**Аннотация к рабочей программе по предмету «Физкультура», 3а класс**

Рабочая программа для 3а класса по предмету «Физкультура» составлена на основе Адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) ГКОУ «Волжская школа №1» на 2019-2020 учебный год, вариант 1 .

***Цель***: всестороннее развитие личности обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) в процессе приобщения их к физической культуре, коррекции недостатков психофизического развития, расширение индивидуальных двигательных возможностей, социальной адаптации.

***Задачи:***

— коррекция нарушений физического развития;

— формирование двигательных умений и навыков;

— развитие двигательных способностей в процессе обучения;

— укрепление здоровья и закаливание организма, формирование правильной осанки;

— 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;

— 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.

**Тематическое планирование**

Программа по физкультуре рассчитана на 102 часа 3раза в неделю.

|  |  |
| --- | --- |
| **Раздел** | **Кол-во часов** |
| Знания о физической культуре | 4ч. |
| Гимнастика | 30ч. |
| Легкая атлетика | 30ч. |
| Игры | 38ч. |
| Всего часов в год | 102ч. |

**Планируемые результаты освоения**

**Предметные результаты**

*минимальный уровень*

- выполнение комплексов утренней гимнастики под руководством учителя;

- знание основных правил поведения на уроках физической культуры;

- выполнение несложных упражнений по словесной инструкции при выполнении строевых команд;

- знание о таких понятиях как шеренга, колонна, круг;

- ходьба в различном темпе с различными исходными положениями;

- чередовать бег с ходьбой;

- взаимодействие со сверстниками в организации и проведении подвижных игр;

- знание правил бережного обращения с инвентарём и оборудованием, соблюдение

требований техники безопасности в процессе участия в физкультурно-спортивных

мероприятиях.

*достаточный уровень*

- представления о физической культуре как средстве укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;

- практическое освоение элементов гимнастики, легкой атлетики, спортивных и подвижных игр и других видов физической культуры;

- самостоятельное выполнение комплексов утренней гимнастики;

- владение комплексами упражнений для формирования правильной осанки и развития мышц туловища; участие в оздоровительных занятиях в режиме дня (физкультминутки);

- выполнение основных двигательных действий в соответствии с заданием учителя: бег, ходьба, прыжки и др;

- знать правила поведения во время игр;

- умение целенаправленно действовать в подвижных играх под руководством учителя;

- знание и применение правил бережного обращения с инвентарём и оборудованием в повседневной жизни;

- соблюдение требований техники безопасности в процессе участия в физкультурно-спортивных мероприятиях.

**Личностные результаты:**

- проявлять положительные качества личности и управление своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;

- освоить социальную роль ученика, проявлять интерес к учению;

- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;

- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, нахождение с ними общего интереса;

- иметь представления о здоровом и безопасном образе жизни: гигиенические навыки;

- охранительные режимные моменты (разминка, подвижные игры); Т\Б на уроках физкультуры.

**Учебно-методическое сопровождение:**

1. Программы специальных (коррекц.) образ. учреждений VIII вида: 0-4 кл. Под ред. Бгажноковой И.М./ Аксёнова А.К., Бугаёва Т.И. М.: Просвещение, 2013 – 220с.
2. Мозговой В.М. Уроки физической культуры в начальных классах: пособие для учителя спец.(коррекц.) образоват. учреждений VIII вида/ - М.: Просвещение, 2009-256 с.: ил.
3. Черник Е.С. Физическая культура во вспомогательной школе: Учебное пособие. – М.: Учебная литература, 1997. – 330 с., ил.