**Аннотация к рабочей программе**

**по учебному предмету «Физическая культура»**

**7-9 классы**

Рабочая программа по учебному предмету «Физическая культура» составлена на основании следующих нормативно-правовых документов и программно-методического обеспечения:

1. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» № 273-ФЗ от 29.12.2012г., статья 28.
2. Примерная адаптированная основная общеобразовательная программа образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), одобренная решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию (протокол от 22.12.2015г. № 4/15).
3. Средства Адаптивной Физической Культуры. Методические рекомендации для занятий с детьми с отклонениями в интеллектуальном развитии под редакцией Л.В. Шапковой.
4. Коррекционно - образовательная программа для детей с глубоким нарушением интеллекта. МО РФ и Международный университет семьи и ребенка им. Рауля Валленберга. /Под ред. Л.М. Шипициной./ СПб.: Образование, 1996 год (1,2,3,4 выпуск).
5. Устав МКОУ «СКОШ № 6».
6. Учебный план МКОУ «СКОШ № 6» на 2021-2022 учебный год.

**Роль и место дисциплины в образовательном процессе**

В основу настоящей программы положена система простейших физических упражнений, направленных на коррекцию дефектов физического развития и моторики, укрепления здоровья, на выработку жизненно необходимых двигательных умений и навыков глубоко умственно отсталых (ГУО) учащихся.

**Адресат**

Рабочая учебная программа предназначена для учащихся 7 - 9 классов специальной (коррекционной) школы и составлена с учётом возрастных и психологических особенностей развития учащихся, уровня их знаний и умений.

**Структура документа**

Программы рассчитаны:

7 класс – 70 часов, 2 раза в неделю;

8 класс – 70 часа, 2 раза в неделю;

9 класс – 68 часа, 2 раз в неделю.

**Цели и задачи курса:**

**Цель курса:**

* повышение двигательной активности детей и обучение использованию полученных навыков в повседневной жизни;
* формирование таких знаний, умений и навыков, которые явились бы действенными, практически ценными в дальнейшей жизни обучающихся с умственной отсталостью (умеренной, тяжелой, глубокой, тяжелыми и множественными нарушениями развития).
* Всестороннее раз­ви­тии личности обучающихся в процессе приобщения их к физической культуре

**Задачи:**

* максимальное общее развитие учащихся средствами данного учебного предмета, коррекция недостатков развития познавательной деятельности и личностных качеств с учетом индивидуальных возможностей каждого ученика на различных этапах обучения;
* воспитание у школьников целеустремленности, трудолюбия, самостоятельности, терпеливости, навыков контроля и самоконтроля, аккуратности;
* формирование у учащихся начальной школы основ здорового образа жизни, развитие интереса и творческой самостоятельности в проведении разнообразных форм занятий физической культурой;
* формирование и совершенствование основных и прикладных двигательных навыков;
* формирование умения играть в спортивные игры;
* формирование навыков здорового и безопасного образа жизни, первоначальных представлений о значении физической культуры;
* раскрытие возможных избирательных способностей и интересов ребенка для освоения доступных видов спортивно-физкультурной деятельности;
* содействие гармоничному физическому, нравственному и социальному развитию, успешному обучению;
* укрепление и сохранение здоровья детей, профилактика болезней и возникновения вторичных заболеваний.

**Основные направления коррекционной работы:**

**•** Коррекция основных движений в ходьбе, беге, метании, прыжках, лазании, упражнениях с предметами и др.;

• Коррекция и развитие координационных способностей;

• Коррекция и развитие физической подготовленности;

• Коррекция и профилактика соматических нарушений;

• Коррекция и развитие психических и сенсорно-перцептивных способностей;

• Развитие познавательной деятельности;

• Воспитание личности ребенка.Личностные и предметные результаты освоения учебного предмета.

**Основные содержательные линии курса**

1. Гимнастика, общеразвивающие и корригирующие упражнения;
2. Подвижные и спортивные игры;
3. Лыжная подготовка;
4. Бег на снегоступах;
5. Лёгкая атлетика.

**Виды и формы организации учебного процесса:**

* *Формы работы***:** урок, фронтальная работа, индивидуальная работа, работа в парах и группах, коллективная работа.
* *Методы обучения***:** словесные, наглядные, практические.
* *Технологии обучения*: игровые, здоровьесберегающие; информационно-коммуникационные; проблемно-поисковые; личностно-ориентированные; технологии разноуровнего и дифференцированного обучения.

**Планируемые результаты освоения курса:**

**Требования к знаниям, умениям, навыкам**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Класс | *Учащиеся должны знать:* | *Учащиеся должны уметь:* |
| 8 | Основное отличие ходьбы от бега.  Расположение учащихся в шеренге, колонне.  Правила безопасности при прохождении спусков. Правила безопасности при занятиях на снегоступах.  Упрощенные правила игры.  Что такое пробежка. | Бегать с высокого старта 60м. Толкать набивной мяч. Метать мяч в цель с шага. Прыгать в высоту с разбега способом «перешагивание». Ходить и бегать с преодолением простейших препятствий.  Переносить гимнастический мат, козла тягой и тол­канием. Выполнять вскок в упор, стоя на коленях на козла (коня), переход в упор – сидя, соскок – прогнувшись (мягкое приземление). Прыжок в глубину с высоты 50- 60см в обозначенное место; равновесие на одной ноге (на скамейке). Поймать палку в игре «Падающая палка».  Ходить ступающим шагом. Выполнять поворот вокруг носков лыж. Подниматься в гору «лесенкой», спускаться в высокой стойке. Преодолеть на лыжах 1500м. Одевать и снимать снегоступы, пробежать 50м, пройти 100м.  Бросок двумя руками из-за головы. Подавать одной рукой сбоку с укороченного расстояния.  Остановка двумя шагами. Бросок в кольцо двумя руками от головы (или от груди, для слабых учащихся). Ловля и передача двумя руками от груди на месте |
| 9 | Простейшие правила судейства по бегу, прыжкам, ме­таниям; правила передачи эстафетной палочки в легкоатлетических эстафетах.  Виды гимнастики.  Правила безопасности при прохождении спусков. Правила безопасности при занятиях на снегоступах.  Наказания при нарушениях правил игры. | Проходить небольшие отрезки с максимальной скоро­стью. Бежать в равномер­ном медленном темпе в течение 6-12 мин. Прыгать с раз­бега (3 – 5 шагов) в длину способом «согнув ноги» и в высо­ту способом «перешагивание». Метать малый мяч с (3 – 5 шагов) разбега в коридор 10м; выполнять толкание ядра весом до 2-3кг стоя спиной в сектор.  Соблюдать интервал и дистанцию при выполнении уп­ражнений в ходьбе; выполнять движения и воспроизводить их с за­данной амплитудой без контроля зрения; изменять направления движения по команде; выполнять опорный пры­жок способом ноги врозь. Перестраиваться из шеренги в две.  Ходить ступающим шагом. Скользить на одной лыже. Подниматься в гору «полуёлочкой», спускаться в средней стойке. Преодолеть на лыжах 1500м. Одевать и снимать снегоступы, пробежать 100м.  Бросок двумя руками из-за головы. Подавать одной рукой сбоку. Многократно передавать мяч над собой.  Остановка прыжком. Бросок в кольцо одной рукой от плеча. Вести мяч с обводкой препятствий. Ловить мяч двумя ру­ками с последующим ведением и остановкой. |

**Способы и формы оценки образ программ:**

При выполнении минимальных требований к подготовленно­сти учащиеся получают положительную оценку по предмету «Физическая культура». Градация положительной оценки («3», «4», «5») зависит от полноты и глубины знаний, правильности выполнения двигательных действий и уровня физической подго­товленности. Оценка по предмету «Физическая культура» определяется в зависимости от степени овладения учащимися двигательными умениями (качество) и результатом, строго индивидуально.