

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
ГАТЧИНСКИЙ ДВОРЕЦ ДЕТСКОГО (ЮНОШЕСКОГО) ТВОРЧЕСТВА»**

СОГЛАСОВАНА

заведующим

МБДОУ «Детский сад № 46
Комбинированного вида»



Милюк П.Н.

УТВЕРЖДЕНА

Приказом директора

МБДОУ «Гатчинский ДДТ»

№ 191 от 29.08.2025г.



Дергунова Е.С.

ПРИНЯТА

на заседании педагогического совета

Протокол №1 от 28.08.2025г.

МУНИЦИПАЛЬНОЕ
БЮДЖЕТНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО
ОБРАЗОВАНИЯ ГАТЧИНСКИЙ
ДВОРЕЦ ДЕТСКОГО
(ЮНОШЕСКОГО) ТВОРЧЕСТВА

**Адаптированная общеразвивающая программа
социально-гуманитарной направленности
«Подвижные игры ОВЗ»**

Возраст обучающихся-5-7 лет

Срок реализации – 1 год

Разработчик – Дорогова Анастасия Игоревна,
педагог дополнительного образования

г. Гатчина
2025г.

ИНФОРМАЦИОННАЯ КАРТА

дополнительной общеобразовательной программы

Название программы	«Подвижные игры ОВЗ»
Ф.И.О. педагога	Дорогова Анастасия Игоревна
Направленность	Социально-гуманитарная
Тип программы	Модифицированная
Уровень усвоения	Общекультурный
Форма обучения	Очная
Продолжительность усвоения программы	1 года (108ч.)
Возраст обучающихся	5-7 лет

СТРУКТУРА ПРОГРАММЫ

1. Пояснительная записка.
2. Учебно-тематический план дополнительной образовательной программы.
3. Содержание программы дополнительного образования обучающихся.
4. Методическое обеспечение программы дополнительного образования обучающихся.
5. Список использованной литературы.
6. Приложение:
 - Календарный учебный график
 - Текущий контроль
 - Промежуточная аттестация
 - Оценочные материалы
 - План воспитательной работы

Пояснительная записка

Адаптированная общеразвивающая программа «Подвижные игры ОВЗ» разработана на основе следующих нормативных документов:

- Закона РФ «Об образовании в Российской Федерации» (№273 ФЗ от 29.12.2012);
- Приказа Минпросвещения России от 27 июля 2022г., № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
- Приказ Министерства просвещения РФ от 03.09.2019 г № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»
- Постановления Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. № 28 «Об утверждении СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарноэпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций ДО детей».
- Письма Минобрнауки РФ от 18.11.2015 г. № 09-3242 «О направлении рекомендаций» (Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ).
- Письма КотПО Ленинградской области от 1 апреля 2015 года № 19-2174/15-0-0 «О методических рекомендациях по разработке и оформлению дополнительных общеразвивающих программ различной направленности».
- Концепции развития дополнительного образования детей (утв. распоряжением Правительства РФ от 31 марта 2022 г. №678).
- Положения «О порядке разработки и требований к структуре, содержанию и оформлению дополнительной общеразвивающей программы» (Принято на заседании педагогического совета Протокол № 3 от 12.02.2020 г, Утверждено Приказом директора МБОУ ДО «РЦДТ» № 50 от 21.02.2020 г.
- Устава МБОУ ДО «Районный центр детского творчества».

Адаптированная дополнительная общеразвивающая программа «Подвижные игры ОВЗ» социально-гуманитарной направленности.

Уровень программы стартовый.

Актуальность. Когда мы говорим о доступной среде жизнедеятельности для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, то предполагаем, в том числе, доступность к духовной жизни и достижениям науки. В реализации образования очень важно, чтобы подростки с ограниченными возможностями здоровья могли посещать учебные заведения, учреждения дополнительного образования, спортивные залы. В системе мер социальной защиты этих детей все большее значение приобретают активные формы.

Подвижные игры позволяют обучающимся снять физическую усталость и психологическую нагрузку. Данная программа позволяет решить проблему социализации подростков. Игра - одно из универсальных средств в

деле становления личности. Одна и та же игра может выполнять несколько функций:

Развлекательная - создание благоприятной атмосферы душевной радости, определённого комфорта.

Коммуникативная - объединение обучающихся в коллектив и установление эмоциональных контактов.

Релаксационная - снятие эмоционального напряжения, вызванного нагрузкой на нервную систему при интенсивном обучении.

Развивающая - гармоничное развитие индивидуальных качеств для активизации резервных возможностей личности.

Кроме того, адаптированная программа «Подвижные игры ОВЗ» удовлетворяет потребность обучающихся в общении, развивает организаторские навыки, творческие и познавательные способности ребят.

Важно не столько передать обучающимся определенную сумму знаний, сколько выработать у них адекватность поведения, умение действовать в конкретных жизненных ситуациях, бытовую ситуационную приспособленность. Образовательный процесс, который имеет целью формирование системы жизненно необходимых умений и навыков, должен протекать в условиях конкретных ситуаций.

Цели и задачи программы:

Адаптированная программа «Подвижные игры ОВЗ» направлена на социализацию и коммуникацию обучающихся с ограниченными возможностями здоровья.

Цель программы: формирование культуры общения, расширение кругозора средствами игровой деятельности.

Задачи программы:

Обучающие:

- приобретение первоначальных знаний об основах здорового и безопасного образа жизни;
- расширение кругозора обучающихся;
- знакомство с играми народов мира.

Развивающие:

- развитие умений анализировать и оценивать результаты работы;
- развитие коммуникативных навыков, умения работать в паре, в группе.

Воспитательные:

- формирование первоначальных навыков коллективного взаимодействия, соблюдения правил игры и общения;
- формирование у обучающихся основ здорового образа жизни через подвижные игры;
- приобретение личного и коллективного опыта творческой деятельности в процессе участия в играх.

Отличительные особенности программы: для более успешной и эффективной работы по программе устанавливаются связи с сотрудниками Центра и родителями. Процесс обучения ребенка с ограниченными возможностями здоровья должен максимально содействовать развитию его

познавательной деятельности. Совершенно очевидно, что адекватность поведения и приспособленность такого обучающегося к жизни определяются в значительной степени состоянием его моторики, речи, уровнем знаний и умений. Таким образом, процессы развития обучающегося и тренировки его в приспособлении к жизненным ситуациям тесно связаны между собой.

Возраст обучающихся – 5-7 лет.

Сроки реализации программы – 1 год.

Формы и режим занятий:

Форма обучения – очная

Форма проведения занятий – аудиторная

Форма аудиторных занятий – учебное занятие, игра.

Планируемые результаты:

Предметные:

- имеет первоначальное представление об основах здорового и безопасного образа жизни;
- знает и соблюдает правила игр;

Метапредметные:

- может анализировать и оценивать результаты работы;
- умеет работать в паре, в группе.

Личностные:

- сформированы первоначальные навыки коллективного взаимодействия;
- приобретен личный и коллективный опыт творческой деятельности в процессе участия в играх.

Формами подведения итогов реализации программы являются:

- наблюдение за обучающимися в процессе занятий;
- проверка выполнения отдельных заданий;
- выполнение установленных заданий.

Формами подведения итогов реализации программы являются:

- наблюдение за обучающимися в процессе учебно-тренировочных занятий;
- проверка выполнения отдельных заданий;
- выполнение установленных заданий.

Средства, используемые при реализации программы:

1. упражнения;
2. корригирующие упражнения;
3. коррекционные подвижные игры с элементами спортивных игр;
4. спортивный инвентарь.

Способы организации обучающихся на занятии – групповой, индивидуальный. На занятиях с подростками, имеющими нарушения опорно-двигательного аппарата, используются все методы обучения, однако, учитывая особенности восприятия ими учебного материала, есть некоторые различия в приёмах. Они изменяются в зависимости от физических возможностей обучающегося, запаса знаний и умений, наличия предыдущего двигательного опыта, навыка пространственной ориентировки. Остановимся на некоторых из них:

Метод практических упражнений основан на двигательной деятельности обучающихся. Чтобы совершенствовать у подростков с нарушением опорно-двигательного аппарата определённые умения и навыки, необходимо многократное повторение изучаемых движений (больше, чем другим обучающимся). Учитывая трудности восприятия учебного материала, обучающийся с нарушением опорно-двигательного аппарата нуждается в особом подходе в процессе обучения: в подборе упражнений, которые вызывают доверие, ощущение безопасности, комфортности и надёжной страховки.

Метод дистанционного управления (относится к методу слова), он предполагает управление действиями обучающегося на расстоянии посредством команд.

Метод наглядности занимает особое место, наглядность является одной из специфических особенностей использования методов обучения в процессе ознакомления с предметами и действиями.

Метод стимулирования двигательных действий.

Анализ и оценка выполнения движений способствует сознательному выполнению упражнений. Правильность выполнения оценивается путём наблюдения и указаний, анализа в процессе занятия. Начинать занятия можно с любого периода, учитывая индивидуальные особенности обучающихся.

Учебно-тематический план

Адаптированная дополнительная общеразвивающая программа	Год обучения	Количество часов	Форма промежуточной аттестации
«Подвижные игры ОВЗ»	1 год	108	Наблюдение, Выполнение упражнений

Учебно-тематический план адаптированной дополнительной общеразвивающей программы «Подвижные игры ОВЗ»

№	Разделы	Количество часов		
		теория	практика	всего
1.	Введение. Основы знаний о народной подвижной игре.	1	2	3
2.	Игры на свежем воздухе.	3	15	18
3.	Что нужно знать и уметь, чтобы никогда не болеть!	1	2	3
4.	Игры-эстафеты.	3	9	12
5.	Подвижные игры разных народов.	1	2	3
6.	Общеразвивающие физические упражнения на	3	27	30

	развитие основных физических качеств.			
7.	Подвижные игры, основанные на элементах гимнастики с основами акробатики, легкой атлетики, лыжной подготовки, спортивной игры.	3	30	33
8.	Зимние забавы.	1	2	3
9.	Итоговое занятие.	-	3	3
ВСЕГО:		16	92	108

Содержание программы

1 раздел (3 часа)

Основы знаний о народной подвижной игре.

Теория: - Что такое народная игра? Познакомить с историей народной подвижной игры.

Практика: - Разбор и проигрывание игр наших родителей. Понятие правил игры.

Игры в:

- Пятнашки.
- Фанты.
- Горелки.
- Лапта.
- Блуждающий мяч.

2 раздел (18 часов)

Игры на свежем воздухе.

Теория: Понятие правил игры.

Практика:

- Русские народные игры. «Ловушка».
- Групповые игры. «Охотник и сторож».
- Групповые игры. «Карусель», «Совушка».

3 раздел (3 часа)

Что нужно знать и уметь, чтобы никогда не болеть!

Теория:- Двигательная активность и гиподинамия. Я люблю поиграть.

Практика: Разучивание и организация совместных народных подвижных игр для мальчиков и девочек.

Оборудование: скакалки, спортивные обручи, мячи, кегли.

4 раздел (12 часов)

Игры-эстафеты.

Теория: Понятие правил игры.

Практика:

- Эстафеты с мячами. Правила игры. «Бег по кочкам».
- Большая игра с малым мячом. «Не упусти мяч», «Чемпионы малого мяча».
- Эстафеты с бегом и прыжками.
- Эстафеты с преодолением препятствий.

5 раздел (3 часа)

Подвижные игры разных народов.

Теория: Понятие правил игры.

Практика:

- Игры русского народа. «Гуси-лебеди», «Обыкновенные жмурки».
- Игры мордовского народа. «Котел» «Салки».
- Игры белорусского народа. «Михасик», «Прела-горела».
- Игры татарского народа. «Серый волк» «Скок-перескок»
- Игры народов Востока. «Скачки» , «Собери яблоки».
- Игры украинского народа. «Высокий дуб» «Колдун».
- Игры азербайджанского народа «Белый мяч и черный мяч» , «Отдай платочек».
- Игры чувашского народа. «Хищник в море», «Рыбки».
- Игры калмыцкого народа. «Альчики», «Забрасывание белого мяча»

6 раздел (30 часов)

Общеразвивающие физические упражнения на развитие основных физических качеств.

Теория: Понятие правил игры.

Практика:

- Большая игра с малым мячом. «Не упусти мяч», «Чемпионы малого мяча».
- Упражнения со скакалками.
- Бег с высоким подниманием бедра, прыжками и ускорением, с изменяющимся направлением движения (“змейкой”, “по кругу”), из разных исходных положений и с разным положением рук; высокий старт с последующим стартовым ускорением.
- Упражнения со скакалками.

7 раздел (33 часа)

Подвижные игры, основанные на элементах:

Теория: Понятие правил игры.

Практика:

- гимнастики с основами акробатики: «У медведя во бору», «Совушка»;
- легкой атлетики: «Не оступись», «Пятнашки», «Волк во рву»;
- лыжной подготовки: «Охотники и олени», «Встречная эстафета», «День и ночь», «Попади в ворота»;
- спортивной игры: «Брось — поймай», «Выстрел в небо», «Охотники и утки».

8 раздел (3 часа)

Зимние забавы

Теория: Понятие правил игры.

Практика:

- Зимой на воздухе. «Городки».
- Зимой на воздухе. Скатывание шаров. «Гонки снежных комов».
- Строительные игры из снега. «Клуб ледяных инженеров».
- Эстафета на санках.
- Лыжные гонки.

9 раздел (3 часа)

Итоговое занятие

-Праздник здоровья и подвижной народной игры.

Формы и методы работы:

1. Создание мотивации;
2. Согласованность активной работы и отдыха;
3. Непрерывность процесса;
4. Необходимость поощрения;
5. Социальная направленность занятий;
6. Активизации нарушенных функций;
7. Сотрудничество с родителями;
8. Воспитательная работа.

Материально-техническое обеспечение:

Светлый спортивный зал.

Спортивный инвентарь: мячи, скакалки, коврики, фитбольные мячи, конусы, обручи, клюшки, ворота, городки.

Список использованных источников:

1. Возрастная и педагогическая психология / Сост. М.О. Шуаре. - М., 1992.
2. Выготский Л.С. Педагогическая психология. - М., 1991.
3. Гончарова М.Н., Гринина А.В., Мирзоева И.И. Реабилитация детей с заболеваниями и повреждениями опорно-двигательного аппарата. - Л.: «Медицина», 1974.
4. Грехнев В.С. Культура педагогического общения. - М., 1990.
5. Загуменнов, Ю.Л. «Инклюзивное образование: создание равных возможностей для всех учащихся» - Минская школа сегодня. - 2008. - № 6.
6. Левченко И.Ю., Приходько О.Г. Технологии обучения и воспитания детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата. Учебное пособие. Издательство «ACADEMA», М., 2001.
7. Лечебная физическая культура: Справочник / Под ред. Проф. В.А.Епифанова. М.: Медицина, 2004.
8. Литош Н.Л., Адаптивная физическая культура: Психолого-педагогическая характеристика детей с нарушениями в развитии: Учебное пособие. - М.: СпортАкадемПресс, 2002.
9. Матвеев Л.П., Теория и методика физической культуры: Учеб. Для институтов физической культуры. — М.: Физкультура и спорт, 1991.
10. Мошков В.Н. Лечебная физическая культура в клинике внутренних болезней. – М.: Медицина, 1982.
11. Немов Р.С. Психология: Кн. 2. - М., 1997.
12. Обухова Л.Ф. Возрастная психология. - М., 1991. 22. Педагогика / Под ред. В.А. Сластёнина. - М., 2002.
13. Потапчук А.А., Матвеев С.В., Дидур М.Д. Лечебная физическая культура в детском возрасте. Учебно-методическое пособие. – СПб: «Речь» 2007.
14. Практическая психология для преподавателей / Сост. М.К. Тушкина и др. - М., 1997.
15. Реан А.А., Коломинский Я.Л. Социальная педагогическая психология. - СПб., 1999.
16. Физическая реабилитация. Учебник. Под ред. проф. С.Н. Попова. Издание второе.- Ростов-на-Дону: «Феникс», 2004.
17. Фришман И.И. Методика работы педагога дополнительного образования. - М., 2001.
18. Харламов И.Ф. Педагогика. - М., 1997. 1. С.В. Алехина, Н.Я. Семаго, А.К. Фаина «Инклюзивное образование». Выпуск 1. - М.: Центр «Школьная книга», 2010.

**Календарный учебный график
АДОП «Подвижные игры ОВЗ»
на 2025- 2026 учебный год**

Педагог: Дорогова Анастасия Игоревна

Режим занятий: 3 занятия 1 раз в неделю по 40 минут с перерывом 10 минут.

Форма проведения занятий - аудиторная,

Форма организации занятий – индивидуально-групповая.

Форма обучения - очная.

Формой подведения итогов анализ игровой деятельности.

Формы промежуточной аттестации: наблюдение, выполнение упражнений.

Сроки проведения промежуточной аттестации: декабрь 2025, май 2026г.

Дата начала занятий: 1 сентября 2025г.

Дата окончания занятий: 31 мая 2026г.

Праздничные дни:

4 ноября 2025г - День народного единства

31 декабря 2025г - праздничный выходной день (перенос с воскресенья 5 января)

1, 2, 3, 4, 5, 6 и 8 января 2026г— Новогодние каникулы;

7 января 2026г — Рождество Христово;

23 февраля 2026г — День защитника Отечества;

8-9 марта 2026г — Международный женский день;

1 мая 2026г — Праздник Весны и Труда;

9 мая 2026г — День Победы.

**Результаты освоения адаптированной общеразвивающей программы
«Подвижные игры ОВЗ»**

1. Текущий контроль

№ п/п	Разделы (темы) программы	Высокий уровень		Средний уровень		Низкий уровень	
		чел	%	чел	%	чел	%
1	Основы теоретических знаний						
2	Дыхательные упражнения						
3	Упражнения на координацию						
4	Упражнения на мышцы брюшного пресса						
5	Упражнения на гибкость						
6	Элементы спортивных игр						

Критерии:

Высокий уровень – 65-100% правильного выполнения заданий (5 баллов)

Средний уровень- 30-65% правильного выполнения заданий (4 балла)

Низкий уровень – менее 30% правильного выполнения заданий (3 балла)

Приложение 3.

Протокол результатов промежуточной аттестации обучающихся по дополнительной общеразвивающей программе 2025/2026 учебный год

ФИО педагога дополнительного образования _____
 Дополнительная общеразвивающая программа _____ социально-гуманитарной _____ направленности
 (направленность дополнительной общеразвивающей программы)

Подвижные игры ОВЗ

(наименование дополнительной общеразвивающей программы)

Срок реализации дополнительной общеразвивающей программы 1 год № группы 1 Год обучения 1

Форма проведения промежуточной аттестации наблюдение, выполнение упражнений Дата проведения аттестации декабрь, май

№ п/п	Фамилия, имя, обучающегося	1. Предметные знания и умения		2. Метапредметные умения и навыки		3. Личностные результаты		ИТОГ
		сен	май	сен	май	сен	май	
1								
2								
3								
4								
5								
6								
7								
8								
9								
10								
11								
12								
13								
14								

Всего аттестовано _____ обучающихся, из них по результатам промежуточной аттестации _____

Приложение 4

Оценочные материалы

Предметные результаты:

№	Ф.И. ребенка	знает историю возникновения игр		знает и соблюдает правила игр		освоение двигательных навыков, необходимых в дальнейшем при действиях в играх		Итог
		сен	май	сен	май	сен	май	

высокий уровень (5 баллов) - 14-15 баллов

средний уровень (4 балла) - 11-12 баллов

низкий уровень (3 балла) - 8-9 баллов

Метапредметные результаты:

№	Ф.И. ребенка	формирование познавательной активности	развитие физических качеств	овладение двигательными умениями и навыками	приобретение элементарного соревновательного	Итог
---	--------------	--	-----------------------------	---	--	------

								опыта		
		сен	май	сен	май	сен	май	сен	май	

высокий уровень (5 баллов) – 19-20 баллов

средний уровень (4 балла) - 15-16 баллов

низкий уровень (3 балла) - 11-12 баллов

Личностные результаты:

№	Ф.И. ребенка	проявляет интерес к занятиям физической культурой		сформированы волевые и морально-этические качества		Итог
		сен	май	сен	май	

высокий уровень (5 баллов) – 9-10 баллов

средний уровень (4 балла) - 7-8 баллов

низкий уровень (3 балла)- 5-6 баллов

Приложение 5.

План воспитательной работы на 2025 – 2026 учебный год

№	Направление воспитательной работы	Содержание	Примеры мероприятий и форм работы	Дата проведения
---	-----------------------------------	------------	-----------------------------------	-----------------

1	Воспитание положительного отношения к труду и творчеству	соответствует трудовому воспитанию, организации трудовой и профориентационной деятельности обучающихся, воспитание трудолюбия, культуры труда, экономическое просвещение подростков	Профориентационные беседы, игры. Привлечение обучающихся к трудовым поручениям, наведение порядка на рабочем месте	В течение года В течение года
2	Социокультурное и медиакультурное воспитание	формирование коммуникативной культуры; (соответствует социокультурному воспитанию и направлен на повышение познавательной активности учащихся школы, на формирование ценностных установок в отношении интеллектуального труда, представлений об ответственности за результаты поисковой, исследовательской деятельности, научных открытий; на развитие речевых способностей учащихся школы, на формирование конструктивной коммуникации между ровесниками, на повышение риторической компетенции молодых граждан	Формы работы, включающие работу в малых группах	В течение года
3	Правовое воспитание и культура безопасности обучающихся	соответствует правовому воспитанию и направлен на развитие навыков безопасности и формирования безопасной среды в школе, в быту, на отдыхе; формирование представлений об информационной безопасности, о девиантном и делинквентном поведении, о влиянии на безопасность молодых людей отдельных молодежных субкультур	Инструктаж по Технике безопасности и охране труда	Сентябрь Январь

4	Профориентационное воспитание	соответствует формированию у учащихся готовности самостоятельно планировать и реализовывать перспективы персонального образовательно-профессионального маршрута в условиях свободы выбора профиля обучения и сферы будущей профессиональной деятельности, в соответствии со своими возможностями, способностями и с учетом требований рынка труда	Беседы и игры, расширяющие знания детей о профессиях	Октябрь Апрель
---	--------------------------------------	---	--	-------------------