

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ
ДОНЕЦКОЙ НАРОДНОЙ РЕСПУБЛИКИ

ГОСУДАРСТВЕННОЕ КАЗЕННОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ЯСИНОВАТСКАЯ САНАТОРНАЯ ШКОЛА-ИНТЕРНАТ № 14»

УТВЕРЖДЕНО:



Директор

ГКОУ «ЯСИНОВАТСКАЯ
СШИ № 14»

Л. Н. Сердюк

Пр. от «02» 09 2024г. № 160

АННОТАЦИЯ

**К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ПО
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ**

5 – 9 классы

Аннотация
к рабочей программе по физической культуре
для 5 - 9 классов

Рабочая программа по физической культуре для основного общего образования разработана на основе

- 1) Закона «Об образовании в Российской Федерации» ;
- 2) требований к результатам освоения основной образовательной программы основного общего образования, представленных в Федеральном государственном образовательном стандарте начального образования, а также на основе характеристики планируемых результатов духовно-нравственного развития, воспитания и социализации обучающихся, представленной в Примерной программе воспитания;
- 3) Примерной программы основного общего образования для обучения детей специальной медицинской группы для общеобразовательных организаций Донецкой Народной Республики/ Сост. Михайлюк С. И., Гончаров М. В., Герасимова Т. В., Горобинская Л. И., Изотова А. Н., Бабайлова Г. В., Мартиросов О. М.; ГОУ ДПО «Донецкий РИДПО» Донецк: Истоки, 2018. (протокол № 3 от 06.08.2018 г.);
- 4) Основной образовательной программы основного общего образования Государственного казенное общеобразовательного учреждения «Ясиноватская санаторная школа-интернат № 14» (утверждена приказом директора ГКОУ «Ясиноватская СШИ № 14».

Данные программы обеспечивают реализацию следующих целей и задач:

Целью учебного предмета «Физическая культура» в специальной общеобразовательной организации является профилактика и предотвращение возникновения и прогрессирования вторичных искривлений, а также укрепление здоровья, содействие гармоническому, физическому, нравственному и социальному развитию, успешному обучению; формирование умений и навыков саморегуляции средствами физической культуры, а также формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, стремление к ведению здорового и безопасного образа жизни.

Физическая культура обеспечивает общее физическое развитие и коррекцию индивидуальных недостатков физического состояния. На занятиях предусматриваются ритмичные упражнения, построение и перестроение, ходьба, легкий бег, передвижение, упражнения на равновесие, передачу и метание предметов, дыхательные упражнения, коррекционные и др.

Специфика занятий физической культурой для обучающихся с заболеванием сколиоз, состоит в том, что им необходимо проводить занятия в режиме разгрузки, чтобы не способствовать прогрессированию деформации позвоночника.

Содержание учебного предмета

Освоение учебного материала по предмету «Физическая культура» направлено на обеспечение коррекции недостатков в физическом развитии детей с диагнозом сколиоз, учебный материал адаптирован для детей, нуждающихся в длительном лечении сколиоза и оказание помощи детям этой категории в освоении образовательной программы.

Учебный предмет включает в себя такие разделы: «Основы знаний о физической культуре и развитии организма» (информационный компонент); «Способы двигательной деятельности»: (деятельный компонент): «Оздоровительная и корригирующая гимнастика», «Подвижные игры», «Лёгкая атлетика». Особое внимание направлено на использование сенситивных периодов развития основных двигательных качеств и включены специальных упражнений, направленных на коррекцию нарушений в развитии. Содержание теоретического раздела «Основы знаний о физической культуре и развитии организма» изучается на отдельных уроках в классных

аудиториях, соответствует основным представлениям о развитии познавательной активности человека и включает в себя такие учебные темы, как «История физической культуры», «Основы валеологии», «Базовые понятия физической культуры» и «Физическая культура человека». При изучении этих тем предоставляются сведения об истории древних и современных Олимпийских игр, ведении здорового способа жизни, формах организации активного отдыха и способах укрепления здоровья средствами физической культуры.

Основы физической культуры и здорового образа жизни

Роль физической культуры и спорта в формировании здорового образа жизни, профилактике вредных привычек. Оздоровительные системы физического воспитания и спортивная подготовка.

Олимпийские игры древности и современности. Достижения отечественных и зарубежных спортсменов на Олимпийских играх. Основные этапы развития физической культуры в Донецкой Народной Республике.

Двигательные действия, физические качества, физическая нагрузка. Контроль за индивидуальным физическим развитием и физической подготовленностью, техникой выполнения упражнений, соблюдением режимов физической нагрузки.

Правила поведения и техники безопасности при выполнении физических упражнений.

Физкультурно-оздоровительная деятельность

Комплексы утренней и дыхательной гимнастики, гимнастики для глаз, физкультпауза (физкультминутки), элементы релаксации и аутотренинга.

Комплексы упражнений для профилактики нарушений опорно-двигательного аппарата, регулирования массы тела и формирования телосложения.

Комплексы упражнений для развития основных физических качеств, функциональных возможностей сердечно-сосудистой и дыхательной систем.

Упражнения и комплексы из современных оздоровительных систем физического воспитания, адаптивной физической культуры.

Основы туристской подготовки. Способы закаливания организма, простейшие приемы самомассажа

Спортивно-оздоровительная деятельность

Акробатические упражнения и комбинации (кувырки, перекаты, стойки, упоры, прыжки с поворотами, перевороты).

Гимнастические упражнения и комбинации на спортивных снарядах (висы, упоры, махи, перемахи, повороты, передвижения, стойки и соскоки). Гимнастическая полоса препятствий. Опорные прыжки.

Легкая атлетика: спортивная ходьба, бег на короткие, средние и длинные дистанции, метание предметов.

Основы знаний о физической культуре, умений и навыков приемы закаливания, способы саморегуляции и самоконтроля.

Учащимся, больным сколиозом, не рекомендованы повышенные физические нагрузки и длительные физические напряжения в положении стоя и сидя. В связи с этим из программы «Физическая культура» исключены частично виды программного материала.

Место учебного предмета «Физическая культура» в учебном плане

В соответствии с учебным планом предмет «Физическая культура» изучается во 5 - 9 классах в объёме 68 часов в год: два часа в неделю.

Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение образовательного процесса

Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение программы

1. Белова, О. Сила воды. Современные оздоровительные методики / О. Белова. – Ростов-на-Дону: Феникс, 2004. – С. 283-285.
2. Большакова И.А. Маленький дельфин. М., АРКТИ, 2005 год.
3. Булгакова Н. Ж. Плавание М., «ООО издательство АСТ» 2002 год.
4. Ковалько В. И. Здоровьесберегающие технологии. М., ВАКО, 2007 год.
5. Левицкая О.А. Сколиоз лечат в бассейне //Журнал «Здоровье», № 302 (февраль) 2007. - С. 9-11. Попова С.Н. Лечебная физическая культура (учебник для института физической культуры) М, ФиС, 1988. - С. 156-159.
6. Лукаш, А. 500 упражнений для позвоночника. Корректирующая гимнастика для исправления осанки, укрепления опорно-двигательного аппарата и улучшения здоровья / А. Лукаш. – СПб.: Наука и Техника, 2007. – С. 34-42.
7. Николайчук, Л.В. Остеохондроз, сколиоз, плоскостопие / Л.В. Николайчук, Э.В. Николайчук. – Минск: Книжный Дом, 2004. – С. 48-56.
8. Пасиешвили, Л.М. Справочник по терапии с основами реабилитации /
9. Л.М. Пасиешвили, А.А. Заздравнов, В.Е. Шапкин, Л.Н. Бобро. – Ростов-наДону: Феникс, 2004. – С. 17-19.
10. Попов, С.Н. Физическая реабилитация / С.Н. Попов. – Ростов-наДону: Феникс, 2004. – С. 206-221.
11. Фурманов А.Г. Оздоровительная физическая культура: Учеб. для студ. вузов / А.Г. Фурманов, М.Б. Юспа. – Минск: Тесей, 2003. – С. 400-407.
12. Медико-терминологический словарь / под ред. И.Н. Горбач. – Минск: Харвест, 2014. – С. 140-141.
13. Справочник-путеводитель практикующего врача. 2000 болезней от А до Я / под ред. И.Н. Денисова, Э.Г. Улумбекова. – М.: ГЭОТАР-МЕД, 2012. – С. 863-864;
14. Ингерлейб, М.Б. Анатомия физических упражнений / М.Б. Ингерлейб. – Ростов-на-Дону: Феникс, 2008. – С. 172-177.
15. Кнейпп, С. Водолечение. Средства для лечения болезней и сохранения здоровья / С. Кнейпп. – Ростов-на-Дону: Феникс, 2015. – С. 82-89.
16. Кошелев, А.А. Ваш домашний доктор: Справочник для населения / А.А. Кошелев – СПб.: Паритет, 2012. – С. 254-255.
17. Правосудова В.П. Учебник инструктора по лечебной физической культуре, М, 1980. - С.29-36.
18. Преображенский В.А. Гимнастика для позвоночника //Журнал «Физкультура и Спорт», сентябрь, 2004. - С. 28-31.
19. Спортивная медицина, лечебная физкультура и массаж: учеб. для техн. Физкульт. / под ред. С. Н. Попова. М.: Физкультура и спорт, 1985