

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение основная
общеобразовательная школа №3

СОГЛАСОВАНО

методическим объединением

учителей начальных классов

30 августа 2018 г.

РАССМОТРЕНО

педагогическим советом

протокол № 1

31 августа 2018 г.



Рабочая программа

по учебному предмету

«Адаптивная физическая культура»

составлена на основе адаптированной основной общеобразовательной программы

начального общего образования согласно требованиям ФГОС

для детей с нарушением опорно - двигательного аппарата

за курс 1 подготовительного класса

(вариант 6.2)

Составитель программы:

учитель начальных классов

Коваленко Вита Анатольевна

Советск, 2018

Содержание программы

| | |
|---------------------------------------|----|
| 1. Пояснительная записка _____ | 3 |
| 1.1. Возможные результаты _____ | 5 |
| 1.2. Критерии оценки _____ | 6 |
| 2. Учебный план на предмет _____ | 7 |
| 3. Календарно-тематический план _____ | 8 |
| 4. Образовательные ресурсы _____ | 10 |

1. Пояснительная записка

Адаптивная физическая культура рассматривается как часть общей культуры, подсистема физической культуры, одна из сфер социальной деятельности, направленная на удовлетворение потребности лиц с ограниченными возможностями в двигательной активности, восстановлении, укреплении здоровья, личностного развития, самореализации физических и духовных сил в целях улучшения качества жизни, социализации и интеграции в общество.

Данная образовательная программа основана на положениях нормативно-правовых актах Российской Федерации, в том числе:

- Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. №273 –ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Концепция духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России;
- Федеральный закон Российской Федерации от 23 июня 2014 г. № 170-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон о физической культуре и спорте в Российской Федерации»;
- Указ Президента РФ от 12 мая 2009г. № 537 «О стратегии национальной безопасности Российской Федерации до 2020 года»;
- Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья. Утверждён приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от «19» декабря 2014 г. № 1598;

При разработке рабочих программ необходимо соблюдать медицинские рекомендации, в которых отражены требования к двигательному режиму, показания и/или противопоказания к отдельным упражнениям

Цель образовательной коррекционной работы

- стремление к нормализации двигательной деятельности, способствующей, ускорению социальной реабилитации детей. Достижение такого уровня развития двигательных навыков, который даст возможность минимально зависеть от посторонней помощи, вести более активный образ жизни, общаться с другими людьми.

Задачи физического воспитания:

- коррекция и компенсация нарушений физического развития;
- развитие двигательных возможностей в процессе обучения;
- формирование, развитие и совершенствование двигательных умений и навыков;

- развитие у учащихся основных физических качеств, привитие устойчивого отношения к занятиям по физкультуре;

-укрепление здоровья.

Учебный материал составлен с учетом физического развития, моторики, соматического состояния учащихся. Он дает возможность оказывать избирательное воздействие на различные дефекты в элементарных движениях учеников и содействует развитию способности организовать сложные двигательные комплексы, особенно те, которые необходимы в учебной и трудовой деятельности.

Весь материал условно разделен на следующие разделы: основы знаний, развитие двигательных способностей (ОФП), профилактические и корригирующие упражнения. Профилактические и корригирующие упражнения составлены таким образом, чтобы была возможность избирательного воздействия на ослабленные и спастические группы мышц с целью коррекции нарушенных двигательных функций. В самостоятельный подраздел вынесены дыхательные упражнения для расслабления мышц, для формирования функций равновесия.

Занятия проводятся 3 раза в неделю по 1 часу.

1.1. Возможные результаты

Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения предмета

Личностные результаты:

- развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения;
- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представления о нравственных нормах;
- развитие этических качеств доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.

Метапредметные результаты:

- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха;
- определение общей цели и путей их достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;
- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества.

Предметные результаты:

-формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека (физического, социального и психологического), о ее позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной учебы и социализации;

-овладение умениями организовать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утрення зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т.д.);

-взаимодействие со сверстниками по правилам поведения подвижных игр и соревнований;

-выполнение технических действий из базовых паралимпийских видов спорта, применение их в игровой и соревновательной деятельности.

1.2.Критерии оценки

В первом классе ведётся **безотметочное обучение**, основная цель которого – сформировать и развить оценочную деятельность детей, сделать педагогический процесс гуманным и направленным на развитие личности ребёнка.

2. Учебный план

| Предмет | Класс | Кол-во часов в неделю | I триместр | II триместр | III триместр | Год |
|--------------------------------------|-------|--------------------------|------------|-------------|--------------|-----|
| Адаптивная физическая культура | 1 | 3 | | | | 99 |

3.Календарно – тематическое планирование

| № п/п | Тема урока | Количество часов | Дата | |
|----------|--|---------------------|------|------|
| | | | план | факт |
| 1. | Техника Безопасности. Здоровый образ жизни. | 2 | | |
| 2. | Совершенствование умения правильно дышать в положении стоя. | 3 | | |
| 3. | Наклоны и повороты туловища с различными исходными положениями рук. Дыхательные упражнения. | 3 | | |
| 4. | Обучение поворотам направо, налево в совместной деятельности с педагогом и по подражанию. Дыхательные упражнения. | 3 | | |
| 5. | Обучение поворотам кругом в совместной деятельности с педагогом. Дыхательные упражнения. | 3 | | |
| 6. | Ходьба с изменением темпа в совместной деятельности с педагогом. Дыхательные упражнения. | 3 | | |
| 7. | Ходьба по лестнице вверх, вниз с изменением темпа в совместной деятельности с педагогом. Дыхательные упражнения. | 4 | | |
| 8. | Ходьба с перешагиванием через предметы в совместной деятельности с педагогом. Дыхательные упражнения. | 4 | | |
| 9. | Прыжки на месте, держась за руки в совместной деятельности с учителем. Дыхательные упражнения. | 3 | | |
| 10. | Прыжки, сидя на мячах в совместной деятельности с учителем. Дыхательные упражнения. | 3 | | |

| | | | | |
|-----|---|---|--|--|
| 11. | Метание мяча на дальность. Игра «Гуси-лебеди». Дыхательные упражнения. | 4 | | |
| 12. | Развитие умения бросать мяч вверх и ловить двумя руками в совместной деятельности с учителем. Дыхательные упражнения. | 3 | | |
| 13. | Развитие умения бросать мяч на пол и ловить его после отскока от пола в совместной деятельности с учителем. Дыхательные упражнения. | 3 | | |
| 14. | Развитие умения катать мяч по полу друг другу в совместной деятельности с учителем. Дыхательные упражнения. | 4 | | |
| 15. | Развитие умения ползать на четвереньках в разных направлениях между предметами с помощью учителя. Дыхательные упражнения. | 4 | | |
| 16. | Кегли: развитие умения сбивать мячом кегли. Дыхательные упражнения. | 4 | | |
| 17. | Повторение и закрепление ранее пройденных игр. «Что пропало», «Попрыгунчики – воробушки». Дыхательные упражнения. | 4 | | |
| 18. | Повторение и закрепление ранее пройденных игр. «Маленькие затейники», «Совушка» Дыхательные упражнения. | 4 | | |
| 19. | Игры с элементами общеразвивающих упражнений «Шишки, желуди, орехи», Дыхательные упражнения. | 4 | | |
| 20. | Игры с элементами общеразвивающих упражнений «Самые сильные». Дыхательные | 4 | | |

| | | | | |
|-----|---|---|--|--|
| | упражнения. | | | |
| 21. | Игры с элементами общеразвивающих упражнений «Мяч — соседу». Дыхательные упражнения. | 4 | | |
| 22. | Подвижные игры | 4 | | |
| 23. | Игры с элементами общеразвивающих упражнений. Дыхательные упражнения. | 3 | | |
| 24. | Перепрыгивание через начерченную линию, шнур в совместной деятельности с педагогом. Дыхательные упражнения. | 4 | | |
| 25. | Подбрасывание мяча вверх и ловля его. Дыхательные упражнения. | 4 | | |
| 26. | Броски малого мяча в стену. Дыхательные упражнения. | 3 | | |
| 27. | Передача большого мяча над головой. Дыхательные упражнения. | 4 | | |
| 28. | Перешагивание через бруски высотой 15-20 см. Дыхательные упражнения. | 4 | | |

4. Образовательные ресурсы

1. 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.
2. Закон РФ «Об образовании» (статья 9 в редакции от 03.06.2011 N 121-ФЗ «Образовательные программы» и статья 32 «Компетенция и ответственность образовательного учреждения»).
3. Концепция духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России. А.Я.Данилюк, А.М.Кондаков, В.А.Тишков. - М.: Просвещение, 2009.
4. Начальная школа. Требования стандартов второго поколения к урокам и внеурочной деятельности / С.П. Казачкова, М.С. Умнова. – М.: Планета, 2012.
5. Приказы Минобрнауки России от 31.12.2015г. №№1576, 1577, 1578 «О внесении изменений в ФГОС НОО»
6. Адаптированная примерная основная образовательная программа МБОУ ООШ №3.
7. Примерные программы по учебным предметам. Стандарты второго поколения. Начальная школа. /Приложение к «Примерной основной образовательной программе образовательного учреждения. Начальная школа». В 2 частях. Часть 1. М.: Просвещение, 2010
8. Учебный план МБОУ ООШ №3.