

АННОТАЦИЯ
к дополнительной общеразвивающей программе
«Баскетбол» (спорт лиц с интеллектуальными нарушениями)

Дополнительная общеразвивающая программа Баскетбол (спорт ЛИН) (далее Программа) разработана на основе Конституции Российской Федерации, Федерального закона от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», Федерального закона от 04.12.2007 г. № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации», Приказа Министерства Просвещения Российской Федерации от 27.07 2022 г. № 629 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам», Письма Министерства образования и науки Российской Федерации от 6.03.2008 № ИК-343/06 «Об учреждениях адаптивной физической культуры и адаптивного спорта». Программа опирается на теорию и методику адаптивной физической культуры.

Адаптивная физическая культура для лиц с интеллектуальными нарушениями (ЛИН), обладает огромным реабилитационным и социализирующим потенциалом, оказывая благотворное влияние на все органы и системы человека, на формирование и совершенствование его интеллекта и личностных качеств.

Двигательная активность стимулирует развитие и поддержание в тонусе всех систем жизнеобеспечения человека, а физические нагрузки, приближающиеся к максимальным возможностям занимающихся, что является неременным атрибутом адаптивного спорта, не только активизируют физиологические процессы, но и повышают самооценку спортсмена, позволяют преодолеть психологические комплексы и стереотипы, формируют у него активную жизненную позицию.

Занятия физкультурой и спортом дают возможность детям с ограниченными возможностями здоровья и детям-инвалидам (ОВЗИ) отодвинуть рамки неполноценности, устранить физические недостатки, открыть мир общения, заполнить брешь свободного времени, отвлечь от мира криминального характера.

Баскетбол является интересным и полезным для здоровья видом спорта. Занятия баскетболом содействуют всестороннему физическому развитию особенно таких двигательных качеств, как быстрота, выносливость, ловкость, сила. Различные игровые ситуации, владение мячом, борьба с соперником вовлекают в работу большие группы мышц и оказывают положительное влияние на развитие и укрепление основных функциональных систем организма, в первую очередь, на сердечно-сосудистую, дыхательную и вегетативную нервную системы. Регулярные тренировки воспитывают волю, смелость, трудолюбие, целеустремленность и дисциплину. Многолетние занятия баскетболом формируют нравственно-волевые качества личности, идейные взгляды и позиции, необходимые не только в спорте, но и в жизни.

Основопологающие принципы учебно-тренировочных занятий баскетболом распространяются и на подготовку детей и подростков с ОВЗИ. Однако методики адаптивной физической культуры имеют существенные отличия, обусловленные аномальным развитием физической и психологической сферы ребенка. Именно эти базовые положения, касающиеся медико-физиологических и психологических особенностей детей, специально-методические принципы работы с данной категорией детей, коррекционная

направленность педагогического процесса определяют подходы к построению и содержанию учебно-тренировочного процесса.

В программе даны конкретные методические рекомендации по организации и планированию учебно-тренировочной работы на спортивно-оздоровительном этапе, отбору, комплектованию учебных групп в зависимости от возраста, уровня развития физических качеств и от специфических особенностей занимающихся. Рекомендуемая преимущественная направленность учебно-тренировочного процесса по годам обучения определяется с учетом аномального развития ребенка-инвалида с ОВЗИ, нарушения моторных функций, сопутствующих заболеваний, сенситивных периодов (и сдвигов в них в связи с инвалидностью) развития физических качеств. Описаны средства и методы педагогического и врачебного контроля в адаптивной физической культуре, основной материал по теоретической подготовке, воспитательной работе и психологической подготовке. Дана классификация основных восстановительных средств и мероприятий. Представлена методика тестирования показателей развития физических качеств и двигательных способностей обучающихся.

Программа направлена на привлечение максимально возможного числа детей с отклонениями в развитии и инвалидов с интеллектуальными нарушениями без ограничения возраста к систематическим занятиям баскетболом, для укрепления здоровья, закаливания организма, коррекции и профилактики сопутствующих заболеваний, развития их личности, утверждения здорового образа жизни, воспитания физических, морально-этических и волевых качеств, устойчивой психики, становление спортивного характера, выявление задатков и способностей, привитие интереса к занятиям баскетболом с перспективой приема на спортивную подготовку.

В программе учитываются возрастные особенности занимающихся и требования санитарно-эпидемиологических правил и нормативов (СанПиН).

В помощь тренеру-преподавателю конкретизированы правила техники безопасности в процессе проведения занятий.