**Аннотация к рабочей программе по предмету «Адаптивная физкультура»**

Адаптированная рабочая программа учебного предмета «Адаптивная физкультура» для 6 класса разработана на основе:

- Федеральный закон "Об образовании в Российской Федерации" от 9.12.2012 N 273-ФЗ (редакция 2016г);

- Федеральный государственный образовательный стандарт образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)», приказ Минобрнауки РФ от 19 декабря 2014 года №1599, зарегистрировано в Минюсте РФ 3 февраля 2015 года №35850;

Адаптированная рабочая программа составлена с учётом заключения территориальной психолого-медико-педагогической комиссии от 11 мая 2017 г. №44-1 города Ижевск. Данных о состоянии здоровья, особенностей психофизического развития и возможностей обучающегося, сложности структуры его дефекта, особенностей эмоционально-волевой сферы, характера течения заболевания и в строгом соответствии с медицинскими рекомендациями.

Причиной перехода на индивидуальное обучение с использованием индивидуальных технологий явились медицинские показания: Никонова Софья имеет множественные нарушение ,в том числе и в интеллектуальном развитии, является инвалидом с рождения. Основным принципом организации образовательного процесса для детей данной категории является обеспечение щадящего режима проведения занятий, осуществления обучения на доступном уровне.

Обучение осуществляется по расписанию и в пределах часов, отведенных индивидуальным учебным планом образовательной организации, согласованным с родителем и опекуном Никоновой Софьи.

**Целью программы** по адаптивной физической культуре является повышение двигательной активности детей и обучение использованию полученных навыков в повседневной жизни.

**Основные задачи**: формирование и совершенствование основных и прикладных двигательных навыков; укрепление и сохранение здоровья детей, профилактика болезней и возникновения вторичных заболеваний.

Наряду с интеллектуальными нарушениями у детей с ограниченными возможностями здоровья имеются также недостатки  в физическом развитии, в двигательных способностях, нарушения основных движений. Среди начальных дефектов осанки наиболее часто встречаются вялая осанка, плоская спина, сутулость, круглая спина. Одной из основных причин нарушения осанки является слабое развитие мускулатуры, развитие мышц спины.

**Общая характеристика учебного предмета**

Содержание программного материала уроков состоит из базовых основ физической культуры и большого количества подготовительных, подводящих и коррекционных упражнений. Объем каждого раздела программы рассчитан на то, чтобы за отведенное количество часов обучающиеся могли овладеть основой двигательных навыков и умений.

В программу включены следующие разделы:

1. Теория. Основы знаний.
2. Легкий массаж.

В  раздел программы  «Теория. Основы знаний.» вошли общие сведения теоретического характера, которые излагаются во время урока при изучении того или иного раздела программы.

Основной формой занятий по физической культуре является урок, состоящий из четырех основных частей; вводной, подготовительной, основной и заключительной. На уроке применяются специальные педагогические приёмы, направленные на коррекцию умственной отсталости учеников: анализ выполнения своих  движений и товарищей, выполнение упражнений по словесной инструкции, усвоение названий движений и исходных положений, расширение словаря, запоминание комбинаций упражнений, различение движений по темпу, объёму, усилию, ритму

Практическое содержание программы включает в себя комплексы упражнений, направленные на укрепление мышц спины, брюшного пресса, укрепление мышц плечевого пояса, мышц опорно-двигательного аппарата, на развитие правильного дыхания, на развитие внимания, упражнения на координацию движений, лечение и профилактику ожирения.

**Средства, используемые при реализации программы:**

* физические упражнения;
* корригирующие упражнения;
* коррекционные подвижные игры, элементы спортивных игр;
* материально-технические средства адаптивной физической культуры: спортивные тренажеры, спортивный инвентарь;
* наглядные средства обучения.

**Программа предусматривает следующее количество часов:**

**6 класс – 2 часа в неделю – 34 учебных недели – всего   67 ч.**