

**Аннотация**  
**к адаптированной дополнительной**  
**общеобразовательной общеразвивающей программе**  
**физкультурно-спортивной направленности**  
**«Основы лёгкой атлетики»**

**Направленность** адаптированной дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Основы легкой атлетики» - физкультурно-спортивная.

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

- дополнительной общеобразовательной программы «Лёгкая атлетика» (для детей с лёгкой степенью умственной отсталости, тяжёлой степенью умственной отсталости и для детей с нарушением опорно-двигательного аппарата), составители: Алексеева С. Л., Шкарупина О. А., 2014 год;

- учебно-методической литературы по адаптивной физической культуре (далее – АФК) и адаптивному 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 МБУДО г. Мурманска ДЮСАШ № 15;

- Нормативным локальным актом «Порядок организации образовательной деятельности в МБУ ДО г. Мурманска ДЮСАШ № 15» (утверждён приказом МБУ ДО г. Мурманска ДЮСАШ № 15 от 30.04.2020 № 01-48).

**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 разработки данной программы обусловлена следующими причинами:**

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, в т. ч., детей-инвалидов;
- подобранные средства направлены на укрепление и развитие сохранных двигательных функций, предупреждение появления вторичных нарушений.

**Цель программы.** Целью программы является максимально возможная самореализация детей с отклонениями в состоянии здоровья средствами АФК, обеспечение физической реабилитации, социализации и, как следствие, социальной интеграции.

**Задачи программы:**

Программа предполагает решение образовательных, коррекционно-развивающих, воспитательных задач.

**Обучающие:**

- обучение теоретическим знаниям;
- формирование понятий физического здоровья.

**Коррекционно-развивающие:**

**Общие:**

- укрепление здоровья, приобщение к культуре здорового и безопасного образа жизни;
- 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.

**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 устойчивого интереса к занятиям физической культурой;
- воспитание навыков самостоятельной работы;
- осуществление воспитательного процесса посредством взаимодействия тренера с семьей занимающегося.