

Аннотация к рабочей программе учебного предмета «Адаптивная физкультура» 5-9 классы

Адаптированная рабочая программа по физической культуре для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) разработана в соответствии с требованиями федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования (ОБЗ) обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), предъявляемыми к структуре, условиям реализации и планируемому результату освоения АООП, на основе адаптированной основной образовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

Для прохождения программы учебного предмета «Адаптивная физкультура» используются учебники ФГОС: «Физическая культура» 5-6-7 классы, под редакцией М.Я. Виленского, рекомендовано Министерством образования и науки РФ, Москва «Просвещение»; «Физическая культура» 8-9 классы, В.И. Лях, рекомендовано Министерством образования и науки РФ, Москва «Просвещение».

Цель изучения физической культуры заключается во всестороннем развитии личности обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) в процессе приобщения к физической культуре, повышении уровня их психофизического развития, расширении индивидуальных двигательных возможностей, комплексной коррекции нарушений развития, социальной адаптации.

Учебный предмет «Адаптивная физкультура» изучается с 5 по 9 класс из расчёта 2 часа в неделю, 68 часов в год.

Структура рабочей программы по «Адаптивной физкультуре» включает следующие разделы:

- пояснительная записка;
- цель изучения адаптивной физкультуры;
- место учебного предмета «Адаптивная физкультура» в учебном плане;
- содержание учебного предмета;
- планируемые результаты освоения учебного предмета;
- тематическое планирование;
- учебно-методическое обеспечение образовательного процесса;
- материально-техническое обеспечение образовательного процесса.

Содержание программы отражено в следующих разделах: «Гимнастика», «Легкая атлетика», «Лыжная подготовка», «Подвижные игры», «Спортивные игры». В каждом из разделов выделено два взаимосвязанных подраздела: «Теоретические сведения» и «Практический материал». Кроме этого, с учетом возраста и психофизических возможностей обучающихся им также предлагаются для усвоения некоторые теоретические сведения из области физической культуры, которые имеют самостоятельное значение.

В разделе «Гимнастика» (подраздел «Практический материал») кроме построений и перестроений представлены два основных вида физических упражнений: с предметами и без предметов, содержание которых по сравнению с младшими классами в основном остается без изменений, но при этом возрастает их сложность и увеличивается дозировка. К упражнениям с предметами добавляется опорный прыжок; упражнения со скакалками; на преодоление сопротивления; упражнения для корпуса и ног; элементы акробатики.

В раздел «Легкая атлетика» включены традиционные виды: ходьба, бег, прыжки, метание, которые способствуют развитию физических качеств обучающихся (силы, ловкости, быстроты и т. д.).

Освоение раздела «Лыжная подготовка» направлена на дальнейшее совершенствование навыков владения лыжами, которые способствуют коррекции психомоторной сферы обучающихся.

Особое место в системе уроков по физической культуре занимают разделы «Подвижные игры» и «Спортивные игры», которые не только способствуют укреплению здоровья обучающихся и развитию у них необходимых физических качеств, но и формируют навыки коллективного взаимодействия. Начиная с V-го класса, обучающиеся знакомятся с доступными видами спортивных игр: волейболом, баскетболом, мини-футболом.

Теоретические сведения

Личная гигиена, солнечные и воздушные ванны. Значение физических упражнений в жизни человека.

Подвижные игры. Роль физкультуры в подготовке к труду. Значение физической культуры в жизни человека. Самостраховка и самоконтроль при выполнении физических упражнений.

Помощь при травмах. Способы самостоятельного измерения частоты сердечных сокращений.

Физическая культура и спорт в России. Специальные олимпийские игры.

Здоровый образ жизни и занятия спортом после окончания школы.

При подготовке рабочей программы учитывались личностные, метапредметные и предметные результаты.