

Аннотация
к адаптированной дополнительной
общеобразовательной общеразвивающей программе
физкультурно-спортивной направленности
«Основы каратэ»»»

Направленность адаптированной дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Основы каратэ» - физкультурно-спортивная.

Адаптированная дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Основы каратэ» составлена на основе:

- программы «Каратэ-до» для системы дополнительного образования детей, СДЮСШОР, ДЮСШ,
- учебно-методической литературы по адаптивной физической культуре и спорту;

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 просвещения РФ от 09.11.2018 г. № 196);
- Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 СП 2.4.3648-20;
- Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 № 2 СП 1.2.3685-21;
- 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);
- Уставом МБУ ДО г. Мурманска ДЮСАШ № 15.

Уровень сложности программы.

«Базовый» уровень - предполагает использование и реализацию таких форм организации материала, которые допускают освоение специализированных знаний и языка, гарантированно обеспечивают трансляцию общей и целостной картины в рамках содержательно – тематического направления программы.

Актуальность программы и педагогическая целесообразность. Программа обеспечивает социализацию детей с поражением опорно-двигательного аппарата в соответствии с индивидуальными особенностями их развития, дает им качественное образование и формирует у них осознанную добровольную мотивацию к получению знаний, сохранению собственного здоровья, социально-значимой деятельности.

Благодаря программе дети с поражением опорно-двигательного аппарата получают возможность удовлетворения потребности в занятиях

каратэ. Занятия детей данной категории каратэ, участие в соревнованиях и спортивно-массовых мероприятиях дают им возможность приобщиться к активной жизни, развивать и совершенствовать свои физические возможности, восстанавливать психическое равновесие, возвращая веру в собственные силы. Чем раньше начинаются занятия, тем более полно происходит процесс реабилитации и социальной адаптации.

Формы, методы и средства программы адаптированы к физическим и психическим возможностям детей.

Новизна программы:

- разработана с учетом физических и психофизических возможностей детей с поражением опорно-двигательного аппарата, их функциональными возможностями;
- средства каратэ направлены на укрепление и развитие сохранных двигательных функций, предупреждение появления вторичных нарушений.

Цель программы. Целью программы является максимально возможная самореализация детей с поражением опорно-двигательного аппарата посредством каратэ, повышение их реабилитационного потенциала и уровня качества жизни и, как следствие, - социализация и последующая социальная интеграция.

Задачи программы:

Обучающие:

- обучение комплексу специальных знаний по основам каратэ;
- формирование теоретических знаний.

Коррекционно-развивающие:

- Общие:

- укрепление здоровья, приобщение к культуре здорового и безопасного образа жизни;
- воспитание гармонически-развитого ребенка;
- обучение жизненно важным двигательным умениям, навыкам;
- развитие основных качеств физического развития.

- Специальные (коррекционные):

- коррекция и компенсация нарушений физического развития и психомоторики;
- коррекция скованности и ограниченности движений;
- коррекционно-компенсаторное развитие и совершенствование мышечно-суставного чувства;
- активизация функций сердечно-сосудистой системы;
- улучшение и укрепление опорно-двигательного аппарата;
- коррекция и совершенствование координационных способностей, согласованности движений;
- профилактика и предупреждение вторичных отклонений.

Воспитательные:

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

- формирование человека и гражданина, интегрированного в современное ему общество и нацеленного на совершенствование этого общества;
- профилактика асоциального поведения;
- формирование эмоционального благополучия ребенка, положительного эмоционального отклика на занятия спортом и позитивной оценки собственного «я»;
- формирование устойчивого интереса к занятиям;
- воспитание навыков самостоятельной работы;
- развитие роли самоанализа, самоконтроля, самоподготовки;
- осуществление воспитательного процесса посредством взаимодействия тренера с семьей занимающегося.