

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Краснощёковская средняя общеобразовательная школа № 1»
Краснощёковского района Алтайского края

«Принято»

на заседании МО
Протокол №1 _
от 25.08.2023

«Согласовано»

Заместитель директора по УВР

«Утверждаю»

Директор МБОУ
«Краснощёковская СОШ №1»
/М.П.Мозговая

Приказ № 182/1 от от
25.08.2023

Адаптированная рабочая программа
(Приложение к адаптированной основной общеобразовательной программе
образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными
нарушениями) – вариант 2. СИПР
Адаптивная физкультура для 5 класса
2023-2024 учебный год

Составитель:
Нагайцева О.Ю.
учитель начальных классов
высшей квалификационной категории

с.Краснощеково
2023 г.

Пояснительная записка

Рабочая программа для 5 класса (2 вариант), разработана в соответствии со следующими документами:

- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.12.2014 № 1599 «Об утверждении федерального государственного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)
- Адаптированная основная общеобразовательная программа (АООП) образования для обучающихся с умеренной, тяжелой и глубокой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), ТМНР (2 вариант) в соответствии с ФГОС УО.
- Адаптированная основная образовательная программа образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) МБОУ «Краснощековская СОШ №1»
- Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 10 июля 2015 г. № 26 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения и воспитания в организациях, осуществляющих образовательную деятельность по адаптированным основным общеобразовательным программам для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья»;
- Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 24 декабря 2015 года № 81 «О внесении изменений №3 в СанПиН 2.4.2.2821-10 "Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения, содержания в общеобразовательных организациях"»;
- Рабочая программа по адаптивной физической культуре составлена на основе программы для 1-4 классов специальных (коррекционных) учреждений VIII вида, под редакцией И.М. Бгажноковой (2011г.).

Распределение количества часов

	Количество часов (по количеству недель)
1 четверть	36
2 четверть	36
3 четверть	40
4 четверть	36
Всего за год	136
Всего по рабочей программе /авторской программе	-

Цель программы: коррекция дефектов физического развития и моторики, укрепление здоровья, выработка жизненно необходимых двигательных умений и навыков глубоко умственно отсталых учащихся.

Задачи программы:

- учить простейшим исходным положениям при выполнении общеразвивающих упражнений и движений в различных пространственных направлениях (вперед, назад, в сторону, вверх, вниз);
- учить навыкам правильного дыхания (по показу учителя);
- учить выполнению простейших заданий по словесной инструкции учителя;
- учить правильному захвату различных по величине предметов, передаче и переноске их;
- учить метаниям, броскам и ловле мяча;
- учить выполнять простейшие упражнения в определенном ритме;

ЛИЧНОСТНЫЕ И ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

В соответствии с требованиями ФГОС к адаптированной основной общеобразовательной программе для обучающихся с умственной отсталостью результативность обучения каждого обучающегося оценивается с учетом его особенностей 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. Требования к результатам освоения АООП: 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. Ожидаемые личностные результаты освоения АООП заносятся в СИПР и с учетом индивидуальных возможностей и специфических образовательных потребностей обучающихся.

Планируемые личностные результаты освоения АООП могут включать:

- 1) осознание своей принадлежности к определенному полу, осознание себя как «Я»;
- 2) социально-эмоциональное участие в процессе общения и совместной деятельности;
- 3) формирование социально ориентированного взгляда на окружающий мир.
- 4) формирование уважительного отношения к окружающим;
- 5) овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;
- 8) формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- 9) формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, бережному отношению к материальным и духовным ценностям.

Предметные результаты освоения АООП в области адаптивной физической культуры:

1. *Восприятие собственного тела, осознание своих физических возможностей и ограничений:*

1.1 освоение доступных способов контроля над функциями собственного тела: сидеть, стоять (в т.ч. с использованием технических средств);

1.2 освоение двигательных навыков, последовательности движений, развитие координационных способностей;

1.3 совершенствование физических качеств: ловкости, силы, быстроты, выносливости;

1.4 умение радоваться успехам: выше прыгнул, быстрее пробежал и др.

3. *Соотнесение самочувствия с настроением, собственной активностью, самостоятельностью и независимостью:*

3.1 умение определять свое самочувствие в связи с физической нагрузкой: усталость, болевые ощущения, др.

Содержание учебного предмета(курса)

№ п/п раздела	Название раздела	Кол-во часов	В т.ч. кол-во контрольных работ	В т.ч. кол-во лабораторных работ	В т.ч. кол-во практических работ
1	9.1.2. Общеразвивающие и корригирующие упражнения	27			
2	9.1.5. Броски, ловля, метание, передача	109			

	предметов и перенос груза				

Организационная структура уроков:

Каждый урок должен планироваться в соответствии со следующими принципами:

- постепенное повышение нагрузки и переход к успокоительным упражнениям в конце урока;
- чередование различных видов упражнений;
- подбор упражнений, соответствующих возрасту и развитию учащихся

Общая характеристика учебного предмета с учётом особенностей его освоения обучающимися:

Занятия физической культурой должны быть направлены на коррекцию дефектов физического развития и моторики, укрепления здоровья и выработку жизненно необходимых умений и навыков.

Строевые упражнения: построение с помощью учителя в круг, по одному, повороты по ориентирам.

Общеразвивающие упражнения: основные положения и движения рук, ног, туловища и головы.

Описание места учебного предмета в учебном плане

Предмет «Адаптивная физкультура» относится к образовательной области «Физическая культура». Индивидуальный учебный план предусматривает следующее количество часов в 5 классе: 4 часа в неделю – 34 учебных недель – всего 136 часов.

При организации процесса обучения в рамках данной программы предполагается применением следующих педагогических технологий обучения: технологий коррекционно-развивающего обучения, игровой деятельности, личностно – ориентированного обучения, технологий индивидуализации и дифференциации обучения, технологий здоровьесбережения.

Планирование коррекционной работы по адаптивной физкультуре в 4 классе:

Развитие зрительного восприятия и зрительной памяти:

-
- коррекция устойчивости внимания;

Развитие слухового восприятия и слуховой памяти:

- развитие слухового восприятия на задания со слов учителя;

Развитие импрессивной речи:

- формирование умений слушать речь учителя;
- развитие умения выполнять определенные задания, упражнения;

Развитие пластичности и гибкости:

- через общеразвивающие упражнения;

Коррекция мышления:

- совершенствовать навыки и умения полученные ранее;
- соблюдения правил техники безопасности;

Поурочное планирование

9. Адаптивная физкультура

9.1. Физическая подготовка

9.1.2. Общеразвивающие и корригирующие упражнения

9.1.2.11. Движения головой: наклоны вперед (назад, в стороны), повороты, круговые движения	27 ч	
9.1.5. Броски, ловля, метание, передача предметов и перенос груза		
9.1.5.2. Броски среднего (маленького) мяча двумя руками (одной рукой) вверх (о пол, о стену)	27 ч	
9.1.5.3. Ловля среднего (маленького) мяча двумя руками	27 ч	
9.1.5.4. Броски мяча на дальность	27 ч	
9.1.5.6. Метание в цель	28 ч	

Список литературы

1. Ефименко Н.Н., Сермеев Б.В. Содержание и методика занятия физкультурой с детьми, страдающими церебральным параличом. — М., 2001
2. Мастюкова ЕМ. Физическое воспитание детей с церебральным параличом. — М., 1991
3. Потапчук А.А., ДидурМ.Д. Осанка и физическое развитие детей. — СПб., 1999.
4. Частные методики адаптивной физической культуры: Учебное пособие /Под ред. Л. В. Шапковой. — М.: Советский спорт, 2003.
5. 2. Безруких М.В. Леворукий ребенок в школе и дома. — Екатеринбург,1990.

Лист внесения изменений в рабочую программу учебного предмета

Приказ, причина коррекции	Клас с	Тема	Количество по рабочей программе	Количество часов по факту	Корректирующие мероприятия, комментарий

Подпись учителя _____