| № | ФИО обучающегося | Результаты ПА | | |
|---|------------------|---------------|-------------|------------|
| | | Низкий (1) | Средний (2) | Высокий(3) |
| | | | | |

В результате реализации программы предполагается достижение определенного уровня овладения детьми игры и общих физических упражнений. Дети будут знать специальную терминологию, научатся играть в команде, активизируют физические способности и разовьют физический

потенциал. Теоретические занятия усваиваются неотделимо от практической работы.

2. Учебный план

| | курс | Количество часов | | Формы аттестации |
|-------|----------------------------------|------------------|----------|--------------------|
| | | Теория | Практика | |
| 1 | Физическое совершенствование | 1 | 6 | Спортивное задание |
| 2 | Гимнастика с основами акробатики | 1 | 5 | Спортивное задание |
| 3 | Легкая атлетика | | 7 | Спортивное задание |
| 4 | Подвижные и спортивные игры | | 16 | Командная игра |
| ИТОГО | | 36 | | |

3. Календарный учебный график

Дата начала учебного года - 01.09.2020

Дата окончания учебного года - 27.05.2021

| | | |
|--------------|------------------|-----------------|
| 1 четверть | 8,5 недель | 8 ч |
| 2 четверть | 8,5 недель | 9 ч |
| 3 четверть | 10 недель | 10ч |
| 4 четверть | 9 недель | 9ч |
| всего | 36 недель | 36 часов |

Каникулы с 28.05.2021 по 31.08 2021

5. Рабочие программы

5.1 Рабочая программа «Физическое совершенствование»

Физкультурно-оздоровительная деятельность. Комплексы физических упражнений для утренней зарядки, физкультминуток, занятий по профилактике и коррекции нарушений осанки.

Комплексы упражнений на развитие физических качеств.

Комплексы дыхательных упражнений. Гимнастика для глаз.

Спортивно-оздоровительная деятельность.

Самостоятельные занятия. Составление режима дня. Выполнение простейших закаливающих процедур, комплексов упражнений для формирования правильной осанки и развития мышц туловища, развития основных физических качеств; проведение оздоровительных занятий в режиме дня (утренняя зарядка, физкультминутки).

Самостоятельные наблюдения за физическим развитием и физической подготовленностью. Измерение длины и массы тела, показателей осанки и физических качеств. Измерение частоты сердечных сокращений во время выполнения физических упражнений.

Самостоятельные игры и развлечения. Организация и проведение подвижных игр (на спортивных площадках и спортивных залах).

Планируемые результаты

- активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявление дисциплинированности, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказание бескорыстной помощи своим сверстникам, нахождение с ними общего языка и общих интересов.

Ожидаемые результаты

В результате обучения по данной Программе обучающиеся будут *знать*:

- о физической подготовке и ее связи с развитием физических качеств, систем дыхания и кровообращения;
- о физической нагрузке и способах ее регулирования;
- о причинах возникновения травм во время занятий физическими упражнениями, профилактике травматизма;

уметь:

- вести дневник самонаблюдения;
- выполнять простейшие акробатические и гимнастические комбинации;
- подсчитывать частоту сердечных сокращений при выполнении физических упражнений с разной нагрузкой;
- выполнять игровые действия в пионерболе, играть по упрощенным правилам;
- оказывать доврачебную помощь при ссадинах, царапинах, легких ушибах и потертостях;
- демонстрировать уровень физической подготовленности

Тематическое планирование

| Тема | Кол-во часов | Форма занятия |
|----------------------------------|---------------------|----------------------|
| Техника безопасности на занятиях | 1 | беседа |
| Разновидности прыжков. Эстафеты | 1 | Спортивная |

| | | |
|---|---|--------------------------|
| | | тренировка |
| Равномерный медленный бег до 10 мин Разновидности прыжков | 1 | Спортивная тренировка |
| Упражнения с прыжками с использованием скакалки. Бег с ускорением от 10-15м | 1 | Спортивная тренировка |
| Бег по слабопересеченной местности до 0,5км. Метание малого мяча | 1 | Спортивная тренировка |
| Челночный бег 3х5; 3х10м Упражнения на развитие ловкости | 1 | Спортивная тренировка |
| Комплекс упражнений на развитие физических качеств | 1 | Итоговое занятие |
| Всего часов | | |

5.2 Рабочая программа «Гимнастика с основами акробатики»

Организуемые команды и приемы. Строевые действия в шеренге и колонне; выполнение строевых команд.

Акробатические упражнения. Упоры; седы; упражнения в группировке; перекувырки; стойка на лопатках; кувырки вперед и назад; гимнастический мост.

Акробатические комбинации. Например: 1) мост из положения лежа на спине, опуститься в исходное положение, переворот в положение лежа на животе, прыжок с опорой на руки в упор присев; 2) кувырок вперед в упор присев, кувырок назад в упор присев, из упора присев кувырок назад до упора на коленях с опорой на руки, прыжком переход в упор присев, кувырок вперед.

Упражнения на низкой гимнастической перекладине: висы, перемахи.

Гимнастическая комбинация. Например, из вися стоя присев толчком двумя ногами перемах, согнув ноги, в вис сзади согнувшись, опускание назад в вис стоя и обратное движение, через вис сзади согнувшись со сходом вперед ноги.

Опорный прыжок: с разбега через гимнастического козла.

Гимнастические упражнения прикладного характера. Прыжки со скакалкой. Передвижение по гимнастической стенке. Преодоление полосы препятствий с элементами лазанья и перелезания, переползания, передвижение по наклонной гимнастической скамейке.

Развитие гибкости: широкие стойки на ногах; ходьба с включением широкого шага, глубоких выпадов, в приседе, со взмахом ногами; наклоны вперед, назад, в сторону в стойках на ногах, в седах; выпады и полушпагаты на месте; «выкруты» с гимнастической палкой, скакалкой; высокие взмахи поочередно и попеременно правой и левой ногой, стоя у гимнастической стенки и при передвижениях; комплексы упражнений, включающие в себя максимальное сгибание и прогибание туловища (в стойках и седах); индивидуальные комплексы по развитию гибкости.

Развитие координации: произвольное преодоление простых препятствий; передвижение с резко изменяющимся направлением и остановками в заданной позе; ходьба по гимнастической скамейке, низкому гимнастическому бревну с меняющимся темпом и длиной шага, поворотами и приседаниями; воспроизведение заданной игровой позы; игры на переключение внимания, на расслабление мышц рук, ног, туловища (в положениях стоя и лежа, сидя); жонглирование малыми предметами; преодоление полос препятствий, включающих в себя висы, упоры, простые прыжки, перелезание через горку матов; комплексы упражнений на координацию с асимметрическими и последовательными движениями руками и ногами; равновесие типа «ласточка» на широкой опоре с фиксацией равновесия; упражнения на переключение внимания и контроля с одних звеньев тела на другие; упражнения на расслабление отдельных мышечных групп; передвижение шагом, бегом, прыжками в разных направлениях по намеченным ориентирам и по сигналу.

Формирование осанки: ходьба на носках, с предметами на голове, с заданной осанкой; виды стилизованной ходьбы под музыку; комплексы корригирующих упражнений на контроль ощущений (в постановке головы, плеч, позвоночного столба), на контроль осанки в движении, положений тела и его звеньев стоя, сидя, лежа; комплексы упражнений для укрепления мышечного корсета.

Развитие силовых способностей: динамические упражнения с переменной опоры на руки и ноги, на локальное развитие мышц туловища с использованием веса тела и дополнительных отягощений (набивные мячи до 1 кг, гантели до 100 г, гимнастические палки и булавы), комплексы упражнений с постепенным включением в работу основных мышечных групп и увеличивающимся отягощением; лазанье с дополнительным отягощением на поясе (по гимнастической стенке и наклонной гимнастической скамейке в упоре на коленях и в упоре присев); перелезание и перепрыгивание через препятствия с опорой на руки; подтягивание в висе стоя и лежа; отжимание лежа с опорой на гимнастическую скамейку; прыжковые упражнения с предметом в руках (с продвижением вперед поочередно на правой и левой ноге, на месте вверх и вверх с поворотами вправо и влево), прыжки вверх-вперед толчком одной ногой и двумя ногами о гимнастический мостик; переноска партнера в парах.

Планируемые результаты

- активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;

- проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявление дисциплинированности, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказание бескорыстной помощи своим сверстникам, нахождение с ними общего языка и общих интересов.

Ожидаемые результаты

В результате обучения по данной Программе обучающиеся будут *знать*:

- о физической подготовке и ее связи с развитием физических качеств, систем дыхания и кровообращения;
- о физической нагрузке и способах ее регулирования;
- о причинах возникновения травм во время занятий физическими упражнениями, профилактике травматизма;

уметь:

- вести дневник самонаблюдения;
- выполнять простейшие акробатические и гимнастические комбинации;
- подсчитывать частоту сердечных сокращений при выполнении физических упражнений с разной нагрузкой;
- выполнять игровые действия в пионерболе, играть по упрощенным правилам;
- оказывать доврачебную помощь при ссадинах, царапинах, легких ушибах и потертостях;
- демонстрировать уровень физической подготовленности

Тематическое планирование

| Тема | Кол-во часов | Форма занятия |
|---|---------------------|-----------------------|
| Техника безопасности на занятиях | 1 | беседа |
| Висы и упоры | 1 | Спортивная тренировка |
| Лазанья и перелазанья | 1 | Спортивная тренировка |
| Упражнения на освоение навыков равновесия | 1 | Спортивная тренировка |
| Упражнение на развитие силы | 1 | Спортивная тренировка |
| Комплекс упражнений для утренней гимнастики | 1 | Итоговое занятие |
| Всего часов | | |

5.3 Рабочая программа «Легкая атлетика»

Беговые упражнения: с высоким подниманием бедра, прыжками и с ускорением, с изменяющимся направлением движения, из разных исходных положений; челночный бег; высокий старт с последующим ускорением.

Прыжковые упражнения: на одной ноге и двух ногах на месте и с продвижением; в длину и высоту; спрыгивание и запрыгивание;

Броски: большого мяча (1 кг) на дальность разными способами.

Метание: малого мяча в вертикальную цель и на дальность.

Развитие координации: бег с изменяющимся направлением по ограниченной опоре; пробегание коротких отрезков из разных исходных положений; прыжки через скакалку на месте на одной ноге и двух ногах поочередно.

Развитие быстроты: повторное выполнение беговых упражнений с максимальной скоростью с высокого старта, из разных исходных положений; челночный бег; бег с горки в максимальном темпе; ускорение из разных исходных положений; броски в стенку и ловля теннисного мяча в максимальном темпе, из разных исходных положений, с поворотами.

Развитие выносливости: равномерный бег в режиме умеренной интенсивности, чередующийся с ходьбой, с бегом в режиме большой интенсивности, с ускорениями; повторный бег с максимальной скоростью на дистанцию 30 м (с сохраняющимся или изменяющимся интервалом отдыха); бег на дистанцию до 400 м; равномерный 6-ти минутный бег.

Развитие силовых способностей: повторное выполнение многоскоков; повторное преодоление препятствий (15–20 см); передача набивного мяча (1 кг) в максимальном темпе, по кругу, из разных исходных положений; метание набивных мячей (1—2 кг) одной рукой и двумя руками из разных исходных положений и различными способами (сверху, сбоку, снизу, от груди); повторное выполнение беговых нагрузок в горку; прыжки в высоту на месте с касанием рукой подвешенных ориентиров; прыжки с продвижением вперед (правым и левым боком), с доставанием ориентиров, расположенных на разной высоте; прыжки по разметкам в полуприседе и приседе; запрыгивание с последующим спрыгиванием.

Планируемые результаты

- активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявление дисциплинированности, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказание бескорыстной помощи своим сверстникам, нахождение с ними общего языка и общих интересов.

Ожидаемые результаты

В результате обучения по данной Программе обучающиеся будут *знать*:

- о физической подготовке и ее связи с развитием физических качеств, систем дыхания и кровообращения;

- о физической нагрузке и способах ее регулирования;
 - о причинах возникновения травм во время занятий физическими упражнениями, профилактике травматизма;
- уметь:*
- вести дневник самонаблюдения;
 - выполнять простейшие акробатические и гимнастические комбинации;
 - подсчитывать частоту сердечных сокращений при выполнении физических упражнений с разной нагрузкой;
 - выполнять игровые действия в пионерболе, играть по упрощенным правилам;
 - оказывать доврачебную помощь при ссадинах, царапинах, легких ушибах и потертостях;
 - демонстрировать уровень физической подготовленности

Тематическое планирование

| Тема | Кол-во часов | Форма занятия |
|---|--------------|-----------------------|
| Техника безопасности при работе с гантелями, скакалкой, мячом | 1 | беседа |
| Упражнения с набивными мячами | 1 | Спортивная тренировка |
| Упражнения с гантелями | 1 | Спортивная тренировка |
| Упражнения со скакалкой | 1 | Спортивная тренировка |
| Упражнения с волейбольными мячами | 1 | Спортивная тренировка |
| Упражнения с различными мячами | 1 | Спортивная тренировка |
| Силовые упражнения. Упражнения с партнером | 1 | Итоговое занятие |
| Всего часов | | |

5.4 Рабочая программа «Подвижные и спортивные игры»

На материале гимнастики с основами акробатики: игровые задания с использованием строевых упражнений, упражнений на внимание, силу, ловкость и координацию.

На материале легкой атлетики: прыжки, бег, метания и броски; упражнения на координацию, выносливость и быстроту.

Пионербол: подбрасывание мяча; подача мяча; прием и передача мяча; подвижные игры на материале пионербола.

Планируемые результаты

- активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявление дисциплинированности, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;

- оказание бескорыстной помощи своим сверстникам, нахождение с ними общего языка и общих интересов.

Ожидаемые результаты

В результате обучения по данной Программе обучающиеся будут *знать*:

-о физической подготовке и ее связи с развитием физических качеств, систем дыхания и кровообращения;

-о физической нагрузке и способах ее регулирования;

-о причинах возникновения травм во время занятий физическими упражнениями, профилактике травматизма;

уметь:

-вести дневник самонаблюдения;

-выполнять простейшие акробатические и гимнастические комбинации;

-подсчитывать частоту сердечных сокращений при выполнении физических упражнений с разной нагрузкой;

-выполнять игровые действия в пионерболе, играть по упрощенным правилам;

-оказывать доврачебную помощь при ссадинах, царапинах, легких ушибах и потертостях;

-демонстрировать уровень физической подготовленности

Тематическое планирование

| Тема | Кол-во часов | Форма занятия |
|--|---------------------|-----------------------|
| Техника безопасности при игре с мячом | 1 | беседа |
| Ловля и передача мяча двумя руками от груди | 1 | Спортивная тренировка |
| Передача мяча одной рукой от плеча | 1 | Спортивная тренировка |
| Передача мяча двумя руками из-за головы Передача мяча двумя руками с отскоком от пола | 1 | Спортивная тренировка |
| Ведение мяча ведущей рукой стоя на месте | 1 | Спортивная тренировка |
| Ведение мяча правой и левой рукой стоя на месте | 1 | Спортивная тренировка |
| Игры и эстафеты | 1 | Спортивная тренировка |
| Пионербол. Развитие ловкости Бросок мяча двумя руками снизу и ловля мяча | 1 | Спортивная тренировка |
| Ловля и бросок мяча через сетку двумя руками от груди | 1 | Спортивная тренировка |
| Бросок мяча одной рукой от плеча через сетку | 1 | Спортивная тренировка |
| Игры на развитие быстроты реакции | 1 | Спортивная тренировка |
| Учебная игра в пионербол | 1 | игра |
| Игры на развитие скоростно-силовых способностей | 1 | Спортивная тренировка |
| Игры на развитие координации движений | 1 | Спортивная тренировка |
| Игры на совершенствование метаний | 1 | Спортивная |

| | | |
|-----------------|---|------------|
| | | тренировка |
| Игры и эстафеты | 1 | эстафета |
| Всего часов | | |

6. Организационно-педагогические условия реализации Программы

6.1. Условия реализации программы

6.1.1 Материально-техническое обеспечение реализации Программы

Оснащение спортивного зала:

1. Сетка волейбольная-1шт
2. Стойки волейбольные-2шт.
3. Гимнастические стенки-2 шт
4. Гимнастические скамейки-3-4шт.
5. Гимнастические маты-3шт.
6. Скакалки-20шт.
7. Мячи набивные (масса 1 кг)-10шт.
8. Резиновые амортизаторы-10 шт.
9. Мячи волейбольные (для мини-волейбола)-10 шт.
10. Рулетка-2 шт.

6.1.2 Информационное обеспечение

Методические пособия:

1. Учебное пособие по ТБ.
2. Обучающие презентации

6.1.3 Методическое обеспечение реализации Программы

Программа «ОФП» составлена с учётом требований современной педагогики и корректировалась в процессе работы в соответствии с интересами обучающихся.

6.1.3 Описание кадровых условий реализации Программы

Требования к кадровым условиям включают:

- уровень квалификации педагогического работника образовательной организации данной Программы
- непрерывность профессионального развития педагогического работника образовательной организации, реализующей Программу

6.1.4 Психолого-педагогические условия реализации Программы

к психолого-педагогическим условиям реализации адаптированной дополнительной общеразвивающей программы являются:

- обеспечение преемственности содержания и форм организации образовательного процесса по отношению к уровню начального общего образования с учетом специфики возрастного психофизического развития обучающихся, в том числе особенностей перехода из младшего школьного возраста в подростковый;

- обеспечение вариативности направлений и форм, а также диверсификации уровней психолого-педагогического сопровождения участников образовательного процесса;

- формирование и развитие психолого-педагогической компетентности участников образовательного процесса.

7.Список используемой литературы

1. Программа физического воспитания учащихся 1 – 11 классов/ В.И.Лях, Г.Б. Мейксон. – М.: Просвещение, 1998.
2. Теория и методика физического воспитания и спорта: учебник / Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов. – М.: Издательский центр «Академия», 2007.
3. О.С.Макарова «Игра, Спорт Диалог в физической культуре» (Москва, Школьная Пресса, 2002)
4. «Игровые и рифмованные формы физических упражнений». Автор-составитель С.А. Авилова, Т.В. Калинина. (-Волгоград: Учитель, 2008)
5. Ковалько В.И. «Школа физкультминуток: 1-4 классы». (-М.: ВАКО, 2009)
6. Былеева Л.В. и др. Подвижные игры. Практический материал. - М.: ТВТ «Дивизион», 2005.
7. Физкультура И.И. Должиков, Москва 2004 год;
8. Развитие физических способностей детей И.М. Бутин, А.Д. Викулов, Москва 2002 год;
9. В помощь школьному учителю В.И. Ковалько, Москва 2005 год;