

## **Аннотация к программе курса внеурочной деятельности «Будь здоров!»**

Программа курса внеурочной деятельности «Будь здоров!» (далее – Программа) разработана на основе требований к личностным и предметным результатам (возможным результатам) освоения адаптированной основной образовательной программы образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (далее – АООП обучающихся с УО (ИН)), вариант 2, и программы формирования базовых учебных действий.

Программа курса внеурочной деятельности «Будь здоров!» входит во внеурочную деятельность учебного плана АООП обучающихся с УО (ИН), вариант 2.

### **Цели и задачи Программы:**

- развитие восприятия собственного тела, осознание своих физических возможностей и ограничений;
- освоение доступных способов передвижения (в том числе с использованием технических средств);
- соотнесение самочувствия с настроением, собственной активностью, самостоятельностью и независимостью
- формирование двигательных навыков, координации движений, физических качеств;
- освоение доступных видов физкультурно-спортивной деятельности: велосипедная езда, ходьба на лыжах, спортивные и подвижные игры, туризм и других.

Программа реализуется в течение 9 учебных лет, всего – 305 часов.

**Содержание программы курса внеурочной деятельности** обеспечивает достижение планируемых результатов освоения АООП обучающихся с УО (ИН), вариант 2.