

## Аннотация к программе «Адаптивная физическая культура»

**Рабочая программа по программе «Адаптивная физическая культура» составлена на основе:**

- Федерального закона от 29 декабря 2012 г. N 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с последующими изменениями);
- Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (Приказ Минобрнауки России № 1598 от 19 декабря 2014 года);
- Письма Минобрнауки России от 28.10.2015 № 08-1786 «О рабочих программах учебных предметов»
- Примерной адаптированной основной общеобразовательной программы начального общего образования обучающихся с тяжелыми множественными нарушениями развития (вариант 6.4).

### Место учебного предмета в учебном плане

Согласно учебного плана примерной адаптированной основной общеобразовательной программы начального общего образования обучающихся с тяжелыми множественными нарушениями развития (вариант 6.4) программа по предмету «Адаптивная физическая культура» реализуется в рамках индивидуального обучения на дому и рассчитана

Класс	Кол – во часов в неделю	Кол – во учебных недель в уч.году	Общее количество часов в год
4	0,25	34	9

### Цели:

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.

### Задачи:

- освоение доступных способов контроля над функциями собственного тела: сидеть, стоять, передвигаться (в т.ч. с использованием технических средств);
- освоение двигательных навыков, координации движений,
- умение устанавливать связь телесного самочувствия с физической нагрузкой: усталость после активной деятельности, болевые ощущения в мышцах после физических упражнений.