

АННОТАЦИЯ
дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы
«Адаптивная физкультура. Общая физическая подготовка»
для детей и подростков с отклонениями в состоянии здоровья

Программа составлена на основе авторской программы Т.Н. Казаковой «Физическая культура в специальной медицинской группе» для учащихся 1-11 классов»

Программа разработана в соответствии с:

- Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Порядком организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам (утверждён приказом Министерства образования и науки РФ от 29.08.13 г. № 1008); - СанПиН от 04.07.2014 № 41;
- Методическими рекомендациями «Об учреждениях адаптивной физической культуры и адаптивного спорта» от 21.03.2008 г. (дополнение к Методическим рекомендациям по организации деятельности спортивных школ по организации и деятельности спортивных школ Российской Федерации от 12.12.2006 г. № СК-02-10/36850).

Программа обеспечивает социализацию детей с ОВЗ в соответствии с индивидуальными особенностями их развития, формирует у них осознанную добровольную мотивацию к получению знаний, сохранению собственного здоровья, социально-значимой деятельности, желание заниматься адаптивным спортом в дальнейшем.

Новизна программы:

- разработана с учетом психофизических возможностей детей с ОВЗ, их функциональными возможностями;
- подобранные средства направлены на укрепление и развитие сохраненных двигательных функций, предупреждение появления вторичных нарушений;
- используются корригирующие упражнения.

Программа имеет коррекционную направленность.

Целью программы является максимально возможная самореализация детей с отклонениями в состоянии здоровья средствами адаптивной физической культуры в условиях Кольского Заполярья, обеспечение физической реабилитации, социализации и, как следствие, социальной интеграции.

Задачи программы:

1. Образовательные:

- обучение теоретическим знаниям;
- формирование понятий физического здоровья.

2. Коррекционно-развивающие:

Общие:

- укрепление здоровья и закаливание организма;
- формирование двигательных умений и навыков;
- укрепление опорно-двигательного аппарата; - развитие у занимающихся качеств физического развития;
- повышение функциональных возможностей организма;
- поддержание устойчивости физической работоспособности на достигнутом уровне;
- повышение сопротивляемости организма влияниям внешней среды;
- развитие координационных способностей – ориентировки в пространстве, точности, дифференцировки усилий и времени, расслабления.

Специальные (коррекционные):

- коррекция основных движений;
- коррекция и развитие координационных способностей;
- коррекция и развитие физической подготовленности;
- коррекция и профилактика соматических нарушений;
- развитие познавательной деятельности; - профилактика и предупреждение вторичных отклонений.

3. Воспитательные:

- воспитание положительных морально-волевых, нравственных качеств, чувство коллективизма;
- приобщение занимающихся к общечеловеческим и общекультурным ценностям;

- профилактика асоциального поведения;
- формирование эмоционального благополучия ребенка, положительного эмоционального отклика на занятия спортом и позитивной оценки собственного «я»;
- формирование интереса к занятиям физической культурой; - осуществление воспитательного процесса посредством взаимодействия тренера с семьей занимающегося.

Программа включает в себя как теоретические, так и практические занятия. В программу включены следующие разделы:

1. Теоретическая подготовка (основы знаний).
2. Практическая подготовка
3. Медицинское обследование.

Уровень программы - базовый

Программа по общей физической подготовке рассчитана на детей 6-18 лет, имеющих заболевания опорно-двигательного аппарата и предусматривает 1 год обучения.

ДЮСШ «Олимп» организует работу с занимающимися адаптивной физической культурой в течение всего календарного года (52 недели). В летнее время могут быть организованы в установленном порядке спортивно-оздоровительные лагеря с круглосуточным или с дневным пребыванием детей. Начало учебного года с 1 сентября.

Основными формами учебно-тренировочного процесса являются:

- учебно-тренировочные и теоретические занятия;
- участие в соревнованиях, матчевых встречах, спортивно-оздоровительных лагерях;
- контрольное тестирование и медицинский контроль.

В целях установления благоприятного режима тренировок и отдыха расписание занятий составляется с учётом времени обучения занимающихся в общеобразовательных учреждениях. Продолжительность одного учебно-тренировочного занятия:

- 2 академических часа.

Ожидаемые результаты и основные показатели выполнения программных требований: динамика индивидуальных показателей развития физических качеств занимающихся; уровень освоения основ гигиены и самоконтроля.