# Аннотация к рабочей программе «Физическая культура»

Программа учебного предмета «Физическая культура» (вариант 2.3.) разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации 9 декабря 2014., 1598; примерной адаптированной основной образовательной программы начального общего образования слабослышащих и позднооглохших обучающихся (вариант 2.3.); Программы специальных (коррекционных) образовательных учреждений II вида под редакцией К.Г.Коровина, А.Г.Зикеева и др., допущеной министерством образования Российской Федерации Москва «Просвещение» 2006 год и с учетом требований к результатам освоения адаптированной основной образовательной программы начального общего образования для слабослышащих и позднооглохших детей с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

Целью физического воспитания в школе является содействие всестороннему развитию посредством формирования физической культуры личности школьника. Достижение цели физического воспитания обеспечивается решением следующих основных задач:

• формирование основных представлений о собственном теле, возможностях и ограничениях его физических функций, возможностях физического развития;

• формирование понимания связи телесного самочувствия с настроением, собственной активностью, самостоятельностью;

• формирование умений включаться в занятия на свежем воздухе, адекватно дозировать физическую нагрузку, соблюдать необходимый индивидуальный режим питания и сна;

• формирование умения следить за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок;

• развитие основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости);

• формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни.

Реализация этих задач осуществляется на основе оздоровительной и коррекционно- воспитательной направленности каждого урока. Специфика деятельности учащихся на уроках физической культуры позволяет учителю, с одной стороны, выявить их действительное отношение к различным морально-этическим нормам, а с другой - эффективно использовать уроки для воспитания личности.

**Общая характеристика учебного предмета**

Программа по физической культуре для слабослышащих детей построена на основе

общих принципов постановки физического воспитания, вытекающими из особенностей развития слабослышащих и позднооглохших учащихся с легкой умственной отсталостью. Программа имеет специфические особенности, связанные со слуховой недостаточностью, состоянием функциональных возможностей организма слабослышащих учащихсяс легкой умственной отсталостью.

У многих детей имеются нарушения со стороны сердечно-сосудистой и дыхательной систем (учащенный пульс, повышенное кровяное давление, неправильный ритм дыхания и др.), со стороны физического и психического развития (сутулость, плечевая асимметрия, плоскостопие, искривление позвоночника, диспластичность телосложения, ослабленность и дискоординация деятельности отдельных мышечных групп, утомляемость, неустойчивость эмоциональной сферы и т. д.), а также нарушения моторики. Преподавание предмета «Физическая культура» имеет целью сообщать знания по физической культуре, формировать двигательные навыки и умения, содействовать коррекции недостатков физического развития и моторики учащихся, а также их воспитанию. От достижения этой цели во многом зависит эффективность будущей деятельности выпускников школ слабослышащих в промышленном производстве, в области науки и культуры.

В программе указано, каким упражнениям следует обучать мальчиков, а каким - девочек. При отсутствии таких указаний учебный материал должен быть адресован всем учащимся.

В каждый раздел программы включены игры. Учитель выбирает их так, чтобы они способствовали усвоению учебного материала, содействовали развитию нравственных качеств, а также служили средством коррекции различных моторных нарушений.

Зимой уроки на открытом воздухе проводятся в безветренную погоду при температуре не ниже 10С (для средней климатической зоны). В других климатических зонах вопрос о возможности проведения занятий на открытом воздухе решается органами образования по согласованию с органами здравоохранения. В помещении, где проводятся занятия, температура воздуха должна быть не ниже +16С.

В программе предусмотрен материал для развития двигательных качеств с указанием примерных вариантов упражнений.

Занятия по физической культуре со слабослышащими учащимися легкой умственной отсталостью сопровождаются речевыми инструкциями. Специальная работа с детьми по запоминанию слов на занятиях не ведется, так как используется словарь обиходный, часто встречающийся и отработанный на других уроках. Речевые инструкции должны быть краткими, содержащими только необходимую информацию (терминологические обозначения, сведения по технике, страховке, помощи и т. д.)

применительно к изучаемым упражнениям. Инструкции носят сопроводительную функцию и используются не в ущерб моторной плотности занятий и основным задачам физического воспитания.

Учитель систематически осуществляет педагогический контроль за уровнем физической подготовленности учащихся, учитывает данные медицинских осмотров и результаты педагогических наблюдений. В целях педагогического контроля за развитием учащихся (с III класса) следует два раза в год (в сентябре - октябре и апреле - мае) проводить проверки по физической подготовленности. При этом используют экспресс- тесты: бег на 30 м с высокого старта, прыжки в длину с места, метание на силу кисти и дальность набивного мяча (двумя руками из-за головы из положения сидя ноги врозь), а также следующие виды упражнений: метание на дальность малого мяча, метание мяча в цель, прыжки на точность приземления.

Особое внимание следует обращать на школьников, имеющих недостаточный уровень физического развития и физической подготовленности. Им рекомендуется давать

индивидуальные задания и задания для самостоятельных занятий во внеурочное время, состоящие из упражнений, которые изучались на уроке (примерные упражнения для самостоятельных занятий даны в программе).

Временное освобождение от уроков физической культуры допускается лишь с разрешения врача. Учащиеся, освобожденные от занятий, обязаны присутствовать на уроках.

Для проведения уроков должны быть созданы необходимые условия. Занятия рекомендуется проводить в специально оборудованном зале, где есть спортивный инвентарь.

**Описание места учебного предмета (курса) в учебном плане:**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Раздел программы | Количество часов по классам | | | | | |
| I д | I | II | III | IV | V |
| Гимнастика | 30 | 30 | 30 | 30 | 30 | 30 |
| Легкая атлетика | 27 | 27 | 29 | 29 | 29 | 29 |
| Лыжная подготовка | 12 | 12 | 12 | 12 | 12 | 12 |
| Игры | 26 | 26 | 28 | 28 | 28 | 28 |
| Всего | 99 | 99 | 102 | 102 | 102 | 102 |