**АННОТАЦИИ К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ**

**«АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»**

**1-4 КЛАССЫ**

Рабочая программа учебного предмета «Адаптивная физическая культура» адресована обучающимся с ОВЗ, на уровне начального общего образования составлена в соответствии с Федеральной образовательной программой на основе требований к результатом ООП НОО, представленных в ФГОС НОО, а также Федеральной программы воспитания, с учётом Концепции преподавания Адаптивной физической культуры в Российской Федерации (утверждённой распоряжением Правительства Российской Федерации от 25 ноября 2019 г. № 636-р) и подлежит непосредственному применению при реализации обязательной части ООП НОО.

**УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКИЙ КОМПЛЕКС (УМК**):

- Физическая культура - Лях В.И. (1-4)класс.

- Физическая культура - Матвеев А.П. (1-4) класс.

- Физическая культура гимнастика - Винер И.А., Горбулина Н.М., Цыганкова О.Д. / Под ред. Винер И.А.(1-4) класс.

**Учебный план (количество часов):**

1 класс – 3 часа в неделю, 99 часов в год.

2 класс - 3 часа в неделю, 102 часов в год.

3 класс – 3 часа в неделю, 102 часов в год.

4 класс – 3 часа в неделю, 102 часов в год.

**Цель** изучения предмета «адаптивная физическая культура» в обеспечении овладения обучающимися с ОВЗ необходимым уровнем подготовки в области физической культуры в единстве с компенсацией нарушения физического развития, формированием устойчивой потребности в физическом совершенствовании, целостном развитии физических и психических качеств личности для наиболее полноценной жизни в обществе.

**Задачи:**

1) укрепление здоровья, повышение функциональных и адаптивных возможностей основных жизнеобеспечивающих систем организма, развитие физических способностей;

2) формирование правильной осанки и рационального дыхания, умений организовывать самостоятельные занятия физической культурой с оздоровительной направленностью;

3) повышение культуры движений, обогащение двигательного опыта упражнениями базовых видов спорта (гимнастика, лёгкая атлетика, спортивные игры), а также формирование умений использовать их в условиях учебной деятельности, организации активного отдыха и досуга;

4) содействие освоению комплекса знаний о физической культуре, её истории и формах организации, связи с культурой здоровья;

5) воспитание волевых, нравственных и этических качеств личности.

**Личностные результаты:**

1. сформированность чувства гордости за свою Родину, народ Донбасса и его историю, осознание своей этнической и национальной принадлежности;
2. сформированность уважительного отношения к культуре других народов;
3. развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение социальной роли обучающего;
4. развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
5. активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
6. проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
7. проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
8. оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.
9. развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций;
10. развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;
11. формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
12. формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.

**Метапредметные результаты:**

1. овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств её осуществления;
2. формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;
3. определение общей цели и путей её достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;
4. готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учёта интересов сторон и сотрудничества;
5. овладение начальными сведениями о сущности и особенностях объектов, процессов и явлений действительности в соответствии с содержанием конкретного учебного предмета;
6. овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.
7. характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
8. находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;
9. общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
10. обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;
11. организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
12. планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;
13. анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
14. видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;
15. оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами;
16. управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;
17. технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.

**Предметные результаты:**

• планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры;

• представлять физическую культуру как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;

• измерять (познавать) индивидуальные показатели физического развития (длину и массу тела), развития основных физических качеств;

• оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;

• организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;

• бережно обращаться с инвентарем и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;

• организовывать и проводить занятия физической культурой с разной целевой направленностью, подбирать для них физические упражнения и выполнять их с заданной дозировкой нагрузки;

• характеризовать физическую нагрузку по показателю частоты пульса, регулировать ее напряженность во время занятий по развитию физических качеств;

• взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;

• в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;

• находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы;

• выполнять акробатические и гимнастические комбинации на высоком техничном уровне, характеризовать признаки техничного исполнения;

• выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;

• выполнять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

**1 класс**

-Мониторинг физического развитие-12 ч.

-Легкая атлетика-18 ч.

-Подвижные игры-16 ч.

-Гимнастика с элементами акробатики-24 ч.

-Основные понятие и элементы спортивной игры волейбол – 14ч.

-Основные понятие и элементы спортивной игры баскетбол -15ч.

**2 класс**

-Мониторинг физического развитие-12 ч.

-Легкая атлетика-20 ч.

-Подвижные игры-16 ч.

-Гимнастика с элементами акробатики-24 ч.

-Основные понятие и элементы спортивной игры волейбол – 10ч.

-Основные понятие и элементы спортивной игры баскетбол -10ч.

-Основные понятие и элементы спортивной игры футбол – 10ч.

**3 класс**

-Мониторинг физического развитие-12 ч.

-Легкая атлетика-20 ч.

-Подвижные игры-16 ч.

-Гимнастика с элементами акробатики-24 ч.

-Основные понятие и элементы спортивной игры волейбол – 10ч.

-Основные понятие и элементы спортивной игры баскетбол -10ч.

-Основные понятие и элементы спортивной игры футбол – 10ч.

**4 класс**

-Мониторинг физического развитие-12 ч.

-Легкая атлетика-20 ч.

-Подвижные игры-16 ч.

-Гимнастика с элементами акробатики-24 ч.

-Основные понятие и элементы спортивной игры волейбол – 10ч.

-Основные понятие и элементы спортивной игры баскетбол -10ч.

-Основные понятие и элементы спортивной игры футбол – 10ч.

**ФОРМЫ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ**

Отметки в 1-4х классах не выставляются.

В целях контроля в 1-4 классах проводится мониторинг физического развитие два раза в год (в сентябре и мае).