МАОУ "СОШ №2"
Подписан цифровой подписью: МАОУ "СОШ №2"
DN: CN="МАОУ "СОШ №2 "", E=zgo-sch2@obl72.ru
Основание: Я подтверждаю этот документ своей удостоверяющей подписью
Расположение:
Дата: 2023.11.30 16:28:37 +05'00'
Foxit PDF Reader Версия: 12.1.0

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ЗАВОДОУКОВСКОГО ГОРОДСКОГО ОКРУГА «ЗАВОДОУКОВСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 2»

РАССМОТРЕНО Методическим объединением учителей начальных классов Руководитель ШМО _____(Демчур Т.Н.) Протокол № 4 от "28"августа 2022г.	СОГЛАСОВАНО Заместитель директора по УВР _____(ИльинаТ.С.) от "28"августа 2022г.	УТВЕРЖДЕНО Директором школы Приказ № О - 302 от"29" августа 2022г.

Рабочая программа
учебного предмета «Адаптивная физкультура»
для учащегося по АООП начального общего образования с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) в рамках программы СИПР (Вариант 2) 5 класс

Составила: Шкуратова О.К.

Заводоуковск, 2022-23 уч. год

1. Пояснительная записка

Адаптированная рабочая программа по предмету «Адаптивная физкультура» для 5 классов с умственной отсталостью разработана в соответствии Федеральным государственным образовательным стандартом образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (Вариант2)».

Вариант 2 предполагает, что обучающийся с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) получает образование, которое по содержанию и итоговым достижениям не соотносится к моменту завершения школьного обучения с содержанием и итоговыми достижениями сверстников, не имеющих ограничений здоровья, впролонгированные сроки.

Данная программа построена с учётом индивидуальных особенностей и возможностей ребёнка, является индивидуальной адаптированной рабочей программой для обучающегося. Образовательная деятельность направлена на максимальное развитие жизненной компетенции для социализации в обществе.

Физическое развитие обучающегося (воспитанника) соответствует возрасту. Тяжёлых двигательных нарушений нет, однако имеет место выраженная общая моторная неловкость, проявляющаяся в недостаточно сформированной техники основных видов движений, нарушении общей координации движений. Нарушено зрительное, слуховое, кинестетическое восприятие. Грубо нарушены все характеристики внимания (привлекаемость, устойчивость, концентрация, объём, переключение). Внимание привлекается с большим трудом, требуются специальные усилия, чтобы привлечь внимание ребёнка и фиксируется на очень короткое время. Часто внимание не привлекается вообще и на игровом задании практически не концентрируется. Характерна повышенная рассеянность и отвлекаемость. Организующая и стимулирующая помощь неэффективна.

Память не продуктивна. Все мимические процессы (запоминание, сохранение, узнавание, воспроизведение) нарушены в значительной степени. Характерна быстрая утеря полученной информации. Мышление конкретное, формирование основных мыслительных операций на элементарном уровне труднодоступно.

Целью программы является освоение ребёнком системы двигательных координации, физических качеств и способностей, направленных на жизнеобеспечение, развитие и совершенствование его организма.

Задачи программы:

-совершенствование двигательных, интеллектуальных, волевых и эмоциональных навыков;

-формирование целенаправленных действий под руководством учителя в подвижных играх.

-укрепление и сохранение здоровья детей, профилактика болезней и возникновения вторичных заболеваний.

-улучшение качества имеющихся движений, предупреждение их нарушений; стимуляция появления новых движений;

-формирование и совершенствование основных и прикладных двигательных навыков;

-обучение переходу из одной позы в другую;

-развитие и закрепление функционально важных навыков, необходимых для использования в повседневной жизни;

-приучение к дисциплинированности, организованности, элементарной самостоятельности.

2.Общая характеристика коррекционного курса

Специфичность понятия «Адаптивная физическая культура» выражается в дополняющем определении «адаптивная», что подчеркивает ее предназначение для людей с отклонениями в состоянии здоровья, включая школьников с выраженным недоразвитием интеллекта. Это предполагает, что физическая культура во всех ее проявлениях должна стимулировать позитивные реакции в системах и функциях организма, формируя тем самым необходимые двигательные координаций, физических качеств и способностей, направленных на жизнеобеспечение, развитие и совершенствование организма учащегося. Влияние различного уровня двигательной активности на растущий организм школьника является чрезвычайно актуальной. Как известно, под влиянием систематических занятий физическими упражнениями активизируется деятельность всех органов и систем. Программный материал по адаптивной физической культуре предусматривает обучение школьников элементарным жизненно необходимым двигательным умениям и навыкам. Материал программы состоит из следующих разделов: «Физическая подготовка», «Коррекционные подвижные игры», «Лыжная прогулка, игры на свежем воздухе», «Велосипедная подготовка»

3.Описание места учебного предмета в учебном плане

Программа по предмету «Адаптивная физкультура» в соответствии с учебным планом МАОУ «СОШ № 2» рассчитана на 1 год обучения - 34 учебныенедели и составляет 17 часов в год (0,5 часа в неделю).

4. Личностные и предметные результаты освоения учебного предмета

Личностные

- основы персональной идентичности, осознание своей принадлежности к определенному полу, осознание себя как «Я»;
- социально-эмоциональное участие в процессе общения и совместной деятельности;
- формирование уважительного отношения к окружающим;
- освоение доступной социальной роли (обучающегося);
- развитие мотивов учебной деятельности и первичное формирование личностного смысла обучения;
- развитие первичной самостоятельности и личной ответственности за свои поступки;
- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- развитие навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;

Предметные

В соответствии с требованиями ФГОС к АООП для обучающихся с умеренной, тяжелой, глубокой умственной отсталостью, с ТМНР (вариант 2) результативность обучения каждого обучающегося оценивается с учетом особенностей его психофизического развития и особых образовательных потребностей. В связи с этим требования к результатам освоения образовательных программ представляют собой описание возможных результатов образования данной категории обучающихся.

Восприятие собственного тела, осознание своих физических возможностей и ограничений:

- освоение доступных способов контроля над функциями собственного тела: сидеть, стоять, передвигаться;
- освоение двигательных навыков, последовательности движений, развитие координационных способностей;
- совершенствование физических качеств: ловкости, силы, быстроты, выносливости;
- умение радоваться успехам.

Освоение доступных видов физкультурно-спортивной деятельности спортивные игры:

- интерес к определенным видам физкультурно-спортивной деятельности: спортивные и подвижные игры, туризм, физическая подготовка;
- играть в подвижные игры.

5.Содержание предмета "Адаптивная физкультура"

Программа содержит 7 разделов:

- «Элементы спортивных игр и спортивных упражнений»
- «Построения и перестроения»
- «Общеразвивающие и корригирующие упражнения»
- «Ходьба и бег»
- «Прыжки»
- «Ползание, подлезание, лазание, перелезание»
- «Броски, ловля, метание, передача предметов и перенос груза»

6. Тематическое планирование с определением основных видов учебной деятельности обучающегося

№ п/п	Тема урока	Количество часов	Основные виды учебной деятельности обучающегося
1	Знакомство с помещением для занятий.	1	освоение окружающего пространства; умение сосредотачивать внимание при обращении учителя.
2	Принятие исходного положения для построения и перестроения (стойка «ноги на ширине плеч» («ноги на ширине ступни»).	1	понимание инструкции; умение сосредотачивать внимание при обращении учителя.
3	построения в колонну и шеренгу в нарисованных фигурах-ориентирах на полу.	1	понимание инструкции; умение сосредотачивать внимание при обращении учителя.
4	Построение в колонну по одному, равнение в затылок	1	понимание инструкции; умение сосредотачивать внимание при обращении учителя.
5	Понятие «право» и «лево»	1	понимание инструкции; умение сосредотачивать внимание при обращении учителя.
6	Правая и левая рука и нога.	1	понимание инструкции; умение сосредотачивать внимание при обращении учителя.
7	Размыкание на вытянутые руки в стороны, на вытянутые руки вперед.	1	понимание инструкции; умение сосредотачивать внимание при обращении учителя.
8	Повороты на месте направо, налево.	1	понимание инструкции; умение сосредотачивать внимание при обращении учителя.

9	Бег вслед за учителем, в направлении к нему.	1	выполнение инструкции; умение двигаться в заданных выполнение инструкции;
10	Бег за учителем «Догони Мишутку».	1	умение двигаться в заданных направлениях.
11	Чередование бега с ходьбой.	1	умение двигаться в заданных выполнение инструкции;
12	Помахивание флажками над головой и в ходьбе.	1	умение выполнять махи флажком в разных и.п.
13	Наклоны туловища вперед и приседание с опусканием флажков на пол.	1	умение выполнять наклоны туловища с флажками в руках
14	Упражнения в ползании на четвереньках по прямой линии по указательному жесту учителя.	1	умение сосредоточить внимание; умение передвигаться на четвереньках.
15	Упражнения в проползании на четвереньках под дугой, в ворота, составленные из мягких модульных наборов («Радуга», «Забава»).	1	умение сосредоточить внимание; умение передвигаться на четвереньках.
16	Упражнение в проползании на четвереньках под «воротами».	1	умение сосредоточить внимание; умение передвигаться на четвереньках.
17	Прыжки на одной ноге на месте.	1	выполнение инструкции сохранение устойчивого равновесия при прыжках.
	Всего 17 часов		

7.Описание материально-технического обеспечения образовательной деятельности

Дидактический материал: изображения (картинки, фото, пиктограммы) спортивного, туристического инвентаря; альбомы с демонстрационным материалом в соответствии с темами занятий; Флажки; Дорожка-змейка из каната (длина 2,0 м, диаметр каната 6 см); Дорожки с различным покрытием (нашитые пуговицы, гладкая поверхность, меховая поверхность и др.); Координационная лесенка; Кубики, кегли и шары пластмассовые; Кубы и кирпичи деревянные, из полимерных материалов; Ленточки разных цветов и размеров (25 х 3 см, 12 х 3 см, 8 х 25 см, 2 х 25 см); Мячи разного размера и цвета (большие, средние и маленькие, легкие и тяжелые); Гимнастические маты; Резиновый жгут; Мешочки с наполнителем малые (масса 150-200 г); Набор для игры в «Бочче»; Обручи разных размеров; Гимнастическая стенка; Гимнастические скамейки;