

## Аннотация к рабочей программе по АФК /плавание/.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа по адаптивной физической культуре «Плавание» является по своей направленности физкультурно-спортивной. Дополнительная общеразвивающая программа по адаптивной физической культуре «Плавание» (далее программа) составлена в соответствии с Федеральным Законом от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», и с учетом типовой программы по плаванию для организаций и учреждений, занимающихся с детьми с отклонениями в развитии, утвержденной Экспертным советом по утверждению учебных программ физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой направленности и по адаптивной физической культуре Государственного комитета Российской Федерации по физической культуре и спорту /протокол N 1 от 28.11.2002/, приказа Министерства просвещения РФ от 09.11.2018 г. №196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам», ФЗ № 329 от 04.12.2007 г. «О физической культуре и спорте».

**Цель программы:** Формирование у обучающихся с ОВЗ осознанного отношения к своим силам, твердой уверенности в них, готовности к смелым и решительным действиям, преодолению необходимых для полноценного функционирования субъекта физических нагрузок, создание условий для обеспечения социальной адаптации обучающихся, самореализации и самоутверждения их в социуме.

### **Задачи:**

- снижение гипертонуса приводящих мышц и мышц сгибателей, укрепление ослабленных мышц;
- улучшение подвижности в суставах, коррекция порочных установок ОДА;
- улучшение координации движений и равновесия;
- стабилизация правильного положения тела, закрепление навыка самостоятельного стояния, ходьбы;
- расширение общей двигательной активности ребенка, тренировка возрастных двигательных навыков;
- обучение вместе с воспитателями и родителями самообслуживания, усвоению основных видов бытовой деятельности

Учебные занятия проводятся в соответствии с годовым учебным планом, рассчитанным на 42 недели (252 ч.). В каждой группе обучающиеся распределялись по классам в соответствии с их функциональными возможностями, а не категориями инвалидности.

### **Содержание:**

1. Теоретическая подготовка;
2. Общефизическая подготовка;
3. Специально-физическая подготовка;
4. Техничко-тактическая подготовка;
5. Врачебно-педагогический контроль
6. Соревнования;
7. Контрольные испытания

**Формы текущего контроля** – выполнение упражнений по ОФП и СФП (зачет/незачет)

**Формы промежуточной аттестации** – сдача контрольных испытаний, собеседования по теоретической подготовке

**Формы итоговой аттестации** - сдача контрольных испытаний, собеседования по теоретической подготовке.

Заместитель директора по УВР О.В.Родина