**Аннотация к адаптированной рабочей программе по физической культуре (ФГОС)**

**1-4 класс**

Рабочая программа по учебному предмету «Адаптированная физическая культура» для 1-4 классов разработана на основании Федерального закона Российской Федерации «Об образовании в Российской Федерации» № 273-ФЗ, Федерального Государственного образовательного стандарта начального общего образования (приказ Министерства образования и науки РФ от 06.10.2009 г. № 373 «Об утверждении и введении в действие федерального государственного стандарта начального общего образования» с изменениями и дополнениями от 29 декабря 2014 года № 1643), проекта Примерной адаптированной основной образовательной программы начального общего образования обучающихся с задержкой психического развития, авторской программы курса «Физическая культура» 1 - 4 классы Т.С. Лисицкая, Л.А. Новикова (УМК «Планета знаний»).

Освоение физической культуры в школе направлено на реализацию следующих **задач:**

* укрепление здоровья, профилактика заболеваний сердечно-сосудистой, дыхательной систем и опорно-двигательного аппарата, содействие гармоническому физическому развитию;
* освоение двигательных навыков и умений, необходимых для нормальной жизнедеятельности;
* развитие основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости);
* формирование простейших знаний о личной гигиене, режиме дня, установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни;
* приобщение к самостоятельным занятиям (дома), подвижным играм;
* воспитание морально-волевых качеств;
* воспитание устойчивого интереса к двигательной активности;
* обучение детей правилам поведения во время занятий физическими упражнениями; развитие умения контролировать уровень своей двигательной подготовленности.

**Коррекционные задачи** физической культуры заключаются в формировании жизненных компетенций:

* исправление недостатков физического и психического развития посредством специальных упражнений;
* формирование первоначальных умений саморегуляции средствами физической культуры;
* овладение ребёнком основными представлениями о собственном теле, возможностях и ограничениях его физических функций, возможностях компенсации;
* формирование понимания связи телесного самочувствия с настроением, собственной активностью, самостоятельностью и независимостью;
* овладение умениями включаться в занятия, дозировать физическую нагрузку.

Предмет «Физическая культура» в соответствии с требованиями ФГОС входит в предметную область «Физическая культура» и является основой физического воспитания обучающихся. В начальной школе с 1 по 4 класс отводится 3 часа в неделю в течение каждого года обучения, всего 405 часов. В 1 классе по 3 часа в неделю, общий объем учебного времени составляет 99 часов. Во 2 классе по 3 часа в неделю, общий объем 102 часа. В 3 классе по 3 часа в неделю, общий объем 102 часа. В 4 классе по 3 часа в неделю, общий объем 102 часа.

**В программе содержание учебного предмета** задано в конструкции двигательной деятельности и включает следующие учебные разделы:

* «Знания о физической культуре»;
* «Способы физкультурной деятельности»;
* «Физическое совершенствование».

Программный материал усложняется по разделам каждый год за счет увеличения сложности элементов на базе ранее пройденных.

**Формы контроля.** По мере прохождения учебного материала по физической культуре проводится текущий контроль освоения учебного материала и выполнения учебных нормативов по видам двигательной деятельности.

Физическая подготовленность проверяется при стартовом контроле и сдаче контрольных нормативов в конце учебного года по шести основным тестам: скоростным, скоростно-силовым, силовым, выносливости, координации, гибкости, силы.