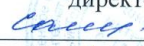


Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области «Школа-интернат для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья с.Малый Толкай».

«Утверждаю»:
к использованию в образовательном процессе
директор школы-интерната:
 /Самойлова Т.И./
Приказ № 3 от «16» 09. 2019

«Согласовано»
Председатель ПМПк
 Станина Л.В.
от «16» 09. 2019 г.

«Принято»:
решением ПМПк
Протокол №3 от «16» 09. 2019г

**Рабочая программа
по предмету «Адаптивная физкультура»
для 1 класса (вариант 2)**

Программу составила: учитель
Ширшова Наталья Витальевна
Квалификационная категория: высшая

В основу разработки рабочей программы по предмету «Адаптивная физкультура» положена «Программа образования учащихся с умеренной и тяжелой умственной отсталостью» - Под ред. Л. Б. Баряевой – СПб.: ЦДК проф. Л. Б. Баряевой, 2011.

с.Малый Толкай
2019-2020 учебный год

Пояснительная записка

Рабочая программа учебного предмета «Адаптивная физкультура» разработана на основе:

1. Федерального закона Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. N 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации"
2. Приказа от 30 августа 2013г. № 1015 « Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным образовательным программам – образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования».
3. Приказа Министерства образования и науки РФ «Об утверждении ФГОС образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) от 19 декабря 2014 года №1599. ФГОС образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).
4. ФГОС образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).
5. Учебного плана ГБОУ школы-интерната с. Малый Толкай на 2019-2020 учебный год.
6. АООП образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (вариант 2).
7. «Программа образования учащихся с умеренной и тяжелой умственной отсталостью» - Под ред. Л. Б. Баряевой – СПб.: ЦДК проф. Л. Б. Баряевой, 2011.

Рабочая программа по предмету «Адаптивная физкультура» адресована обучающимся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (вариант 2) 1 класса..

Срок реализации программы – 2019-2020 учебный год.

Цель программы: повышение двигательной активности детей и обучение использованию полученных навыков в повседневной жизни.

В рамках поставленной цели определены следующие **задачи:**

1. **Образовательные:** развивать двигательные функции (способность к самостоятельному передвижению), формировать фонд жизненно важных движений и игровой деятельности.
2. **Воспитательные:** предупреждать эмоциональные и поведенческие расстройства, развивать умение преодолевать страхи, воспитывать настойчивость, смелость, позитивные отношения к себе и окружающим.
3. **Коррекционно-компенсаторные:** преодолевать двигательные нарушения, нормализовать мышечный тонус.
4. **Лечебно-оздоровительные и профилактические:** сохранять здоровье, повышать физиологическую активность органов и системы профилактики осложняющих расстройств (стойких вегетативно-сосудистых и соматических нарушений).

5. Развивающие: повышать толерантность к нагрузке, развивать физические способности, расширять объем мышечно-двигательных представлений и двигательной памяти.

Общая характеристика предмета.

Адаптивная физическая культура занимает важное место не только среди учебных предметов, но и в жизни ребенка с тяжелыми комплексными нарушениями развития, поскольку обеспечивает овладение основными видами деятельности: игровой, учебной, социально-трудовой. В рабочей программе представлен учебный материал, который может корректироваться с учетом индивидуальных образовательных потребностей обучающихся.

В 1 классе оценки по предмету не выставляются. В соответствии с требованиями Стандарта для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (2 вариант) оценке подлежат личностные и предметные результаты. .

Мониторинг результатов обучения проводится не реже одного раза в полугодие (в конце первого полугодия по итогам мониторинга в случае необходимости вносятся изменения в СИПР обучающегося)

Место учебного предмета в учебном плане

Учебный предмет «Адаптивная физкультура» является обязательной частью предметной области «Физическая культура».

В соответствии с годовым учебным планом образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (2 вариант) для 1 класса курс предмета рассчитан на 99 часов, 3 часа в неделю.

Личностные и предметные результаты освоения предмета.

Основным ожидаемым результатом освоения обучающимся АООП по варианту 2 является развитие жизненной компетенции, позволяющей достичь максимальной самостоятельности (в соответствии с его психическими и физическими возможностями) в решении повседневных жизненных задач, включение в жизнь общества через индивидуальное поэтапное и планомерное расширение жизненного опыта и повседневных социальных контактов. В связи с этим, требования к результатам освоения образовательных программ представляют собой описание возможных результатов образования данной категории обучающихся.

Возможные результаты освоения:

Проявляет интерес к видам физкультурно-спортивной деятельности:

подвижным играм,

выполнению основных видов движений.

Умеет:

выполнять основные виды движений (ходьба, бег, прыжки, лазание, ползание);

Управляет произвольными движениями:

статическими,
динамическими.

Содержание учебного предмета

	Название раздела	Количество часов по четвертям				Проведено за год
		1ч	2ч	3ч	4ч	
1.	Диагностика	6ч	-	-	1ч	7ч
2.	Физическая подготовка	18ч	-	-	-	18ч
3.	Общеразвивающие и корректирующие упражнения	-	20ч	-	-	20ч
4.	Прыжки	-	3ч	8ч	-	11ч
5.	Ползание, подлезание, лазание	-	-	19ч	-	19ч
6.	Броски, ловля, метание, передача предметов	-	-	-	24ч	24ч
7.	Итого:	24ч	23ч	27ч	25ч	99ч

Календарно-тематическое планирование по предмету «Адаптивная физкультура»

№	Содержание изучаемого материала	Кол-во часов	Дата	Прогнозируемый результат	Средства обучения	Деятельность обучающегося	Направления коррекционно-развивающей работы
1 четверть (24ч) I. Диагностика 6ч							
1-6	Диагностика.	6ч	2,4,5, 9,11,12.09	Уметь реагировать на речь учителя, выполнять задания	Мячи, скакалки, гимнастическая скамейка.	Выполняют задания	Развитие коммуникативных навыков
II. Физическая подготовка- 18ч							
7-8.	Знакомство с оборудованием и материалами для уроков.	2ч	16,18. 09	Выбрать наиболее интересное и привлекательное для ребенка спортивное оборудование (мячи, кегли, дорожки).	Мячи, кегли, дорожки	С помощью учителя рассматривают, трогают оборудование	Развитие зрительного, тактильного восприятия
9-10	Совместные игры с мячом.	2ч	19,23 .09	Совместно с учителем прокатывать и бросать мяч	Мячи	Рассматривают мяч, прокатывают мячи, кидают.	Расширение объема мышечно-двигательных представлений
11-13.	Построение в колонну по одному.	3ч	25,26, 30.09	С помощью учителя научиться запоминать свое место в колонне.		Строятся в колонну по одному.	Развитие зрительного и пространственного восприятия

14-17	Построение в одну шеренгу.	4ч	2,3,7,9.10	С помощью учителя научиться запоминать свое место в шеренге		Строятся в шеренгу	Развитие зрительного и пространственного восприятия
18-20	Ходьба в колонне по одному	3ч	10,14,16.10	Научится ходить в колонне по одному		Ходят в колонне	Развитие видов движения
21-23	Бег в колонне.	3ч	17,21,23.10	Научится бегать в колонне		Бегают в колонне	Развитие видов движения
24.	Чередование бега и ходьбы в колонне.	1ч	24.10	Научатся чередовать бег и ходьбу.		Чередуют бег и ходьбу.	Расширение объема мышечно-двигательных представлений и двигательной памяти.
2 четверть (23ч)							
III. Общеразвивающие и корригирующие упражнения – 20ч.							
25-29	Пальчиковая гимнастика. Круговые движения кистями рук..	5ч	6,7,11,13,14.11	Реагировать на слова гимнастики, узнавать. Научится совершать круговые движения кистью рук	Пальчиковая гимнастика, музыка	Реагируют на гимнастику, выполняют упражнение.	Развитие двигательной активности кистей рук
30-	Круговые	4ч	18,20,21,	Научится		Выполняют	Развитие общей

[illegible]

48-51.	Прыжки на двух ногах с продвижением вперед	4ч	9,13,15,16.01	Научится прыгать с продвижением вперед	Гимнастические маты, игрушки	Прыгают на двух ногах с продвижением вперед	Развитие общей моторики, двигательной активности
52-55	Прыжки в длину с разбега.	4ч	20,22,23,27.01	Научится прыгать с разбега	Гимнастический мат	Прыгают с помощью и поддержкой учителя и самостоятельно.	Развитие двигательной памяти
V.Ползание, подлезание, лазание – 19ч							
56-58	Ползание на четвереньках по мату.	3ч	29,30.013.02	Научится ползать на четвереньках по гимнастическому мату.	Гимнастический мат	Ползают на четвереньках	Развитие общей моторики, слухового восприятия
59-61	Ползание на четвереньках по гимнастической скамейке	3ч	5,6,10.02	Научится ползать на четвереньках по гимнастической скамейке	Скамейка	Ползают на четвереньках по скамейке	Развитие общей моторики
62-64	Ползание на животе.	3ч	12,13,17.02	Научится ползать на животе	Спортивные маты	Ползают на животе	Развитие двигательной памяти
65-69	Подлезание под препятствие на животе.	5ч	19,20.022,4,5.03	Научится с помощью учителя подлезать под препятствия – гимнастическую	Гимнастическая скамейка	Подлезают под препятствия	Развитие видов движения

				скамейку, стул.			
70-74	Подлезание под препятствие на четвереньках.	5ч	11,12,16,18,19.03	Научится с помощью учителя подлезать под препятствия	Стулья	Подлезают под препятствия	Расширение объема мышечно-двигательных представлений
4 четверть (25ч)							
VI. Броски, ловля, метание, передача предметов – 24ч							
75-78	Бросание среднего мяча двумя руками вверх.	4ч	30/03 1,2,6.04	Научится бросать мяч двумя руками от груди, от уровня колен, из-за головы.	Мяч	Бросают мяч двумя руками вверх	Развитие двигательной памяти
79-81	Бросание среднего мяча двумя руками о пол, стену.	3ч	8,9,13.04	Научится бросать мяч двумя руками	Средний мяч	Бросают мяч двумя руками о пол, стену.	Развитие общей моторики, двигательной активности
82-85	Бросание маленького мяча одной рукой.	4ч	15,16,20,22.04	Научится бросать мяч одной рукой	Малый мяч	Бросают маленький мяч одной рукой	Развитие общей моторики, двигательной активности
86-89	Перебрасывание среднего мяча друг другу.	4ч	23,27,29,30.04	Уметь перебрасывать мяч друг другу.	Мяч	Перебрасывают мяч друг другу	Развитие двигательной активности
90-93	Перекатывание мяча друг к другу.	4ч	6,7,13,14.05	Уметь перекатывать мяч	Мяч	Перекатывают мяч друг к другу	Развитие умения работать в паре
94-	Эстафеты с	2ч	18,20.05	С помощью	Кегли,	С помощью	Расширение

95	передачей предметов и переносом грузов.			учителя научиться участвовать в эстафетах	скакалки, гимнастические палки, корзинки, коробки с игрушками.	учителя участвуют в эстафетах	объема мышечно-двигательных представлений
96-98	Игры на свежем воздухе.	3ч	21,25, 27.05	Принимать участие в играх с помощью учителя		Участвуют в играх.	Развитие общей моторики, двигательных качеств
99	Диагностика.	1ч	28.05	Выполнять задания с направляющей помощью	Мячи, маты, гимнастические палки, скамейки	Выполняют задания с помощью учителя (без помощи)	Развитие навыков коммуникации

Материально - техническое обеспечение образовательного процесса

1. Учебно-методическое обеспечение

«Программа образования учащихся с умеренной и тяжелой умственной отсталостью» - Под ред. Л. Б. Баряевой – СПб.: ЦДК проф. Л. Б. Баряевой, 2011.

Аксенова О. Э. Адаптивная физическая культура в школе. Начальная школа/ О. Э. Аксенова, С. П. Евсеев// Под общей редакцией С. П. Евсеева, СПб ГАФК им. П. Ф. Лесгафта. СП. 2003.

Андрющенко Н. В.Монтессори-педагогика и Монтессори-терапия. — СПб.: Речь, 2010.

Григорьев Д. В.Совершенствование двигательных способностей школьников в условиях общеобразовательной школы. — СПб.: Наука-Питер, 2005.

Евсеев С.ТТ., Шапкова Л. В.Адаптивная физическая культура. — М.: Советский спорт, 2000.

Забрамная С. Д., Исаева Т. Н.Психолого-педагогическая дифференциация детей с умеренной и тяжелой умственной отсталостью // Воспитание и обучение детей с нарушениями развития. — 2009. — № 1. — С. 49-53.

Коррекционные подвижные игры и упражнения для детей с нарушениями развития/ Под общей редакцией проф. Л. В. Шапковой, М.: Советский спорт, 2002

Музыкальная гимнастика для пальчиков / Сост. М. Ковалевская, худ. А. Веселов. — СПб.: Союз художников, 2007.

.

2. Учебно-практическое оборудование

- Гимнастические мячи
- Малые мячи
- Средние мячи
- Гимнастические скамейки
- Обручи
- Кегли
- Скакалки