

Аннотация к адаптированной дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Лёгкая атлетика»

К дополнительной образовательной программе «Лёгкая атлетика».

Рабочая программа составлена с учетом особенностей обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

Программа нацелена на формирование навыков здорового образа жизни; восполнение недостатка двигательной активности, навыков по легкой атлетике у учащихся среднего и старшего школьного возраста во внеурочное время, с учетом недостаточного обеспечения необходимого уровня физического развития подготовленности их в общеобразовательных учреждениях; практической значимостью легкой атлетике; возрастанием интереса детей и молодежи к легкой атлетике, как к одному из любимых видов спорта, способствующему всестороннему развитию физических качеств.

Цель программы: укрепление, развитие и совершенствование физических способностей обучающихся через занятия пионерболом

Задачи программы:

обучающие

- приобретение учащимися знаний о физической культуре, пионерболе;
- совершенствование у учащихся жизненно-важных умений и навыков, относящихся к физической культуре;
- освоение учащимися физических упражнений из видов спорта, включенных в учебную программу (гимнастика, легкая атлетика и др.), а также подвижных игр и технических действий игры в пионербол;

развивающие

- развитие у учащихся основных физических качеств: ловкости, быстроты, гибкости, силы, выносливости;
- укрепление здоровья учащихся, содействие их правильному физическому развитию и повышению работоспособности;

воспитательные

- формирование средствами физической культуры нравственных качеств у детей;
- освоение учащимися простейших способов самоконтроля за физической нагрузкой;
- привитие учащимся потребностей в систематических занятиях физической культурой и спортом
- подготовить физически крепких, с гармоничным развитием физических и духовных сил юных спортсменов;
- воспитывать волевой характер, командный дух юных спортсменов, приобщить к общечеловеческим ценностям;
- воспитать социально активную личность, готовую к трудовой деятельности в будущем.

Планируемые результаты

Личностные результаты:

- Формирование положительного отношения к занятиям физической культурой, накопление необходимых знаний.
- Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения.
- Развитие умения максимально проявлять свои физические способности (качества) при выполнении тестовых упражнений по физической культуре.
- 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.
- Организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её 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.
- Управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность.
- Объяснять, для чего нужно соблюдать правила техники безопасности, уметь показать технику выполнения беговых упражнений, положения различных стартов.
- Технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.

Предметные результаты:

- Знать и понимать требования инструкций по технике безопасности;
- Знать технику выполнения специальных игровых и командных упражнений;
- Знать технику выполнения передачи мяча;
- Знать технику выполнения подачи мяча;
- Бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;
- Взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований.