**Аннотация к рабочей программе**

**для учащихся 5 б класса с умеренной умственной отсталостью**

 Рабочая программа по адаптивной физической культуре разработана на основе:

* Федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), ФГОС НОО ОВЗ,
* адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (вариант 2).

 Образование обучающихся с умеренной, тяжелой, глубокой умственной отсталостью (2 вариант), с ТМНР направлено на реализацию социальных требований к системе российского коррекционного образования: обучение лиц с ограниченными возможностями здоровья с учетом особенностей их психофизического развития, индивидуальных возможностей, при необходимости - коррекция нарушений развития и социальная адаптация указанных лиц в соответствии с основными направлениями совершенствования системы образования.

 ***Цель:***

* повышение двигательной активности детей и обучение использованию полученных навыков в повседневной жизни.

 ***Задачи:***

* формирование и совершенствование основных и прикладных двигательных навыков;
* формирование туристических навыков, умения играть в спортивные игры;
* укрепление и сохранение здоровья детей, профилактика болезней и возникновения вторичных заболеваний.

На изучение адаптивной физической культуры в 5б классе отводится 68 часов в год (2 часа в неделю). Фактическое количество учебных часов – 68.

Программа по адаптивной физической культуре включает 2 **раздела:**

1. «Коррекционные подвижные игры»,
2. «Физическая подготовка».

**Раздел «Коррекционные подвижные игры»** включает элементы спортивных игр и спортивных упражнений, подвижные игры.

**Основными задачами** являются формирование умения взаимодействовать в процессе игры, соблюдать правила игры.

Коррекционные подвижные игры.

* Элементы спортивных игр и спортивных упражнений

**Раздел «Физическая подготовка»** включает построения и перестроения, общеразвивающие и корригирующие упражнения.

Физическая подготовка.

* Построения и перестроения.
* Общеразвивающие и корригирующие упражнения.
* Ходьба и бег.
* Прыжки.
* Ползание, подлезание, лазание, перелезание.
* Броски, ловля, метание, передача предметов и перенос груза

**Содержание рабочей программы:**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Вид программного материала** | **I** | **II** | **III** | **IV** | **Кол – во часов за год** |
| **Физическая подготовка** | 16 | 14 |  | 10 | 40 |
| **Коррекционные подвижные игры** |  |  | 20 | 8 | 28 |
| Кол – во часов в четверти | 16 | 14 | 20 | 18 | 68 |

Планируемые результаты освоения адаптивной физической культуры обучающимися:

1. Воспринимать собственное тело, осознавать свои физические возможности и ограничения.
* Освоить доступные способы контроля над функциями собственного тела: сидеть, стоять, передвигаться (в т.ч. с использованием технических средств).
* Освоить двигательные навыки, координацию, последовательность движений.
* Совершенствовать физические качества: ловкость, силу, быстроту, выносливость и т.д.
* Уметь радоваться успехам: выше прыгнул, быстрее пробежал и др.
	1. Соотносить самочувствие с настроением, собственной активностью, самостоятельностью и независимостью.
* Уметь определять свое самочувствие в связи с физической нагрузкой: усталость, болевые ощущения, др.
* Повышать уровень самостоятельности в освоении и совершенствовании двигательных умений.
1. Освоить доступные виды физкультурно-спортивной деятельности: коррекционные и подвижные игры, физическая подготовка.
* Проявлять интерес к определенным видам физкультурно-спортивной деятельности: спортивные и подвижные игры, физическая подготовка.
* Уметь играть в коррекционные подвижные игры и др.