

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
КОМИТЕТ ПО ОБРАЗОВАНИЮ САНКТ-ПЕТЕРБУРГА
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ШКОЛА-ИНТЕРНАТ №9
КАЛИНИНСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА

УТВЕРЖДЕНА

ПРИНЯТА
Педагогическим советом
протокол № 7 от
«31» августа 2023

Приказом директора № 74-о от «31» августа 2023

Директор _____ /Е.В.Матюхина/

Дополнительная общеразвивающая программа

«Фристайл»

Срок освоения: 1 год
Возраст учащихся: 15-18 лет

Разработчик: Малкова И.В.,
педагог дополнительного образования

Пояснительная записка

Направленность. Физкультурно-спортивная. Программа направлена на развитие двигательных качеств обучающихся и достижение спортивных результатов.

Адресат. Программа для обучающихся 15-18 лет (девочки и мальчики) с нарушениями опорно-двигательного аппарата (ОДА), которые носят как врождённый, так и приобретённый характер различной степени выраженности:

1) Заболевания нервной системы:

- детский церебральный паралич;

2) Врождённая патология ОДА:

- врождённый вывих бедра;

- деформации стоп;

- аномалии развития позвоночника (сколиоз);

- недоразвитие и дефекты конечностей;

3) Приобретённые заболевания и повреждения ОДА:

- травматические повреждения спинного, головного мозга и конечностей;

- заболевания скелета.

Ведущим в клинической картине является двигательный дефект, который обусловлен действием ряда факторов, непосредственно связанных со спецификой заболевания. Двигательные нарушения проявляются в виде парезов, параличей, насильственных движений. Особенно значимы и сложны нарушения регуляции тонуса, которые могут происходить по типу спастичности, ригидности, гипотонии, дистонии. Нарушения регуляции тонуса тесно связаны с задержкой патологических тонических рефлексов и несформированностью цепных установочных выпрямительных рефлексов. На основе этих нарушений формируются вторичные изменения в мышцах, костях и суставах (контрактуры и деформации).

Большинство детей страдают церебральным параличом (ДЦП). Двигательные расстройства у них могут сочетаться с сопутствующими заболеваниями и вторичными нарушениями, а также с речевыми и психическими отклонениями. Психические нарушения при ДЦП проявляются в виде расстройств эмоционально-волевой сферы, познавательной деятельности и особенностей личности.

Актуальность программы заключается в том, что у обучающихся с нарушением ОДА ведущим в клинической картине является двигательный дефект, поэтому у них снижена двигательная активность. Снижение двигательной активности ведёт к ухудшению психофизических функций организма, что в конечном итоге влияет на социализацию учащихся.

Спортивные танцы на колясках – это особый вид адаптивного спорта, включающий в себя интегративные и социальные особенности, которые используются в формировании духовного и физического развития детей с ограниченными возможностями здоровья. Занимаясь спортивными танцами на колясках, дети с нарушениями опорно – двигательного аппарата (ОДА) приобретают навыки владения своим телом и спортивной коляской, испытывают эмоции радости преодоления, наслаждение движением, музыкой и общением с партнёром.

Так как многие учащиеся передвигаются на колясках, либо с использованием ортопедических средств, то занятия танцами на колясках позволяют реализовать двигательные потребности детей с учетом их индивидуальных возможностей.

Отличительная особенность программы от уже существующих в том, что при подготовке и составлении композиций часто используются элементы гимнастики и акробатики.

Все занимающиеся в секции имеют поражение опорно-двигательного аппарата различной степени тяжести.

Уровень освоения: общекультурный. Направлен на формирование психофизических способностей, культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья. В течение обучения по данной программе учащиеся презентуют свои результаты и достижения на уровне учреждения, района, города, принимая участие в соревнованиях разного уровня.

Объем и срок освоения программы.

Программа рассчитана на 68 академических часов, 34 учебных дня.

Срок освоения: 1 год

Цель:

- создание условий для повышения уровня общей физической подготовленности;
- социализация лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата и повышение их качества жизни через систему занятий спортивными танцами на колясках.

Задачи программы:

Обучающие:

- формировать систему знаний о здоровом образе жизни;
- развивать и пропагандировать паралимпийские виды спорта среди лиц с нарушением ОДА;
- формировать знания, умения и навыки управления спортивной коляской;
- обучать основам техники танцевальных движений, формированию жизненно необходимых навыков и умений

Развивающие:

- развивать двигательные качества;
- повышать уровень общей физической подготовки;
- развивать двигательные умения и навыки на занятиях танцами;
- развивать эмоциональные и волевые качества учащихся

Воспитывающие:

- содействовать физическому, трудовому и эстетическому воспитанию;
- воспитывать умение преодолевать трудности, силу воли, настойчивость, упорство;
- воспитывать ответственность за результат, понимание его значимости;
- соблюдать правила техники безопасности и санитарно-гигиенических норм;
- воспитывать уважительное отношение к товарищам по команде, соперникам

Коррекционные:

- содействие коррекции недостатков в физическом развитии, навыков координации;
- содействие развитию чувства ритма, зрительной и двигательной памяти;
- способствование социализации и социальной адаптации, развитию коммуникативных навыков, повышению личностной самооценки;

Планируемые результаты освоения программы.

Личностные результаты:

- способность управлять своими эмоциями, проявлять культуру общения и взаимодействия в процессе занятий, игровой и соревновательной деятельности;
- способность активно включаться в совместные физкультурно - оздоровительные и спортивные мероприятия, принимать участие в их организации и проведении;
- умение содержать в порядке спортивный инвентарь и оборудование, спортивную одежду, осуществлять их подготовку к занятиям и спортивным соревнованиям;
- владение умением осуществлять поиск информации по вопросам развития современных оздоровительных систем, обобщать, анализировать и творчески применять полученные знания в самостоятельных занятиях.
- проявление дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленных целей

Метапредметные результаты:

- характеризовать поступки, давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи;

- планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе её выполнения;
- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми

Предметные:

- бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности;
- планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня;
- анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, поиск возможностей и способов их решения;
- овладевать основами техники управления танцевальной коляской
- технически правильно выполнять элементы танцев;
- уметь выполнять общеразвивающие и специальные упражнения
- знать классификацию танцев на колясках, характеризовать роль и значение танцев в жизни человека

Коррекционные:

- содействие развитию чувства ритма, зрительной и двигательной памяти;
- содействие коррекции недостатков в физическом развитии, навыков координации;
- содействие социализации и социальной адаптации, развитию коммуникативных навыков, повышению личностной самооценки

Организационно-педагогические условия реализации программы

Язык: дополнительная общеразвивающая программа «Фристайл» реализуется на русском языке.

Форма обучения: очная

Особенности реализации программы: программа рассчитана на 1 год, для детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата, с нарушениями опорно-двигательного аппарата с задержкой психического развития, с нарушениями опорно-двигательного аппарата с легкой степенью умственной отсталости.

Особенности организации образовательного процесса: образовательный процесс организуется в соответствии с методикой коррекционно-развивающего обучения. Привлечение родителей к участию обучающихся к соревнованиям разного уровня.

Условия набора в коллектив: Набор в группы осуществляется по желанию учащихся, их родителей (законных представителей) по результатам просмотра (вступительные испытания Приложение 1, где критериями отбора являются: способность обучающегося самостоятельно пересечь в танцевальную коляску, зрительная ориентировка в пространстве и хорошая двигательная память) с учетом отсутствия медицинских противопоказаний. Наполняемость групп согласно приложению №1 СанПиН 2.4.2.3286-15 Санитарно-эпидемиологических требований к условиям и организации обучения и воспитания в организациях, осуществляющих образовательную деятельность по адаптированным основным общеобразовательным программам для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья Родитель (законный представитель) заполняет заявление на обучение по дополнительной общеразвивающей программе.

Условия формирования групп: разновозрастные

Количество обучающихся в группе: 3-5 человек в соответствии с СанПин ОВЗ 2.4.2.3286-15 и локальным актом ГБОУ школы-интерната №9.

Формы организации занятий: Программа включает в себя теоретические и практические занятия.

Форма обучения – групповая, индивидуальная.

Формы проведения занятий: беседа, индивидуальное обучение, тренировка, репетиция, работа в малых группах, открытое занятие, концерт, тестирование, соревнование.

Формы организации деятельности учащихся на занятии используются следующие виды деятельности:

фронтальная: работа педагога со всеми учащимися одновременно (беседа, показ упражнений, объяснение);

коллективная: организация творческого взаимодействия между всеми детьми одновременно (групповой показ, репетиция, постановочная работа, концерт);

групповая: совместные действия, общение, взаимопомощь: работа в малых группах, группах сменного состава, в парах ;

индивидуальная: для коррекции пробелов в знаниях, отработки отдельных навыков, работа с солистами

Материально-техническое оснащение:

1. Танцевальный зал.
2. Мультимедийное оборудование:
 - компьютер – 1 шт.;
 - проектор – 1 шт.;
 - экран – 1 шт.;
 - магнитофон – 1 шт.
3. Спортивные коляски – 5 шт.
4. Пандус -1шт.
- 5.Конусы -6 шт.
6. Гимнастические коврики – 6 шт.
7. Утяжелители 500гр – 4 пары.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

	Наименование тем	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Вводное занятие. Правила техники безопасности	2	1	1	Беседа Фронтальная
2	Правила соревнований по танцам	2	2	0	Беседа Фронтальная Опрос
3	Общефизическая подготовка (ОФП)	4	1	3	Практическая Тестирование
4	Специальная физическая подготовка (СФП)	5	1	4	Практическая Контрольное тестирование
5	Хореография, пластика. Музыкальная грамота	13	4	9	Фронтальная Индивидуальная Наблюдение
6	Танцевальные упражнения	16	5	11	Фронтальная Индивидуальная Наблюдение
7	Техника управления спор-	16	5	11	Фронтальная

	тивной коляской				Индивидуальная Наблюдение Тестирование
8	Акробатические упражнения и страховка при их выполнении	4	2	2	Показательные выступления, соревнования, опрос
9	Соревновательная деятельность	4	0	4	Практическая Самоконтроль Итоговая
10	Итоговое занятие	2	0	2	Практическая Итоговая
Итого		68	21	47	

УТВЕРЖДЕН

Приказ № _____ от _____ 20__ г.

Директор ГБОУ школы-интерната №9
Калининского района

_____/ Е.В.Матюхина/
« _____ » _____ 2023 год

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК
реализации дополнительной общеразвивающей программы
«Фристайл»
на 2023-2024 учебный год

Педагог дополнительного образования: Малкова Ирина Владимировна

Год обучения, группа	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Количество учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий
1 год	01.09.2023	25.05.2024	34	34	68	1 раз в неделю по 2 академических часа

Рабочая программа

Особенности организации образовательного процесса: образовательный процесс организуется в соответствии с методикой коррекционно-развивающего обучения.

Задачи программы:

Обучающие:

- формировать систему знаний о здоровом образе жизни;
- развивать и пропагандировать паралимпийские виды спорта среди лиц с нарушением ОДА;
- формировать знания, умения и навыки управления спортивной коляской;
- обучать основам техники танцевальных движений, формированию жизненно необходимых навыков и умений

Развивающие:

- развивать двигательные качества;
- повышать уровень общей физической подготовки;
- развивать двигательные умения и навыки на занятиях танцами;
- развивать эмоциональные и волевые качества учащихся

Воспитывающие:

- содействовать физическому, трудовому и эстетическому воспитанию;
- воспитывать умение преодолевать трудности, силу воли, настойчивость, упорство;
- воспитывать ответственность за результат, понимание его значимости;
- соблюдать правила техники безопасности и санитарно-гигиенических норм;
- воспитывать уважительное отношение к товарищам по команде, соперникам

Коррекционные:

- содействие коррекции недостатков в физическом развитии, навыков координации;
- содействие развитию чувства ритма, зрительной и двигательной памяти;
- способствование социализации и социальной адаптации, развитию коммуникативных навыков, повышению личностной самооценки;

Планируемые результаты освоения программы.

Личностные результаты:

- способность управлять своими эмоциями, проявлять культуру общения и взаимодействия в процессе занятий, игровой и соревновательной деятельности;
- способность активно включаться в совместные физкультурно - оздоровительные и спортивные мероприятия, принимать участие в их организации и проведении;
- умение содержать в порядке спортивный инвентарь и оборудование, спортивную одежду, осуществлять их подготовку к занятиям и спортивным соревнованиям;
- владение умением осуществлять поиск информации по вопросам развития современных оздоровительных систем, обобщать, анализировать и творчески применять полученные знания в самостоятельных занятиях.
- проявление дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленных целей

Метапредметные результаты:

- характеризовать поступки, давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи;
- планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе её выполнения;
- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми

Предметные:

- бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности;
- планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня;
- анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, поиск возможностей и способов их решения;
- овладевать основами техники управления танцевальной коляской
- технически правильно выполнять элементы танцев;
- уметь выполнять общеразвивающие и специальные упражнения
- знать классификацию танцев на колясках, характеризовать роль и значение танцев в жизни человека

Коррекционные:

- содействие развитию чувства ритма, зрительной и двигательной памяти;
- содействие коррекции недостатков в физическом развитии, навыков координации;
- способствование социализации и социальной адаптации, развитию коммуникативных навыков, повышению личностной самооценки

Содержание программы

1. Вводное занятие.

Теория. История развития спортивных танцев и танцев на колясках. Спортивный инвентарь и его назначение. Техника безопасности на занятиях.

Практика. Выполнение упражнений для разминки, дыхательные упражнения

2. Правила соревнований по танцам.

Теория. Правила соревнований по танцам на колясках. Правила по технике безопасности на соревнованиях.

3. Общая физическая подготовка.

Теория. Понятие о физической подготовке. Комплекс общеразвивающих упражнений (ОРУ). Техника дыхания при выполнении комплекса общеразвивающих упражнений и тестов ОФП.

Практика. Выполнение общеразвивающих упражнений в различном темпе:

- наклоны: вперёд, в стороны;
- повороты, вращения;
- махи ногами: вперед, назад, в стороны;
- выпады и полуприседы

Выполнение силовых упражнений:

- для развития силы мышц ног;
- для развития силы мышц рук;
- для развития силы мышц спины;
- для развития силы мышц пресса;

Выполнение контрольных нормативов:

- тесты ОФП;
- тесты по управлению спортивной коляской

4. Специальная физическая подготовка.

Теория. Понятие о специальных физических упражнениях, их назначение, виды упражнений для развития силы мышц, гибкости и координационных способностей. Правила техники безопасности.

Практика. Выполнение координационных упражнений:

- передвижения в различных направлениях;
- симметричные и асимметричные движения руками в разных плоскостях

Выполнение силовых упражнений:

- для развития силы мышц ног;
- для развития силы мышц рук;
- для развития силы мышц спины;
- для развития силы мышц пресса;

-упражнения с утяжелителями

Выполнение упражнения для развития гибкости:

- наклоны и повороты с различной амплитудой движения;
- растягивание отдельных мышечных связок

5. Хореография, пластика, музыкальная грамота:

Теория. Понятие хореография; история, терминология. Изучение музыкальной грамоты: музыкальный ритм, темп, размер, ритмический рисунок. Характер музыки: громкая - тихая, веселая - грустная, быстрая - медленная. Правила техники безопасности.

Практика. Выполнение основных элементов хореографии:

- позиции рук;
- волны, взмахи руками;
- прослушивание музыкальных произведений;
- отстукивание ритма и ритмического рисунка на заданную музыку;
- определение характера музыки

6. Танцевальные упражнения:

Теория. Виды и подвиды танцев (народных, бальных, спортивных, современных), их общие и отличительные черты техники исполнения. Виды базовых танцевальных шагов. Правила техники безопасности.

Практика. Выполнение базовых танцевальных шагов:

- приставные шаги в стороны;
- скрестные шаги: вправо, влево, вперёд;
- галоп: вправо, влево, вперёд;
- повороты на месте и в продвижении

Выполнение элементов различных танцевальных направлений:

- положение и работа корпуса;
- положение и работа рук;
- перемещения по площадке под счёт, под музыку;
- сложно-координационные движения

7. Техника управления спортивной коляской:

Теория. Устройство, виды и возможности передвижения на спортивной коляске. Правила техники безопасности.

Практика. Выполнение перемещений по залу на спортивной коляске в заданных направлениях:

- прокатывания толчком двух рук: вперёд, назад, по дуге, по кругу, «змейкой»;
- торможения, ускорения за счёт рук и за счёт тела;
- развороты и повороты на 45*,90*, 180*,360*
- элементы танцев
- перемещение и перестроение в паре, в группе (линия, диагональ, круг, в шахматном порядке)

8. Акробатические упражнения и страховка при их выполнении:

Теория. Акробатические упражнения, классификация, виды, терминология. Виды страховки при выполнении акробатических упражнений. Правила техники безопасности.

Практика. Выполнение элементов акробатики, упражнений со страховкой педагога и самостоятельно:

- танцевальные упражнения в паре с партнёром на коляске: наклоны вперёд, назад;
- акробатические упражнения в парах: упоры на полу, упоры на колясках

9. Соревновательная деятельность

Теория. Правила поведения на соревнованиях разного уровня и техника безопасности

Практика.

- показательные выступления;
- соревнования

10. Итоговое занятие:

Практика. Подведение итогов, награждения, самоанализ.

- показательные выступления;
- соревнования

УТВЕРЖДЕН

Приказ № _____ от _____ 20__ г.

Директор ГБОУ школы-интерната №9
Калининского района

_____ / Е.В.Матюхина/

« _____ » _____ 2023 год

**Календарно – тематическое планирование
дополнительной общеразвивающей программы
«Фристайл»
на 2023-2024 учебный год**

Педагог: Малкова Ирина Владимировна

Год обучения: 1 год

Номер группы: 2

№	Тема занятия	Количество часов	Дата проведения	
			план	факт
1	Виды танцев и танцев на колясках. Виды колясок. Техника безопасности.	1	04.09	
2	Правила судейства в различных танцевальных направлениях. Техника безопасности на соревнованиях.	1	11.09	
3	Общая физическая подготовка: техника выполнения О.Р.У. и техника безопасности	1	18.09	
4	О.Ф.П.: техника выполнения дыхательных упражнений.	1	25.09	
5	Комплекс О.Р.У. под музыку; дыхательные упражнения.	1	02.10	
6	Комплекс О.Р.У.; музыкальная грамота (ритм, куплет, припев).	1	09.10	
7	Контрольное тестирование.	1	16.10	
8	Основы музыкальной грамоты: прослушивание произведений (характер, ритм, ритмический рисунок).	1	23.10	
9	Хореография: история, терминология.	1	06.11	
10	Основы музыкальной грамоты; выполнение элементов хореографии (позиции рук, ног). Спортивные коляски, устройство, возможности передвижения и техника безопасности.	1	13.11	
11	Музыкальная грамота; элементы хореографии (шаги, повороты, волны, взмахи).	1	20.11	
12	Танцевальные шаги: виды, техника выполнения; техника безопасности. Техника управления танцевальной коляской (перемещения на коляске в заданном направлении).	1	27.11	
13	Техника выполнения базовых танцевальных шагов (приставные, скрестные, галоп). Техника управления спортивной коляской (ускорения, торможения, езда по дуге).	1	04.12	

14	С.Ф.П. , назначение, виды упражнений и техника безопасности. Техника управления спортивной коляской (развороты, повороты на 45*, 90*, 360*).	1	11.12	
15	Базовые танцевальные шаги; С.Ф.П. (координационные упражнения руками).	1	18.12	
16	Техника управления спортивной коляской (развороты, повороты на 45*, 90*, 360*) под счёт, на заданную музыку.	1	25.12	
17	Акробатические упражнения, терминология, виды и техника безопасности. Техника управления спортивной коляской (прокат вперёд, назад, разворот, работа рук).	1	08.01	
18	Элементы хореографии. Акробатические упражнения (перекаты из различных исходных положений); С.Ф.П. (упражнения для развития гибкости).	1	15.01	
19	Контрольное тестирование.	1	22.01	
20	Техника выполнения базовых танцевальных шагов (вперёд-назад, повороты); работа корпуса при торможении коляски; С.Ф.П. (упражнения для развития силы мышц ног, рук).	1	29.01	
21	Повторение базовых шагов. Техника управления спортивной коляской (развороты на ходу, езда спиной вперёд).	1	05.02	
22	Комплекс О.Р.У. под музыку; комплекс С.Ф.П.(Упражнения для развития силы мышц пресса, спины, рук).	1	12.02	
23	Музыкальная грамота (прослушивание различных произведений, определение темпа, ритма, ритмического рисунка)	1	19.02	
24	Основные танцевальные шаги. Техника управления спортивной коляской («змейкой» вперёд, спиной вперёд, по разметке); комплекс С.Ф.П.(упражнения на растяжку мышц).	1	26.02	
25	Прослушивание музыкальных произведений; выполнение базовых танцевальных шагов в соответствии с ритмом. Упражнения в парах	1	04.03	
26	Разновидности танцевальных шагов с продвижением (с пятки, с носка, на полупальцах, «реверанс»).	1	11.03	
27	Составление комбинаций в хореографии; акробатические упражнения (техника выполнения упора на коляске).	1	18.03	
28	Повторение разученных основных шагов и связок. Ходьба и езда по разметке с остановками под счёт; комплекс С.Ф.П. (упражнения для развития гибкости).	1	01.04	
29	Контрольное тестирование.	1	08.04	
30	Акробатические упражнения (техника выполнения упоров из положения лёжа, стоя).	1	15.04	
31	Разучивание под музыку танцевальных ком-	1	22.04	

	бинаций			
32	Разучивание под музыку танцевальных комбинаций для выступления	1	29.04	
33	Выполнение танцевальной композиции.	1	06.05	
34	Выполнение танцевальной композиции.	1	13.05	
35	Подведение итогов.	1	20.05	

Методические и оценочные материалы Методические материалы

Технологии:

1. Информационные;
2. Личностно-ориентированные;
3. Здоровьесберегающие;
4. Игровые;
5. Соревновательные.

Методы:

- 1) *Словесные*: беседа, рассказ, объяснение.
- 2) *Наглядные*: демонстрация упражнений.
- 3) *Практические*: упражнения, тестирование, соревнования, выступления, игры.

Данные технологии и методы используются в процессе реализации программы, развивающих и воспитательных задач.

Дидактические средства:

1. Конспекты открытых занятий
2. Тесты
3. Техническое оборудование: магнитофон, ИКТ
4. Танцевальные коляски

Информационные источники:

Список литературы для педагогов и родителей:

1. Алова Г.И. Развитие координации через уроки пластики и движения с элементами хореографии и танца для детей с ДЦП// Восстановительное лечение детей с поражением центральной нервной системы и опорно-двигательного аппарата: Методические рекомендации/ Под ред. И.В. Добрякова, Т.Г.Щедринной. – СПб.: Издательский дом СПбМАПО, 2004. – 317 с.
2. Кукушкина С.Е. Использование спортивных танцев на колясках в системе уроков по адаптивному воспитанию в коррекционно-образовательном учреждении VI вида // Научные исследования и разработки в спорте: Вестник аспирантуры и докторантуры / НГУ им. П.Ф. Лесгафта. – СПб.: 2012. – Выпуск №21. - 176 с.
3. Кукушкина С. Е. Программа дополнительного образования «Спортивные танцы на колясках для детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата» [Текст] / С. Е. Кукушкина // Молодой ученый. — 2014. — №5.1. — С. 29-32.
4. Лозко Е. П. Танцы на колясках как форма адаптивной физической культуры для людей с нарушениями опорно-двигательного аппарата: Методические рекомендации / СПбГАФК им. П. П. Ф. Лесгафта. – СПб.: 2001.

Список литературы для детей:

1. Боттомер У. «Учимся танцевать», «ЭКСМО-пресс», 2002 г.
2. Ермаков Д.А. «Танцы на балах и выпускных вечерах», ООО «Издательство АСТ», 2004

3.Ерохина О.В. Школа танцев для детей. Серия «Мир вашего ребенка».–Ростов н/Д: издательство «Феникс», 2003.

4.Кауль Н. Как научиться танцевать. Спортивные бальные танцы. М,Феникс, 2004.

5.Серия книг. Учимся танцевать. Шаг за шагом. М, Попурри ,2002.

Интернет - источники:

http://aupam.narod.ru/pages/invasport/sport_tancih_inva_kolyaske/oglavlenie.html

<http://yandex.ru/video/search?text=обучение танцы на колясках>

Виды контроля:

Входной: тестирование.

Текущий: тестирование, опрос, беседа, самоконтроль.

Итоговый: тестирование, соревнования, выступления, опрос.

Контроль усвоения программы:

3 раза в год (входной, текущий, итоговый)

Оценочные материалы:

Текущий контроль: тестирование, опрос.

Итоговый контроль: тестирование, соревнования, выступления, опрос.

Итоговый контроль обучающихся реализуется посредством опроса, тестирования, соревнования.

Определение достижения учащимися планируемых результатов производится в форме качественной оценки (низкий, средний, высокий) результата работ учащихся по основным критериям:

1 - уровень освоения программы.

2 - качество выполнения теоретического задания.

3 - качество выполнения практического задания.

Форма фиксации результатов

1) Журнал посещаемости.

2) Фиксация тестирования.

Тесты

№	Контрольное упражнение	Оценка		
		Высокий уровень	Средний уровень	Низкий уровень
1.	Отжимания из упора лёжа	15-20 раз	10-15 раз	до 10 раз
2.	Упражнения для мышц пресса (за 1 мин.)	30-40 раз	20-30 раз	до 20 раз
3.	Упражнения для мышц спины (за 1 мин.)	40-50 раз	30-40 раз	до 30 раз
4.	Разворот на коляске за один толчок руками	720*	360*	180*

Вступительные испытания

№	Контрольное упражнение	+	-
1.	Способность самостоятельно пересечь в танцевальную коляску		
2.	Проезд на коляске по прямой и остановка переднего колеса у контрольной отметки.		
3.	Самостоятельно повторить координационное упражнение на 8 счётов		
4.	Из положения, сидя в коляске выполнить поворот вправо (или влево), посмотреть назад		

