

АДООП «ПЛАВАНИЕ БЕЗ ГРАНИЦ»

Плавание – один из наиболее популярных видов спорта. Благодаря исключительно высокому спортивному, прикладному, оздоровительному и общеразвивающему значению плавание составляет один из основных разделов социальных программ оздоровления и физического воспитания различных возрастных групп лиц с ограниченными возможностями здоровья. Обучение плаванию сопровождается приятными ассоциациями, поддержкой равновесия тела в воде, что благотворно сказывается на состоянии психики детей, способствует формированию положительного эмоционального фона, необходимого в повседневной жизни.

Адаптированная дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Плавание без границ» адресована детям от 8 до 14 лет, имеющим диагноз согласно МКБ–10 «Умственная отсталость легкой степени» (F70), не имеющим специальной спортивной подготовки.

Срок освоения программы – 2 года. Занятия проводятся 3 раза в неделю.

Предложенный режим занятий даёт возможность детям поддерживать свою спортивную форму, исключает физическую перегрузку и создает условия для максимальной реабилитации и социально–бытовой адаптации ребенка с ограниченными возможностями здоровья.

Зачисление обучающихся на программу производится без предварительного отбора, главным условием для зачисления является отсутствие противопоказаний для занятий избранным видом спорта, что подтверждается справкой от врача. Занятия проводятся в бассейне ГАНОУ СО «Дворец молодёжи».