

Аннотация к рабочей программе

Рабочая программа по учебному предмету «Адаптивная физическая культура» составлена для учащихся 1 класса с расстройствами аутистического спектра (РАС) и умственной отсталостью (умеренной, глубокой, тяжелыми и множественными нарушениями развития) в соответствии с ФГОС НОО обучающихся с ОВЗ на основе:

- ✓ Закон РФ от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- ✓ Примерная адаптированная основная общеобразовательная программа начального общего образования обучающихся с расстройствами аутистического спектра (вариант 8.4) (Протокол от 22 декабря 2015 №4/15);
- ✓ Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования (утвержден приказом Министерства образования и науки РФ от 30.08.2013 N 1015 в ред. от 28.05.2014 № 598);
- ✓ Приказ Минобрнауки России от 19.12.2014 N 1598 "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (Зарегистрировано в Минюсте России 03.02.2015 N 35847);
- ✓ Постановление Главного санитарного врача РФ от 29 декабря 2010 г. № 189 г. Москва «Об утверждении СанПиН 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях»», зарегистрировано в Минюсте РФ 3 марта 2011г, рег.№19993;
- ✓ СанПиН 2.4.2.3286-15 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения и воспитания в организациях, осуществляющих образовательную деятельность по адаптированным основным общеобразовательным программам для обучающихся с ОВЗ»;
- ✓ Методические рекомендации по вопросам внедрения ФГОС начального общего образования обучающихся с ОВЗ, Москва, 2015;
- ✓ Адаптированная основная общеобразовательная программа начального общего образования обучающихся с РАС ГОУ ЯО «Рыбинская школа-интернат № 2»;

Цель: повышение двигательной активности детей и обучение использованию полученных навыков в повседневной жизни.

Задачи:

- формирование культуры движений, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей и корригирующей направленностью;
- развитие умения подражать, владеть собственным телом;
- стимулирование к выполнению инструкций;
- формирование навыков произвольной организации движений (в пространстве собственного тела и во внешнем пространстве);
- воспитание коммуникационных функций и способности взаимодействовать с остальными детьми;
- укрепление и сохранение здоровья, закаливание организма, формирование правильной осанки;
- воспитание устойчивого интереса к занятиям физическими упражнениями.

Место курса в учебном плане

Программа по предмету «Адаптивная физическая культура» составлена с учетом индивидуальных особенностей обучающихся, рассчитана на 99 часов в год, 3 часа в неделю, 33 учебные недели.

Планируемые результаты освоения учебного предмета

По окончании изучения курса «Адаптивная физическая культура» в начальной школе должны быть достигнуты определенные результаты:

Личностные результаты

Включают овладение обучающимися начальными навыками адаптации в окружающем мире, установок, ориентиров и норм поведения, обеспечивающих сохранение физического и психического здоровья, социальными (жизненными) компетенциями, необходимыми для решения практико-ориентированных задач и обеспечивающими формирование и развитие социальных отношений, обучающихся в различных средах. Оценка личностных результатов предполагает, прежде всего, оценку продвижения ребенка в овладении социальными (жизненными) компетенциями, которые, в конечном итоге, составляют основу этих результатов.

Предметные результаты

Минимальный уровень:

- освоение двигательных умений и навыков, координации, последовательности движений;
- придерживаться основных правил поведения на уроках физической культуры;
- выполнять несложные упражнения с помощью взрослого;
- участие в совместной игровой деятельности;
- применять правила бережного обращения с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности в процессе участия в физкультурно-спортивных мероприятиях.

Достаточный уровень:

- повторять за взрослым элементы гимнастики, легкой атлетики, спортивных и подвижных игр и др. видов физической культуры;
- выполнять основные двигательные действия в соответствии с заданием учителя: бег, ходьба, прыжки и др.;
- принимают участие в подвижных играх и эстафетах со сверстниками;
- узнавать различный спортивный инвентарь в основных видах двигательной активности;
- соблюдать требования техники безопасности в процессе участия в физкультурно-спортивных мероприятиях.

Содержание рабочей программы

№ п/п	Раздел	Краткое содержание учебного предмета	Кол-во часов
1.	Знания о физической культуре	Т.Б. Спортивная форма. Правила поведения на уроках физической культуры. Предупреждение травм во время занятий. Понятия о предварительной и исполнительной командах. Знакомство с различными упражнениями, видами спорта, спортивным инвентарём.	в процессе уроков
2.	Гимнастика	Построения и перестроения. <i>Упражнения без предметов (корректирующие и общеразвивающие упражнения):</i> основные положения и движения рук, ног, головы, туловища; упражнения для расслабления мышц; упражнения для мышц шеи; упражнения для укрепления мышц спины и живота; упражнения для развития мышц рук и плечевого пояса; упражнения для мышц ног; упражнения на дыхание; упражнения для развития мышц кистей рук и пальцев; упражнения для формирования правильной осанки;	38

		упражнения для укрепления мышц туловища. <i>Упражнения с предметами:</i> с гимнастическими палками; с флажками; с малыми обручами; с малыми мячами; с большим мячом; с набивными мячами (вес 1кг); упражнения на равновесие; лазанье и перелезание; упражнения для развития пространственно-временной дифференцировки и точности движений; переноска грузов и передача предметов;	
3.	Легкая атлетика	Ходьба. Бег. Прыжки. Метание.	35
4.	Коррекционные и подвижные игры	Игры с бегом; игры с прыжками; игры с лазанием; игры с метанием и ловлей мяча; игры с построениями и перестроениями; игры с элементами общеразвивающих упражнений.	26

Формы текущего контроля

Дата	Контрольно-оценочная деятельность	
	Достаточный уровень	Минимальный уровень
I четверть		
	Передвижение в беге и ходьбе с изменением темпа движения. Ходьба по обозначенным ориентирам. Прыжки на месте и в длину с места. Ходьба через препятствия. Метание мяча на дальность и по заданной цели (диам.- 70см).	Передвижение в беге и ходьбе с изменением темпа движения. Ходьба по обозначенным ориентирам. Прыжки на месте. Метание мяча на дальность и по заданной цели (диам.- 80см).
II четверть		
	Строевые упражнения на месте по показу, комплекс ОРУ без предметов и с предметами с минимальной помощью наглядной и словесной инструкции. Ползание по-пластунски, стоя на четвереньках. Удержание равновесия на ограниченной опоре без страховки.	Строевые упражнения на месте по показу, комплекс ОРУ без предметов и с предметами с помощью наглядной и словесной инструкции. Ползание. Удержание равновесия на ограниченной опоре со страховкой.
III четверть		
	Активное участие в игровой деятельности. Соблюдение правил и требований игр.	Активное участие в игровой деятельности.
IV четверть		
	Передвижение в беге и ходьбе различными способами с изменением темпа и направления движения. Прыжки на месте и в длину с места. Прыжки через препятствия. Метание мяча на дальность и по заданной цели (диам.- 50см). Игры-эстафеты с элементами легкой атлетики, понимание правил и активное участие.	Передвижение в беге и ходьбе с изменением темпа и направления движения с помощью наглядной инструкции. Прыжки на месте. Ходьба через препятствия. Метание мяча на дальность и по заданной цели (диам.- 80см). Игры-эстафеты с элементами легкой атлетики.

Контрольно-измерительные материалы

Достаточный уровень	Минимальный уровень
1 четверть	
Ходьба по следам и змейкой	Ходьба по следам
Прыжки в длину с места (см.)	Прыжки в длину с места (см.)
Бег с высокого старта по прямой (с.)	Бег с высокого старта по прямой (с.)
2 четверть	
Ходьба по гимнастической скамейке	Ходьба по гимнастической скамейке
Наклон вперед из положения стоя	Наклон вперед из положения стоя
Равновесие, стоя на одной (с.)	Равновесие, стоя на одной (с.)
3 четверть	
Броски мяча снизу и ловля мяча после броска с 3-х метров	Броски мяча снизу и ловля мяча после броска с 3-х метров
Участие в подвижных играх	Участие в подвижных играх
4 четверть	
Метание мяча в цель с 2-х метров (мишень – 50см) из 5 попыток	Метание мяча в цель с 2-х метров (мишень – 80см) из 5 попыток
Надевание и собирание 5 колечек на конусы по прямой	Надевание и собирание 5 колечек на конусы по прямой
Челночный бег 4х10м (с.)	Челночный бег 4х10м (с.)

Методическое обеспечение программы

1. Адаптивная физическая культура в работе с лицами со сложными (комплексными) нарушениями развития: учебное пособие/Л.Н. Ростомашвили. – М.: Советский спорт, 2015. – 164с.
2. В.И. Ковалько Поурочные разработки по физкультуре-Москва «ВАКО», 2011.
3. В.И.Лях Физическая культура – М.: Просвещение, 2013.
4. Программы специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида **Подготовительный класс 1-4 классы** /под редакцией В. В. Воронковой– М.: Просвещение, 2013.
5. Коррекционные подвижные игры и упражнения для детей с нарушениями в развитии / Под общей ред. проф. Л. В Шапковой-М.: Советский спорт. 2002

