Аннотация к адаптированной рабочей программе учебного предмета

«Адаптивная физическая культура» 5-9 классы

Программа учебного курса «Физкультура» ориентирует учителя на последовательное решение **основных задач физического воспитания**:

1) укрепление здоровья, физического развития и повышение работоспособности учащихся;

2) развитие и совершенствование двигательных умений и навыков;

3) приобретение знаний в области гигиены, теоретических сведений по физкультуре;

4) развитие чувства темпа и ритма, координации движений;

5) формирование навыков правильной осанки в статических положениях и в движении;

6) усвоение учащимися речевого материала, используемого на уроках по физической культуре.

Особенностью урочных занятий является обучение базовым двигательным действиям, включая и технику основных видов спорта (лёгкой атлетики, гимнастики, спортивных игр, лыжной подготовки).

В процессе уроков учащиеся получают знания о двигательном режиме; самоконтроле и его основных приёмах; как укреплять свои кости и мышцы; влияние физических упражнений на основные системы организма (дыхание, кровообращение и т.д.), на развитие нравственных качеств.

Одна из задач уроков - обеспечение развития кондиционных и координационных способностей (ориентировка в пространстве, быстрота реакций, дифференциация силовых, пространственных и временных параметров движений).