

Аннотация к рабочей программе по физической культуре

Рабочая программа по физкультуре для 5-9 классов (обучающиеся с умственной отсталостью) составлена на основе документов:

- 1.Федеральный закон Российской Федерации «Об образовании в Российской Федерации» №273-ФЗ (в ред. Федеральных законов от 07.05.2013 № 99-ФЗ, от 23.07.2013 №203-ФЗ);
- 2.Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования от 30 августа 2013 г. № 1015;
- 3.Федеральный перечень учебников, рекомендованных (допущенных) Министерством образования и науки РФ к использованию в образовательном процессе в специальных (коррекционных) образовательных учреждениях на учебный год;
- 4.Постановление от 10 июля 2015г. №26 об утверждении СанПиН 2.4.2.3286-15 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения и воспитания в организациях, осуществляющих образовательную деятельность по адаптированным основным общеобразовательным программам для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья»;
- 5.Концепция духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России.
- 6.Приказ Минобразования РФ от 10.04.2002 №29/2065-п «Об утверждении учебных планов специальных (коррекционных) образовательных учреждений для обучающихся, воспитанников с отклонениями в развитии»;
- 7.Закон Свердловской области от 15 июля 2013 года №78-ОЗ «Об образовании в Свердловской области»;
- 8.Устав государственного казенного общеобразовательного учреждения Свердловской области «Карпинская школа-интернат, реализующая адаптированные общеобразовательные программы», утвержденный приказом Министерства общего и профессионального образования Свердловской области от 13 августа 2015 г. № 411-д;
- 9.Адаптированная основная общеобразовательная программа образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) ГКОУ СО «Карпинская школа-интернат», утвержденная приказом директора от 30 августа 2016 года № 112-д.
- 10.Программа специальной (коррекционной) школы 8 вида 5-9 кл./ Под ред. В.В.Воронковой.-М.:Гуманит.изд.центр «Владос» М.2000г.
- 11.Положение о рабочей программе ГКОУ «Карпинская школа - интернат»

Рабочая программа конкретизирует содержание предметных тем образовательного стандарта, дает распределение часов по разделам курса «Физическая культура», предусматривает последовательность изучения тем и разделов учебного предмета с учетом межпредметных и внутрипредметных связей, логики учебного процесса, возрастных особенностей учащихся.

Рабочая программа учитывает особенности познавательной деятельности детей с нарушением интеллекта. Она направлена на разностороннее развитие личности учащихся, обеспечивает гражданское, нравственное, эстетическое воспитание.

Рабочая программа содержит материал, помогающий учащимся достичь того уровня образовательных знаний и умений, который необходим им для социальной адаптации.

Рабочая программа построена с учетом принципов системы физического воспитания, условий занятий.

Содержание обучения предмета имеет практическую направленность. Принцип коррекционной направленности обучения является ведущим. В ней конкретизированы пути и средства исправления недостатков общего физического развития и нравственного воспитания детей с нарушением интеллекта в процессе овладения учебным предметом.

Задачи курса

1. Укрепление здоровья, физического развития и повышение работоспособности учащихся;
2. Развитие и совершенствование двигательных умений и навыков;
3. Приобретение знаний в области гигиены, теоретических сведений по физической культуре;
4. Развитие чувства темпа и ритма, координации движений;
5. Формирование навыков правильной осанки в статических положениях и в движении;
6. Усвоение учащимися речевого материала, используемого учителем на уроках по физической культуре.

Место предмета в учебном плане

В учебном плане на предмет «Физическая культура» с 5-9 классы отводится 3 часа в неделю и 102 часа в год.

Коррекционная работа, которая включает следующие направления:

- Совершенствование физического воспитания в системе специального образования имеет в основе следующие целевые установки:
 - внедрение физической культуры в образ жизни учащихся, формирование престижности здоровья;
 - развитие умственных способностей детей средствами физической культуры;
 - реализация принципа природосообразности;
 - систематическая паспортизация здоровья и физического развития учеников;
 - развитие быстроты, пространственной ориентировки, развитие скоростно-силовых способностей;
 - воспитание правильной осанки;
 - развитие чувства ритма;
 - развитие прыгучести, координации движений;
 - развитие точности движений;
 - воспитание чувства товарищества;
- Пути развития умственных способностей учащихся средствами физической культуры:
 - приобретение знаний, умений, навыков по разделам физической культуры;
 - запоминание различных терминов, их сочетаний;
 - словесное опосредование двигательных действий;
 - оценка выполнения физических упражнений товарищами и самооценка;
 - умение выполнять движения по словесной инструкции;
 - словесная регуляция двигательных действий;
 - оценка уровня развития двигательных способностей и двигательных качеств учащихся.
- Коррекция отдельных сторон психической деятельности:
 - коррекция развития восприятия, представлений, ощущений;
 - коррекция развития памяти;
 - коррекция развития внимания;
 - формирование обобщенных представлений о свойствах предметов (цвет, форма, величина).
 - развитие представлений о времени.

- Коррекция нарушений в развитии эмоционально-личностной сферы:
 - формирование умения преодолевать трудности;
 - воспитание самостоятельности принятия решения;
 - формирование адекватности чувств;
 - воспитание правильного отношения к критике.

Материал состоит из следующих разделов:

Гимнастика

В физическом воспитании особое место занимают гимнастические упражнения, с их помощью можно обеспечить разнообразное воздействие на аномального ребенка с учетом его развития и состояния здоровья. Гимнастические упражнения развивают силу, ловкость, гибкость, быстроту реакции, ориентировку в пространстве.

Легкая атлетика

Включает ходьбу, бег, прыжки, метание. Обучение элементам легкой атлетики и их совершенствование осуществляется на основе развития у детей быстроты, ловкости, гибкости, силы, выносливости.

Лыжная подготовка

Занятия на лыжах имеют большое оздоровительное, гигиеническое и прикладное значение, поскольку проводятся на свежем воздухе и являются одним из лучших средств укрепления и закаливания организма детей.

Спортивные подвижные игры

В играх встречаются все основные виды движений – ходьба, бег, прыжки, метание, преодоление препятствий. Они способствуют развитию внимания, сообразительности, силы, ловкости, быстроты, воспитанию дружбы, товарищества.

Физическое воспитание является неотъемлемой частью всей системы учебно-воспитательной работы школы для детей с нарушениями интеллекта. Оно решает образовательные, воспитательные, коррекционно-компенсаторные и лечебно-оздоровительные задачи.

Физическое воспитание осуществляется в тесной связи с умственным, нравственным, эстетическим воспитанием и профессионально-трудовым обучением, занимает одно из важнейших мест в подготовке учащихся с нарушениями интеллекта к самостоятельной жизни и производительному труду, воспитывает личностные качества, способствует социальной интеграции.

В раздел «Гимнастика» включены специально подобранные физические упражнения, которые позволяют воздействовать на различные звенья опорно-двигательного аппарата, мышечные группы и системы, корректировать недостатки развития. На занятиях учащиеся должны овладеть навыками простейших построений и перестроений. Несмотря на трудность, они должны быть обязательным элементом на каждом уроке.

Упражнения общеразвивающего и корригирующего характера дают возможность воздействовать не только на весь организм ребенка, но и на определенные ослабленные группы мышц. Эти упражнения оказывают положительное влияние на сердечно-сосудистую, дыхательную и нервную системы. Дыхательные упражнения способствуют коррекции нарушений дыхания. Специальные упражнения для формирования и коррекции осанки помогают правильно держать свое тело сидя, стоя, при ходьбе и беге.

В связи с затруднениями детей в пространственно-временной дифференцировке и значительными нарушениями точности движений в программу включены также упражнения, направленные на коррекцию и развитие этих способностей и упражнения с предметами. Упражнения в лазании и перелезании – эффективное средство для развития силы и ловкости, совершенствования координационных способностей

школьников. Упражнения в равновесии способствуют развитию вестибулярного аппарата, помогают развитию координации движений, ориентировке в пространстве, корректируют недостатки психической деятельности (страх, завышенную самооценку, боязнь высоты, неадекватность поведения в сложных двигательных ситуациях и т.д.)

Упражнения в поднимании и переноске грузов имеют непосредственно прикладной характер. Их можно включить в урок с целью обучения детей навыкам подхода к предмету с нужной стороны, правильному захвату его для переноски, умению нести, точно и мягко опускать предмет. (Таковыми предметами могут служить мячи, обручи, скамейки, маты, «козел» и т.д.)

Построения, перестроения, ходьба, бег, прыжки, метание, лазанье и перелезание, подтягивание, упражнения на равновесие – это все прикладные упражнения. Выполняя их, учащиеся овладевают основными жизненно необходимыми умениями и навыками, учатся применять их в различной обстановке.

Раздел «Легкая атлетика» помогает преподавателю обучать школьников таким жизненно важным двигательным навыкам, как ходьба, бег, прыжки и метания. Обучение элементам легкой атлетики и их совершенствование должны осуществляться на основе развития у детей быстроты, ловкости, гибкости, силы и выносливости.

Упражнения в ходьбе и беге используются на уроках физкультуры не только в коррекционных, но и в оздоровительно-лечебных целях.

Метание - при выполнении этих упражнений у детей развиваются умение и ловкость действий с мелкими предметами, глазомер, меткость. Школьники учатся правильному захвату мяча (равномерно и с достаточной силой) и умению технически правильно выполнять бросок, распределяя внимание на захват мяча, на соизмерение полета мяча с ориентиром.

Лыжная подготовка. При проведении уроков лыжной подготовки особое внимание уделено соблюдению техники безопасности и охране здоровья школьников. (Выбор места занятий, форма одежды, обувь, передвижение к месту занятий, двигательная нагрузка, разрешение врача).

Раздел «Игры».

В программы включены подвижные игры, спортивные игры, направленные на развитие двигательных навыков и физических качеств детей, а также на развитие внимания, памяти, инициативы, выдержки, последовательности движений, восприятий, пространственных и временных ориентиров.

Общие сведения теоретического характера по физической культуре даются во время уроков. Они содержат краткие данные по технике изучаемых упражнений, о правилах судейства, требованиях к спортивной форме, инвентарю, подготовке мест занятий, правилах поведения на уроках физической культуры, технике безопасности, чистоты зала, снарядах.

Программный материал сконцентрирован. Все разделы включены в содержание с 5-го и последующих классов с постепенным усложнением.

Реализация национально-регионального компонента государственного образовательного стандарта осуществляется по содержательной линии образования «Культура здоровья и охраны жизнедеятельности», которая направлена на решение следующих задач:

- выработка представлений об основных нормах и правилах здоровьесберегающего поведения, обеспечивающих комфортность взаимодействия в коллективе и с представителями различных социальных групп;
- выработка основных представлений о здоровом образе жизни, условиях, способах

охраны жизнедеятельности и последствиях соблюдения или нарушения утверждаемых современной культурой норм и правил;

- формирование основных умений и навыков самопознания и самооценки и саморегуляции психофизического и социального здоровья;
- выработка потребности самостоятельно и постоянно заниматься физической культурой на основе ответственного отношения к собственному здоровью;
- воспитание устойчивого неприятия различных видов зависимостей, разрушающих здоровье человека;

Планируемые результаты изучаемого курса

5 класс

Предметный результат

- знать правила поведения при выполнении строевых команд;
- знать гигиену после занятий физическими упражнениями;
- знать приемы выполнения команд: «Налево!», «Направо!»;
- уметь выполнять команды «Направо!», «Налево!», «Кругом!»;
- уметь соблюдать интервал;
- уметь выполнять исходные положения без контроля зрения;
- уметь правильно и быстро реагировать на сигнал учителя;
- уметь выполнять опорный прыжок через козла ноги врозь;
- уметь лазать по канату произвольным способом;
- уметь выбирать наиболее удачный способ переноски груза;
- уметь сохранять равновесие на наклонной плоскости;

Личностный результат

- должны быть способны к проявлению чуткости, сочувствия, тактичности, толерантности;
- должны повышать уровень самостоятельности;
- должны ощущать эмоциональный комфорт при общении со сверстниками, учителями;
- должны проявлять желание, интерес к занятиям физической культурой;
- должны уметь реализовать себя при выходе из школы»
- должны развивать познавательную активность;
- должны развивать любознательность;
- должны проявлять внимание к друг другу;

6 класс

Предметный результат

- знать как правильно выполнять перестроение из колонны по одному в колонну по два;
- знать как избежать травм при выполнении лазанья и опорного прыжка;
- уметь подавать команды при выполнении общеразвивающих упражнений;

- уметь соблюдать дистанцию в движении;
- уметь выполнять прыжок через козла способом «ноги врозь» с осложнениями;
- уметь сохранять равновесие в упражнениях на гимнастическом бревне;
- уметь преодолевать подряд несколько препятствий с включением перелезания, лазанья;
- уметь лазать по канату способом в три приема;

Личностный результат

- должны быть способны к проявлению чуткости, сочувствия, тактичности, толерантности;
- должны повышать уровень самостоятельности;
- должны ощущать эмоциональный комфорт при общении со сверстниками, учителями;
- должны проявлять желание, интерес к занятиям физической культурой;
- должны уметь реализовать себя при выходе из школы»
- должны развивать познавательную активность;
- должны развивать любознательность;
- должны проявлять внимание;

7 класс

Предметный результат

- знать как правильно выполнять размыкания уступами;
- знать как перестроиться из колонны по одному в колонну по два, по три;
- знать как осуществлять страховку при выполнении другим учеником упражнения на бревне;
- уметь различать и правильно выполнять команды «Шире шаг!», «Короче шаг!», «Чаще шаг!», «Реже шаг!»;
- уметь выполнять опорный прыжок способом «согнув ноги» через козла;
- уметь различать фазы опорного прыжка;
- уметь удерживать равновесие на гимнастическом бревне в усложненных условиях ;
- уметь лазать по канату способом в два и три приема;
- уметь выполнять простейшие комбинации на бревне;

Личностный результат

- должны быть способны к проявлению чуткости, сочувствия, тактичности, толерантности;
- должны повышать уровень самостоятельности;
- должны ощущать эмоциональный комфорт при общении со сверстниками, учителями;
- должны проявлять желание, интерес к занятиям физической культурой;
- должны уметь реализовать себя при выходе из школы»
- должны развивать познавательную активность;
- должны развивать любознательность;

- должны проявлять внимание;

8 класс

Предметный результат

- знать что такое фигурная маршировка;
- знать требования к строевому шагу;
- знать как перенести одного ученика двумя различными способами;
- знать фазы опорного прыжка;
- уметь соблюдать интервал и дистанцию при выполнении упражнений в ходьбе;
- уметь выполнять движения и воспроизводить их с заданной амплитудой и без контроля зрения;
- уметь изменять направление движения по команде;
- уметь выполнять опорный прыжок способом «согнув ноги» и «ноги врозь» с усложнениями (выше снаряд, дальше мостик от снаряда);
- уметь выполнять простейшие комбинации на бревне;
- уметь проводить анализ выполненного движения учащихся;

Личностный результат

- должны быть способны к проявлению чуткости, сочувствия, тактичности, толерантности;
- должны повышать уровень самостоятельности;
- должны ощущать эмоциональный комфорт при общении со сверстниками, учителями;
- должны проявлять желание, интерес к занятиям физической культурой;
- должны уметь реализовать себя при выходе из школы»
- должны развивать познавательную активность;
- должны развивать любознательность;
- должны проявлять внимание друг к другу;

9 класс

Предметный результат

- знать что такое строй;
- знать как выполнять перестроения;
- знать как проводятся соревнования по гимнастике;
- уметь выполнять все виды лазания;
- уметь выполнять все виды опорных прыжков;
- уметь выполнять равновесие;
- уметь составлять 5-6 упражнений и уметь показать их выполнение на уроке;

Личностный результат

- должны быть способны к проявлению чуткости, сочувствия, тактичности, толерантности;
- должны повышать уровень самостоятельности;
- должны ощущать эмоциональный комфорт при общении со сверстниками, учителями;
- должны проявлять желание, интерес к занятиям физической культурой;
- должны уметь реализовать себя при выходе из школы»
- должны развивать познавательную активность;
- должны развивать любознательность;
- должны проявлять внимание друг к другу;