

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ГОРНОВОДЯНОВСКАЯ ОСНОВНАЯ ШКОЛА ДУБОВСКОГО
МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА ВОЛГОГРАДСКОЙ ОБЛАСТИ**

УТВЕРЖДАЮ

Директор МКОУ
Горноводяновской ОШ



В.П. Семенютин
В.П. Семенютин

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ПО УЧЕБНОМУ ПРЕДМЕТУ
«АДАПТИВНАЯ ФИЗКУЛЬТУРА»
2 КЛАСС
НА 2020-2021 УЧЕБНЫЙ ГОД**

**РАССМОТРЕНО И ОДОБРЕНО
НА ПМП КОНСИЛИУМЕ
МКОУ ГОРНОВОДЯНОВСКОЙ ОШ
ДУБОВСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА.
ПРОТОКОЛ №1 ОТ 31.08.2020**

УЧИТЕЛЬ: О.Н. ИГОЛЬНИКОВА

АДАПТИВНАЯ ФИЗКУЛЬТУРА
2 КЛАСС
(ВАРИАНТ 2)
ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа по адаптивной физической культуре для 1 класса разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (вариант 2).

Предметная область Физическая культура входит в число обязательных предметных областей учебного плана (вариант 2), ее освоение обеспечивается в рамках учебного предмета адаптивная физическая культура. Ключевой направленностью учебного предмета адаптивная физическая культура является формирование готовности детей к овладению содержанием АООП образования для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (вариант 2). Адаптивная физическая культура занимает важное место не только среди учебных предметов, но, и в жизни детей с тяжелыми комплексными нарушениями развития, поскольку обеспечивает овладение ими основными видами деятельности: игровой, учебной, социально-трудовой.

Нарушения развития детей 2 класса препятствуют их полноценному нахождению и обучению в среде сверстников, эмоциональному, коммуникативному взаимодействию с окружающими людьми. Они не способны в полном объеме воспринимать собственное тело, до конца осознать свои физические возможности и ограничения, полноценно использовать доступные способы передвижения, соотносить самочувствие с настроением, собственной активностью, самостоятельностью и независимостью, самостоятельно контролировать двигательные навыки, координацию движений и т.п.

В связи с этим занятия по адаптивной физической культуре во 2 классе в первую очередь направлены на:

- формирование учебного поведения (направленность взгляда на говорящего взрослого, на задание; умение выполнять инструкции педагога; использование по назначению учебных материалов; умение выполнять действия по образцу и по подражанию);
- формирование умения выполнять задание (в течение определенного периода времени, от начала до конца, с заданными качественными параметрами);

в дальнейшем на:

- формирование умения самостоятельно переходить от одного задания (операции, действия) к другому в соответствии с расписанием занятий, алгоритмом действия и т.д.

Конечная цель обучения – повышение двигательной активности детей и обучение использованию полученных навыков в повседневной жизни.

Задачи:

Основные задачи:

1. Формирование и совершенствование основных и прикладных двигательных навыков;
2. Формирование туристических навыков, умения кататься на велосипеде, ходить на лыжах, плавать, играть в спортивные игры;
3. Укрепление и сохранение здоровья детей, профилактика болезней и возникновения вторичных заболеваний.

Исходя из этого, **целью рабочей программы** по адаптивной физической культуре (2 вариант) для 2 класса является *оптимизации физического состояния и развития ребенка.*

Задачи:

1. **Образовательные:** развитие двигательных функций (способности к самостоятельному передвижению), формирование фонда жизненно важных движений и игровой деятельности.
2. **Воспитательные:** общее развитие и предупреждение вторичных эмоциональных и поведенческих расстройств, преодоление страхов, воспитание настойчивости, смелости, позитивного отношения к себе и окружающим, воспитание устойчивого интереса к занятиям.
3. **Коррекционно-компенсаторные:** преодоление двигательных нарушений, нормализация мышечного тонуса.
4. **Лечебно-оздоровительные и профилактические:** сохранение здоровья, повышение физиологической активности органов и систем профилактика осложняющих расстройств (стойких вегетативно-сосудистых и соматических нарушений).
5. **Развивающие:** повышение толерантности к нагрузке, развитие физических способностей, расширение объема мышечно-двигательных представлений и двигательной памяти.

ОСОБЕННОСТИ ОБУЧЕНИЯ

Общая характеристика учебного предмета:

Учебный предмет охватывает область физической культуры, является неотъемлемым условием активизации познания и овладения жизненными компетенциями обучающихся с ТМНР.

В процессе адаптивной физической культуры решаются образовательные, коррекционно-компенсаторные, воспитательные и лечебно-оздоровительные задачи. Это обусловлено характерологическими особенностями развития учащихся 2 класса. Так как помимо основного диагноза у детей отмечаются различные сопутствующие заболевания, такие как: нарушения сердечно-сосудистой, вегетативной, эндокринной систем, нарушения зрения, ожирение, ограничение речевого развития. В двигательной сфере отмечаются нарушения координации, точности и темпа движений, сенсомоторики. Нарушения опорно-двигательного аппарата (осанка), отставание в росте и т.д. Память характеризуется слабым развитием, низким уровнем запоминания, затруднением перевода в долговременную. Внимание малоустойчивое, отмечается замедленность переключения. Существенно страдают волевые процессы, дети не умеют руководить своей деятельностью. Зачастую самые простые по технике выполнения физические упражнения становятся для детей класса трудновыполнимыми из-за нарушения аналитико – синтетической деятельности, ослабленного физического развития, нарушения согласованности движений и пр. Таким образом, физическое развитие и повышение уровня двигательной активности является чрезвычайно актуальной задачей обучения и воспитания детей класса.

Для обучения создаются такие специальные условия, которые дают возможность каждому ребёнку работать в доступном темпе, проявляя возможную самостоятельность. Педагог подбирает материал по степени сложности, исходя из особенностей физического развития каждого ребёнка.

Средства, используемые для реализации программы:

- 1) физические упражнения;
- 2) коррекционные подвижные игры;
- 3) дыхательная и пальчиковая гимнастика;
- 4) упражнения для зрительного тренинга;
- 5) материально-технические средства адаптивной физической культуры: спортивные тренажёры и пр.;
- 6) наглядные средства обучения.

Индивидуальные формы работы на уроках органически сочетаются с парными, групповыми и фронтальными.

Средства общения с занимающимися:

- 1) вербальные;
- 2) невербальные

Дидактический материал подбирается в соответствии с содержанием и задачами урока-занятия, учитывая уровень подготовки и развития каждого ребёнка.

Учебный предмет обучающиеся осваивают в соответствии с их возможностями к обучению и темпа усвоения программного материала.

Формы контроля

Тестирование, контроль за состоянием здоровья.

Критерии оценивания

Таблица 1

№	Уровни освоения (выполнения) действий/операций	критерии
1.	Пассивное участие/соучастие действие выполняется взрослым (ребёнок позволяет что-нибудь сделать с ним)	
2.	Активное участие – действие выполняется ребёнком: - со значительной помощью взрослого - с частичной помощью взрослого - по последовательной инструкции (изображения или вербально)	ДД Д ДН
	✓ по подражанию или по образцу ✓ самостоятельно с ошибками ✓ самостоятельно	ДО СШ С
3.	Сформированность представлений	
	1. представление отсутствует	-
	2. не выявить наличие представлений	?
	3. представление на уровне: ✓ использования по прямой подсказке ✓ использования с косвенной подсказкой (изображение) ✓ самостоятельного использования	ПП П +

ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Содержание предмета адаптивная физическая культура отражено в трех разделах:

- Физическая подготовка;
- Оздоровительная и корригирующая гимнастика;
- Коррекционные подвижные игры.

В рабочей программе представлен учебный материал, скорректированный с учетом индивидуальных образовательных потребностей обучающихся. В связи с отсутствием возможности проведения занятий плаванием, данный раздел программы был заменён на раздел «Оздоровительная и корригирующая гимнастика».

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

В соответствии с требованиями Стандарта к АООП для обучающихся с умеренной, тяжелой, глубокой умственной отсталостью, с тяжелыми множественными нарушениями развития (вариант 2) результативность обучения каждого обучающегося оценивается с учетом особенностей его психофизического развития и особых образовательных потребностей.

Показателем усвоения обучающимися программы учебного материала являются следующие критерии:

Проявляет интерес

- к видам физкультурно-спортивной деятельности;
- подвижным играм,

- выполнению основных видов движений.

Умеет:

- выполнять основные виды движений (ходьба, бег, прыжки, лазание, ползание, упражнения в равновесии);
- играть в подвижные и коррекционные игры.

Различает состояния:

- бодрость-усталость,
- напряжение-расслабление,
- больно-приятно и т.п.

Управляет произвольными движениями:

- статическими,
- динамическими.

Проявляет двигательные способности:

- общую выносливость,
- быстроту,
- гибкость,
- координационные способности,
- силовые способности.

Личностные и предметные результаты освоения предмета

Требования к результатам освоения АООП:

основным ожидаемым результатом освоения, обучающимся АООП (вариант 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 каждого ребёнка с учетом индивидуальных возможностей и специфических образовательных потребностей обучающихся.

Личностные результаты освоения АООП включают:

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

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, передвигаться;
- 1.2 освоение двигательных навыков, последовательности движений, развитие координационных способностей;
- 1.3 совершенствование физических качеств: ловкости, силы, быстроты, выносливости;
- 1.4 умение радоваться успехам.
2. *Освоение доступных видов физкультурно-спортивной деятельности спортивные игры:*
 - 2.1 интерес к определенным видам физкультурно-спортивной деятельности: спортивные и подвижные игры, туризм, физическая подготовка;
 - 2.2 играть в подвижные игры.
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.

Ключевой направленностью учебного предмета адаптивная физическая культура является формирование базовых учебных действий на основе предметного содержания, а именно формирование готовности у детей к овладению содержанием АООП образования для обучающихся с умственной отсталостью (вариант 2).

Формирование базовых учебных действий включает следующие задачи:

1. Подготовка ребенка к нахождению и обучению в среде сверстников, к эмоциональному, коммуникативному взаимодействию с группой обучающихся.
2. Формирование учебного поведения (направленность взгляда (на говорящего взрослого, на задание; умение выполнять инструкции педагога; использование по назначению учебных материалов; умение выполнять действия по образцу и по подражанию).
3. Формирование умения выполнять задание (в течение определенного периода времени, от начала до конца, с заданными качественными параметрами).
4. Формирование умения самостоятельно переходить от одного задания (операции, действия) к другому в соответствии с расписанием занятий, алгоритмом действия и т.д.

Количество учебных часов

В Федеральном компоненте государственного стандарта «Адаптивная физкультура» обозначен как самостоятельный предмет. На его изучение в 1 классе отведено 66 часов, 2 часа в неделю, 33 учебные недели. Но Консилиумом школы внесены изменения. В учебном плане отводится 8,5 часов (0,25 ч. в неделю)

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

Учебно-методическое обеспечение.

1. Нормативные документы:

- Федеральный государственный образовательный стандарт образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (Утвержден Приказом Минобрнауки России от 19 декабря 2014 г. № 1599);
- адаптированная основная общеобразовательная программа образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (вариант 2);

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ
учебного материала по предмету
Адаптивная физкультура. 2 класс (вариант 2). (8,5 часа)
на 2020-2021 учебный год.

№ п/п	ТЕМА УРОКА	Количес тво часов	Дата проведения	
			По плану	По факту
1 модуль.		1,75		
1	Физическая подготовка. Вводный урок. ИОТ и ТБ. Ползание.	0,25	02.09.2020	02.09.2020
2	Ползание.	0,25	09.09.2020	09.09.2020
3	Ползание.	0,25	16.09.2020	16.09.2020
4	Ползание.	0,25	23.09.2020	23.09.2020
5	Ползание.	0,25	30.09.2020	30.09.2020
6	Ползание.	0,25	07.10.2020	07.10.2020
7	Ползание.	0,25	14.10.2020	14.10.2020
2 модуль.		1,25		
8	Упражнения на равновесие. ИОТ и ТБ.	0,25	21.10.2020	21.10.2020
9	Упражнения на равновесие.	0,25	04.11.2020	04.11.2020
10	Упражнения на равновесие.	0,25	11.11.2020	11.11.2020
11	Упражнения на равновесие.	0,25	18.11.2020	18.11.2020
12	Упражнения на равновесие.	0,25	25.11.2020	25.11.2020
3 модуль.		2		
13	Дыхательная гимнастика. ИОТ и ТБ.	0,25	02.12.2020	
14	Дыхательная гимнастика.	0,25	09.12.2020	
15	Дыхательная гимнастика.	0,25	16.12.2020	
16	Дыхательная гимнастика.	0,25	23.12.2020	
17	Упражнения, направленные на развитие общей и мелкой моторики.	0,25	13.01.2021	
18	Упражнения, направленные на развитие общей и мелкой моторики.	0,25	20.01.2021	
19	Упражнения, направленные на развитие общей и мелкой моторики.	0,25	27.01.2021	
20	Упражнения, направленные на развитие общей и мелкой моторики.	0,25	03.02.2021	

4 модуль.		3,5		
21	<i>Физическая подготовка.</i> Передача предметов. ИОТ и ТБ.	0,25	10.02.2021	
22	Передача предметов.	0,25	17.02.2021	
23	Передача предметов.	0,25	24.02.2021	
24	Передача предметов.	0,25	03.03.2021	
25	Передача предметов.	0,25	10.03.2021	
26	Передача предметов.	0,25	17.03.2021	
27	Передача предметов.	0,25	31.03.2021	
28	Прокатывание мяча.	0,25	07.04.2021	
29	Прокатывание мяча.	0,25	14.04.2021	
30	Прокатывание мяча.	0,25	21.04.2021	
31	Прокатывание мяча.	0,25	28.04.2021	
32	Прокатывание мяча.	0,25	05.05.2021	
33	Прокатывание мяча.	0,25	12.05.2021	
34	Итоговое занятие.	0,25	19.05.2021	
		8,5		