

## Аннотация к рабочим программам учебного предмета «Адаптивная физическая культура»

Программы разработаны на основе

- **Федерального закона** от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (в действующей редакции);
- **приказа** Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.12. 2014 г. № 1598 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта обучающихся с ограниченными возможностями здоровья»;
- **приказа** Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.12. 2014 г. № 1599 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)»;
- **приказа** Министерства просвещения Российской Федерации от 22.03.2021 № 115 – П «Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования»;
- **СП 2.4.3648-20** «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи» (Постановление главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020г. №28);
- **СанПиН 1.2.3685-21** «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности (или) безвредности для человека факторов среды обитания» (Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 января 2021г. №2);
- **Федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы** обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), утверждённая приказом Министерства просвещения РФ от 24.11.2022 г. № 1026;
- **адаптированной основной общеобразовательной программы (АООП)** для обучающихся с лёгкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (вариант 1) КГБОУ «Рубцовская общеобразовательная школа-интернат №2»;
- **календарного учебного графика на текущий год**

**Основная цель программы** – всестороннее развитие личности обучающихся в процессе приобщения их к физической культуре, коррекция недостатков психофизического развития, расширение индивидуальных двигательных возможностей, социальная адаптация.

### **Основные задачи изучения предмета:**

Разнородность состава учащихся начального звена по психическим, двигательным и физическим данным выдвигает ряд конкретных задач физического воспитания:

- формировать установку на сохранение и укрепление здоровья, навыки здорового и безопасного образа жизни; соблюдение индивидуального режима питания и сна;
- воспитывать интерес к физической культуре и спорту, формировать потребность в систематических занятиях физической культурой и доступных видах спорта;
- формировать и совершенствовать основные двигательные качества: быстроту, силу, ловкость и др.;
- формировать умение следить за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, адекватно их дозировать;
- способствовать овладению основами доступных видов спорта (легкой атлетикой, гимнастикой, лыжной подготовкой и другими) в соответствии с возрастными и психофизическими особенностями обучающихся;

- корригировать недостатки познавательной сферы и психомоторного развития; развивать и совершенствовать волевую сферу;
- воспитывать нравственные качества и свойства личности.

Наряду с этими задачами на занятиях решаются и специальные задачи, направленные на коррекцию умственной деятельности школьников.

#### **Основные направления коррекционной работы:**

- выработка правильной осанки;
- точность движений в пространстве;
- точность движений во времени;
- развитие ритма движений;
- дифференцировка мышечных усилий;
- развитие координации движений;
- развитие скоростно-силовых качеств;
- развитие гибкости и подвижности суставов;
- развитие прыгучести;
- развитие глазомера;
- развитие наглядно-образного и словесно-логического мышления;
- развитие морально-волевых качеств;
- коррекция индивидуальных пробелов в знаниях, умениях, навыках

В программу включены следующие **разделы**: гимнастика, акробатика (элементы), легкая атлетика, лыжная подготовка, игры – подвижные и спортивные.

Система физического воспитания, объединяющая все формы занятий физическими упражнениями, должна способствовать социализации ученика в обществе; формированию духовных способностей ребенка. В связи с этим в основе обучения физическими упражнениями должны просматриваться следующие **принципы**:

- индивидуализация и дифференциация процесса обучения;
- коррекционная направленность обучения;
- оптимистическая перспектива;
- комплексность обучения на основе прогрессивных психолого-физиологических теорий.

Содержание программного материала уроков состоит из базовых основ физической культуры и большого количества подготовительных, подводящих и коррекционных упражнений. В программе сформулированы основные технологии, формы и методы организации учебного процесса, основные виды деятельности учащихся по предмету.

В адаптированной программе отражены особенности реализации общеобразовательной программы при обучении умственно отсталых школьников:

- в методических приёмах, используемых на уроках: наглядный метод, словесный метод, практический метод, использование спортивного инвентаря;
- в отборе материала для урока и домашних заданий: уменьшение объёма заданий и подбор разноплановых заданий;
- в коррекционной направленности каждого урока;
- в организации учебного процесса.

Таким образом, полностью сохраняя структуру документа, поставленные цели и задачи, а также содержание адаптированной программа составлена в расчете на обучение школьников с интеллектуальными нарушениями.

**Место предмета в учебном плане:**

Класс	Количество часов в неделю	Количество учебных недель	Количество часов за год
1	3 ч	33	99 ч
2	3 ч	34	102 ч
3	3 ч	34	102 ч
4	3 ч	34	102 ч
5	2 ч	34	68 ч
6	2 ч	34	68 ч
7	2 ч	34	68 ч
8	2 ч	34	68 ч
9	2 ч	34	68 ч