

Аннотация к рабочей программе
по коррекционно-развивающей области
«Лечебно-физическая культура»

9 «а» класс

Нормативная база

Адаптированная основная образовательная программа основного общего образования для обучающихся с лёгкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), разработанной на основе федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования, приказ № 1897 от 17 декабря 2010г., (7-9 классы).

Цель: коррекция наиболее распространенных дефектов (нарушение осанки, слабость мышц брюшного пресса, туловища, конечностей), развитие координационных способностей, формирование здорового образа жизни в дальнейшей социализации.

Задачи:

-Разработка комплексов лечебной физкультуры и гигиенической гимнастики для проведения их в учреждении и самостоятельно.

-Обеспечивать контроль за занимающимся на всех этапах проведения занятий лечебной физкультурой.

-Освоение и внедрение в практику работы новых современных методик лечебной физкультуры.

-Обеспечение подготовки спортивного инвентаря и помещения для занятий лечебной физкультурой.

-Осуществление в пределах компетенции контроля за санитарно-гигиеническим состоянием место проведения занятий и сохранность инвентаря.

-Укрепление и оздоровления всего организма, тренировка дыхательной системы.

-Расслабление и растягивание перенапряжённых мышц, тренировка ослабленных мышц, увеличение подвижности позвоночника.

Количество часов

Программа рассчитана на 34 часа (1 ч. в неделю).

Срок реализации программы

2021-2022 учебный год

Ожидаемые результаты

Личностные результаты:

-целостное отношение к своему здоровью, здоровью близких и окружающих людей;

-первоначальные представления о роли физической культуры и спорта для здоровья человека;

-связи занятий физическими упражнениями с укреплением здоровья и повышением физической подготовленности человека;

-понимание личной ответственности за свои поступки на основе представлений об этических нормах и правилах поведения в современном обществе;

Предметные результаты:

Минимальный уровень

-иметь элементарные знания о личной гигиене;

-слушать инструкцию учителя и выполнять упражнения по показу учителя;

-иметь элементарное представление о понятии «правильная осанка»;

Достаточный уровень:

-выполнять доступно комплекс физических упражнений с помощью учителя;

-слушать инструкции учителя и выполнять упражнения самостоятельно;

-выполнять специальные, коррекционные упражнения в индивидуальном режиме;

-самостоятельно выполнять комплекс упражнений утренней гимнастики используя изученные физические упражнения.