

Аннотация
к адаптированной дополнительной
общеобразовательной общеразвивающей программе
физкультурно-спортивной направленности
«Шаги к здоровью»

Направленность адаптированной дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Шаги к здоровью» - физкультурно-спортивная.

Адаптированная дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Шаги к здоровью» составлена на основе:

- программ: «Общая физическая подготовка для умственно отсталых детей» (составитель Шкарупина О.А., рецензент главный врач Мурманского областного врачебно-физкультурного диспансера, заслуженный врач РФ Назарьев А.А.), «Общая физическая подготовка для детей с ДЦП дошкольного возраста»;
- 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, их функциональными возможностями;
- подобранные средства направлены на укрепление и развитие сохранных двигательных функций, предупреждение появления вторичных нарушений с учетом их физических и умственных способностей;
- используются корригирующие упражнения с элементами хореографии и художественной гимнастики; футбол-гимнастики; ритмопластики; упражнения на специальных тренажерах.

Отличительная особенность данной программы. Настоящая программа разработана для детей с ОВЗ, в т. ч. детей-инвалидов. Программа имеет коррекционную направленность.

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

Задачи программы:

1. Образовательные:

- обучение теоретическим знаниям;
- формирование понятий физического и психического здоровья.

2. 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.

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.