

Аннотация
к адаптированной общеобразовательной программе
«Обучение плаванию» для детей с ОВЗ

Адаптированная общеобразовательная программа «Обучение плаванию» предназначена для реализации в условиях спортивной школы и ориентирована на обучение детей с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) основам безопасного поведения на воде и формирование устойчивых навыков плавания с учетом индивидуальных особенностей развития и состояния здоровья обучающихся.

Программа реализуется в групповой форме и предусматривает занятия 2 раза в неделю по 45 минут. Срок освоения — 1 учебный год (сентябрь–июнь), общий объем — 84 часа. Содержание программы включает этапы адаптации к водной среде, освоение дыхательных упражнений, элементов техники плавания, развитие координации, выносливости и общей физической подготовленности средствами плавания.

Адресат программы: дети 6–18 лет с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ), наличие которых подтверждено заключением психолого-медико-педагогической комиссии (ПМПК).

Цель программы — создание условий для укрепления здоровья и социальной адаптации детей с ОВЗ через систематические занятия плаванием, развитие двигательных навыков, повышение функциональных возможностей организма и формирование позитивной мотивации к физической активности.

В процессе обучения применяются адаптированные методики, дифференцированный подход, дозирование нагрузки, наглядные и игровые методы, индивидуализация заданий в рамках группового занятия. Особое внимание уделяется соблюдению санитарно-гигиенических норм и правил техники безопасности, формированию навыков самоконтроля, а также психологически комфортной и поддерживающей образовательной среды.

Планируемые результаты освоения программы: повышение уровня водной адаптации, освоение базовых умений плавания и элементов техники, развитие физических качеств, снижение тревожности в водной среде, расширение самостоятельности и коммуникативных навыков в условиях совместной деятельности. Контроль результативности осуществляется посредством текущего педагогического наблюдения и итоговой оценки динамики освоения практических навыков с учетом индивидуального прогресса каждого ребенка.