**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. |