**Аннотация к адаптированной рабочей программе**

**по «Адаптивной физической культуре»**

**для 3-класса, ЗПР 7.2**

Рабочая программа учебного предмета «Адаптивная физическая культура» разработана для образовательных организаций, реализующих адаптированные основные общеобразовательные программы начального общего образования для обучающихся с ЗПР.

Программа разработана в соответствии с:

Федеральным государственным образовательным стандартом начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (утвержден приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 19 декабря 2014 г. № 1598, вступил в силу 1 сентября 2016 г.);

Примерной адаптированной основной общеобразовательной программой начального общего образования обучающихся с задержкой психического развития, одобренной решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию (протокол от 22 декабря 2015 г. № 4/15).

Цель реализации программы по предмету «Адаптивная физическая культура» – обеспечение овладения обучающимися с ЗПР необходимым уровнем подготовки в области физической культуры, совершенствование двигательной деятельности обучающихся, повышение функциональных возможностей основных систем организма, содействие социальной адаптации обучающихся.

Достижение поставленной цели при разработке и реализации адаптивной программы по физическому воспитанию предусматривает решение как общих, так и специфических (коррекционных, компенсаторных, профилактических) задач.

Общие задачи физического воспитания обучающихся с задержкой психического развития:

• укрепление здоровья, содействие нормальному физическому развитию, повышению сопротивляемости организма к неблагоприятным условиям внешней среды;

• развитие двигательной активности обучающихся;

• достижение положительной динамики в развитии основных физических качеств;

• обучение основам техники движений, формированию жизненно необходимых навыков и умений;

• формирование потребности в систематических занятиях физической культурой и спортом;

• формирование необходимых знаний в области физической культуры личности;

• приобретение опыта организации самостоятельных занятий физической культурой с учетом индивидуальных особенностей и способностей;

• формирование умения применять средства физической культуры для организации учебной и досуговой деятельности;

• воспитание нравственных и волевых качеств, приучение к ответственности за свои поступки, любознательности, активности и самостоятельности;

• формирование общей культуры, духовно-нравственное, гражданское, социальное, личностное и интеллектуальное развитие;

• развитие творческих способностей.

Образовательно-коррекционный процесс на уроках АФК базируется на общедидактических и специальных принципах, обусловленных особенностями психофизического развития обучающихся с ЗПР. Обучающиеся с ЗПР по варианту 7.2, уровень психического развития которых несколько ниже возрастной нормы. Отставание может проявляться в целом или локально в отдельных функциях (замедленный темп либо неравномерное становление познавательной деятельности). У обучающихся отмечаются нарушения внимания, памяти, восприятия и др. познавательных процессов, умственной работоспособности и целенаправленности деятельности, в той или иной степени затрудняющие усвоение школьных норм и школьную адаптацию в целом.

**Место учебного предмета в учебном плане**

На уровне начального общего образования учебная дисциплина «Адаптивная физическая культура» относится к предметной области «Физическая культура».

Согласно годовому плану образовательного учреждения МОУ Петровской СОШ на 2023-2024 учебный год на изучение адаптивной физической культуры в начальной школе выделяется 270 ч, из них в 1 классе 66ч (2ч в неделю, 33 учебные недели), по 68ч во 2 - 4 классах (2ч в неделю, 34 учебные недели в каждом классе).

**Предметные результаты**

Знания об адаптивной физической культуре: С помощью направляющих вопросов, с использованием вспомогательного материала (карточек, плана и т.д.):

- объясняет понятия «физическая культура», «адаптивная физическая культура», «режим дня»;

- объясняет в простых формулировках назначение утренней зарядки, физкультминуток и физкультпауз, уроков АФК, подвижных игр, занятий спортом для укрепления здоровья, развития основных физических качеств;

- называет основные способы и особенности движений и передвижений человека;

- называет и применяет простые термины из разучиваемых упражнений, объясняет их функциональный смысл и направленность воздействия на организм;

- называет основы личной гигиены;

- называет основные причины травматизма на занятиях физической культурой и правила их предупреждения.

Способы физкультурной деятельности. Самостоятельные занятия:

- выполняет комплексы упражнений для формирования правильной осанки и развития мышц туловища, развития

основных физических качеств; - участвует в оздоровительных занятияхв режиме дня (утренняя зарядка, физкультминутки);

- может организовать и провести подвижную игру (на спортивных площадках и в спортивных залах);

- соблюдает правила игры.

Гимнастика с элементами акробатики:

-выполняет упражнения с опорой на визуальный план и с использованием зрительных пространственных ориентиров;

- выполняет простые перестроения в шеренге;

- двигается под музыку, старается соблюдать ритмический рисунок;

- удерживает статическую позу в течение 10 секунд;

- знает простые пространственные термины.

-начинает выполнение упражнения по звуковому сигналу;

- выполняет упражнение целостно со словесным сопровождением педагога и одновременным выполнением по подражанию, с визуальной опорой (карточки, схемы и т.д.);

- включает в работу нужные группы мышц (обязательный контроль со стороны педагога в построении правильного положения тела при выполнении упражнения);

-показывает на схеме части тела в соответствии с упражнением и соотносит схему со своим телом;

- знает назначение спортивного инвентаря, проговаривает это;

- умеет работать с тренажерами;

- проговаривает признаки инвентаря (круглый, мягкий, большой и т.д.);

- выполняет упражнения для развития мелкой моторики (динамическая и статическая организация двигательного акта).

Легкая атлетика:

-выполняет упражнение с опорой на визуальный план и с использованием зрительных пространственных ориентиров;

- строится в шеренгу с контролирующей помощью педагога;

- передвигается по залу в заданной технике бега или ходьбы;

- удерживает правильную осанку при ходьбе и беге;

- удерживает позу при выполнении упражнений на развитие статической координации до 10 секунд;

- по инструкции выполняет упражнение со сменой темпа выполнения.

Подвижные и спортивные игры:

-выполняет упражнение целостно со словесным сопровождением педагога и одновременным выполнением по подражанию, с визуальной опорой (карточки, схемы и т.д.);

- воспроизводит имитационные движения;

- включает в работу нужные группы мышц (обязательный контроль со стороны педагога в построении правильного положения тела при выполнении упражнения);

- выполняет несколько упражнений по памяти, с использованием визуальной опоры;

- знает назначение спортивного инвентаря, проговаривает его;

- включается в игровую деятельность, с помощью педагога проговаривает правила игр;

- взаимодействует со сверстниками в игровой деятельности.

Лыжная подготовка:

-выполняет упражнение с опорой на визуальный план и с использованием зрительных пространственных ориентиров;

- строится самостоятельно;

- соблюдает технику безопасности;

- передвигается по учебной лыжне самостоятельно;

- выполняет упражнения по памяти с направляющей помощью педагога и словесным пояснением;

- переключается с одного действия на другое по звуковому сигналу с привлечением внимания;

- удерживает правильную осанку при ходьбе и беге на лыжах;

- выполняет упражнения по чередованию работы рук и ног (например, чередует хлопок с шагом);

- включается в соревновательную деятельность.

Коррекционно-развивающие упражнения:

-начинает выполнение упражнения по звуковому сигналу;

- выполняет упражнение целостно со словесным сопровождением педагога и одновременным выполнением упражнений по подражанию, с визуальной опорой (карточки, схемы и т.д.);

- выполняет серию упражнений с использованием визуального плана;

- включает в работу нужные группы мышц (обязательный контроль со стороны педагога в построении правильного положения тела при выполнении упражнения);

-показывает на схеме части тела в соответствии с упражнением и соотносит схему со своим телом;

-удерживает позу при выполнении упражнений на развитие статической координации до 10 секунд;

- выполняет на память серию из 3-х упражнений;

- выполняет упражнения под заданный ритм (отстукивает педагог или используется метроном).

Рабочая программа по учебному предмету адаптивная физическая культура разработана на основе следующих документов:

• Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 31 мая 2021 г. № 287 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования»;

• Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 24 ноября 2022 г. № 1025 «Об утверждении федеральной адаптированной образовательной программы основного общего образования для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья»;

• Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 11 февраля 2022 г. № 69 «О внесении в Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования, утвержденный приказом Министерства Просвещения Российской Федерации от 22.03.2022 г. № 155»;

• Постановления Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи»

• АОП ООО МОУ Петровской СОШ (утв. приказом утв. приказом от 31.08.2023 года №255 о.д.):

* АОП ООО, ЗПР .

