

Аннотация к рабочей программе по адаптивной физической культуре 1-4 классы.

Рабочая программа разработана на основе адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с нарушением интеллекта (вариант 1) государственного казённого общеобразовательного учреждения Краснодарского края специальной (коррекционной) школы №15 г. Славянска-на-Кубани.

Цели предмета: во всестороннем развитии личности обучающихся с нарушениями интеллекта в процессе приобщения их к физической культуре, повышении уровня их психофизического развития, расширении индивидуальных двигательных возможностей, комплексной коррекции нарушений развития, социальной адаптации.

Задачи предмета:

- коррекция нарушений физического развития;
- формирование двигательных умений и навыков;
- развитие двигательных способностей в процессе обучения;
- укрепление здоровья и закаливание организма, формирование правильной осанки;
- раскрытие возможных избирательных способностей и интересов ребенка для освоения доступных видов спортивно-физкультурной деятельности;
- формирование и воспитание гигиенических навыков при выполнении физических упражнений;
- формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни;
- поддержание устойчивой физической работоспособности на достигнутом уровне;
- формирование познавательных интересов, сообщение доступных теоретических сведений по физической культуре;
- воспитание устойчивого интереса к занятиям физическими упражнениями;
- воспитание нравственных, морально-волевых качеств (настойчивости, смелости), навыков культурного поведения.

Предмет «АФК» входит в обязательную часть адаптированной основной образовательной программы для обучающихся с нарушением интеллекта и реализуется в урочной деятельности в соответствии с санитарно-эпидемиологическими правилами и нормами.

На реализацию программы по физической культуре в 1 классе предусмотрено 99 часов, 3 часа в неделю; во 2 - 4 классе – 102 часа, 3 часа в неделю.

Физкультура в специальном (коррекционном) образовательном учреждении является составной частью всей системы работы с обучающимися. Физическое воспитание рассматривается и реализуется

комплексно и находится в тесной связи с умственным, нравственным, эстетическим, трудовым обучением. Освоение учебного предмета «Физическая культура направлено на развитие двигательной активности обучающихся, достижение положительной динамики в развитии основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма, формирование потребности в систематических занятиях физической культурой и спортом.

Формы организации учебного процесса.

В коррекционной школе особое внимание обращено на исправление имеющихся у воспитанников специфических нарушений. При обучении физическому развитию используются принципы: принцип коррекционно-речевые направления, воспитывающий и развивающий, доступности, систематичности и последовательности, наглядности, индивидуального подхода.

Формы работы

Основные методы, используемые на уроках физической культуры:

1. Фронтальный;
2. Поточный;
3. Посменный;
4. Групповой;
5. Индивидуальный.

При фронтальном методе упражнения выполняются одновременно всеми обучающимися, его преимущество – большой охват обучающихся, достижение высокой плотности и большой нагрузки.

Поточный метод это когда обучающиеся выполняют одно и то же упражнения по очереди один за другим без перерыва. Этот метод удобен при выполнении акробатических упражнений, лазания, прыжков.

Посменный метод - обучающиеся распределяются на смены, на очереди для выполнения упражнения (одни выполняют, другие наблюдают).

Групповой метод – обучающиеся по заданию работают самостоятельно, выполняя в порядке очередности различные виды упражнений, группы меняются местами.

Индивидуальный метод - чаще всего используется в зачётных уроках, после выполнения упражнения учеником можно подвести итог, обратить внимание на все недостатки и ошибки каждого учащегося.

Основные знания и умения обучающихся

- иметь представления о физической культуре как средстве укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- выполнение комплексов утренней гимнастики под руководством учителя;
- знание основных правил поведения на уроках физической культуры и осознанное их применение;
- выполнение несложных упражнений по словесной инструкции при выполнении строевых команд;
- представления о двигательных действиях; знание основных строевых команд; подсчёт при выполнении общеразвивающих упражнений;

- участие в подвижных играх и эстафетах под руководством учителя;
- знание правил бережного обращения с инвентарём и оборудованием, соблюдение требований техники безопасности в процессе участия в физкультурно-спортивных мероприятиях.
 - практическое освоение элементов гимнастики, легкой атлетики, спортивных и подвижных игр и других видов физической культуры;
- участие в оздоровительных занятиях в режиме дня (физкультминутки);
- повышение уровня самостоятельности в освоении и совершенствовании двигательных умений.