Аннотация

 Рабочая программа учебного предмета «Адаптивная физическая культура» разработана на основе:

- Федерального государственного образовательного стандарта (далее – ФГОС) образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями);

- Федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), далее ФАООП УО (вариант 2), утвержденной приказом Министерства просвещения России от 24.11.2022 г. № 1026

 Федеральная адаптированная основная общеобразовательная программа определяет цель и задачи учебного предмета «Адаптивная физическая культура»:

1. Развитие восприятия собственного тела, осознание своих физических возможностей и ограничений.

2. Освоение доступных способов передвижения (в том числе с использованием технических средств).

3. Соотнесение самочувствия с настроением, собственной активностью, самостоятельностью и независимостью.

4. Формирование двигательных навыков, координации движений, физических качеств.

5. Освоение доступных видов физкультурно-спортивной деятельности: велосипедная езда, ходьба на лыжах, спортивные и подвижные игры, туризм и других.

 Адаптивная физическая культура занимает важное место не только среди учебных предметов, но, и в жизни ребенка с тяжелыми комплексными нарушениями развития, поскольку обеспечивает овладение основными видами деятельности: игровой, учебной, социально-трудовой.

 На изучение предмета «Адаптивная физическая культура» в 3-м классе отведено 68 часов, 2 часа в неделю, 34 учебные недели.

 Основное содержание учебного предмета «Адаптивная физическая культура» состоит из 4 разделов:

1. «Я и мое тело».

2. «Я и мои движения».

3. «Я и мое самочувствие».