

**Аннотация рабочей программы учебного предмета
«ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА. 1-4 КЛАССЫ»**
адаптированной основной общеобразовательной программы
начального общего образования для обучающихся с нарушениями опорно-
двигательного аппарата (вариант 6.2; вариант 6.3; вариант 6.4)

Программа разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, Концепции духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России, планируемых результатов начального общего образования. Предметная линия учебников системы «Школа России» 1-4 классы.

1. Цель и задачи изучения предмета «Адаптивная физическая культура» в начальной школе

Цель изучения в начальной школе: формирование разносторонне физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха.

Основные задачи курса:

1. Воспитывать нравственные качества, дисциплинированность, организованность и самостоятельность, чувство долга и ответственности, навыки культуры поведения. А также формировать у школьников понятие о том, что забота человека о своем здоровье, физическом развитии, физической подготовленности является не только его личным делом, но и общественным долгом.
2. Готовить учащихся к выполнению требований по теоретическим сведениям, легкоатлетическим и гимнастическим упражнениям, ходьбе на лыжах и играм.
3. Научить основным видам двигательных действий и выполнению их в различных по сложности условиях, развивать необходимые для этого двигательные качества.
4. Формировать у учащихся навыки и привычку самостоятельно заниматься физическими упражнениями; воспитывать устойчивый интерес к физической культуре и содействовать внедрению ее в режим дня.
5. Содействовать формированию у учащихся правильно осанки, подтянутости, опрятности и кинестетического контроля.

2. Место учебного предмета в учебном плане

Предмет изучается на протяжении 4 лет: с 1-го по 4-ый классы. На изучение технологии отводится по 3 часа в неделю в каждом классе:

- 1 класс — 99 часов в год (33 учебные недели),
2 — 4 классы — 102 часа в год (34 учебные недели)

3. Требования к результатам освоения учебного предмета

Усвоение данной программы обеспечивает достижение следующих результатов.

Личностные результаты

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и

общие интересы.

Метапредметные результаты

- характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;
- общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;
- организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;
- анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
- видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;
- оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами;
- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;
- технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.

Предметные результаты

- планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры;
- излагать факты истории развития физической культуры, характеризовать ее роль и значение в жизнедеятельности человека, связь с трудовой и военной деятельностью;
- представлять физическую культуру как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- измерять (познавать) индивидуальные показатели физического развития (длину и массу тела), развития основных физических качеств;
- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;
- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;
- бережно обращаться с инвентарем и оборудованием, соблюдать требования техник
- и безопасности к местам проведения;
- организовывать и проводить занятия физической культурой с разной целевой направленностью, подбирать для них физические упражнения и выполнять их с заданной дозировкой нагрузки;
- характеризовать физическую нагрузку по показателю частоты пульса, регулировать ее напряженность во время занятий по развитию физических качеств;
- взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований
- в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;
- подавать строевые команды, вести подсчет при выполнении общеразвивающих

- упражнений;
- находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы;
 - выполнять акробатические и гимнастические комбинации на высоком техническом уровне, характеризовать признаки технического исполнения;
 - выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;
 - выполнять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

4. Общий объем учебного предмета: 405 часов.

5. Дополнительная информация: учебный предмет обеспечен рабочей программой.

6. Виды и формы промежуточной аттестации: выполнение нормативов.

7. Курс «Адаптивная физическая культура» представлен в программе следующими **содержательными линиями:**

- Знания о физической культуре
- Способы физкультурной деятельности
- Физкультурно-оздоровительная деятельность.
- Спортивно-оздоровительная деятельность.
- Плавание.
- Лёгкая атлетика.

8. Учебно-методический комплекс полностью соответствует требованиям федерального государственного образовательного стандарта, входит в федеральный перечень учебников и учебных пособий, обеспечивает реализацию основной образовательной программы начального общего образования ГБОУ «ЦЛП и ДО»

-Комплексная программа по физическому воспитанию учащихся 1-11 классов. В.И. Лях, А.А. Зданевич. – М.: «Просвещение», 2007.

-Рабочие программы по физическому воспитанию учащихся 1-11 классов В.И. Лях; А.А.Зданевич - М.: «Просвещение», 2016.