

**Аннотация к рабочей программе по предмету «Адаптивная физическая культура» в  
1 классе**

<b>Адресат:</b>	Учащиеся 1 класса с умеренной умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)
<b>Программа составлена на основании:</b>	ФГОС образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) от 19.12.2014 №1599. АООП образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) ГБОУ школа №499 Красногвардейского р-на СПб.
<b>Цель обучения по программе:</b>	повышение двигательной активности детей и обучение использованию полученных навыков в повседневной жизни
<b>Основные задачи:</b>	формирование и совершенствование основных и прикладных двигательных навыков; укрепление и сохранение здоровья детей, профилактика болезней и возникновения вторичных заболеваний
<b>Содержание:</b>	<p>Содержание предмета адаптивная физическая культура отражено в трех разделах: физическая подготовка; оздоровительная и корригирующая гимнастика; коррекционные подвижные игры.</p> <p>Основное содержание этих разделов построено с учетом закономерностей формирования двигательных умений у детей с тяжелыми множественными нарушениями развития:</p> <p>первый этап – <i>ознакомление</i> с двигательным действием на этом этапе используются словесные методы (рассказ, описание, объяснение, разбор) и наглядные методы (непосредственный, опосредованный, замедленный показ).</p> <p>второй этап – <i>начальное разучивание</i> используется метод упражнения, контактный метод обучения в сочетании со словесным, метод физического сопровождения и т.д.</p> <p>третий этап – <i>углубленное разучивание</i> применяются словесные, наглядные методы и их сочетание, вспомогательные методы (направляющая помощь педагога по ходу выполнения движения, фиксация положения тела, принудительное ограничение движения) и т.п.</p> <p>четвертый этап – <i>повторение</i> используются словесный метод (задание, указание и др.), целостный метод с отработкой отдельных частей по ходу выполнения упражнения, игровой.</p> <p>пятый этап – <i>закрепление</i> используются игровой метод, целостный и т.д.</p>
<b>Кол-во часов:</b>	Программа рассчитана на 1 учебный год, 3 часа в неделю.