

Аннотация к рабочей программе учебного предмета

«Адаптивная физическая культура» 7 класс

<p>Нормативно-методические материалы</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Закон РФ «Об образовании в РФ» от 29.12.2012 № 273-ФЗ • Федеральная адаптированная основная общеобразовательная программа образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) от 24.11 2022 №1026; • Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.12.2014 № 1599 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)» • Адаптированная основная общеобразовательная программа для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) • Федеральный перечень учебников, рекомендованных Министерством образования Российской Федерации к использованию в образовательном процессе в общеобразовательных учреждениях
<p>Реализуемый УМК</p>	<p>Виленский, М. Я. Физическая культура. 5–7 кл.: учеб. для общеобразоват. учреждений / М. Я. Виленский, Т. Ю. Торочкова, И. М. Туревский ; под общ. ред. М. Я. Виленского. – М. : Просвещение.</p>
<p>Цели и задачи изучения предмета</p>	<p>Цель учебного предмета – всестороннее развитие личности обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) в процессе приобщения их к физической культуре, повышении уровня их психофизического развития, расширении индивидуальных двигательных возможностей, комплексной коррекции нарушений развития, социальной адаптации.</p> <p>Задачи обучения:</p> <ul style="list-style-type: none"> – формирование потребности в систематических занятиях физической культурой и доступных видах спорта; – формирование основных двигательных качеств: быстроту, силу, ловкость и другие; – развитие у обучающихся умения следить за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, адекватно их дозировать; – формирование умения ходить и бегать в различном темпе, во время бега и ходьбы не задерживать дыхание; выполнять ускорения на отрезках от 40-до 60 м; – формирование умения выполнять прыжок в длину способом «согнув ноги с полного разбега»; – формирование умения метать мяч на дальность и в цель; – совершенствование техники выполнения строевых команд и перестроений;

	<ul style="list-style-type: none"> – совершенствование умения сохранять равновесие во время выполнения заданий на гимнастической скамейке и стенке; – формирование умения выполнять самостоятельно общеразвивающие и корригирующие упражнения в определенном ритме; – совершенствование умения перелезать через препятствие и подлезать под препятствие различным способом в зависимости от высоты препятствия; – совершенствования умения передвигаться на лыжах изученными способами; – формирование мотивации к здоровому образу жизни; – совершенствование техники и приемов в спортивных играх.
Срок реализации программы	1 год
Место учебного предмета в учебном плане	7 класс - 68 часов (0,5 часа в неделю аудиторно, 1,5 часа сам-но)
Результаты освоения учебного предмета (требования к выпускнику)	<p><u>Личностные результаты:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> – формирование чувства гордости за успехи, достижения как собственные, так и своих товарищей, достигнутых в соревнованиях различного уровня; – воспитание эстетических потребностей и чувств средствами физического воспитания; – формирование этических чувств, проявление доброжелательности, эмоционально-нравственной отзывчивости и взаимопомощи, проявление сопереживания к чувствам других людей. <p><u>Уровни достижения предметных результатов</u> по учебному предмету «Адаптивная физическая культура» в 7 классе</p> <p><i>Минимальный уровень:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – иметь представления о физической культуре как средстве укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека; – выполнять комплексы утренней гимнастики под руководством учителя; – знать основные правила поведения на уроках физической культуры и осознанно их применять; – иметь представления о двигательных действиях; знать строевые команды и выполнять строевых действий по словесной инструкции; – уметь вести подсчёт при выполнении общеразвивающих упражнений; – ходить в различном темпе с различными исходными положениями; – иметь представление о видах двигательной активности, направленных на преимущественное развитие основных физических качеств в процессе участия в спортивных играх и эстафетах; – взаимодействовать со сверстниками в организации и проведении спортивных игр, соревнований;

– иметь представления о бережном обращении с инвентарём и оборудованием, соблюдение требований техники безопасности в процессе участия в физкультурно-спортивных мероприятиях.

Достаточный уровень:

– освоить элементы гимнастики, легкой атлетики, лыжной подготовки, спортивных игр и других видов физической культуры;

– выполнять самостоятельно комплексы утренней гимнастики;

– выполнять комплексы упражнений для формирования правильной осанки и развития мышц туловища, развития основных физических качеств;

участвовать в оздоровительных занятиях в режиме дня;

– знать виды двигательной активности в процессе физического воспитания; выполнение двигательных действий;

– уметь подавать строевые команды, вести подсчёт при выполнении общеразвивающих упражнений;

– участвовать совместно со сверстниками в спортивных играх и эстафетах;

– уметь оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам в процессе участия в спортивных играх и соревнованиях; осуществлять их объективное судейство;

– знать спортивные традиции своего народа и других народов;

– знать некоторые факторы из истории развития физической культуры, понимать её роль и значение в жизнедеятельности человека;

– знать способы использования различного спортивного инвентаря в основных видах двигательной активности;

– знать правила техники выполнения двигательных действий;

– знать организацию занятий по физической культуре с различной целевой направленностью: на развитие быстроты, выносливости, силы, координации; знать физические упражнения с различной целевой направленностью, их выполнять с заданной дозировкой нагрузки;

– соблюдать требования техники безопасности в процессе участия в физкультурно-спортивных мероприятиях.