

# ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

## I-IV классы

### Пояснительная записка

Рабочая программа по предмету «Физическая культура» в 1 – 4 классах составлена в соответствии с адаптированной основной общеобразовательной программой образования обучающихся с легкой умственной отсталостью на 2017-2018 учебный год и следующих нормативно - правовых документов:

- 1.Федеральный закон Российской Федерации от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
- 2.Федеральный государственный образовательный стандарт образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).
- 3.Учебный план образовательного учреждения на 2017-2018 уч.год.
4. Программы специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида. Подготовительный, 1-4 классы. Под ред. В.В. Воронковой. – М.: Просвещение, 2010г.).

Физическая культура является составной частью образовательного процесса обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями). Физическое воспитание занимает одно из важнейших мест в подготовке этой категории обучающихся к самостоятельной жизни, производительному труду, воспитывает положительные качества личности, способствует социальной интеграции школьников в общество.

#### **Основные задачи изучения предмета:**

1)Разнородность состава обучающихся начального звена по психическим, двигательным и физическим данным выдвигает ряд конкретных задач физического воспитания:

- формировать двигательные умения и навыки с учетом возрастных особенностей обучающихся, развивать двигательные способности в процессе обучения;
- укреплять здоровье и закаливание организма, формировать правильную осанку;
- формировать и прививать гигиенические навыки при выполнении физических упражнений;
- формировать установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни;
- формировать познавательные интересы - сообщение доступных теоретических сведений по физической культуре;
- воспитывать устойчивый интерес к занятиям физическими упражнениями;
- воспитывать нравственные, морально-волевые качества (настойчивость, смелость), навыков культурного поведения;

2)**Коррекция** нарушений физического развития недостатков психического и физического развития с учетом возрастных особенностей обучающихся решает следующие задачи:

- обогащение чувственного опыта;
- коррекцию и развитие сенсомоторной сферы;
- формирование навыков общения, предметно - практической и познавательной деятельности.

### **Описание места учебного предмета, курса в учебном плане.**

В соответствии с учебным планом ОУ объём изучаемого материала в 1 классе составляет 99 часов (3 часа в неделю), в 2 классе - 102 часа ( 3 часа в неделю), в 4 классе – 68 часов ( 2 часа в неделю).

### **Описание ценностных ориентиров содержания учебного предмета**

- **Ценность истины** – это ценность научного познания как части культуры человечества, разума, понимания сущности бытия, мироздания.
- **Ценность человека** как разумного существа, стремящегося к познанию мира и самосовершенствованию.
- **Ценность труда и творчества** как естественного условия человеческой деятельности и жизни.
- **Ценность свободы** как свободы выбора и предъявления человеком своих мыслей и поступков, но свободы, естественно ограниченной нормами и правилами поведения в обществе.
- **Ценность гражданственности** – осознание человеком себя как члена общества, народа, представителя страны и государства.
- **Ценность патриотизма** – одно из проявлений духовной зрелости человека, выражающееся в любви к России, народу, в осознанном желании служить Отечеству.

### **Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения конкретного учебного предмета, курса**

#### *Личностные:*

- 1) формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению материальным и духовным ценностям.
- 2) развитие навыков сотрудничества с взрослыми, и сверстниками в разных социальных ситуациях;
- 3) принятие и освоение социальной роли обучающегося, формирование и развитие, и развитие социально значимых мотивов учебной деятельности; социально значимых мотивов учебной деятельности;

4) развитие адекватных представлений о собственных возможностях, насущно необходимом жизнеобеспечении;

### **Предметные**

1) первоначальные представления о значении физической культуры для укрепления здоровья о значении физической культуры для укрепления здоровья человека, физического развития, повышения работоспособности;

2) умения правильно организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия и т. д

3) умения оценивать свое физическое состояние величину, величину, нагрузок.

### **Метапредметными**

#### ***Регулятивные БУД:***

- умение проявлять познавательную инициативу в учебном сотрудничестве (учебно-познавательные и коммуникативные компетенции);
- умение планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации, в том числе во внутреннем плане (учебно-познавательные и социальные компетенции);
- умение адекватно воспринимать предложения и оценку учителя, одноклассников, родителей (социальные и коммуникативные компетенции);

#### **Коммуникативных БУД**

- умение использовать речь для планирования и регуляции своей деятельности (социальные и коммуникативные компетенции);
- умение договариваться и приходиться к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов (социальные и коммуникативные компетенции);
- умение задавать вопросы, строить понятные для партнёра высказывания, необходимые для организации собственной деятельности и сотрудничества с партнёром (социальные и коммуникативные компетенции).

#### ***Познавательные БУД:***

- Ориентироваться в своей системе знаний: *понимать*, что нужна дополнительная информация (знания) для решения учебной задачи в один шаг.

- *Делать* предварительный *отбор* источников информации для решения учебной задачи.
- Перерабатывать полученную информацию: *наблюдать* и *делать* самостоятельные *выводы*.

### **Описание материально-технического обеспечения образовательного процесса**

- Материально-техническое сопровождение
- Основная и дополнительная литература для педагога
- Медиаресурсы

1 В.М. Мозговой «Уроки физической культуры в начальных классах». Издат. «Просвещение»2009г.

2. Программа Составитель С.Г.Шевченко Программно-методические материалы.

3. Коррекционно-развивающее обучение. Начальная школа. Физическая культура. Издат. «Дрофа». 1998г.

4. Программы подготовительного и 1-4 классов коррекционных образовательных учреждений VIII вида. Под редакцией В.В.Воронковой. Москва «Просвещение» 2010г.

5. Программно-методические материалы: Коррекционно-развивающее обучение Начальная школа. Физическая культура. Автор Е.Н.Морсакова. Издат. «Дрофа» 2011г.