**Аннотация к рабочей программе по предмету «Физическая культура», 9а класс**

Рабочая программа для 9 а класса по предмету «Физическая культура» составлена на основе Адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) ГКОУ «Волжская школа№1» на 2019-2020 учебный год, (вариант1)

**Основная цель** изучения данного предмета заключается во всестороннем раз­ви­тии личности обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными на­ру­ше­ни­я­ми) в процессе приобщения их к физической культуре и спорту, коррекции недостатков пси­хо-эмоционального и ­фи­зи­че­ского развития, расширении жизненно необходимых двигательных возможностей, социальной ада­птации.

**Основные задачи** изучения предмета:

      • укрепление здоровья и закаливание организма, формирование правильной осанки;

      • формирование и совершенствование разнообразных двигательных умений и навыков, таких как сила, быстрота, выносливость, ловкость и др.;

      • коррекция нарушений общего физического развития психомоторики, воспитание культуры санитарно-гигиенических навыков, поддержание устойчивой физической работоспособности на достигнутом уровне;

      • формирование познавательных, эстетических, нравственных интересов на материале физической культуры и спорта;

      • воспитание устойчивых морально-волевых качеств: настойчивости, смелости, умения преодолевать трудности.

**Тематическое планирование**

Рабочая программа по адаптивной физической культуре рассчитана в 9а классе на 34 учебные недели: 2 ч в неделю – 68 ч в год.

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Раздел | кол  во  час | из них | Планируемые результаты | |
|  | предметные | личностные |
| 1 | Теоретические  знания | В процес  всех уроков |  | Минимальный уровень:  представления о физической культуре как средстве укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;  знание основных правил поведения на уроках физической культуры и осознанное их применение;  Достаточный уровень:  - соблюдение требований техники безопасности в процессе участия в физкультурно-спортивных мероприятиях. | -осознание себя как ученика, заинтересованного посещением школы, обучением, занятиями, как одноклассника, друга;  -способность к осмыслению социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей;  -понимание личной ответственности за свои поступки на основе представлений о этических нормах и правилах поведения;  -готовность к безопасному поведению. |
| 2 | Лёгкая атлетика | 26 | КДП – 4ч  Соревн.  - 2 часа | Минимальный уровень:  -выполнение комплексов гимнастики под руководством учителя;  -выполнение основных двигательных действий в соответствии с заданием учителя: бег, ходьба, прыжки и др с помощью;  Достаточный уровень:  -самостоятельное выполнение комплексов утренней гимнастики;  -выполнение основных двигательных действий в соответствии с заданием учителя самостоятельно | формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к труду, работе на результат, духовным ценностям. |
| 3 | Гимнастика | 18 | КДП-2ч | Минимальный уровень:  -выполнение несложных упражнений по словесной инструкции самостоятельно и с помощью;  -представления о двигательных действиях и о туристических навыках;  Достаточный уровень:  -владение навыками туризма  - знание названий инвентаря и умение им пользоваться | - развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения;  доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей |
| 4 | Спортивные игры | 24 | КДП-1ч  Соревн-2 | Минимальный уровень:  -взаимодействие со сверстниками в организации и проведении подвижных игр, элементов соревнований; участие в подвижных играх и эстафетах под руководством учителя;  Достаточный уровень:  -совместное участие со сверстниками в подвижных играх и эстафетах;  -оказание посильной помощь и поддержки сверстникам в процессе участия в подвижных играх и соревнованиях; | социально-эмоциональное участие в процессе общения и совместной деятельности в игра  -вступать в контакт и работать в коллективе  -обращаться за помощью и принимать помощь;  -доброжелательно относиться, конструктивно взаимодействовать с людьми; |

**УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ**

1. Баряева Л.Б., Бойков Д.И., Липакова В.И. и др. Программа обучения учащихся с умеренной и тяжелой умственной отсталостью: СПб: ЦДК проф.Л.Б. Баряевой.- 2001г.
2. Здоровьесберегающие технологии в образовательном процессе / авт.-сост. С.А. Цабыбин.-Волгоград: Учитель. 2009.
3. Физическая культура. 5-7 классы: учеб.для общеобразоват.организаций/под ред.М.Я.Виленского. – 3-е изд. – М. : Просвещение, 2014. – 239с.
4. Физическая культура. 1-11 классы: комплексная программа физического воспитания учащихся В.И.Ляха, А.А.Зданевича. Учебное пособие. Авт.-сост. А.Н.Каинов, Г.И.Курьерова. – Изд.2-е. – Волгоград: Учитель, 2013. – 171 с.

Для реализации рабочей программы используется дополнительная литература:

<http://infourok.ru/>

<http://www.twirpx.com/>

<http://www.zavuch.ru/>

<http://fizkultura-na5.ru/>

<http://www.fizkult-ura.ru/>