**АННОТАЦИЯ К А РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ПО УЧЕБНОМУ ПРЕДМЕТУ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА» АДАПТИВНАЯ 5-9 КЛАСС**

Рабочая программа по учебному предмету «Физическая культура» для учащихся 5-9 классов с патологией позвоночника, нуждающихся в длительном лечении разработана в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта, программы физической культуры учащихся 5 - 9 классов. В основу программы положен программно-методический комплекс системной коррекции последствий сколиоза у детей и подростков средствами адаптивной физической культуры Н.А. Потапова, Л.М. Кротова, Р.Р. Гатиатулин.

Методика представляет собой комплекс общеразвивающих упражнений, укрепляющих все мышечные группы; физических упражнений для развития и укрепления опорно-двигательного аппарата; специальные дыхательные упражнения для развития грудной клетки, увеличивающие жизненную емкость легких; комплексы упражнений из ЛФК; корригирующие упражнения; подвижные игры.

Специфика занятий физической культурой в школе для детей, с патологией позвоночника, нуждающихся в длительном лечении состоит в том что, им необходимо проводить занятия в режиме разгрузки*,* чтобы не способствовать прогрессированию деформации позвоночника.

Режим разгрузки позвоночника необходим для правильного развития ростковых зон тел позвонков, который создает мышечный корсет. Для чего необходимо ограничить занятия бегом, прыжками, упражнений на гибкость.

Целью основного общего образования по физической культуре обучающихся в школе является формирование основ здорового образа жизни, содействие гармоничному физическому, нравственному и социальному развитию каждого обучающегося с учётом возрастных и физических особенностей, связанных с патологией позвоночника.

Для достижения данной цели определены основные **задачи:**

* содействовать укреплению здоровья, повышению функциональных и адаптивных возможностей жизнеобеспечивающих систем организма, развитию физических качеств, лежащих в основе общей физической подготовленности;
* обучение физическим упражнениям из современных здоровьеформирующих и здоровьесберегающих систем физического воспитания, формирование индивидуального телосложения, правильной осанки и рационального дыхания, умений организовывать самостоятельные занятия физической культурой;
* обогащение двигательного опыта упражнений, формирование умений использовать их в условиях учебной деятельности;
* освоение комплекса знаний о физической культуре, её истории и формах организации, связи с культурой здоровья, воспитанием волевых, нравственных и этических качеств личности, представлений о приемах самоконтроля;
* создание условий для формирования осознанного отношения учащихся к своему здоровью; дальнейшее развитие координационных способностей;
* совершенствование прикладных жизненно важных навыков и умений в ходьбе, лёгком беге, гимнастике, элементов спортивных игр;
* создание условий для формирования базовых знаний о личной гигиене, о влиянии занятий физическими упражнениями на основные системы организма;
* дать представление о правилах техники безопасности, санитарно-гигиенических нормах и требованиях во время занятий;
* организация медицинского мониторинга.

Формой организации учебной деятельности по физической культуре является урок, длительностью 40 минут. Организация учебной деятельности на уроке направлена на овладение двигательными умениями и навыками, развитие основных физических качеств, усвоение обязательного минимума знаний по физической культуре, содействие воспитанию личностных качеств учащихся.

В основной общей школе проводятся разнообразные уроки физической культуры, физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме учебного дня и самостоятельные занятия физическими упражнениями.

Для более качественного освоения предметного содержания уроки физической культуры подразделяются на три типа: с образовательно-познавательной, образовательно-предметной и образовательно-тренировочной направленностью.

На уроках с образовательно-познавательной направленностью учащихся знакомят со способами и правилами организации самостоятельных занятий, обучают навыкам и умениям по организации и проведению самостоятельных занятий с использованием ранее изученного материала.

Уроки с образовательно-предметной направленностью используются в основном для обучения практическому материалу. На этих уроках учащиеся также осваивают новые знания, но только те, которые касаются предмета обучения (например, название упражнений или описание техники их выполнения и т. п.).

Уроки с образовательно-тренировочной направленностью используются для развития физических качеств. Помимо целенаправленного развития физических качеств у школьников формируются представления о физической подготовке и физических качествах, физической нагрузке и ее влиянии на развитие систем организма. Также на этих уроках обучают способам регулирования физической нагрузки и способам контроля над ее величиной.

Приобретаемые знания, умения и навыки в последующем закрепляются в системе самостоятельных занятий физическими упражнениями: физкультминутках и подвижных играх на переменах и во время прогулок, дополнительных занятиях. Развитию самостоятельности на ступени основного общего образования содействует организация специальных спортивных мероприятий. Они особенно эффективны, если в основе их содержания используются упражнения с элементами спортивных игр, подвижные игры, способы деятельности и знания, освоенные школьниками на уроках физической культуры.

Особенностью реализации программы для детей, с патологией позвоночника, нуждающихся в длительном лечении, является необходимость проведения занятий в режиме разгрузки позвоночника, для укрепления мышечного корсета.

В связи со спецификой образовательного учреждения разделы могут не соответствовать рабочей программе.

Курс «Физическая культура» изучается с 5по 9 класс из расчета 2 ч. в неделю (всего 340 ч.): в 5 классе-68ч., в 6 классе-68ч., в 7 классе-68ч., в 8 классе-68ч., в 9 классе-68ч

1. *В.И. Лях*. Физическая культура. Рабочие программы. Предметная линия учебников В.И. Ляха. 5- 9классы: пособие для учителей общеобразоват. организаций/ В.И. Лях.-4-е изд. - М.: Просвещение, 2014.-64с.-ISBN 978-5-09-032931-6.
2. *Н.А. Потапова*, Л.М. Кротова, Р.Р. Гатиатулин Системная коррекция последствий сколиоза у детей и подростков средствами адаптивной физической культуры: Программно-методический комплекс/ Н.А. Потапова, Л.М. Кротова, Р.Р. Гатиатулин.-М.: Изд-во НЦ ЭНАС, 2006.-216с.: ил. - (Коррекционная школ).
3. *К.Р. Мамедов*. Физкультура для учащихся 1-11 классов специальных медицинских групп: тематическое планирование, игры и упражнения/ авт. – сост. К.Р. Мамедов.-2-е изд., стереотип. – Волгоград: Учитель, 2008.-83с. ISBN 978-5-7057-1077-5.