Аннотация к дополнительной общеразвивающей программе «Веселые старты» в СПб ГБУ «Дом-интернат № 5»

Направленность программы: физкультурно-спортивная.

В данной программе по физической культуре отражены образовательные, оздоровительные коррекционно-компенсаторные и воспитательные задачи. Программа предусматривает обучение воспитанников с отклонениями в умственном развитии элементарно жизненно необходимым двигательным умениям и навыкам, и составлена с учетом физических, психических и интеллектуальных возможностей детей, с учетом уровня их знаний, умений и навыков, полученных ранее.

Разноплановые физические упражнения, представленные в данной программе, способствуют моторно-волевому развитию личности, социализации и интеграции в обществе.

Актуальность программы обусловлена еще и рядом обстоятельств:

- среди основных целей и задач государственной политики в области реабилитации и социальной адаптации детей с отклонениями в умственном развитии средствами физической культуры и спорта на первом месте стоит создание условий для занятий физической культурой и спортом, формирование у них потребности в этих занятиях;

- физкультурно-оздоровительная активность является действенным средством поддержания качества жизни.

Новизной программы являются элементы массажа, упражнения на расслабление и укрепление нервной системы (релаксация).

Физическое воспитание отличается от других видов вос­питания тем, что в его основе лежит обучение упорядо­ченным двигательным действиям, развитие физических способностей и формирование связанных с ними знаний. Это предполагает, что физическая культура во всех ее проявлениях должна сти­мулировать позитивные реакции в системах и функциях организма, формируя тем самым необходимые двигательные координации, физические качества и способности, направ­ленные на жизнеобеспечение, развитие и совершенствование организма ребенка. В соответствии с этим целью обучения данному предмету является освоение детьми системы двигательных координаций, физических качеств и способ­ностей, направленных на жизнеобеспечение, развитие и со­вершенствование его организма. Обучение организуется с уче­том климатических и сезонных изменений в природе. На занятиях формируются элементарные двигательные функции, выполняемые совместно с педагогом, по подражанию его действиям, по образцу, а также первичные элементарные представления о здоровье и здоровом образе жизни, о без­опасности движений во время занятий физической культу­рой и т. п.

В основу обучения положена система простейших физи­ческих упражнений, направленных на коррекцию дефектов физического развития и моторики, укрепление здоровья, выработку жизненно необходимых двигательных умений и навыков у воспитанников с умеренной и тяжелой умственной отсталостью. Необходимо отметить, что обучающиеся этой ка­тегории имеют значительные отклонения в физическом и двигательном развитии. Это сказывается на содержании и методике занятий физической культуры. За­медленность психических процессов, конкретность мыш­ления, нарушения памяти и внимания обусловливают чрез­вычайную медлительность образования у них двигательных навыков.

Предлагаемая программа по фи­зическому воспитанию ориен­тируется на решение следующих целей и задач.

Цель программы:

Развитие и совершенствование физических и психофизических способностей.

Задачи программы.

Образовательные задачи:

- Формирование навыка ориентировки в схеме собственного тела, в пространстве.

- Создание условий для формирования необходимых в разнообразной двига­тельной деятельности знаний, умений, навыков и воспита­ние сознательного отношения к их использованию.

- Активизация процесса социальной адаптации обучающихся средствами физическо­го воспитания.

Развивающие задачи:

- Формирование и совершенствование двигательных, интеллектуальных, волевых и эмоциональных навыков.

- Создание комфортных коррекционно-развивающих условий для воспитанников с отклонениями в умственном развитии средствами адаптивной физической культуры, способствующие коррекции и развитию познавательных процессов и личностных особенностей детей.

- Развитие пространственно-временной ориентировки.

- Обогащение словарного запаса.

Оздоровительные и коррекционные задачи:

- Укрепление и сохранение здоровья, закаливание организма воспитанников.

- Активизация защитных сил организма ребёнка.

- Укрепление и развитие сердечнососудистой и дыхательной системы.

- Коррекция нарушений опорно-двигательного аппарата.

- Коррекция и развитие общей и мелкой моторики.

Воспитательные задачи:

- Воспитание устойчивого интереса к занятиям физическими упражнениями.

- Создание условий для  воспитания нравственных качеств, приучения к дис­циплинированности, организованности, ответственности, эле­ментарной самостоятельности.

Основные педагогические требования, соответствующие формированию личности ребенка с выраженным недо­развитием интеллекта на занятии физической культуры:

- учет индивидуальных особенностей каждого воспитанника (морфофункциональное развитие, состояние сохранных функций, медицинские противопоказания, состояние дви­гательных функций и координационных способностей, уро­вень физической подготовленности, способность к обучению движениям, отношение к занятиям физическими упраж­нениями: интересы, мотивы);

- адекватность средств, методов и методических при­емов обучения двигательным действиям, развитие физиче­ских качеств, коррекция психомоторных нарушений и фи­зической подготовки, оптимизация нагрузки, сообщение новых знаний;

- эмоциональность занятий (музыка, игровые методы, нетрадиционное оборудование и пр.);

- создание условий для реального выполнения заданий, оказание помощи, обеспечение безопасности;

- поощрение, одобрение, похвала за малейшие успехи;

- контроль за динамикой результатов учебно-познавательного процесса и функциональным состоянием зани­мающихся.

К психологическим требованиям относятся:

- создание комфортного психологического климата на занятиях по физической культуре (по­зитивный настрой, положительная мотивация, поддержание эмоций и ощущений радости, бодрости, оптимизма, комфор­та), влияющего на проявление и развитие своего «Я»;

- сплоченность группы (постановка общей цели, объ­единение общими интересами, взаимопомощь, взаимопони­мание, симпатия, эмпатия, ролевые функции);

- стиль общения (равный статус, доброжелательность, доверие, авторитет и личный пример учителя, его откры­тость, выраженное внимание к каждому ученику);

- примирительные акты в случае конфликтов (исклю­чение ощущений дискомфорта, неуверенности, агрессии, враждебности, гнева, которые могут наступить вследствие неустойчивого психического самочувствия, перенапряже­ния, боли, неудачи, вербальных или невербальных разно­гласий, эмоционального неудовлетворения, отсутствия вни­мания и др.), концентрация внимания занимающихся на по­ложительном, позитивном, переориентировка внимания на саморегуляцию, самоконтроль, установление равновесия между внешними влияниями, внутренним состоянием и формами поведения.

Следует понимать, что физическое воспитание, продолжаясь в течение длительного периода жизни, не только оказывает разностороннее влияние на организм детей-инвалидов, но и формирует новое осознание соб­ственного «Я», понимание необходимости самовоспитания, которое выступает как средство саморазвития природных свойств, компенсации двигательной недостаточности, укре­пления здоровья, телесных сил, расширения психомотор­ных возможностей для нормальной жизнедеятельности.

В ходе реализации задач по физической культуре в данной программе рассматривается и более широкая задача — социализация воспитанников. Игровой метод представляется наиболее целесообразным для процесса социализации детей с умеренной и тя­желой умственной отсталостью на занятиях по физической культуре.

Целенаправленно по­добранные подвижные игры, эстафеты, игровые задания развивают мелкую моторику, координацию движений, точ­ность, и другие физические и интеллектуальные способ­ности обучающихся.