

## Аннотация к рабочей программе по адаптивной физкультуре

Рабочая программа разработана в соответствии с Федеральным компонентом государственного образовательным стандартом основного общего образования

Название курса	<b>Адаптированная физкультура</b>			
Программа	Рабочая адаптированная основная общеобразовательная программа для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями). Вариант 2			
Учебник	5 год обучения	7 год обучения	8 год обучения	
	Интернет ресурсы	Интернет ресурсы	Интернет ресурсы	
Классы	5 год обучения, 7 год обучения, 8 год обучения			
Количество часов	5 год обучения-34 часов (1ч в неделю), 7 год обучения-34 часов (1ч в неделю), 8 год обучения-34 часов (1ч в неделю)			
Составители	Кириллов Андрей Александрович-учитель Седельников Геннадий Васильевич-учитель			
Цель курса	<p>Формирование и совершенствование основных и прикладных двигательных навыков. Укрепление и сохранение здоровья детей, профилактика болезней и возникновения вторичных заболеваний.</p> <p>Восприятие собственного тела, осознание своих физических возможностей и ограничений.</p> <p>Соотнесение самочувствия с настроением, собственной активностью, самостоятельностью и независимостью.</p> <p>Освоение доступных видов физкультурно-спортивной деятельности: езда на велосипеде, ходьба на лыжах, спортивные игры, плавание.</p> <p>Освоение доступных способов контроля над функциями собственного тела: сидеть, стоять, передвигаться (в т.ч. с использованием технических средств).</p> <p>Освоение двигательных навыков, последовательности движений, развитие координационных способностей.</p>			

Совершенствование физических качеств: ловкости, силы, быстроты, выносливости.

Умение радоваться успехам: выше прыгнул, быстрее пробежал и др.

Умение определять свое самочувствие в связи с физической нагрузкой: усталость, болевые ощущения, др.

Интерес к определенным видам физкультурно-спортивной деятельности: езда на велосипеде, ходьба на лыжах, плавание, спортивные подвижные игры, туризм, физическая подготовка.

Умение ездить на велосипеде, кататься на санках, ходить на лыжах, плавать, играть в подвижные игры и др.