

АННОТАЦИЯ

к адаптированной дополнительной общеразвивающей программе по бочке для обучающихся, имеющих нарушения опорно-двигательного аппарата

В муниципальном автономном учреждении дополнительного образования «Спортивная школа» муниципального района «Мирнинский район» Республики Саха (Якутия) реализуется адаптированная дополнительная общеразвивающая программа по бочке для обучающихся, имеющих нарушения опорно-двигательного аппарата.

Программа по адаптивной физической культуре составлена в соответствии с:

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

- Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 г. № 629 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам";

- Федеральным законом от 04.12.2007 N 329-ФЗ "О физической культуре и спорте в Российской Федерации" ст. 31. «Адаптивная физическая культура, физическая реабилитация инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья. Спорт инвалидов»;

- Приказом Министерства спорта РФ от 28.11.2022 г. № 1084 «Об утверждении федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта «спорт лиц с поражением ОДА»»;

- Постановлением Главного санитарного врача РФ от 28 09.2020 г. № 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 «Спортивная школа» МР «Мирнинский район».

Программа является основным документом учебно-тренировочной работы. Трудоемкость общеразвивающей программы определяется из расчета 42 недели в год. Рабочая программа составлена с учетом местных условий и материально-технических возможностей.

Бочка, является новым развивающимся видом спорта для тяжелейших форм детского церебрального паралича, активно воздействует на физическое развитие и состояние организма игроков, влияет на их настроение и национальное самосознание. Регулярные занятия бочка развивают ловкость, реакцию, выносливость, координацию движений, глазомер. Он доступен людям самых разных возрастов. В настоящее время это одна из самых популярных игр в мире: и как средство проведения досуга, и как часть так называемого большого спорта.

Дополнительная общеразвивающая программа по адаптивной физической культуре рассчитана на детей-инвалидов и детей с ограниченными возможностями здоровья от 6 лет.

Актуальность программы определяется необходимостью социализации людей с инвалидностью и ограниченными возможностями в здоровье в современном обществе и формированию в них жизненных ценностей и здорового образа жизни.

Цель программы: обеспечение разностороннего физического развития и социализации обучающихся с нарушением опорно-двигательного аппарата посредством игры в бочка.

Задачи:

- формирование и развитие жизненно необходимых двигательных умений и навыков;
- обучение технике правильного выполнения физических упражнений;
- формирование навыка ориентировки в схеме собственного тела, в пространстве
- способствовать овладению обучающимися правилами спортивной игры «Бочча»;
- формировать умения выполнять действия различной координационной сложности по их демонстрации, словесному описанию;
- формировать эмоционально-волевые качества: чувства удовлетворения от полученного результата, умения преодолевать трудности, чувствовать себя сильным, ловким и выносливым;
- формировать спортивные навыки, умения рационально проявить себя в процессе игры, стремление показать свой лучший результат;

Срок реализации Программы 1 год. Учебный год начинается с 1 сентября. Данная Программа и Учебный план рассчитаны на 42 недели. 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.

Распределение часов в учебном плане осуществляется в соответствии с соотношением объемов обучения по разделам обучения по отношению к общему объему учебного плана по Программе.

Наполняемость группы: разделение занимающихся на группы в зависимости от степени функциональных возможностей основано на принципе возможности обучающихся самостоятельно обслуживать себя или их потребности в посторонней помощи.

К *группе III* относятся лица, у которых функциональные возможности, требующиеся для занятий, ограничены незначительно, в связи с чем они нуждаются в относительно меньшей посторонней помощи во время учебно-тренировочных занятий.

К *группе II* относятся лица, у которых функциональные возможности, требующиеся для учебно-тренировочных занятий определен, ограничиваются достаточно выраженными нарушениями.

К *группе I* относятся лица, у которых функциональные возможности, требующиеся для занятий определенным видом спорта, ограничены значительно, в связи с чем они нуждаются в посторонней помощи во время занятий.

Наполняемость группы и объем тренировочной нагрузки зависят от глубины нарушения функциональных возможностей, которые имеет каждый обучающийся.

В случае необходимости возможно объединение в одну учебно-тренировочную группу обучающихся, разных по возрасту, функциональному классу или уровню физической подготовленности, разницы в степени функциональных возможностей.

Параметры наполняемости учебных групп

Период обучения	Этапы подготовки	Группа степени функциональных возможностей	Оптимальная наполняемость групп	Допустимая наполняемость
Весь период	Спортивно-оздоровительный	III	6	12
		II	4	8
		I	2	4

Соотношение объемов учебно-тренировочного процесса по разделам обучения

№ п/п	Разделы обучения	Группа
		СОГ - 2
1	Основы знаний (%)	2
2	Общая физическая подготовка (%)	57
3	Нетрадиционные оздоровительные технологии (%)	39
4	Итоговый контроль (%)	2

Планируемые результаты освоения программы

- стабильность состава обучающихся, посещаемость ими учебно-тренировочных занятий;

- динамика индивидуальных показателей развития физических качеств, обучающихся.

Ожидаемые результаты

В разделе обучения «Основы знаний»:

- гигиенические знания, умения и навыки;
- режим дня, закаливание организма, здоровый образ жизни;
- требования к оборудованию и спортивному инвентарю;
- требования техники безопасности на занятиях;

В разделе обучения «Общая физическая подготовка»:

- развитие основных физических качеств (гибкости, быстроты, силы, координации, выносливости);
- освоение комплексов общеразвивающих и корригирующих упражнений;
- освоение элементов плавания, спортивных и подвижных игр;
- укрепление здоровья, повышение уровня физической работоспособности и функциональных возможностей организма, содействие гармоничному физическому развитию;

В разделе обучения «Нетрадиционные оздоровительные технологии»:

- освоение комплексов дыхательной гимнастики;
- освоение основных элементов йоги;
- развитие мелкой моторики рук.

В разделе обучения «Вид спорта»:

- освоение техники вида спорта «Бочче»;
- знать и уметь применять основы правил соревнований в виде спорта «Бочче».

Способы определения результативности.

Уровень освоения Программы определяется при прохождении итоговой аттестации, проводимой в конце учебного года. Основными критериями освоения обучающимися Программы являются регулярность посещений занятий, выполнение контрольных упражнений и наблюдение за обучающимися в процессе учебно-тренировочных занятий.

Контрольные упражнения

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив	
			м	ж
1.	И.П. - сидя. Броски мяча в установленную цель, 10 попыток	количество мячей, попавших в цель	не менее 5	
2.	И.П. - сидя. Броски 5 мячей на установленное расстояние (за минимальное время)	количество раз	не менее 1	
3.	И.П. - сидя. Броски мяча до средней линии площадки, 10 попыток	количество успешных попыток	не менее 4	

Директор



[Handwritten signature in blue ink]

Н.Е. Дементьев