

государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области
средняя общеобразовательная школа «Образовательный центр» с. Тимашево м.р. Кинель-Черкасский Самарской области



Утверждено
Протокол № 1 от 30.08.2024г.

**Адаптированная образовательная программа
по физической культуре
0,25 часа в неделю (всего 8 часов)
(обучение на дому, вариант 9.1)
2022-2023 учебный год**

Класс: 2

«ПРОВЕРЕНО»

Заместитель директора по УР:

Жуков Попова О.М.

«СОГЛАСОВАНО НА ЗАСЕДАНИИ ПШк»

Рекомендуется к утверждению

Протокол № 1 от 29.08.2024 г.

Председатель ПШк: Жуков Попова О.М.

СОСТАВИТЕЛЬ:

Учитель: Осипова Т.В.

Тимашево 2022 г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Адаптированная рабочая программа по физическому воспитанию разработана на основе авторской учебной программы А. А. Айдарбекова 1 – 4 класс, (сборник программ специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида подготовительный, 1-4 классы под ред. В. В. Воронковой, Москва, «Просвещение», 2013 г.) и учебного плана ГБОУ СОШ «ОЦ» с.Тимашево.

Эта программа предназначена для работы с детьми 1- 4 классов с нарушением интеллекта (лёгкая умственная отсталость).

I. Цели начального общего образования с учетом специфики учебного предмета

Разнородность состава учащихся начального звена по психическим, двигательным и физическим данным выдвигает ряд конкретных задач 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, содействие нормальному физическому развитию.

II. Общая характеристика учебного предмета

Система физического воспитания, объединяющая все формы занятий физическими упражнениями, должна способствовать социализации ученика в обществе, формированию духовных способностей ребенка. В связи с этим в основе обучения физическим упражнениям должны просматриваться следующие принципы:

- индивидуализация и дифференциация процесса обучения;
- коррекционная направленность обучения;
- оптимистическая перспектива;
- комплексность обучения на основе прогрессивных психолого-педагогических и психолого-физиологических теорий.

Учителю физического воспитания необходимо разбираться в структурах дефекта аномального ребенка; знать причины, вызвавшие умственную отсталость; уровень развития двигательных возможностей; характер двигательных нарушений.

III. Описание места учебного предмета

Освоение программы рассчитано на 8 часов / 1ч в месяц.

IV. Ценностные ориентиры содержания учебного предмета

Физическая культура в специальном (коррекционном) образовательном учреждении VIII вида является составной частью всей системы работы с умственно отсталыми учащимися.

Физическое воспитание рассматривается и реализуется комплексно и находится в тесной связи с умственным, нравственным, эстетическим, трудовым обучением.

V. Результаты освоения учебного предмета

В целях контроля в 1—4 классах проводится два раза в год (в сентябре и мае) учет двигательных возможностей и подготовленности учащихся по бегу на 30 м, прыжкам в длину и с места, метанию на дальность.

Оценка по предмету «Физическая культура» определяется в зависимости от степени овладения учащимися двигательными умениями (качество) и результатом, строго индивидуально.

VI. Содержание учебного предмета

Содержание программного материала уроков состоит из базовых основ физической культуры и большого количества подготовительных, подводящих и коррекционных упражнений.

В программу включены следующие разделы: гимнастика, легкая атлетика, лыжная подготовка, подвижные игры, для 4 класса — пионербол.

Раздел «Легкая атлетика» включает ходьбу, бег, прыжки и метание. Обучение элементам легкой атлетики и их совершенствование должно осуществляться на основе развития у детей двигательных качеств.

Уроки лыжной подготовки как обязательные занятия проводятся с 3 класса сдвоенными уроками при температуре не ниже 12°C (для средней климатической зоны). Занятия на коньках (дополнительный материал) проводятся в 3—4 классах. При проведении уроков по лыжной подготовке, занятий на коньках особое внимание должно быть уделено соблюдению техники безопасности и охране здоровья школьников.

Последовательность и сроки прохождения программного материала, количество времени на различные разделы программы определяются учителем в графике распределения материала по видам, в планах на каждую четверть и в поурочных планах.

В зависимости от конкретных региональных и климатических условий учителям разрешается изменить выделенный объем времени на прохождение различных разделов программы.

Одним из ведущих требований к проведению уроков физкультуры в начальных классах является широкое использование дифференцированного и индивидуального подхода к учащимся.

Учащиеся, отнесенные по состоянию здоровья к подготовительной медицинской группе, от общих занятий не освобождаются, а занимаются на уроке со всеми. К ним применяется индивидуальный подход.

Учащимся подготовительного класса оценки не выставляются, но устно они поощряются учителем за старание, за правильное выполнение упражнений, участие в игре.

У учителя физкультуры должна быть следующая документация: программа, годовой план-график прохождения учебного материала, тематический план на четверть, поурочные планы-конспекты

В начальной школе исключительно важное значение имеет организация и проведение «Дней здоровья», внеклассной работы по типу «Веселых стартов».

Все занятия по физкультуре должны проводиться в спортивных залах, приспособленных помещениях, на свежем воздухе при соблюдении санитарно-гигиенических требований.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№	Наименование разделов и тем. Темы уроков	Дата
1	Гимнастика. Теоретические сведения: понятие о правильной осанке, равновесии. Значение режима дня и утренней зарядки для здоровья человека. Разучивание комплекса упражнений для утренней зарядки. Игры: «Что изменилось», «Волшебный мешок»	23.09
2	Гимнастика. Упражнения с предметами: с флажками, малыми и большими мячами. Игры: «Совушка», «Слушай сигнал», «Удочка»	21.10
3	Гимнастика. Упражнения для развития пространственно-временной дифференцировки и точности движений. Игры: «Салки», «Повторяй»	25.11

	замной», «Мяч соседу», «Говорящий мяч»	
4	Лёгкая атлетика. Теоретические сведения: понятие о начале ходьбы и бега. Игры: «Запрещенное движение», «Карлики-Великаны», «Съедобное - не съедобное».	23.12
5	Лёгкая атлетика. Ознакомление учащихся с правилами дыхания во время ходьбы и бега. Игры: «Гуси-лебеди», «Кошка и мышки», «У медведя во бору»	3.02
6	Лёгкая атлетика. Практические упражнения: ходьба. Игры: «Пустое место», «Невод», «К своим флажкам», «Пустое место»	10.03
7	Лёгкая атлетика. Практические упражнения: прыжки. Игры: «Уголки», «Удочка», Эстафеты.	14.04
8	Обобщение знаний. Подвижные игры: «Гонка мячей в колоннах», «Снайперы», «Охотники и утки», « Выбивало».	12.05