

государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области
средняя общеобразовательная школа с. Герасимовка муниципального района
Алексеевский Самарской области

Проверено
Заместитель директора по УР
 /Е.Е. Некрылова/
«31» августа 2021г.



УТВЕРЖДАЮ
Директор ГБОУ СОШ с. Герасимовка
/Н.А. Саяпина/
Приказ №383 от «31» августа 2021г.

АДАптиРОВАННАЯ РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Наименование предмета	Адаптивная физическая культура
Уровень образования, классы	Начальное общее образование, 1 класс (подготовительный)
Количество часов по учебному плану	
- в неделю	0, 5 ч
- в год	16,5 ч
Составитель	Казначеева Галина Александровна, учитель начальных классов

Принято
на педагогическом совете
ГБОУ СОШ с. Герасимовка
Протокол от 30.08.2021 № 1

I. Пояснительная записка

Рабочая программа разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, Адаптированной основной общеобразовательной программы начального общего образования обучающихся с нарушениями опорно-двигательного аппарата (вариант 6.4) ГБОУ СОШ с. Герасимовка

Программа разработана для учащейся 1 класса с тяжёлыми множественными нарушениями развития ТМНР, обучающейся индивидуально на дому по адаптированной образовательной программе для детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата. Особые образовательные потребности ребенка задаются спецификой двигательных нарушений, а также спецификой нарушения психического развития, и определяют особую логику построения учебного процесса, находят своё отражение в структуре и содержании образования. С целью реализации рекомендаций ПМПК на уроках ведется коррекционная работа, которая осуществляется в соответствии специальной индивидуальной программой развития, разработанной учителем для обучающейся. Отбирается такой материал, чтобы по содержанию и объему был посильным для учащейся. Процесс овладения материалом облегчается посредством детального объяснения с систематическим повтором, многократной тренировкой в применении знаний. Разбивается учебный материал на небольшие части, ученице обеспечивается возможность работать в свойственном ей темпе деятельности. Используются специальные методы, приёмы и средств обучения (в том числе ассистивные технологии), обеспечивающих реализацию путей обучения.

Целью данной программы является:

- Стремление к нормализации двигательной деятельности, способствующей, ускорению социальной реабилитации детей.

Задачи предмета:

- укрепление здоровья, содействие нормальному физическому развитию, повышению сопротивляемости организма к неблагоприятным условиям внешней среды;
- обучение основам техники движений, формированию жизненно необходимых навыков и умений;
- развитие двигательных (кондиционных и координационных) способностей;

Место курса общение и чтение в учебном плане

Предмет адаптированная физическая культура реализуется в рамках учебного плана в части предметной области «Физическая культура» в количестве 0, 5 ч в неделю, 16,5 ч в год (33 учебные недели);

II. Содержание учебного предмета, курса

Поддержание жизненно-важных функций организма (дыхание, работа сердечно-сосудистой системы и других внутренних органов);

- мотивация двигательной активности;
- поддержка и развитие имеющихся движений, расширение диапазона движений и профилактика возможных нарушений;
- обучение переходу из одной позы в другую;
- освоение новых способов передвижения (включая передвижение с помощью технических средств реабилитации);

- формирование функциональных двигательных навыков, которые ребенок в дальнейшем научится использовать в повседневной жизни;
- развитие функции руки, в том числе мелкой моторики;
- формирование ориентировки в пространстве;

обогащение сенсомоторного опыта.

Система адаптивной физической культуры направлена на обеспечение рациональной организации двигательного режима обучающегося, улучшение функциональных двигательных возможностей, повышение адаптивных возможностей организма, сохранение и поддержание здоровья обучающегося и формирование культуры здоровья.

III. Планируемые результаты освоения учебного предмета

Возможные 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.

Возможные 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, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т.д.);

IV. Тематическое планирование

№	Раздел	Воспитательный результат	Кол-во часов
1	Развитие движений	<ul style="list-style-type: none"> - 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, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т.д.); 	16,5

--	--	--	--

Календарно-тематическое планирование 1 (подготовительный) класс

№ урока	Тема	Количество часов
1	Развитие движений в суставах рук.	0,5
2	Развитие и укрепление мышц рук.	0,5
3	Развитие и укрепление мышц ног.	0,5
4	Развитие движений в плечевых суставах.	0,5
5	Развитие движений в коленных суставах.	0,5
6	Развитие и укрепление мышц живота.	0,5
7	Развитие движений в плечевых суставах	0,5
8	Развитие и укрепления мышц спины	0,5
9	Развитие движений в локтевых суставах	0,5
10	Развитие растяжки. Корректировки дыхания. Игра с мячом.	0,5
11	Развитие движений в суставах. Развитие и укрепления мышц живота.	0,5
12	Растяжка мышц рук. Корректировки дыхания. Игра с мячом.	0,5
13	Развитие и укрепления мышц живота в положении лежа.	0,5
14	Развитие и укрепления мышц рук в положении сидя. Игра с мячом.	0,5
15	Развитие и укрепления мышц спины в положении лежа	0,5
16	Развитие движений в суставах рук. Развитие и укрепления мышц живота.	0,5
17	Развитие движений в суставах ног. Развитие и укрепления мышц живота.	0,5
18	Растяжка ног. Корректировка дыхания.	0,5
19	Развитие движений в суставах рук. Развитие и укрепления мышц ног.	0,5
20	Развитие движений в локтевых суставах.	0,5
21	Развитие и укрепления мышц живота. Игра с мячом.	0,5
22	Развитие и укрепления мышц рук. Игра с мячом.	0,5
23	Развитие и укрепления мышц ног. Игра с мячом.	0,5
24	Развитие и укрепления мышц спины. Игра с мячом	0,5
25	Развитие движений в суставах рук. Развитие и укрепления мышц живота.	0,5
26	Развитие движений в суставах ног. Развитие и укрепления мышц живота.	0,5
27	Развитие движений в суставах пальцев рук.	0,5

28	Развитие движений в плечевых суставах.	0,5
29	Развитие движений в суставах рук и ног.	0,5
30	Упражнения для корректировки дыхания. Игра с мячом.	0,5
31	Растяжка ног. Игра с мячом.	0,5
32	Растяжка рук. Игра с мячом.	0,5
33	Корректировка дыхания. Игра с мячом.	0,5