

Аннотация к рабочей программе «Физическая культура» 1 класс

Название учебного плана	Физическая культура
класс	1
Составитель	Тимакова Альфия Валентиновна
Основа для составления рабочей программы	« Примерная адаптированная основная общеобразовательная программа образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)».
Используемые учебники	
Цель изучения предмета	Укрепление здоровья, формирование основ здорового образа жизни, воспитание интереса к занятиям физической культурой
Основные задачи	<p>1. Образовательные задачи включают два основных аспекта: первый связан с овладением техникой основных движений в ходьбе, беге, прыжках, метаниях, гимнастических, легкоатлетических упражнениях и подвижных играх; второй - с формированием основ гигиенических знаний, знаний о технике безопасности на занятиях физической культурой и технике выполнения физических упражнений.</p> <p>2. Воспитательные задачи направлены на формирование устойчивого интереса к физической культуре и воспитание нравственных качеств и свойств личности.</p> <p>3. Развивающие задачи концентрируются в области развития физических способностей ребенка: координационных, скоростных, силовых, общей выносливости, гибкости.</p> <p>4. Оздоровительные задачи имеют двухкомпонентную структуру - они призваны, во-первых, развивать возможности систем организма, а, во-вторых, направлены на профилактику и коррекцию соматических заболеваний и нарушений здоровья.</p> <p>5. Коррекционные задачи направлены на коррекцию двигательных нарушений и развитие волевой сферы.</p>
Структура курса	<p>(Легкая атлетика 21ч.)</p> <p>Строевые упражнения 2ч. Перестроение 2ч. Метание малого мяча из-за головы 4ч. Бег и ходьба, чередование 4ч.</p>

	<p>Ходьба 4ч.  Прыжки с высоты 30см 2ч.  Прыжки с высоты 60см 2ч.  Набрасывание колец 1ч.</p> <p>(Гимнастика 20ч.)  Перестроение 2ч.  Кувьрки 5ч.  Лазанье по гимнастической стенке 3ч.  Прыжки на двух, одной ногах с поворотом на 90градусов 2ч.  Наклоны, повороты 2ч.  Общеразвивающие упражнения 4ч.</p> <p>(Игры на свежем воздухе 21ч.)</p> <p>(Основы знаний 4ч.)</p>
Количество часов	Рабочая программа рассчитана на 33 учебные недели, 2 часа в неделю, всего 66 часов.
Название учебного плана	Физическая культура