

**Аннотация к рабочей программе по предмету
«Адаптивная физкультура» 5а (Вариант2) 2023-2024 уч.г.**

**«Адаптивная физкультура»
Пояснительная записка.**

Одним из важнейших направлений работы с ребенком, имеющим умственную отсталость, ТМНР, является физическое развитие, которое происходит на занятиях по адаптивной физической культуре.

Данная рабочая программа разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), примерной, адаптированной, основной, общеобразовательной программы образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

Рабочая программа разработана на основе следующих документов:

1. Закон РФ «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ.
2. Приказ МО РФ №1599 от 19.12.14 г. «Об утверждении ФГОС обучающихся с интеллектуальными нарушениями»;
3. Приказ МО Российской Федерации об утверждении ФАООП УО ИН №1026 от 24.11.2022г.
4. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 31 марта 2014 года № 253 «Об утверждении федерального перечня учебников, рекомендуемых к исполнению при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования» с изменениями на 26 января 2016 года. Документ с изменениями, внесенными приказами:
 - Минобрнауки России от июня 2015 года № 576;
 - Минобрнауки России от 28 декабря 2015 года № 1529;
 - Минобрнауки России от 26 января 2016 года № 38, от 05.07.2017 г.;
 - Минобрнауки России от 23 декабря 2020 года № 766;
5. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020г.№28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4 3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».
6. АООП ОКОУ «Тёткинская школа-интернат»;
7. Положение о рабочей программе учебного предмета ОКОУ «Тёткинская школа-интернат»;
8. Учебный план ОКОУ «Тёткинская школа-интернат» на 2023-2024 учебный год.

В учебном плане предмет «Адаптивная физкультура» представлен с расчетом 2 часа в неделю, 68 часов в год.

Целью занятий по адаптивной физической культуре является повышение двигательной активности детей и обучение использованию полученных навыков в повседневной жизни.

Основные задачи: формирование и совершенствование основных и прикладных двигательных навыков; укрепление и сохранение здоровья детей, профилактика болезней и возникновения вторичных заболеваний.

Программа по «адаптивной физкультуре» включает два раздела: «гимнастика» и «подвижные игры».

Основное содержание учебного предмета:

Учебный предмет «Адаптированная физкультура» включает в себя разделы; «Лыжная подготовка», «Велосипедная подготовка», «Плавание», «Коррекционные подвижные игры».

Общеразвивающие корригирующие упражнения. Установление эмоционально положительного контакта учителя с ребенком. Массаж роликом верхней части туловища, рук и нижней части туловища, ног. Знакомство с оборудованием и материалами для уроков физкультуры. Ознакомительно-ориентировочные действия в предметно - развивающей среде.

Ходьба, элементы спортивных игр и спортивных упражнений. Ходьба по прямой дорожке в прямом направлении с перешагиванием через предметы. Упражнения в ходьбе по направлению к учителю, вслед за ним. Ходьба за учителем в заданном направлении, между предметами. Ползание на четвереньках.

Катание, бросание, ловля округлых предметов. Прокатывание мяча двумя руками друг к другу. Упражнения для развития мышц кистей рук и пальцев. Прокатывание мяча двумя руками. Ловля мяча, брошенного учителем. Прокатывание мяча между предметами.

Бросание мяча двумя руками. Прокатывание мяча ногой. Игра с мячом «Футбол».

Игровые упражнения с мячами различной величины. Подвижные игры с мячом, развитие крупной моторики.

Планируемые результаты освоения учебного предмета, курса

Предметные результаты:

- проявление самостоятельности в выполнении простых учебных заданий;
- использовать принятые ритуалы социального взаимодействия с учителем;
- уметь ходить в различном темпе с различными исходными положениями с помощью наглядной и словесной инструкцией;

- иметь представление о двигательных действиях;
- узнавать различный спортивный инвентарь в основных видах двигательной активности;
- выполнять простейшие задания по словесной инструкции учителя;
- выполнять ходьбу, и бег в строю, в колонне по одному;
- уметь прыгать (толчок одной ногой и приземление на две ноги);
- правильно захватывать различные предметы, передача и переноски их;
- метать, бросать и ловить мяч;
- ходить в заданном ритме под хлопки, счет, музыку;
- преодолевать различные препятствия;
- выполнять целенаправленные действия под руководством учителя в подвижных играх;
- формировать восприятие собственного тела;
- освоение двигательных навыков, последовательности движений, развитие координационных способностей;
- совершенствование физических качеств: ловкости, силы, быстроты, выносливости;
- формирование интереса к определенным видам физкультурно-спортивной деятельности.

Личностные результаты

- восприятие собственного тела, осознание своих физических возможностей и ограничений.
- освоение доступных способов контроля над функциями собственного тела: сидеть, стоять, передвигаться (в т.ч. с использованием технических средств).
- освоение двигательных навыков, координации, последовательности движений.
- совершенствование физических качеств: ловкости, силы, быстроты, выносливости.
- повышение уровня самостоятельности в освоении и совершенствовании двигательной активности.