**Аннотация к рабочей программе по предмету «Физкультура», 7а класс**

Рабочая программа для 7а 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:***

— 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 нравственных, морально-волевых качеств (настойчивости, смелости), навыков культурного поведения;

**Направления коррекционно-развивающей работы:**

— обогащение чувственного опыта;

— коррекцию и развитие сенсомоторной сферы;

— формирование навыков общения, предметно-практической и познавательной деятельности;

— коррекция нарушений физического развития;

**Тематическое планировании**

Программа по физкультуре рассчитана на 68 часов 2раза в неделю

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Раздел** | **Кол – во часов** | **Соревнования** |
| 1 | Знание о физической культуре | 4 |  |
| 2 | Гимнастика | 20 |  |
| 3 | Лёгкая атлетика | 20 | 5 |
| 4 | Подвижные игры | 24 |  |
|  |  |  |  |

**Планируемые результаты освоения**

**Предметные результаты**

*минимальный уровень*

* знание правил профилактики травматизма, подготовки мест для занятий физической культурой;
* выбор спортивной одежды и обуви в зависимости от погодных условий и времени года;
* представление о закаливании организма;
* знание основных правил закаливания, правил безопасности и гигиенических требований;
* выполнение строевых действий в шеренге и колонне;
* объяснение правил, техники выполнения двигательных действий, анализ и нахождение ошибок (с помощью учителя);
* соблюдение требований техники безопасности в процессе участия в физкультурно- спортивных мероприятиях.

*достаточный уровень*

* составление (под руководством учителя) комплексов физических упражнений оздоровительной, тренирующей и корригирующей направленности;
* выполнение общеразвивающих и корригирующих упражнений без предметов, целенаправленно воздействующих на развитие основных физических качеств человека;
* •применение способов регулирования нагрузки за счет пауз, чередования нагрузки и отдыха, дыхательных упражнений;
* •подача строевых команд, ведение подсчёта при выполнении общеразвивающих упражнений;
* адекватное взаимодействие с товарищами при выполнении заданий по физической культуре;
* самостоятельное объяснение правил, техники выполнения двигательных действий, анализ и нахождение ошибок.

**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
* осваивать умения и навыки в самостоятельной организации и проведении подвижных игр;
* оказывать помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

**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.