

Аннотация к рабочей программе по адаптированной физической культуре на 2023/2024 учебный год

Класс: 5 в

Автор-составитель: Макарова О.Н.

Количество часов в неделю (по УП): 1

Общее количество часов в год (по УП): 34

Рабочая программа составлена на 34 часа (1 час в неделю).

Срок реализации рабочей программы – один учебный год.

Рабочая программа по адаптивной физической культуре в 5 «Г» классе составлена на основе «Программы «Дети России». Программы специальной школы по лечебной физкультуре. Международным университетом семьи и ребёнка им. Рауля Валенберга, С.Петербург» Образование, 2014 год

Рабочая программа находится в тесной связи и базируется на программе по адаптированной физической культуре. Содержание работы данной программы взаимосвязано с программой по физической культуре 5 класса (Комплексная программа физического воспитания учащихся В.И. Ляха, А.А. Зданевича Волгоград, Учитель, 2014.

Цели и задачи программы:

- укрепление здоровья, повышение функциональных и адаптивных возможностей основных жизнеобеспечивающих систем организма;
- обучение физическими упражнениями из современных здоровьесберегающих и здоровьесформирующих систем физического воспитания;
- освоение комплекса знаний о физической культуре;
- воспитание устойчивых интересов и положительного эмоционально-ценностного отношения к физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельности;
- изучение основ безопасности жизнедеятельности человека.

Данная программа характеризуется следующими отличительными особенностями:

- реализация принципа оздоровительной направленности урока физической культуры;
- достижение индивидуально-ориентированного результата в укреплении здоровья;
- освоение комплексов упражнений из современных оздоровительных систем физического воспитания;
- умения использовать их при самостоятельных формах организации активного отдыха и досуга,
- возможность осуществлять формирование содержания материала в соответствии с индивидуальными показаниями здоровья учащегося, их физического развития и подготовленности, возрастно-половыми особенностями.

Делается акцент не только на закрепление ранее сформированных навыков и умений самостоятельно заниматься физическими упражнениями, но и возможность индивидуализировать содержание занятий.

Содержание раздела «Физическое совершенствование» ориентировано на укрепление здоровья учащихся, их гармоничное физическое развитие и всестороннюю физическую подготовленность.

Данный раздел включает в себя комплексы оздоровительной и корригирующей гимнастики, общей физической подготовки, а также упражнения по видам спорта (легкая атлетика, подвижные игры, спортивные игры).

Начало освоения программы начинается с изучения упражнений оздоровительной и корригирующей гимнастики. Затем осуществляется постепенное добавление упражнений общей физической подготовки. **Специальная адаптация рабочей программы:**

Занятия по программе проводятся с учётом медицинских рекомендаций врача-офтальмолога, врача- педиатра.

Содержание программы представлено следующими разделами:

- планируемые результаты освоения программы за курс;
- содержание курса;