

Аннотация к рабочей программе

учебный предмет «Адаптивная физическая культура» 5-9 классы

Рабочая программа по предмету «Адаптивная физическая культура» для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) составлена в соответствии с требованиями федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)

1. Общая характеристика учебного предмета, курса

Данный курс «Адаптивная физическая культура» создан с учетом особенностей учащихся с умственной отсталостью психофизического развития, индивидуальных возможностей, обеспечивающая коррекцию нарушений развития и социальную адаптацию.

Рабочая программа составлена на основании программы специальной (коррекционной) образовательной школы VIII вида: 5-9 классы: в 2 сборниках/Под ред. В.В. Воронковой. М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2001.-Сб.1 Автор программы В.М. Мозговой. Программа разработана в целях решения оздоровительных, образовательных, воспитательных и коррекционных задач.

Характерной особенностью детей с умственной отсталостью является наличие у них разнообразных нарушений психического и физического развития, обусловленных органическим поражением центральной нервной системы различной этиологии, возникающих на разных возрастных этапах индивидуального развития.

Нередко у детей встречаются стертые двигательные нарушения, которые могут быть незаметными в бытовых условиях, но проявляются при значительной физической нагрузке, в усложненных двигательных заданиях.

Двигательная недостаточность учащихся особенно возрастает при выполнении точно дозированных мышечных усилий, пространственно-временной организации моторного акта.

К характеристике физического развития добавляется недоразвитие интеллекта, в частности речи, что в свою очередь приводит к недостаточному осмыслению речевых инструкций и заданий, что требует дополнительного внимания учителя физической культуры при организации учебной работы.

Цели и задачи обучения:

Основная *цель* предполагает формирование устойчивых мотивов и потребностей школьников в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических и психических качеств, творческом использовании средств физической культуры в организации здорового образа жизни, расширение индивидуальных двигательных возможностей, комплексная коррекция нарушения развития.

Для достижения поставленной цели необходимо решение следующих *образовательных задач*:

- освоение системы знаний, необходимой для сознательного освоения двигательных умений и навыков;
- формирование и развитие жизненно необходимых двигательных умений и навыков;
- обучение технике правильного выполнения физических упражнений;
- формирование навыка ориентировки в схеме собственного тела, в пространстве;
- овладение основами доступных видов спорта.

Развивающие задачи предполагают:

- развитие двигательных качеств (быстроты, ловкости, гибкости, выносливости, точности движений, мышечной силы, двигательной реакции);
- формирование и совершенствование двигательных навыков прикладного характера;
- развитие пространственно-временной дифференцировки;
- обогащение словарного запаса.

Наряду с этими задачами во время занятий решаются специальные *оздоровительные и коррекционные* задачи, направленные на:

- укрепление и сохранение здоровья, закаливание организма учащихся;
- активизацию защитных сил организма ребёнка;
- повышение физиологической активности органов и систем организма;
- укрепление и развитие сердечнососудистой и дыхательной системы;
- коррекцию нарушений опорно-двигательного аппарата (нарушение осанки, сколиозы, плоскостопия);
- коррекцию и компенсацию нарушений психомоторики (преодоление страха, замкнутого пространства, высоты, нарушение координации движений, завышение или занижение самооценки);
- коррекцию и развитие общей и мелкой моторики;
- обеспечение условий для профилактики возникновения вторичных отклонений в состоянии здоровья учащихся.

Обучение физической культуры способствуют реализации *воспитательных* задач:

- воспитание в детях чувства внутренней свободы, уверенности в себе, своих силах и возможностях;
- воспитание нравственных и морально-волевых качеств и навыков осознанного отношения к самостоятельной деятельности, смелости, настойчивости;
- воспитание устойчивого интереса к занятиям физическими упражнениями;
- формирование у учащихся осознанного отношения к своему здоровью и мотивации к здоровому образу жизни;
- формирования социально приемлемых форм поведения.

В результате освоения предметного содержания курса физической культуры у учащихся предполагается формирование *универсальных учебных*

действий (личностных, познавательных, регулятивных, коммуникативных), позволяющих достигать *личностных, метапредметных, регулятивных, познавательных, коммуникативных и предметных* результатов.

В учебном плане на предмет «Адаптивная физическая культура» выделяется 2 учебных часа в неделю:

- 5 класс-2 часа в неделю (68 часа в год);
- 6 класс-2 часа в неделю (68 часа в год);
- 7 класс-2 часа в неделю (68 часа в год);
- 8 класс-2 часа в неделю (68 часа в год);
- 9 класс-2 часа в неделю (68 часа в год).

Объем каждого раздела программы рассчитан таким образом, чтобы за определенное количество часов ученики смогли овладеть основой двигательных умений и навыков. Общее количество часов в год составляет 68 часов (34 учебных недели), что соответствует учебному плану.