

**Аннотация к адаптированной рабочей программе учебного предмета  
«Физическая культура» образования обучающихся с умственной  
отсталостью (интеллектуальными нарушениями)  
1 вариант (5-9 классы)**

Адаптированная рабочая программа учебного предмета «Физическая культура» образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) 1 вариант (5-9 классы) составлена на основе:

1. Федерального закона "Об образовании в Российской Федерации" от 29.12.2012 N 273-ФЗ;
2. Федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (утв. приказом Министерства образования и науки РФ от 19 декабря 2014 г. № 1599) (далее – ФГОС образования обучающихся с УО (интеллектуальными нарушениями));
3. Учебного плана для обучающихся по адаптированной основной общеобразовательной программе основного общего образования для умственно отсталых детей МОУ «СОШ № 1 г. Ртищево Саратовской области», учебный план составлен на основании ФГОС образования обучающихся с УО (интеллектуальными нарушениями) (утв. приказом Министерства образования и науки РФ от 19 декабря 2014 г. № 1599);
4. Адаптированной основной общеобразовательной программы, реализующей ФГОС НОО ОВЗ и ФГОС обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) Муниципального общеобразовательного учреждения «Средняя общеобразовательная школа № 1 г. Ртищево Саратовской области»
5. Программ специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида: 5-9 классы, под редакцией В. В. Воронковой. – М.: Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС, 2013 г.
6. Э.В.Якубовская, М.И.Шишкова, И.М.Бгажнокова Рабочие программы по учебным предметам ФГОС образования обучающихся с интеллектуальными нарушениями Вариант 1 5-9 классы Москва «Просвещение» 2018г.
7. «Федерального перечня учебников, рекомендуемых к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования» (утв. приказом Министерства образования и науки РФ от 28.12.2018 г. № 345, с изм. от 22.11.2019 г.);
8. Постановления Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 10.07.2015 № 26 «Об утверждении СанПиН 2.4.2.3286-15 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения и воспитания в организациях, осуществляющих образовательную деятельность по адаптированным основным общеобразовательным программам для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья».

**Цель курса:**

Цель – формирование двигательной активности, здорового образа жизни, профилактика заболеваний учащихся посредством адаптивной физкультуры. Развитие физических качеств и способностей, совершенствование функциональных возможностей организма, укрепление индивидуального здоровья.

**Задачи преподавания физической культуры:**

#### Образовательные задачи:

1. Освоение системы знаний, необходимой для сознательного освоения двигательных умений и навыков.
2. Формирование и развитие жизненно необходимых двигательных умений и навыков.
3. Обучение технике правильного выполнения физических упражнений.
4. Формирование навыка ориентировки в схеме собственного тела, в пространстве.

#### Развивающие задачи:

1. Развитие двигательных качеств (быстроты, ловкости, гибкости, выносливости, точности движений, мышечной силы, двигательной реакции).
2. Формирование и совершенствование двигательных навыков прикладного характера.
3. Развитие пространственно-временной дифференцировки.
4. Обогащение словарного запаса.

#### Оздоровительные и коррекционные задачи:

1. Укрепление и сохранение здоровья, закаливание организма учащихся.
2. Активизация защитных сил организма ребёнка.
3. Повышение физиологической активности органов и систем организма.
4. Укрепление и развитие сердечнососудистой и дыхательной системы.
5. Коррекция нарушений опорно-двигательного аппарата (нарушение осанки, сколиозы, плоскостопия).
6. Коррекция и компенсация нарушений психомоторики (преодоление страха, замкнутого пространства, высоты, нарушение координации движений, завышение или занижение самооценки).
7. Коррекция и развитие общей и мелкой моторики.
8. Обеспечение условий для профилактики возникновения вторичных отклонений в состоянии здоровья школьников.

#### Воспитательные задачи:

1. Воспитание в детях чувства внутренней свободы, уверенности в себе, своих силах и возможностях.
2. Воспитание нравственных и морально-волевых качеств и навыков осознанного отношения к самостоятельной деятельности, смелости, настойчивости.
3. Воспитание устойчивого интереса к занятиям физическими упражнениями.
4. Формирование у учащихся осознанного отношения к своему здоровью и мотивации к здоровому образу жизни.

Состав обучающихся 5-9 классов разнообразен по своим возможностям усвоения учебного материала. Детей каждого класса можно разделить на четыре уровня по способностям и степени обучаемости:

**I уровень.** Детям доступен уровень обобщения учебного материала, предусмотренной учебной программой по физкультуре. При выполнении сравнительно сложных заданий им нужна незначительная активизирующая помощь взрослого (поощрение, поддержка).

**II уровень.** В основном обучающиеся успевают по предмету и без особых трудностей усваивают программный материал. В коррекционно-воспитательной работе они нуждаются в организации их деятельности и в постоянной стимуляции-«подбадривании», похвале. В индивидуальном подходе к этим детям необходимо учитывать их возможности, всячески развивать физические способности, инициативу, использовать все их положительные качества.

**III уровень.** У детей этой группы отмечается низкая работоспособность, безынициативность. Они плохо участвуют в работе, не воспринимают общую инструкцию педагога, невнимательны. Если дать им индивидуальное задание, они в состоянии выполнять, хотя медленно и не всегда точно.

Следовательно, в индивидуальном подходе к таким детям необходимо активизировать их во всех видах деятельности.

**IV уровень.** Усвоение учебного материала для этих детей составляет большую трудность. Ученики затрачивают много усилий, но с заданием справляются еле-еле, а иногда вообще не справляются (низкий уровень физических способностей).

Таким обучающимся необходимо организация индивидуальной коррекционной помощи, где используется совместная с педагогом деятельность, коррекция всех основных (мотивационного, операционного, оценочного) компонентов саморегуляции. Обучение ведется индивидуальное, пошаговое, которое доступно ребенку. Создаются специальные ситуации, позволяющие позитивно проявить себя ребенку на уроке и во внеурочное время.

Ввиду психологических особенностей детей с умственной отсталостью, с целью усиления практической направленности обучения проводится **коррекционная работа**, которая **включает следующие направления (задачи).**

Совершенствование движений и сенсорного развития:

- развитие мелкой моторики и пальцев рук;
- объяснять в доступной форме технику выполнения упражнений, входящих в комплексы;
- находить, анализировать типичные и не типичные ошибки в технике выполнения упражнений и уметь исправлять их;

Коррекция отдельных сторон психической деятельности:

- коррекция и развитие памяти;
- коррекция и развитие внимания;
- развитие пространственных представлений и ориентации.

Развитие различных видов мышления:

- развитие наглядно-образного мышления;

Коррекция нарушений в развитии эмоционально-личностной сферы:

- развитие инициативности, стремления доводить начатое дело до конца;
- формирование умения преодолевать трудности;
- воспитание самостоятельности принятия решения;
- формирование адекватности чувств;
- формирование устойчивости и адекватной самооценки;
- формирование умения анализировать свою деятельность;
- восприятие правильного отношения к критике.

Оздоровительные и коррекционные задачи:

- укрепление и сохранение здоровья, закаливание организма учащихся.
- активизация защитных сил организма ребёнка.
- повышение физиологической активности органов и систем организма.
- укрепление и развитие сердечнососудистой и дыхательной системы.
- коррекция нарушений опорно-двигательного аппарата (нарушение осанки, сколиозы, плоскостопия).

Приоритетными направлениями коррекционной работы являются:

- укрепление и охрана здоровья, физическое развитие ребенка;
- формирование и развитие коммуникативной и когнитивной функции речи;
- формирование и развитие продуктивных видов деятельности, социального поведения;

- расширение социальных контактов с целью формирования навыков социального поведения, знаний о себе, о других людях, об окружающим микросоциуме.

На изучение дисциплины рассчитано следующее количество часов: 5 класс –102 часа; 6 класс –102 часа; 7 класс –102 часа; 8 класс –102 часа , 9 класс -102 часа.

Программный материал расположен концентрически включает в себя следующие разделы: «Подвижные игры»; «Легкая атлетика»; «Гимнастика»; «Игры», «Лыжная подготовка».