

## **Аннотация к рабочей программе по предмету Физическая культура**

Программа разработана в соответствии с Примерной адаптированной основной общеобразовательной программой образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями); Федеральным законом № 273-ФЗ от 29.12.2012 «Об Образовании в Российской Федерации»; Федеральным государственным образовательным

стандартом образования учащихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями); Учебным планом МКОУ «Тутальская школа-интернат для обучающихся, воспитанников с ограниченными возможностями здоровья» Яшкинского муниципального округа.

Освоение обучающимися с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) АООП в предметной области «Физическая культура» имеет **цель**: всестороннее развитие личности обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) в процессе приобщения их к физической культуре, коррекции недостатков психофизического развития, расширении индивидуальных двигательных возможностей, социальной адаптации.

**Задачи:** формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни;

- соблюдение индивидуального режима питания и сна; воспитание интереса к физической культуре и спорту, формирование потребности в систематических занятиях физической культурой и доступных видах спорта;

- формирование и совершенствование основных двигательных качеств: быстроты, силы, ловкости и других;

- формирование умения следить за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, адекватно их дозировать;

- овладение основами доступных видов спорта (легкой атлетикой, гимнастикой, лыжной подготовкой и другими) в соответствии с возрастными и психофизическими особенностями обучающихся;

- коррекция недостатков познавательной сферы и психомоторного развития;

- развитие и совершенствование волевой сферы;

- воспитание нравственных качеств и свойств личности.

### **Пояснительная записка.**

Одним из важнейших направлений работы с ребенком с умеренной, тяжелой и глубокой умственной отсталостью и ТМНР, является физическое развитие, которое происходит на занятиях по адаптивной физической культуре.

Двигательная активность является естественной потребностью человека. Развитие двигательных навыков необходимо для нормальной жизнедеятельности всех систем и функций органов человека. Дети с ТМНР отличаются не только крайне замедленным темпом психомоторного развития, но и явными нарушениями физического статуса. Степень тяжести этих нарушений усугубляется общим недоразвитием двигательного опыта, бедной организацией произвольных движений, скованностью и напряженностью мышечного тонуса. У многих детей отмечаются нарушения осанки, сколиоз, деформации костно-мышечной системы, изменения формы стопы, контрактуры конечностей. Развитие двигательных умений у обучающихся с нарушениями ОДА тесно связано с профилактикой возникновения у них патологических состояний. Умеренная и тяжелая умственная отсталость – множественный дефект, в котором, прежде всего, выделяются интеллектуальное и психическое недоразвитие. Выраженные нарушения сенсорно-перцептивных процессов усугубляют восприятие ребенком собственного тела, что дополнительно затрудняет произвольное овладение движениями и их синхронизацию.

**Цель** - повышение двигательной активности детей и обучение использованию полученных навыков в повседневной жизни, а также профилактика вторичных нарушений и сохранение жизненно важных функций организма.

**Основные задачи:**

- повышение интереса детей к занятиям спортом;
- создание положительной динамики в состоянии и укреплении здоровья.
- адаптация организма обучающихся к физическим нагрузкам
- укрепление и сохранение здоровья детей, профилактика болезней и возникновения вторичных заболеваний;
- поддержание жизненно важных функций организма (дыхание, работа сердечно-сосудистой системы, мышечной и других физиологических систем);
- улучшение качества имеющихся движений, предупреждение их нарушений;
- стимуляция появления новых движений;
- формирование и совершенствование основных и прикладных двигательных навыков;
- получение удовольствия от занятий физкультурой, радость от достигнутых результатов.

**Коррекционные задачи:**

коррекция физического развития детей с ограниченными возможностями здоровья;  
реабилитация двигательных функций организма;  
развитие внимания, памяти, мышления