

Муниципальное общеобразовательное бюджетное учреждение
«Специальная (коррекционная) школа»

**Аннотация к рабочей программе «Адаптивная физкультура»,
1 - 4 классы (2 вариант)**

Статус программы: Рабочая программа учебного предмета «Адаптивная физкультура» предметной области «Физическая культура» на уровне начального общего образования составлена на основе Федерального Государственного образовательного стандарта образовательного стандарта для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) и Адаптированной основной общеобразовательной программы для обучающихся с умеренной, тяжёлой и глубокой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), вариант 2.

Срок реализации программы: 4 года.

Краткое содержание: достижение личностных и предметных результатов освоения программы обучающихся происходит в процессе освоения различных упражнений. Дыхательные упражнения. Упражнения на формирование правильной осанки. Построения и перестроения. Ходьба и упражнения в равновесии. Совершенствование у детей и подростков навыка обычной ходьбы, ходьбы на носках, на пятках, в полуприседе, с поворотами. «Бег. Дальнейшее обучение учащихся бегу в колонне по одному и парами, змейкой между предметами, между линиями, между мягкими модулями и т. д. в медленном и среднем темпе, на носках. Вводится обучение учащихся бегу на скорость. Прыжки. Прыжки на двух ногах (с поворотом кругом со сменой ног), ноги вместе - ноги врозь, с хлопками над головой, за спиной. Прокатывание мяча, обруча из разных исходных позиций двумя руками друг другу; бросание и ловля мяча (2-3 раза), бросание мяча друг другу, вверх. Дальнейшее обучение учащихся отбиванию мяча от пола. Игровые упражнения с набивными (сенсорными) мячами: катание мячей и прокатывание на них, лежа на животе (размер и вес мячей должен соответствовать возможностям учащихся). Ползание и лазанье. Упражнения на коврике на лыжах. Передвижение на лыжах по лыжне скользящим шагом. Выполнение поворотов на месте (направо и налево) переступанием. Обучение учащихся умению подниматься на склон прямо ступающим шагом, полуёлочкой (прямо и наискось руках вперед и назад (ноги вытянуты горизонтально). Элементы футбола. Прокатывание мяча правой и левой ногой в заданном направлении. Закатывание мяча ногой в лунку, ворота. Упражнения в ловле мяча, посланного в ворота, руками.

Ожидаемые результаты: в результате освоения программы у учащихся будут сформированы навыки развития жизненной компетенции, позволяющей достичь максимальной самостоятельности (в соответствии с его психическими и физическими возможностями) в решении повседневных жизненных задач, включение в жизнь общества через индивидуальное поэтапное и планомерное расширение жизненного опыта и повседневных социальных контактов. Устанавливаются требования к результатам: личностным, включающим сформированность мотивации к обучению и познанию, социальные компетенции, личностные качества; предметным, включающим

освоенный обучающимися в ходе изучения учебного предмета опыт специфической для данной предметной области деятельности по получению нового знания и его применению. Учащиеся научатся выполнять правильно упражнения по инструкции учителя; взаимодействовать с учителем и другими учащимися в процессе выполнения упражнений.

На изучение предмета «Адаптивная физкультура» отводится:

- 1 класс – 66 часов (2 часа в неделю);
- 2 класс – 68 часов (2 часа в неделю);
- 3 класс – 68 часов (2 часа в неделю);
- 4 класс – 68 часов (2 часа в неделю).