

**АННОТАЦИЯ**  
**к адаптированной рабочей программе по учебному предмету**  
**«Физическая культура»**  
**(5-9 классы)**

Основанием для разработки адаптированной рабочей программы по учебному предмету (АОП: РПУП) **Физкультура** являются следующие нормативные документы: Закон «Об образовании в Российской Федерации» № 273-ФЗ от 29.12.2012г.; Базисный учебный план специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида, I вариант (приказ Минобрнауки РФ от 10.04.2002 №29/2065-п «Об утверждении учебных планов специальных (коррекционных) образовательных учреждений для обучающихся, воспитанников с отклонениями в развитии»;

Адаптированная образовательная программа: рабочая программа учебного предмета (РПУП) **Физкультура** составлена на основе примерной Программы для 5-9 классов специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида под редакцией В.В. Воронковой (2012 г.) по предмету «Физкультура».

Цель: укрепление здоровья, физического развития и повышения работоспособности учащихся;

Задачи:

- развивать и совершенствовать двигательные умения и навыки;
- расширять знания в области гигиены, теоретических сведений по физкультуре;
- развивать чувства темпа и ритма, координации движений;
- формировать навыки правильной осанки в статических положениях и в движении;
- корректировать и компенсировать физическое развитие;
- развивать у учащихся основные физические качества.

**Общая характеристика учебного предмета**  
**с учетом особенностей его освоения обучающимися**

Разделами программы являются: легкая атлетика, лыжная подготовка, гимнастика, подвижные игры. Предлагаемый примерной программой раздел «Плавание» в 5-9 классах не включен в рабочую учебную программу, часы этого раздела распределены по разделам «Легкая атлетика», «Лыжная подготовка», «Гимнастика», «Подвижные игры». Раздел программы «Легкая атлетика» включен в календарно-тематическое планирование в I и IV четвертях, в связи с проведением занятий на стадионе, вне помещения. Раздел программы «Подвижные игры» включен в календарно-тематическое планирование в II и IV четверти.

**5 класс**

Задачи:

- Развитие двигательных (кондиционных и координационных способностей).
- Воспитание потребности и умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями.
- Содействие воспитанию нравственных и волевых качеств, развитие психических процессов и свойств личности.
- В разделе «Гимнастика» изучить построения и перестроения. Повороты налево, направо, кругом (переступанием). Знать понятия: фланг, интервал.
- В разделе «Легкая атлетика» бег на скорость 60 м, прыжки с места, метание мяча.
- В разделе «Лыжная подготовка» ознакомить с попеременным двухшажным ходом, одновременным бесшажным ходом.
- В разделе «Подвижные игры» ознакомление с правилами игры: «Пионербол»,

«Баскетбол».

### **6 класс**

Задачи:

- Обучение основам базовых видов двигательных действий.
- Углубление представления об основных видах спорта.
- Развитие двигательных (кондиционных и координационных способностей).
- Воспитание потребности и умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями.
- В разделе «Гимнастика» изучить размыкание вправо, влево, от середины приставными шагами на интервал руки в стороны. Перестроение из колонны по одному в колонну по два.
- В разделе «Легкая атлетика» бег на скорость 60 м, прыжки с места, метание мяча.
- В разделе «Лыжная подготовка» ознакомить торможение «плугом». Подъем «елочкой».
- В разделе «Подвижные игры» ознакомление с правилами игры: «Волейбол».

### **7 класс**

Задачи:

- Формирование адекватной оценки собственных физических возможностей.
- Углубление представления об основных видах спорта.
- Дальнейшее развитие координационных (ориентирование в пространстве, перестроение двигательных действий).
- Воспитание потребности и умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями.
- В разделе «Гимнастика» отработка упражнения с гимнастическими палками, обручами, набивными мячами.
- В разделе «Легкая атлетика» бег на скорость 60 м, прыжки с места, метание мяча.
- В разделе «Лыжная подготовка» отработка различных лыжных ходов.
- В разделе «Подвижные игры» «Баскетбол» обучить остановке прыжком. Повороты на месте. Передача мяча двумя руками от груди. Раздел «Волейбол» - обучить передаче мяча сверху и снизу двумя руками на месте.

### **8 класс**

Задачи:

- Содействие гармоничному физическому развитию.
- Формирование адекватной оценки собственных физических возможностей.
- Углубление представления об основных видах спорта.
- Дальнейшее развитие координационных (ориентирование в пространстве, перестроение двигательных действий).
- В разделе «Гимнастика» отработка упражнений на гимнастической стенке, лестнице.
- В разделе «Легкая атлетика» бег на скорость 60 м, прыжки с места, метание мяча.
- В разделе «Лыжная подготовка» отработка конькового хода.
- В разделе «Подвижные игры», «Баскетбол» обучить ведению мяча с обводкой, броском мяча по корзине. Раздел «Волейбол» - обучить верхней прямой подаче.

### **9 класс**

Задачи:

- Содействие гармоничному физическому развитию.
- Формирование адекватной оценки собственных физических возможностей.
- Углубление представления об основных видах спорта.
- Дальнейшее развитие координационных (ориентирование в пространстве, перестроение двигательных действий).
- В разделе «Гимнастика» отработка прыжков через гимнастического козла.
- В разделе «Легкая атлетика» бег на скорость 60 м, прыжки с места, метание мяча.

- В разделе «Лыжная подготовка» совершенствование конькового хода.
- В разделе «Подвижные игры», «Баскетбол» обучить подбору отскочившего мяча от щита.  
Раздел «Волейбол» - обучить прямому нападающему удару через сетку, блоку.