***Физическая культура***

***Аннотация к рабочим программам 1-4 классы (вариант 3.3 /4.3)***

Рабочие программы составлены на основе Федерального государственного стандарта основного общего образования для детей с ограниченными возможностями здоровья, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от «19» декабря 2014 г. № 1598 и АООП НОО для незрячих и слабовидящих детей с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (вариант 3.3 и 4.3), ориентированы на программы по физической культуре для специальных школ слабовидящих детей; Москва 1978г., на программы для подготовительного, 1-4 классов специального (коррекционного) образовательного учреждения VIII вида. Под редакцией В.В.Воронковой. Москва «Просвящение». 2003 г

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКИЙ КОМПЛЕКС (УМК):

1 класс - программа для подготовительного, 1-4 классов специального (коррекционного) образовательного учреждения VIII вида. Под редакцией В.В.Воронковой. Москва «Просвящение». 2003 г

2 класс - программа для подготовительного, 1-4 классов специального (коррекционного) образовательного учреждения VIII вида. Под редакцией В.В.Воронковой. Москва «Просвящение». 2003 г

3 класс - программа для подготовительного, 1-4 классов специального (коррекционного) образовательного учреждения VIII вида. Под редакцией В.В.Воронковой. Москва «Просвящение». 2003 г

4 класс - программа для подготовительного, 1-4 классов специального (коррекционного) образовательного учреждения VIII вида. Под редакцией В.В.Воронковой. Москва «Просвящение». 2003 г

4(доп) класс - программа для подготовительного, 1-4 классов специального (коррекционного) образовательного учреждения VIII вида. Под редакцией В.В.Воронковой. Москва «Просвящение». 2003 г

УЧЕБНЫЙ ПЛАН (количество часов):

1класс —3 часа в неделю, 99 часа в год; (с учетом доп. каникул)

2 класс —3 часа в неделю, 102 часа в год;

3 класс —3 часа в неделю, 102 часа в год;

4 класс —3 часа в неделю, 102 часа в год;

4 (доп)класс —3 часа в неделю, 102 часа в год;

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА:

Программы обеспечивают достижение слабовидящими и слепыми обучающимися с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) двух видов результатов: *личностных и предметных*:

 - овладение социальной ролью обучающегося, сформированность мотивов обучения, навыков взаимодействия с учителем и одноклассниками;

 развитие любви к своей стране и городу;

 - развитие способности к пониманию и сопереживанию чувствам других людей;

 - владение навыками коммуникации и нормами социального взаимодействия;

 развитие эстетических чувств;

 - формирование знаний о правилах безопасного здорового образа жизни;

 - формирование интереса к предметно-практической деятельности, трудовым действиям.

***Предметные*** результаты отражают овладение обучающимися конкретными учебными предметами.

**I. Знания о физической культуре**

***Обучающийся овладевает:***

Представлениями о физической культуре, режиме дня, основных положениях тела.

Знаниями о назначении утренней зарядки, физкультминуток и физкультпауз.

Знаниями о назначении уроков физической культуры, закаливания, прогулок на свежем воздухе, подвижных игр для укрепления здоровья;

Знаниями об основных положениях рук, ног, движениях головы, туловища, умениями их выполнять;

Представлениями о физических упражнениях, физических качествах;

Знаниями о роли ходьбы, бега, прыжков, лазанья, ползания, ходьбы на лыжах, плавания для жизнедеятельности человека;

Знаниями безопасного поведения на уроках физической культуры и в выполнении физических упражнений, умением его придерживаться.

**II. Способы физкультурной деятельности**

 **Обучающийся овладеет:**

Умением подбирать упражнения для простых комплексов утренней зарядки

Умением подбирать упражнения для простых комплексов физкультминуток

Умением выполнять упражнения простых комплексов утренней зарядки и физкультминуток в соответствии с изученными правилами

Навыками участия в простых подвижных играх, умением их дифференцировать

Навыками соблюдать правила взаимодействия с игроками, соблюдать правила безопасности

**III. Физическое совершенствование**

**Обучающийся овладеет:**

Умением выполнять упражнения по коррекции и профилактике нарушения осанки и развития зрения

 (остаточного зрения), мелкой моторики рук.

Умением выполнять упражнения на развитие физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости,

 равновесия)

Умением выполнять легкоатлетические упражнения (бег, прыжки, метания и броски мячей разного веса и объёма);

Умением выполнять элементарные строевые команды и приёмы.

Умением выполнять элементарные акробатические упражнения (гимнастические упражнения на спортивных снарядах)

Умением выполнять общеразвивающие упражнения без предметов и с предметами на месте и в движении

Умением выполнять игровые действия и упражнения разной функциональной направленности;

Умение понимать «схему тела», дифференцировать части тела, осваивать их двигательные возможности;

Сохранять правильную осанку;

Умением выполнять ритмичные упражнения, упражнения на равновесие, пространственную ориентировку;

Умением играть и выполнять игровые действия в футбол (озвученным мячом) по упрощённым правилам, голбол, шоудаун

Умением выполнять передвижения на лыжах

Умением выполнять подводящие упражнения на суше и упражнения имитирующие разные способы плавания (брасс, кроль, кроль на спине)

ОСОБЕННОСТИ РЕАЛИЗАЦИИ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ ПРИ ОБУЧЕНИИ СЛЕПЫХ И СЛАБОВИДЯЩИХ УЧАЩИХСЯ С ЛЕГКОЙ УМСТВЕННОЙ ОТСТАЛОСТЬЮ (ИНТЕЛЕКТУАЛЬНЫМИ НАРУШЕНИЯМИ)

Основная образовательная программаначального общего образования для незрячих слабовидящих детей с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) определяет содержание курса (вариант 3.3 и 4.3) и организацию учебного процесса на ступени начального общего образования с учетом специфических особенностей психофизического развития детей, подготовку к интеграции в общество нормально видящих сверстников и направлена на формирование общей культуры, социальное, личностное и интеллектуальное развитие обучающихся, создание основ первоначальных представлений о значении физической культуры и ее влиянии на развитие человека.

Программа построена по концентрическому принципу, предполагающему постепенный переход от простого двигательного действия к сложному, постепенное увеличение физической нагрузки, усложнение учебного материала от одного года обучения к другому. Программа предусматривает наличие пропедевтического периода при освоении двигательных умений. Для реализации задач физической культуры формируются не только базовые двигательные умения, но и теоретические знания и умения ориентироваться в пространстве. В ходе реализации задач физической культуры слабовидящих детей с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) создаются специальные коррекционно-развивающие условия обучения двигательным действиям, способствующие более успешному освоения обучающимися учебного материала.

Рабочая программа полностью сохраняет поставленные в общеобразовательной программе цели и задачи, а также основное содержание, но для обеспечения особых образовательных потребностей слепых обучающихся имеет особенности реализации. Эти особенности заключаются в следующем:

• постановке коррекционных задач:

• методических приёмах, используемых на уроках:

• коррекционной направленности каждого урока:

• требованиях к организации пространства:

Содержание учебного предмета (распределение тем, увеличение или уменьшение количества часов на их изучение и т.п.) связано с особенностями контингента и пролонгированными сроками обучения.

СОДЕРЖАНИЕ:

1 КЛАСС – 99 часов в год.

*Базовая часть* – 68 часов.

Знания о физической культуре (в процессе урока).

Способы физкультурной деятельности (в процессе урока).

Физическое совершенствование:

Упражнения физкультурно-оздоровительной деятельности (в процессе урока).

Спортивно-оздоровительная деятельность:

 - легкоатлетические упражнения – 22 часа;

 - гимнастика с элементами акробатики 18 часов;

- лыжная подготовка- 18 часов;

- плавание (сухое) – 4 часа;

 - подвижные игры- 6 часов.

*Вариативная часть -* адаптированные спортивные и подвижные игры - 31 час.

 - подвижные игры с элементами голбола – 15 часов;

 - подвижные игры с элементами футбола (озвученным мячом) – 7 часов;

 - подвижные игры с элементами шоудауна – 9 часов.

2 КЛАСС – 102 часа в год.

*Базовая часть* – 65 часов.

Знания о физической культуре (в процессе урока).

Способы физкультурной деятельности (в процессе урока).

Физическое совершенствование:

Упражнения физкультурно-оздоровительной деятельности (в процессе урока).

Спортивно-оздоровительная деятельность:

 - легкоатлетические упражнения – 25 часов;

 - гимнастика с элементами акробатики 18 часов;

- лыжная подготовка- 18 часов;

- плавание (сухое) – 4 часа.

*Вариативная часть -* адаптированные спортивные и подвижные игры - 37 часов.

 - подвижные игры с элементами голбола – 15 часов;

 - подвижные игры с элементами футбола (озвученным мячом) – 7 часов;

 - подвижные игры с элементами шоудауна – 15 часов.

3 КЛАСС – 102 часа в год.

*Базовая часть* – 65 часов.

Знания о физической культуре (в процессе урока).

Способы физкультурной деятельности (в процессе урока).

Физическое совершенствование:

Упражнения физкультурно-оздоровительной деятельности (в процессе урока).

Спортивно-оздоровительная деятельность:

 - легкоатлетические упражнения – 25 часов;

 - гимнастика с элементами акробатики 18 часов;

- лыжная подготовка- 18 часов;

- плавание (сухое) – 4 часов;

*Вариативная часть -* адаптированные спортивные и подвижные игры - 37 часов.

 - подвижные игры с элементами голбола – 15 часов;

 - подвижные игры с элементами футбола (озвученным мячом) – 7 часов;

 - подвижные игры с элементами шоудауна – 15 часов.

4 КЛАСС – 102 часа в год.

*Базовая часть* – 65 часов.

Знания о физической культуре (в процессе урока).

Способы физкультурной деятельности (в процессе урока).

Физическое совершенствование:

Упражнения физкультурно-оздоровительной деятельности (в процессе урока).

Спортивно-оздоровительная деятельность:

 - легкоатлетические упражнения – 25 часов;

 - гимнастика с элементами акробатики 18 часов;

- лыжная подготовка- 18 часов;

- плавание (сухое) – 4 часов;

*Вариативная часть -* адаптированные спортивные и подвижные игры - 37 часов.

 - подвижные игры с элементами голбола – 15 часов;

 - подвижные игры с элементами футбола (озвученным мячом) – 7 часов;

 - подвижные игры с элементами шоудауна – 15 часов.

4(ДОП) КЛАСС – 102 часа в год.

*Базовая часть* – 65 часов.

Знания о физической культуре (в процессе урока).

Способы физкультурной деятельности (в процессе урока).

Физическое совершенствование:

Упражнения физкультурно-оздоровительной деятельности (в процессе урока).

Спортивно-оздоровительная деятельность:

 - легкоатлетические упражнения – 25 часов;

 - гимнастика с элементами акробатики 18 часов;

- лыжная подготовка- 18 часов;

- плавание (сухое) – 4 часов;

*Вариативная часть -* адаптированные спортивные и подвижные игры - 37 часов.

 - подвижные игры с элементами голбола – 15 часов;

 - подвижные игры с элементами футбола (озвученным мячом) – 7 часов;

 - подвижные игры с элементами шоудауна – 15 часов.