

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение "Новосуркинская основная общеобразовательная школа"
Альметьевского муниципального района Республики Татарстан**

РАССМОТРЕНО

Руководитель ШМО

_____ Айкина Е.В.

Протокол № 1 от «29»
августа 2023 г.

СОГЛАСОВАНО

Руководитель ШМО

_____ Айкина Е.В.

«29» августа 2023 г

УТВЕРЖДЕНО

Директор МБОУ «Новосуркинская ООШ»»

_____ Алендукова Э.М.

Приказ № 60 от «29» августа 2023 г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
учебного предмета «Адаптивная физкультура»
для обучающихся с интеллектуальными нарушениями
6 адаптивный класс (2 вариант)
(домашнее обучение)

Составитель: Айкина Елена Владимировна, учитель русского языка и литературы, I квалификационной категории

с.Новое Суркино 2023

Пояснительная записка

Рабочая программа по учебному предмету «Адаптивная физкультура» составлена на основании адаптированной основной общеобразовательной программы (далее АООП) для обучающихся с умеренной, тяжёлой и глубокой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), тяжёлыми и множественными нарушениями развития, разработана в соответствии с требованиями федеральной государственной общеобразовательной системы.

Определение одного из вариантов АООП образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) осуществляется на основе рекомендаций психолого– педагогической комиссии (далее ППК), сформулированных по результатам его комплексного обследования, с учетом индивидуального плана развития (далее ИПР).

Одним из важнейших направлений работы с ребенком, является физическое развитие, которое происходит на занятиях по адаптивной физической культуре. Целью занятий по адаптивной физической культуре является повышение двигательной активности детей и обучение использованию полученных навыков в повседневной жизни. Основные задачи: формирование и совершенствование основных и прикладных двигательных навыков; укрепление и сохранение здоровья детей, профилактика болезней и возникновения вторичных заболеваний.

Общая характеристика коррекционного курса «Двигательное развитие»

Программа по адаптивной физической культуре включает: «Коррекционные подвижные игры», «Физическая подготовка»

Раздел «Коррекционные подвижные игры» включает элементы спортивных игр и спортивных упражнений, подвижные игры. Основными задачами являются формирование умения взаимодействовать в процессе игры, соблюдать правила игры. Раздел «Физическая подготовка» включает построения и перестроения, общеразвивающие и корригирующие упражнения.

Описание места учебного предмета в учебном плане

Согласно учебному плану на изучение коррекционного курса «Адаптивная физкультура» отводится 17 часов из расчета 05 ч в неделю,

Личностные результаты:

Формирование самостоятельности в выполнении учебных заданий и поручений;

Слушать и понимать инструкцию педагога;

Наблюдать под руководством педагога за окружающей действительностью;

Принятие ребенком ситуации взаимодействия с педагогом;

Предметные результаты:

В соответствии с требованиями ФГОС к АООП для обучающихся (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.

Минимальный уровень:

Умение воспринимать речевое обращение педагога и реагировать на него.

Проявление внимания к речевому обращению и реагирование на него доступным образом.

Понимание обращенной речи (на, дай, иди, сядь, брось, катай, прыгай, ползи)

Достаточный уровень:

Понимание и выполнение простых упражнений. Употребление простых упражнений в быту с помощью педагога и самостоятельно;

Знать и называть, показывать простой спортивный инвентарь, понимать и показывать что такое прыжки, бег, ходьба;

Умение катать предмет, кидать, нести, приносить, искать, подавать (по показу или словесной инструкции);

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

Содержание коррекционного курса

Коррекционные подвижные игры.

Элементы спортивных игр и спортивных упражнений. Баскетбол. Узнавание баскетбольного мяча. Передача баскетбольного мяча без отскока от пола (с отскоком от пола). Ловля баскетбольного мяча без отскока от пола (с отскоком от пола). Броски мяча в кольцо двумя руками. Волейбол. Узнавание волейбольного мяча. Поддача волейбольного мяча сверху (снизу). *Подвижные игры.* Соблюдение правил игры «Болото». Соблюдение правил игры «Рыбаки и рыбки». Соблюдение последовательности действий в игре «Собери пирамидку»: бег к пирамидке, надевание кольца, бег в обратную сторону, передача эстафеты. Соблюдение правил игры «Бросай-ка».

Физическая подготовка.

Повороты на месте в разные стороны. Ходьба и бег.

Общеразвивающие и корригирующие упражнения. Дыхательные упражнения: произвольный вдох (выдох) через рот (нос), произвольный вдох через нос (рот), выдох через рот (нос). Одновременное (поочередное) сгибание (разгибание) пальцев. Противопоставление первого пальца остальным на одной руке (одновременно двумя руками), пальцы одной руки пальцам другой руки поочередно (одновременно). Сгибание пальцев в кулак на одной руке с одновременным разгибанием на другой руке. Круговые движения кистью. Сгибание фаланг пальцев. Одновременные (поочередные) движения руками в исходных положениях «стоя», «сидя», «лежа» (на боку, на спине, на животе): вперед, назад, в стороны, вверх, вниз, круговые движения. Круговые движения руками в исходном положении «руки к плечам». Движения плечами вперед (назад, вверх, вниз). Движения головой: наклоны вперед (назад, в стороны), повороты, круговые движения. Поднимание головы в положении «лежа на животе». Наклоны туловища вперед (в стороны, назад). Повороты туловища вправо (влево). Круговые движения прямыми руками вперед (назад). Наклоны туловища в сочетании с поворотами. Стояние на коленях.

Ходьба с высоким подниманием колен. Хлопки в ладони под поднятой прямой ногой. Движения стопами: поднимание, опускание, наклоны, круговые движения. Приседание. Ползание на четвереньках. Прыжки на двух ногах *Ходьба и бег.* Движения руками при ходьбе: взмахи, вращения, отведение рук назад, в стороны, подъем вверх. Ходьба ровным шагом. Ходьба в умеренном (медленном, быстром) темпе. Бег в умеренном (медленном, быстром) темпе. *Прыжки.* Прыжки на двух ногах на месте

Броски, ловля, метание, передача предметов и перенос груза. Броски среднего (маленького) мяча двумя руками вверх (о пол, о стенку). Ловля среднего (маленького) мяча одной (двумя) руками. Перенос груза.

Материально-техническое оснащение учебного предмета «Адаптивная физкультура» предусматривает как обычное для спортивных залов школ оборудование и инвентарь, так и специальное адаптированное (ассистивное) оборудование для детей с различными нарушениями развития, включая тренажеры, специальные велосипеды (с ортопедическими средствами), инвентарь для подвижных и спортивных игр, а так же включает: дидактический материал: изображения (картинки, фото, пиктограммы) спортивного, туристического инвентаря; альбомы с демонстрационным материалом в соответствии с темами занятий.


Тематическое планирование

№ п\п	Тема
1	Коррекционные подвижные игры
2	Физическая подготовка

Лист согласования к документу № 433 от 05.11.2023
Инициатор согласования: Алендукова Э.М. Директор
Согласование инициировано: 05.11.2023 10:55

Лист согласования

Тип согласования: **последовательное**

№	ФИО	Срок согласования	Результат согласования	Замечания
1	Алендукова Э.М.		 Подписано 05.11.2023 - 10:55	-