

**Аннотация к адаптированной рабочей программе индивидуального обучения по
физической культуре
в 5 классе для обучающегося с ЗПР**

Адаптированная рабочая программа индивидуального обучения по физической культуре для обучающегося 5 класса с задержкой психического развития составлена в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом основного общего образования, утвержденного приказом Министерства образования и науки РФ от 17.12.2010 №1897, на основе авторской программы по физической культуре «Физическая культура. Рабочие программы. Предметная линия учебников Виленского М.Я, Лях В.В. 5 - 9 классы: учебное пособие для образовательных организаций /Лях В.И.- 5-е издание М.: Просвещение.

По программе на изучение физической культуры в 5 классе отводится 102 часа в год, 3 часа в неделю, а учебным планом школы отведено 17 часов в год, 0,5 часа в неделю. Поэтому в тематическом планировании порядок тем, последовательность их изложения не изменены, но планирование разделено на аудиторные часы и часы для самостоятельного изучения. Таким образом, с целью выполнения программы по физической культуре 85 часов выделены для самостоятельного изучения, что отражено в календарно - тематическом планировании.

Рабочая программа реализуется на основе учебника «Физическая культура 5-7 класс». Учебник для общеобразовательных организаций. Авторы: Виленский М.Я., Туревский, И.М, Торочкова. Т.Ю., Соколкина В.А., Баландин Г.А., Назарова Н.Н., Казаков Т.Н., Крайнов А.Н., Гребенщикова З.В., Алёшина Н.С., Маслов М.В. под ред. М.Я. Виленского. М.: «Просвещение».

Целью школьного физического воспитания является 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.

Образовательный процесс учебного предмета «Физическая культура» в основной школе направлен на решение следующих **задач**:

- содействие гармоничному физическому развитию, закрепление навыков правильной осанки, развитие устойчивости организма к неблагоприятным условиям внешней среды, воспитание ценностных ориентаций на здоровый образ жизни и привычки соблюдения личной гигиены;
- обучение основам базовых видов двигательных действий;
- дальнейшее развитие координационных (ориентирование в пространстве, перестроение двигательных действий, быстрота и точность реагирования на сигналы, согласование движений, ритм, равновесие, точность воспроизведения и дифференцирования основных параметров движений) и кондиционных способностей (скоростно-силовых, скоростных, выносливости, силы и гибкости);
- формирование основ знаний о личной гигиене, о влиянии занятий физическими упражнениями на основные системы организма, развитие волевых и нравственных качеств;
- выработку представлений о физической культуре личности и приёмах самоконтроля;
- углубление представления об основных видах спорта, соревнованиях, снарядах и инвентаре, соблюдение правил техники безопасности во время занятий, оказание первой помощи при травмах;

- воспитание привычки к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, избранными видами спорта в свободное время;
- выработку организаторских навыков проведения занятий в качестве командира отделения, капитана команды, судьи;
- формирование адекватной оценки собственных физических возможностей;
- воспитание инициативности, самостоятельности, взаимопомощи, дисциплинированности, чувства ответственности;
- содействие развитию психических процессов и обучение основам психической саморегуляции.