АННОТАЦИЯ
к рабочей программе
обучения по дополнительной общеразвивающей программе
«Адаптивная физическая культура»
на 2020-2021 учебный год

В муниципальном автономном учреждении дополнительного образования «Детско-юношеская спортивная школа» муниципального образования «Мирнинский район» Республики Саха (Якутия) реализуется дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа по адаптивной физической культуре.

Рабочая программа по дополнительной общеразвивающей программе составлена в соответствии с:

- Федеральным законом от 29.12.2012 № 273 - ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

- Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 г. № 196 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам";

- Федеральным законом от 04.12.2007 N 329-ФЗ (ред. от 31.07.2020) "О физической культуре и спорте в Российской Федерации" (с изм. и доп., вступ. в силу с 30.09.2020). Статья 31. Адаптивная физическая культура, физическая реабилитация инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья. Спорт инвалидов;

- Постановлением Главного санитарного врача РФ от 28 09.2020 года № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

- Уставом МАУ ДО «ДЮСШ» МО «Мирнинский район».

Рабочая программа является основным документом учебно-тренировочной работы. Трудоемкость общеразвивающей программы определяется из расчета 38 недель в год. В основу разработки данной Программы лег результат обобщения многолетнего передового опыта работы тренеров-преподавателей с обучающимися. Рабочая программа составлена с учетом местных условий и материально-технических возможностей.

Адаптивная физическая культура – это вид общей физической культуры для лиц с отклонениями в состоянии здоровья. Основной целью адаптивной физической культуры, является максимально возможное развитие жизнеспособности человека, имеющего устойчивые отклонения в состоянии здоровья. Для многих детей - инвалидов и детей с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) адаптивная физическая культура является единственным способом «разорвать» замкнутое пространство, войти в социум, приобрести новых друзей, получить возможность для общения, полноценных эмоций, познания мира.

Дополнительная общеразвивающая программа по адаптивной физической культуре в МАУ ДО «ДЮСШ» МО «Мирнинский район» рассчитана на детей-инвалидов и детей с ограниченными возможностями здоровья от 7 до 23 лет.

Актуальность программы определяется необходимостью социализации детей-инвалидов и детей с ограниченными возможностями здоровья в современном обществе.

Новизна данной программы заключается:

- в обновлении содержания программы: включены корригирующие и рекреационные упражнения: с предметами и без предметов;

- с элементами бега, метания, прыжков, бросания и ловли мячей; на развитие зрительного восприятия, пространственной ориентировки, силы, ловкости и точности движений.

Педагогической целесообразностью программы является максимально возможное развитие жизнеспособности обучающегося, имеющего устойчивое отклонение в состоянии здоровья посредством физической культуры.

Цель программы: коррекция, сохранение и укрепление здоровья детей-инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья в учебно-тренировочном процессе с учетом их индивидуальных физических способностей и потенциальных возможностей организма.

Задачи программы:

Оздоровительные и коррекционные задачи:

- укрепление и сохранение здоровья, закаливание организма обучающихся;
- активизация защитных сил организма ребёнка;
- повышение физиологической активности органов и систем организма;
- укрепление и развитие сердечно-сосудистой и дыхательной системы;
- коррекция нарушений опорно-двигательного аппарата (нарушение осанки, сколиозы, плоскостопия);
- коррекция и компенсация нарушений психомоторики (преодоление страха, замкнутого пространства, высоты, нарушение координации движений, завышение или занижение самооценки);
- коррекция и развитие общей и мелкой моторики;
- обеспечение условий для профилактики возникновения вторичных отклонений в состоянии здоровья обучающихся.

Образовательные задачи:

- освоение системы знаний, необходимой для сознательного освоения двигательных умений и навыков;
- формирование и развитие жизненно необходимых двигательных умений и навыков;
- обучение технике правильного выполнения физических упражнений;
- формирование навыка ориентировки в схеме собственного тела, в пространстве.

Развивающие задачи:

- развитие двигательных качеств (быстроты, ловкости, гибкости, выносливости, точности движений, мышечной силы, двигательной реакции);
- формирование и развитие двигательных навыков прикладного характера;
- развитие пространственно-временной дифференцировки;
- формирование познавательных интересов, преподнесение доступных теоретических сведений по адаптивной физической культуре и адаптивному спорту;
- обогащение словарного запаса.

Воспитательные задачи:

- воспитание в детях чувства внутренней свободы, уверенности в себе, своих силах и возможностях;
- воспитание нравственных и морально-волевых качеств и навыков осознанного отношения к самостоятельной деятельности, смелости, настойчивости;
- воспитание устойчивого интереса к занятиям физическими упражнениями;
- формирование у обучающихся осознанного отношения к своему здоровью и мотивации к здоровому образу жизни.

Планируемые результаты: поддержание и повышение реабилитационного потенциала через коррекцию физического развития. Развитие интереса занятиями адаптивной

физкультурой, как образа жизни.

В ходе реализации Программы оценивается уровень физического развития, развитие координации движений.

Формами подведения итогов реализации программы являются:

- включенное наблюдение за обучающимися в процессе занятий;
- проверка выполнения отдельных упражнений;
- выполнение установленных заданий.

К специфическим принципам работы по Программе относятся:

- создание мотивации;
- согласованность активной работы и отдыха;
- непрерывность процесса;
- необходимость поощрения;
- социальная направленность занятий;
- активизации нарушенных функций;
- сотрудничество с родителями;
- воспитательная работа.

Продолжительность одного занятия при реализации дополнительной общеразвивающей программы рассчитывается в академических часах с учетом возрастных особенностей и не может превышать в группах спортивно-оздоровительного этапа более 2-х часов.

Директор
МАУ ДО «ДЮСШ»
МО «Мирнински район» **Н.Е. Дементьев**