

АННОТАЦИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ

Дисциплина «Лечебная физкультура»
Класс: 1-4 (вариант 4.2), 1-6 (вариант 4.3)
Разработчик: В.С. Хропикова

Рабочая программа коррекционного курса «Лечебная физическая культура» разработана в соответствии с требованиями ФГОС НОО, ФГОС НОО ОВЗ и ФГОС НОО УО для слабовидящих обучающихся (варианты 4.2, 4.3).

Рабочая программа составлена на основе:

- авторской программы по ЛФК для детей с тяжелой зрительной патологией (автор Л.Н. Ростомашвили, Москва, 2002 год).
- программы по физической культуре: Специальная медицинская группа.1-11 классы (автор-составитель Т.В. Дараева; под общ.ред. М.Ю. Ушаковой, Издательство Глобус 2010 год (Образовательный стандарт).

Программа предназначена для учащихся начальной школы и рассчитана на 34 часа (33 часа для 1 классов и 3-6 спец. классов), 68 часов для 2-4 классов и 1-2 спец. класса.

Цели программы:

- обеспечить всестороннее и полноценное развитие учащихся без каких – либо скидок на дефект зрения;
- повысить мобильность, как средство интеграции инвалидов по зрению в общество зрячих;
- восстановить и совершенствовать с помощью средств ЛФК физические и психофизические способности слабовидящего школьника.

Задачи:

- укрепить здоровье детей с тяжелой патологией зрения, содействовать гармоничному физическому развитию и закаливанию организма;
- повысить физиологическую активность органов и систем организма школьников с вторичными отклонениями в развитии;
- освоить основные двигательные навыки и умения, предусмотренные программой;
- обеспечить своевременную профилактику и предупреждение развития вторичных отклонений у слабовидящих детей;
- активизировать функции сердечно – сосудистой и дыхательной систем;
- формировать у глубоко слабовидящих учащихся необходимые умения и навыки самостоятельной пространственной ориентировки (ориентировка в спортзале, пользование спортивным инвентарем и адаптированными наглядными пособиями с использованием сохранных анализаторов);
- исправлять дефекты осанки и предупреждать развитие сколиоза, плоскостопия средствами ЛФК;
- укреплять склеру и мышечную систему глаз, улучшать кровоснабжение тканей глаза.

Содержание программы: Рабочая программа включает в себя: пояснительную записку, содержание программы, учебно - тематический план, перечень учебно-методического обеспечения.

Основные разделы программы:

- Формирование навыка правильной осанки
- Исправление нарушений осанки и движений
- Профилактика и коррекция плоскостопия

- Совершенствование сердечно - сосудистой и дыхательной систем
- Развитие навыка пространственной ориентировки в замкнутом пространстве
- Укрепление мышц живота.

Особенности программы: лечебная физическая культура - это физическая активность как одно из необходимых условий жизни, имеющее не только биологическое, но и социальное значение, что немаловажно для слабовидящих детей. К особенностям детей с нарушением зрения относится обязательный учет следующих сведений о физическом, соматическом и психическом состоянии учащихся:

- возраст и пол;
- исходный уровень физического развития;
- наличие предыдущего сенсорного и двигательного опыта;
- результат медицинского обследования и рекомендации врачей: офтальмолога, ортопеда, хирурга, педиатра, невропатолога;
- степень и характер зрительного нарушения (устойчивая или неустойчивая ремиссия); поля зрения (нарушения центрального и периферического зрения, сужение полей зрения); остроты зрения; врожденная или приобретенная патология и пр.;
- сопутствующие заболевания (перенесенные инфекционные и другие заболевания);
- состояние опорно-двигательного аппарата и его нарушения;
- уровень развития пространственной ориентировки;
- состояние и возможности сохранных анализаторов;
- состояние нервной системы (наличие эпилептического синдрома, СДВГ, нарушения эмоционально-волевой сферы).

ЛФК – метод лечения, использующий средства физической культуры с лечебно-профилактической целью для восстановления здоровья и трудоспособности человека, предупреждения осложнений и последствий патологического процесса и используемый в системе занятий. Это естественно-биологический метод, в основе которого лежит естественная биологическая функция человеческого организма - движение.

Организационно-методические рекомендации:

К материалу занятий необходимо подходить интегрально. Упражнения подбираются исходя из наличия нетрадиционного, традиционного спортивного инвентаря и адаптированных наглядных пособий. Дозировка и нагрузка упражнений дается в соответствии с уровнем подготовленности учащихся. Занятия проводятся по подгруппам, которые формируются с учетом возраста, степени и характера зрительного и физического нарушения, исходного уровня физической подготовленности ребенка, медицинского прогноза протекания болезни, уровня развития навыка пространственной ориентировки. Результаты первичного тестирования дают возможность учителю составить индивидуальный план занятий, способствующий успешному усвоению программы. В процессе реализации программы необходимо учитывать психофизические и возрастные особенности учащихся с ОВЗ, соблюдать гигиенические требования к проведению занятий.