

Аннотация к адаптированной рабочей программе по физической культуре для детей с ограниченными возможностями здоровья (3 класс)

Программа разработана в соответствии с основными положениями Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования и является адаптивной, ориентирована на использование учебника «Физкультура. 1-11 классы. Комплексная программа физического воспитания учащихся» В.И.Лях, А. А. Зданевич. М., «Учитель», 2012 г.

Нормативную основу рабочей программы, адресованного обучающимся с нарушениями слуха составили:

1. Приказом Минобразования России от 05.03.2004 года № 1089.
2. Базисным учебным планом, утверждённым приказом Министерства образования и науки РФ от 09.03. 2004 года № 1312 «Об утверждении федерального базисного учебного плана и примерных учебных планов для образовательных учреждений Российской Федерации, реализующих программы общего образования».
3. Базисного учебного плана для специальных (коррекционных) школ I - VIII вида, утверждённого приказом Министерства Образования Российской Федерации от 10.04.2002 года № 29/2065-п в условиях данной образовательной организации.

Образовательная программа, адаптированная для обучения детей с нарушениями слуха, учитывающая особенности их психофизического развития, индивидуальные возможности, обеспечивающая коррекцию нарушений развития и социальную адаптацию.

Цели и задачи.

Цель обучения - формирование разносторонне физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха.

Задачи обучения:

- Укрепление здоровья, улучшение осанки, профилактика плоскостопия, содействие гармоничному физическому, нравственному и социальному развитию, успешному обучению;
- Формирование первоначальных умений саморегуляции средствами физической культуры;
- Обучение методике движений;
- Развитие координационных (точность воспроизведения и дифференцирование пространственных, временных и силовых параметров движений; равновесие, ритм, быстрота и точность реагирования на сигналы, согласование движений, ориентирование в пространстве) и кондиционных (скоростные, скоростно -силовые, выносливость и гибкость) способностей;
- Формирование элементарных знаний о личной гигиены, влияние физических упражнений на состояние здоровья, работоспособность и развитие физических (координационных и кондиционных) способностей;
- Выработка представлений об основных видах спорта, снарядах и инвентаре, о соблюдении правил техники безопасности во время занятий;

- Формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни;
- Приобщение к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижными играми, использование их в свободное время на основе формирования интересов к определенным видам двигательной активности и выявления предрасположенности к тем или иным видам спорта;
- Воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, честности, отзывчивости, смелости во время выполнения физических упражнений, содействие развитию психических процессов (представление, память, мышление и др.) в ходе двигательной деятельности.
- региональный национальный компонент – национальные игры Удмуртской Республики.

Место учебного предмета в учебном плане

Предмет физическая культура реализуется в рамках учебного плана в части предметной области «Физкультура» в количестве:

в 3 классе—3 ч в неделю, 102 ч в год (34 учебные недели);

Учебный план

Тема	Количество часов	Количество контрольных работ
Знание о физической культуре	4	1
Гимнастика с элементами акробатики	35	8
Лёгкая атлетика	29	13
Лыжная подготовка	12	1
Подвижные игры	22	2
Общее количество часов	102	25

Контрольные нормативы

№ п/п	Физические способности	Контрольное упражнение (тест)	Возраст, лет	Уровень					
				низкий	средний	высокий	низкий	средний	высокий
				для мальчиков			для девочек		
1	Скорость	Бег 30 м, с	9	6,8 и более	6,7-5,7	5,1 и менее	7,0 и более	6,9-6,0	5,3 и менее
2	Координация	Челночный бег 3x10 м, с	9	10,2 и более	9,9-9,3	8,8 и менее	10,8 и более	10,3-9,7	9,3 и менее
3	Скоростно -	Прыжок в	9	120	130-	175	110	135-150	160

	силовые	длину с места, см		и менее	150	и более	и менее		и более
4	Выносливость	6-минутный бег, м	9	800 и менее	850- 1000	1200 и более	600 и менее	700-900	1000 и более
5	Гибкость	Наклон вперед из положения сидя, см	9	1	3-5	7,5 и более	2 и менее	6-9	13,0 и более
6	Сила	Подтягивание на высокой перекладине из виса, кол-во раз (м.), на низкой перекладине из виса лёжа, кол-во раз (д.)	9	1	3-4	5 и более	3 и менее	7-11	16 и более