

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ
ДОНЕЦКОЙ НАРОДНОЙ РЕСПУБЛИКИ

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

УТВЕРЖДЕНО:

Директор
ГКОУ «ЯСИНОВАТСКАЯ
СПШ № 14»
Л. Н. Сердюк
Пр. от «24» 09 2024 г. № 160



АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ
«СТУПЕНЬКИ К ЗДОРОВЬЮ»

Аннотация к рабочей программе лечебной физической культуры клуб "Ступеньки к здоровью" 5-9 класс

Рабочая программа учителя по предмету «Лечебная физическая культура» в 1-9 классах составлена на основе:

- Государственного образовательного стандарта основного общего образования (Приказ Министерства образования и науки Донецкой Народной Республики от 07 августа 2020 года № 120-НП),

- Примерной основной образовательной программы основного общего образования (Приказ Министерства образования и науки Донецкой Народной Республики от 26 августа № 1182),

- Примерной рабочей по учебному предмету «Лечебная физическая культура» 1-9 классы (рекомендована решением научно-методического совета ГБОУ ДПО "ДОНРИО" (протокол от 11.08.2022 № 3),

Учебная программа клуба "Ступеньки к здоровью" для учащихся 5-9 классов представляет собой комплексное изучение основных принципов и методов лечебной физической культуры, направленных на укрепление здоровья детей и профилактику различных заболеваний.

В рамках программы учащиеся ознакомятся с основными понятиями и принципами лечебной физической культуры, изучат основные виды двигательной активности, а также освоят базовые навыки выполнения упражнений и комплексов гимнастики.

Основные цели программы:

1. Формирование у детей понимания важности физической активности для поддержания и укрепления здоровья.
2. Развитие координации движений, гибкости, выносливости, силы и ловкости.
3. Профилактика основных заболеваний опорно-двигательного аппарата, сердечно-сосудистой и дыхательной систем.
4. Поддержание оптимального уровня физического развития и общего тонуса организма.
5. Воспитание интереса к здоровому образу жизни и самостоятельной физической активности.

Программа включает в себя следующие разделы:

1. Теоретический блок: знакомство с основными понятиями и принципами лечебной физической культуры, рассмотрение ее влияния на здоровье и развитие организма.

2. Практический блок: овладение базовыми навыками выполнения упражнений и комплексов гимнастики, различных видов двигательной активности (ходьба, бег, прыжки, игры и др.)

В процессе обучения учащиеся будут активно участвовать в физических упражнениях, играх и соревнованиях, что поможет им развить физическую выносливость, координацию движений и общую физическую подготовку.

Учебная программа клуба "Ступеньки к здоровью" для учащихся 5-9 классов разработана с учетом возрастных особенностей детей и направлена на формирование у них здорового образа жизни и активной физической культуры.

Место учебного предмета лечебная физическая культура клуба «Ступеньки к здоровью» в учебном плане

В соответствии с учебным планом предмет лечебная физическая культура клуб «Здоровей-ка» изучается во 1-4 классах в объеме 34 часа в год: один час в неделю.

Учебно-методическое обеспечение

1. Методическое пособие «Коррекция нарушений осанки у школьников», Г. А. Халемский М., 2003г.

2. Лечебная физкультура для детей со сколиозом и другими нарушениями осанки: Методические рекомендации для врачей и инструкторов ЛФК, СПб., 1997г.

3. Осанки и физическое развитие детей. Программа диагностики и коррекции нарушений детей. А.А. Потапчук, М.Д. Дидур. 2001г.

4. Прикладная и оздоровительная гимнастика. Учебно-методическое пособие/под ред. Ж. Е. Фирелевой, А.Н. Кислого, О. В. Загрядский М., 2012г.