

## Аннотация к рабочей программе учебного предмета

### Физическая культура

#### (Адаптивная физическая культура)

#### Общая характеристика учебного предмета Физическая культура

#### (Адаптивная физическая культура)

Формирование умения следить за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, адекватно их дозировать. Овладение основами доступных видов спорта (легкой атлетикой, гимнастикой, лыжной подготовкой и другими) в соответствии с возрастными и психофизическими особенностями обучающихся. Коррекция недостатков познавательной сферы и психомоторного развития; развитие и совершенствование волевой сферы. Воспитание нравственных качеств и свойств личности.

Разнородность состава учащихся начального звена по психическим, двигательным и физическим данным выдвигает ряд конкретных задач физического воспитания:

- коррекция нарушений физического развития;
  - формирование двигательных умений и навыков;
  - развитие двигательных способностей в процессе обучения;
  - укрепление здоровья и закаливание организма, формирование правильной осанки;
  - раскрытие возможных избирательных способностей и интересов ребенка для освоения доступных видов спортивно-физкультурной деятельности;
  - формирование и воспитание гигиенических навыков при выполнении физических упражнений;
  - формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни;
  - поддержание устойчивой физической работоспособности на достигнутом уровне;
  - формирование познавательных интересов, сообщение доступных теоретических сведений по физической культуре;
  - воспитание устойчивого интереса к занятиям физическими упражнениями;
  - воспитание нравственных, морально-волевых качеств (настойчивости, смелости), навыков культурного поведения;
- Коррекция недостатков психического и физического развития с учетом возрастных особенностей обучающихся, предусматривает:
- обогащение чувственного опыта;
  - коррекцию и развитие сенсомоторной сферы;
  - формирование навыков общения, предметно-практической и познавательной деятельности.

### ЦЕЛИ ИЗУЧЕНИЯ УЧЕБНОГО Физическая культура

#### (Адаптивная физическая культура)

**Цель:** формирование первоначальных знаний в области физической культуры для укрепления здоровья и развития основных физических качеств.

**Основные задачи** реализации содержания:

Профилактика вторичных нарушений физического развития. Владение основными двигательными умениями и навыками (бег, ходьба и другие). Развитие основных физических качеств (сила, быстрота, выносливость, координация, гибкость, равновесие). Развитие потребности в занятиях физической культурой.

Занятия по физической культуре должны проводиться в строгом соответствии с группой здоровья. Наряду с общими задачами решаются **задачи по коррекции вторичных отклонений** в физическом развитии учащихся:

-формирование умений и навыков ориентировки в пространстве с помощью зрения, слуха;

- развитие мышечного чувства;
- охрана зрения.

**Место предмета в учебном плане Физическая культура  
(Адаптивная физическая культура)**

Курс "Физическая культура (Адаптивная физическая культура)" рассчитан на 405 часов. В 1 классе на изучение отводится 99 часов (3 часа в неделю), во 2-5 классах по 102 часа (3 часа в неделю, 34 недели в каждом классе).