

Аннотация
к рабочей программе учебного предмета «Адаптивная физическая культура»
для 10-12 классов (вариант 1)

При разработке программы были использованы:

- Федеральный государственный образовательный стандарт образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (утвержден приказом Минобрнауки России от 19 декабря 2014 г. № 1599);
- Федеральная адаптированная основная общеобразовательная программа обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (далее – ФАООП УО (ИН), утверждена приказом Минпросвещения России от 24 ноября 2022 г. № 1026;

Цель изучения физической культуры на завершающем этапе получения образования обучающимися с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) состоит в подготовке их к самостоятельной жизни на основе повышения уровня психофизического развития и совершенствования индивидуальных двигательных возможностей, комплексной коррекции нарушений развития. Программа составлена с учётом принципов системности, доступности, перспективности между различными видами физической подготовки.

Рабочая программа реализует следующие цели и задачи, предусмотренные федеральным компонентом государственного стандарта и АООП:

- Воспитание интереса к физической культуре и спорту;
- Овладение основами доступных видов спорта в соответствии с возрастными и психофизическими особенностями обучающихся;
- Коррекция недостатков познавательной сферы и психомоторного развития;
- Воспитание нравственных качеств и свойств личности;

Количество часов, отведенных на реализацию предмета «Адаптивная физическая культура» определено ФАООП образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) и приведено в следующей таблице

Класс \ Кол-во часов	10	11	12
В неделю	3	3	3
За год	102	102	102
Всего	306		

Программа включает в себя следующие разделы: легкая атлетика, гимнастика с элементами акробатики, лыжная подготовка (скандинавская ходьба в сочетании с дыхательными упражнениями), подвижные игры, спортивные игры.

Программой предусмотрены следующие виды работы:

- беседы о содержании и значении физических упражнений для повышения качества здоровья и коррекции нарушенных функций;
- выполнение физических упражнений на основе показа учителя;
- выполнение физических упражнений без зрительного сопровождения, под словесную инструкцию учителя;
- самостоятельное выполнение упражнений;
- занятия в тренирующем режиме;
- развитие двигательных качеств на программном материале гимнастики, легкой атлетики, формирование двигательных умений и навыков в процессе подвижных и спортивных игр.