**Аннотация**

Адаптированная рабочая программа для детей с лёгкой умственной отсталостью(интеллектуальными нарушениями).

Рабочая программа разработана на основе авторской программы «Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов» В.И.Ляха, А.А.Зданевича (В.:Учитель, 2013).

В соответствии с приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 30 августа 2010 года №889 «О внесении изменений в федеральный базисный учебный план и примерные учебные планы для образовательных учреждений Российской Федерации, реализующих программы общего образования, утвержденные приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 9 марта 2004 года №1312 «Об утверждении федерального базисного учебного плана и примерных учебных планов для образовательных учреждений Российской Федерации, реализующих программы общего образования» в объем недельной учебной нагрузки общеобразовательных учреждений всех видов введен третий час физической культуры. Это продиктовано объективной необходимостью повышения роли физической культуры и спорта в воспитании школьников, укрепления их здоровья, привития навыков здорового образа жизни.

Учебный предмет «Физическая культура» определён в ФГОС нового поко­ления как обязательный для изучения на всех ступенях общего образования. Его главной задачей является укрепление здоровья, содействие гармоничному физи­ческому, нравственному и социальному развитию школьников.

Предметные результаты по программе «Физическая культура» должны от­ражать большой диапазон приобретаемого обучающимися опыта как в части ук­репления и сохранения индивидуального здоровья, развития личной двигательной активности, понимания ценностей здорового и безопасного образа жизни, толе­рантного социального поведения, так и в овладении отдельными техническими элементами базовых и иных видов спорта, мотивации к занятиям физической культурой и спортом:.

Цель программы:

формирование умений и навыков повышения двигательной активности у обучающихся через активизацию интереса к учебному предмету «Физическая культура» в общеобразовательных учреждениях.

Реализации основной цели программы будет способствовать решение сле­дующих задач:

- формирование у обучающихся умений и навыков в выполнении физических упражнений, направленных на укрепление их здоровья, профилактику забо­леваний, развития вредных привычек;

* использование приобретенных знаний и умений в повседневной жизни с учетом индивидуального интереса в области физической культуры и спорта, со­стояния здоровья и функциональных возможностей организма;
* формирование у обучающихся осмысленного понимания необходимости выстраивания собственного здорового образа жизни, используя при этом ресурсы физической культуры и спорта.

Программа разработана в соответствии с требованиями федеральных госу­дарственных образовательных стандартов к личностным характеристикам выпу­скника об- щеобразовательного учреждения в части формирования и использова­ния навыков и правил здорового образа жизни, а также требований к результатам освоения основной образовательной программы по предмету «Физическая культура».

При составлении программы учитывалась одна из главных целей развития системы школьного образования - формирование личности, готовой к активной творческой самореализации в пространстве общечеловеческой культуры и готовой к социальной самоидентификации посредством: личностно значимой деятельности.

В программе делается акцент на дифференцируемость её использования в соответствии с физкультурно-спортивными интересами обучающихся, их физиче­скими возможностями, приоритетами в образовательной политике учреждения в данном направлении, уровнем материально-технического спортивного обеспече­ния общеобразовательного учреждения.

Очень важно также и то, что обучающиеся при использовании данной програмы приобретают хорошую физическую форму и обеспечивают себе крепкое здоровье, воспитывая при этом такие черты характера, как чувство товарищества и солидарность.

**ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОГРАММЫ**

Содержание программного материала состоит из двух основных частей: базовой и вариативной.

Освоение базовых основ физической культуры объективно необходимо и обязательно для каждого ученика. Без базового компонента невозможна успешная социализация в обществе и эффективное осуществление профессиональной деятельности, независимо от её направления. Базовый компонент составляет основу общегосударственного стандарта общеобразо­вательной подготовки в сфере физической культуры и не зависит от региональных, национальных особенностей и индивидуальных интересов (запросов) обучающегося.

Вариативная часть физической культуры обусловлена необходимостью учета в работе общеобразовательного учреждения, индивидуальных пожеланий, особенностей детей, региональных, национальных и местных спортивных приоритетов.