

Аннотация  
к адаптированной рабочей программе  
по физической культуре

Рабочая программа по учебному предмету «Адаптированная физическая культура» для 1- 4 классов разработана на основании Федерального закона Российской Федерации «Об образовании в Российской Федерации» N273-ФЗ (в ред. Федеральных законов от 07.05.2013 N99-ФЗ, от 23.07.2013 N 203-ФЗ) (ст.7, ст. 9 п.б. ст. 14 п. 5, ст. 28 п. 19, ст. 32 п. 2, п. 7), Федерального Государственного образовательного стандарта начального общего образования (приказ Министерства образования и науки РФ от 06.10.2009г. №373 «Об утверждении и введении в действие федерального государственного стандарта начального общего образования» с изменениями и дополнениями от 29 декабря 2014 года № 1643), авторской программы «Физическая культура» В.И. Ляха, А.А. Зданевича. М, «Просвещение», 2014 и ориентирована на использование учебно-методического комплекта: Лях, В. И. Физическая культура. 1–4 классы : учеб. Для общеобразовательных учреждений / В. И. Лях. – М.: Просвещение, 2014. Программа адаптирована для обучения лиц с задержкой психического развития с учетом особенностей их психофизического развития, индивидуальных возможностей

**Цели и задачи:**

Освоение физической культуры в школе направлено на реализацию следующих задач: - укрепление здоровья, профилактика заболеваний сердечно-сосудистой, дыхательной систем и опорно-двигательного аппарата, содействие гармоническому физическому развитию; - освоение двигательных навыков и умений, необходимых для нормальной жизнедеятельности, - развитие основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости); - формирование простейших знаний о личной гигиене, режиме дня, установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни; - приобщение к самостоятельным занятиям (дома), подвижным играм; - воспитание морально-волевых качеств; - воспитание устойчивого интереса к двигательной активности; - обучение детей правилам поведения во время занятий физическими упражнениями; развитие умения контролировать уровень своей двигательной подготовленности. 2 Коррекционные задачи физической культуры заключаются в формировании жизненных компетенций: - исправление недостатков физического и психического развития посредством специальных упражнений; - формирование

первоначальных умений саморегуляции средствами физической культуры; - овладение ребёнком основными представлениями о собственном теле, возможностях и ограничениях его физических функций, возможностях компенсации; - формирование понимания связи телесного самочувствия с настроением, собственной активностью, самостоятельностью и независимостью; - овладение умениями включаться в занятия, дозировать физическую нагрузку.

### **Планируемые результаты**

В соответствии с требованиями, обозначенными в ФГОС начального общего образования у обучающихся с задержкой психического развития будут достигнуты три вида результатов: личностные, метапредметные и предметные. Личностные универсальные учебные действия Личностные результаты включают индивидуально-личностные качества и социальные (жизненные компетенции учащихся, социально значимые ценностные установки, необходимые для достижения основной цели современного образования – введения обучающихся с ЗПР в культуру, овладение ими социально-культурным опытом. Личностные результаты отражают: 1) Осознание себя как гражданина России; формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России; 2) Формирование целостного, социально ориентированного взгляда на мир и его органичном единстве природной и социальной частей; 3) Формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов; 4) Развитие адекватных представлений о собственных возможностях, о насущно необходимом жизнеобеспечении; 5) Овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире; 6) Овладение социально-бытовыми умениями, используемыми в повседневной жизни; 4 7) Владение навыками коммуникации и принятыми ритуалами социального взаимодействия; 8) Способность к осмыслению и дифференциации картины мира, её временнопространственной организации; 9) Способность к осмыслению социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей; 10) Принятие и освоение социальной роли обучающегося, формирование и развитие социально значимых мотивов учебной деятельности; 11) Развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях; 12) Формирование эстетической потребности, ценностей и чувств; 13) Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей; 14) Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни,

наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям. Метапредметные результаты включают освоенные обучающимися универсальные учебные действия (познавательные, регулятивные, коммуникативные), обеспечивающие овладение ключевыми компетенциями (составляющие основу умения учиться) и межпредметными знаниями, а также способность решать учебные и жизненные задачи и готовность к овладению в дальнейшем АООП основного общего образования. Метапредметные результаты отражают: 1) Овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи решения типовых учебных и практических задач; 2) Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; 3) Формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности; 4) Освоение начальных форм познавательной и личностной рефлексии; 5) Использование элементарных знаково-символических средств представления информации для создания решения учебных и практических задач; 6) Использование речевых средств и средств информационных и коммуникативных технологий (ИКТ) для решения коммуникативных познавательных задач; 7) Формирование умений работы с учебной книгой для решения коммуникативных и познавательных задач в соответствии с возрастными и психологическими особенностями обучающихся; 8) Использование различных способов поиска, сбора, обработки информации в соответствии с коммуникативными и познавательными задачами и технологиями учебного предмета; 9) Овладение навыками смыслового чтения текстов доступных по содержанию и объёму художественных текстов в соответствии с целями и задачами; осознанно строить речевое высказывание в соответствии с задачами коммуникации и составлять тексты в устной и письменной форме; 10) Овладение логическими действиями сравнения, анализа, синтеза, обобщения, классификации по родовым признакам на наглядном материале, основе практической деятельности и доступном вербальном материале на уровне, соответствующим индивидуальным возможностям; 11) Готовность слушать собеседника и вступать в диалог и поддерживать его; готовность признавать возможность существования различных точек зрения и права каждого иметь свою; излагать свое мнение; 12) Умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих; 13) Готовность конструктивно решать конфликты посредством учёта интересов сторон и сотрудничества; 14) Овладение

начальными сведениями о сущности и особенностях объектов, процессов и явлений действительности (природных, социальных, культурных, технических и др.) в соответствии с содержанием конкретного учебного предмета; 5 15) Овладение некоторыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими доступные существенные связи и отношения между объектами и процессами. Предметные результаты включают освоенный обучающимися в ходе изучения учебного предмета опыт специфической для каждой предметной области деятельности по получению нового знания, его преобразованию и применению, а также система основополагающих элементов научного знания, лежащая в основе современной научной картины мира. Предметные результаты отражают: 1) Формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека, физического развития, повышения работоспособности; 2) Формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни; 3) Овладение основными представлениями о собственном теле, возможностях его физических функций, возможностях компенсации; 4) Формирование понимания связи телесного самочувствия с настроением, собственной активностью, самостоятельностью и независимостью; 5) Овладение умениями поддерживать образ жизни, соответствующий возрасту, потребностям и ограничениям здоровья, поддерживать режим дня с необходимыми оздоровительными процедурами. Овладение умениями включаться в занятия на свежем воздухе, адекватно дозировать физическую нагрузку, соблюдать необходимый индивидуальный режим питания и сна; 6) Формирование умения следить за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок; 7) Развитие основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости); 8) Формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни.

**Место предмета в учебном плане** Предмет «Адаптивная физическая культура» изучается с 1 по 4 класс из расчёта 1 ч в неделю (всего 135 ч): в 1 классе — 33 ч, во 2 классе — 34 ч, в 3 классе — 34 ч, в 4 классе — 34 ч.