**Паспорт дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Оздоровительная физкультура для детей-инвалидов и с ОВЗ»**

|  |  |
| --- | --- |
| Название программы | «Оздоровительная физкультура для детей-инвалидов и с ОВЗ» |
| Направленность программы | физкультурно-спортивная |
| Ф.И.О. педагога, реализующего дополнительную общеобразовательную программу | Мелихова Татьяна Валентиновна |
| Год разработки | 2017 год |
| Где, когда, кем утверждена дополнительная общеобразовательная программа | Педагогический совет МБУ ДО «Центр «Оберег»  Протокол№ 3 от 30.05.2017г. |
| Информация о наличии рецензии | Внутренняя рецензия |
| Цель | **Цель программы**:  создание при помощи физических упражнений предпосылок для успешной бытовой, трудовой и социальной адаптации к реальным условиям жизни. |
| Задачи | **Задачи:**  *Обучающие:*  - создание положительной динамики в состоянии и укреплении здоровья воспитанников;  - обучение жизненно важным умениям и навыкам;  - формирование в процессе физического воспитания пространственных и временных представлений;  - соблюдение правил техники безопасности во время занятий;  - формирование элементарных знаний о личной гигиене, режиме дня, влиянии физических упражнений на состояние здоровья;  - выработка представлений об основных видах спорта, снарядах и инвентаре;  - изучение различных физических свойств материалов, а также значение предметов.  *Воспитательные:*  - воспитание дисциплинированности, честности, отзывчивости, смелости, доброжелательного отношения к товарищам, развития памяти, мышления, образного представления;  - воспитание потребности самостоятельно заниматься физическими упражнениями;  -управление эмоциональной сферой ребёнка, развитие его морально-волевых качеств личности.  *Развивающие:*  - развитие навыков самоорганизации, самоконтроля;  - развитие предметно-манипулятивной деятельности рук (пальцев рук);  - развитие речи посредством движения;  -развитие координационных (точности воспроизведения и дифференцирования пространственных, силовых и временных параметров движений, равновесия, ритма, скорости и точности реагирования на сигналы, согласованности движения ориентирования в пространстве) и кондиционных (скоростных, скоростно-силовых, выносливости и гибкости) способностей.  -развитие умения взаимодействовать с окружающими.  *Коррекционные задачи:*  -формирование и закрепление эмоционально-позитивных установок в самооценке детей с ограниченными возможностями;  - формирование различных опорных реакций рук и ног;  -коррекция порочных установок опорно-двигательного аппарата (конечностей, отделов позвоночного столба);  - преодоление слабости (гипотрофии, атрофии) отдельных мышечных групп;  - улучшение подвижности в суставах (профилактика и разработка контрактур);  - нормализация тонуса мышц (коррекция позно-тонических реакций);  - улучшение мышечно-суставного чувства (кинестезии) и тактильных (кожных) ощущений;  -формирование компенсаторной гипертрофии отдельных мышечных групп (усиление развития той группы мышц, которая вынуждена взять на себя функции ослабленной или парализованной).  - коррекция порочных установок опорно-двигательного аппарата, преодоление слабости отдельных мышечных групп;  - улучшение подвижности в суставах;  - нормализация тонуса мышц;  -улучшение мышечно-суставного чувства и тактильных ощущений;  -формирование компенсаторной гипертрофии определённых мышечных групп (усиление развития той группы мышц, которая вынуждена взять на себя функции ослабленной);  - улучшение деятельности сердечно-сосудистой, дыхательной и других систем организма;  - развитие предметно-манипулятивной деятельности пальцев рук;  -формирование вестибулярных и антигравитационных реакций, равновесия и ориентировки в пространстве;  - формирование различных опорных реакций рук и ног;  -общая релаксация организма и отдельных конечностей. |
| Ожидаемые результаты освоения программы | **Ожидаемый результат:**  Улучшение динамики физической подготовленности, развитие и укрепление групп мышц, нервных окончаний, кистей рук.  Занимаясь физическими упражнениями, ребёнок обретает веру в себя, в свои возможности и этим развивает свои личностные и морально-волевые качества, потребность заниматься физическими упражнениями.  К концу учебного года дети с ограниченными возможностями должны подойти к определённым уровням подготовленности:  - высокий уровень подготовленности – овладел всеми теоретическими и практическими знаниями программы соответственно индивидуальному плану работы;  - средний уровень – овладел половиной (1/2) теоретических и практических знаний программы соответственно индивидуальному плану работы;  - низкий уровень – овладение теоретическими и практическими знаниями программы, предусмотренными индивидуальным планом, менее половины. |
| Срок реализации программы | Данная программа рассчитана на 4 года обучения. |
| Количество часов в неделю, в год | 3 ч в неделю, 108 ч в год |
| Возраст обучающихся | 5-18 лет |
| Формы занятий | Основными формамизанятий являются:  - индивидуальные занятия;  - теоретические занятия (в форме бесед, лекций, наглядных пособий, презентаций; видеофильмов и т.д.);  - санитарно-просветительская и консультативная работа. |
| Методическое обеспечение | Дидактические материалы: наглядные пособия по анатомии человека, гигиене человека, стенды с упражнениями для различных групп мышц. |
| Условия реализации программы | -набивные мячи;  -шведские стенки;  -гимнастические скамейки;  -гимнастические коврики;  - гимнастические палочки; -гимнастические маты;  -гантели от 0,5 до 5 кг;  -мячи разного диаметра;  -тренажеры. |