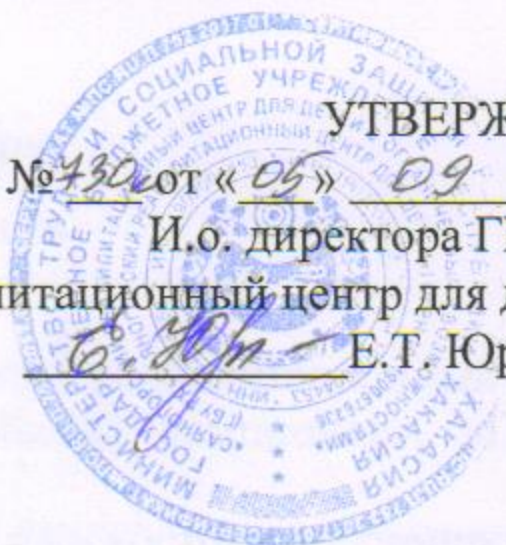


УТВЕРЖДАЮ
Приказ № 430 от « 05 » 09 2023г

И.о. директора ГБУ РХ
«Саяногорский реабилитационный центр для детей»
Е.Т. Юрковец



УЧЕБНЫЙ ПЛАН

Наименование творческого объединения	Наименование дисциплин	Количество занятий			Всего занятий
		Сентябрь-ноябрь	Декабрь-февраль	Март-май	
Физкультурно-спортивная направленность Саяногорский реабилитационный центр					
Кружок «Спортчас»	ЛФК	8/24	8/24	8/24	72
Кружок «Школа чемпионов»	Физкультура, тренажеры	8/24	8/24	8/24	72
Структурное подразделение рп Майна					
«Мегаболл»	Фитобол-гимнастика	8/24	8/24	8/24	72
Кружок «Первая ракетка»	Настольный теннис	8/24	8/24	8/24	72

**Пояснительная записка к учебному плану:
физкультурно-спортивная направленность**

Данная направленность в деятельности ГБУ РХ «Саяногорский реабилитационный центр для детей» представлена программами кружков «Спортчас», «Школа чемпионов», «Первая ракетка», «Мегаболл».

Целью занятий в кружке «Спортчас» является: профилактика плоскостопия, формирование правильной осанки, укрепление устойчивого интереса к освоению новых упражнений, развитие самоконтроля и самокоррекции.

Работу по реализации дополнительной программы по ЛФК организует и проводит руководитель физического воспитания под контролем медицинского персонала учреждения.

Во время организации и проведения занятий серьезное внимание уделяется соблюдению мер по предупреждению и профилактике травматизма, а также санитарно-гигиеническим требованиям.

Заболевания опорно-двигательного аппарата традиционно занимают одно из первых мест в структуре патологий детей дошкольного, а также и школьного возраста, наиболее частыми из них являются различные формы нарушения осанки и деформация свода стопы (от 65 до 72% популяции по данным различных авторов).

Проведение занятий лечебной гимнастикой позволяет своевременно и эффективно устранять указанные причины на ранних этапах формирования нарушений осанки и свода стопы.

Принципы реализации дополнительной программы по ЛФК

• *Принцип оздоровительной направленности:*

данный принцип предполагает совершенствование функциональных возможностей организма детей, повышая его работоспособность и сопротивляемость неблагоприятным воздействиям.

• *Принцип системности:*

принцип обуславливает необходимость регулярности, последовательности и преемственности при формировании у дошкольников двигательных навыков на занятиях лечебной физкультурой;

• *Принцип длительности:*

принцип предполагает восстановление нарушенных функций при условии длительного и упорного повторения упражнений;

• *Принцип доступности:*

принцип предполагает выполнение детьми упражнений и игр, соответствующих уровню их социального, психического и физического развития.

• *Принцип сознательности и активности:*

принцип предполагает формирование у детей устойчивого интереса к освоению новых упражнений, развитие самоконтроля и самокоррекции, а также развитие самостоятельности, инициативы и заинтересованности в исправлении недостатков.

• *Принцип индивидуального и дифференцированного подхода.*

принцип предполагает обязательное использование индивидуального подхода к каждому ребенку, уважение «Мегаболл» направлена на развитие физических качеств и укрепление здоровья детей, используя эффективность методики комплексного воздействия упражнений фитбол- гимнастики на развитие физических способностей детей. Отличительные особенности программы «Мегаболл» заключаются в том, что она уникальна по своему воздействию на организм воспитанников. Главная цель упражнений – укрепление опорно-двигательного аппарата, создание мышечного корсета, улучшение подвижности в суставах, создание оптимальных условий для развития интеллектуальной и эмоционально-волевой сферы ребенка. При выполнении физических упражнений на мячах одновременно включаются двигательный, вестибулярный, зрительный и тактильный анализаторы, что во много раз усиливает положительный эффект от занятий.

«Первая ракетка» - углубленное изучение спортивной игры настольный теннис. Основными задачами программы являются:

- Укрепление здоровья;
- Содействие правильному физическому развитию;
- Приобретение необходимых теоретических знаний;
- Овладение основными приемами техники и тактики;
- Воспитание воли, смелости, настойчивости, дисциплинированности, коллективизма, чувства дружбы.
- Привитие учащимся организаторских навыков;
- Повышение специальной, физической, тактической подготовки по настольному теннису;
- Подготовка детей к соревнованиям.

Программа «Школа чемпионов» направлена на создание условий для расширения двигательной активности детей с ОВЗ, приобщения к доступной физкультурно - оздоровительной деятельности, формирования навыков здорового образа жизни.