

Аннотация к рабочей программе по предмету «Физическая культура» в 3 классе

Адресат:	Учащиеся 3 класса с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)
Программа составлена на основании:	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.
Цель обучения по программе:	Всестороннее развитие личности обучающихся в процессе приобщения их физической культуре, коррекции недостатков физического развития, расширение индивидуальных двигательных возможностей, социальная адаптация.
Основные задачи:	формировать правильную осанку у детей, укрепление и сохранение гибкости позвоночника, предотвращение его деформаций; проводить профилактику плоскостопия; формировать знания личной гигиены, режима дня, влияние физических упражнений на состояние здоровья, работоспособности и развития двигательных способностей; совершенствовать двигательные качества учащихся с ограниченными возможностями здоровья (выносливость, сила, быстрота, ловкость); корректировать и компенсировать нарушения физического развития и психомоторики учащихся с ограниченными возможностями здоровья.
Содержание:	Раздел «Легкая атлетика» включает в себя: общеразвивающие и корригирующие упражнения, различная ходьба и бег, техника бега на короткие и длинные дистанции, низкий и высокий старт, эстафетный бег, прыжок в длину с места, различные прыжковые упражнения, прыжки в длину с разбега, метание: в цель, на дальность, с места, с разбега, метание набивного мяча. Раздел «Подвижные игры» включает в себя: игры физкультминутки, игры малой подвижности, игры для развития и профилактики плоскостопия, правильной осанки, игры с ОРУ, игры с бегом, ходьбой, прыжками и метанием, игры для развития скорости, выносливости, игры для развития внимания и зрительных анализаторов, игры для развития быстроты реакции, координации, умения действовать в коллективе, игры с элементами спортивных игр. В раздел «Гимнастика» включает в себя: строевые упражнения, простейшие построения, перестроения, различная ходьба и бег, лазанья и перелазания, переползания, упражнения на равновесия, акробатические упражнения, висы, комплекс упражнений с различными предметами, опорные прыжки, общеразвивающие и корригирующие упражнения, упражнения на дыхания, упражнения на гимнастических снарядах, силовые упражнения, упражнения для развития пространственно-временной ориентировки.
УМК	Матвеев А.П. Физическая культура 3 класс. Учебник для О.О. (ФГОС).
Кол-во часов:	Программа рассчитана на 1 учебный год, 3 часа в неделю.