

ЗАНЯТИЯ АФК С ДЕТЬМИ РАС РОО «НСОЦ «ГАЛАТЕЯ»



ЦЕЛЬ: НАУЧИТЬ АУТИЧНОГО РЕБЕНКА ВЫПОЛНЯТЬ УПРАЖНЕНИЯ БЕЗ ПОМОЩИ ВЗРОСЛЫХ.

ЗАДАЧИ:

1. РАЗВИТИЕ КРУПНОЙ И МЕЛКОЙ МОТОРИКИ, КООРДИНАЦИИ ДВИЖЕНИЙ.
2. РАЗВИТИЕ ПЛАВНОСТИ, ТОЧНОСТИ И РИТМИЧНОСТИ ДВИЖЕНИЙ И УМЕНИЯ ОРИЕНТИРОВАТЬСЯ В ОКРУЖАЮЩЕМ ПРОСТРАНСТВЕ.



УРОК ПРОХОДИТ В ПОСЛЕДОВАТЕЛЬНО СТРУКТУРИРОВАННОМ
ОДНООБРАЗНОМ ПОРЯДКЕ, С ВКЛЮЧЕНИЕМ В ПРОГРАММУ
ОБУЧЕНИЯ РАЗЛИЧНЫХ ВИДОВ УПРАЖНЕНИЙ.



В ЗАДАНИЯХ ВКЛЮЧЕНЫ:

УПРАЖНЕНИЯ НА РАЗВИТИЕ ОБЩЕЙ И МЕЛКОЙ МОТОРИКИ,
АКТИВИЗАЦИЮ МЕЖПОЛУШАРНОГО ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ.

-РАЗМИНКА

-ПОЛОСА ПРЕПЯТСТВИЯ (ПЕРЕШАГИВАНИЯ ЧЕРЕЗ ПЛАТФОРМЫ,
РАБОТА С УТЯЖЕЛЁННЫМ МЯЧОМ, МЕТАНИЕ ТАКТИЛЬНЫХ
МЕШОЧКОВ

-УПРАЖНЕНИЯ В
ПАРАХ, С ФИТБОЛОМ, ГИМНАСТИЧЕСКОЙ ПАЛКОЙ, ЛЕНТОЙ
АМОРТИЗАТОРОМ (УКРЕПЛЕНИЕ МЫШЦ КОРСЕТА, РУК И НОГ)

-РАБОТА НА ТРЕНАЖЁРАХ



*УПРАЖНЕНИЯ, ВКЛЮЧАЮЩИЕ ЛАЗАНИЯ, ПОДЛЕЗАНИЯ, ПОЛЗАНИЯ
УПРАЖНЕНИЯ НА ОСВОЕНИЕ ТЕЛЕСНОГО И ОКРУЖАЮЩЕГО
ПРОСТРАНСТВА: ПЕРЕМЕЩЕНИЯ С
ИЗМЕНЕНИЕМ НАПРАВЛЕНИЯ ДВИЖЕНИЯ: ПО КРУГУ, ДУГЕ,
ЗИГЗАГООБРАЗНО И ДР.

*УПРАЖНЕНИЯ НА РАЗВИТИЕ КООРДИНАЦИИ И ОРИЕНТАЦИИ В
ПРОСТРАНСТВЕ. (ПРЫЖКИ НА БАТУТЕ, БАЛАНСИРОВОЧНОЙ
ПЛАТФОРМЕ БОСУ, БОЛЬШОМ МЯЧЕ-ФИТБОЛЕ)



В КОНЦЕ ЗАНЯТИЯ УПРАЖНЕНИЯ ИСПОЛЬЗУЕТСЯ САМОМАССАЖ, РАСТЯЖКИ И ДЫХАТЕЛЬНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ



ТРЕНЕР:

1. ИСПРАВЛЯЕТ НЕПРАВИЛЬНЫЕ ДВИЖЕНИЯ РЕБЕНКА.
2. РАДУЕТСЯ ВМЕСТЕ С РЕБЕНКОМ ЕГО УСПЕХАМ, ПОМОГАЕТ ЕМУ ПРЕОДОЛЕВАТЬ ЧУВСТВО СТРАХА ПЕРЕД НЕЗНАКОМЫМИ ПРЕДМЕТАМИ ИЛИ ДВИЖЕНИЯМИ.



НАШИ ПЛАНЫ

- Формирование дополнительных групп
- Подготовка проектов по теме реабилитации детей с ментальными расстройствами средствами адаптивной физической культуры.
- Подготовка к специальной олимпиаде
- **КОНТАКТЫ: г. Великий Новгород**

**Адрес: Фёдоровский ручей 2/13,
т.66-51-21**