

**Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
Самарской области
средняя общеобразовательная школа № 3 «Центр образования»
городского округа Октябрьск Самарской области**

Рассмотрено
на заседании методического
объединения учителей
начальных классов

Проверено.
Заместитель директора
по учебно-воспитательной работе

Утверждаю.
Директор ГБОУ СОШ №3
г.о.Октябрьск

_____ Л. Ю. Шатрова

Протокол № 1
от « 27 » августа 2020г.

_____ Е. А. Лафинчук

Приказ № 690-од
от « 1 » сентября 2020 г

**Адаптированная рабочая программа
для обучающегося
с умственной отсталостью**

предмет *физическая культура*

класс 2

учитель *Скочилас А.И.*

Пояснительная записка

Адаптированная рабочая программа по физической культуре для обучающегося 2 класса с умственной отсталостью составлена в соответствии с ФГОС обучающихся с умственной отсталостью, на основе программы Воронковой В. В. / под ред. Воронковой В. В. Программы специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида., М.: Просвещение, Подготовительный класс. 1-4 классы.

Обучение ведется на государственном языке – русском языке.

Адаптированная рабочая программа по физической культуре разработана на 17 часов (0, 5 часа в неделю)

Задачи физического воспитания:

- 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.

Основные направления коррекционной работы

В основу обучения положена система простейших физических упражнений, направленных на коррекцию дефектов физического развития и моторики, укрепление здоровья, выработку жизненно необходимых двигательных умений и навыков у учащихся с умеренной и тяжелой умственной отсталостью. Необходимо отметить, что учащиеся этой категории имеют значительные отклонения в физическом и двигательном развитии.

Планируемые результаты освоения курса

ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ:

Чувство гордости за свою Родину, российский народ и историю России;

Осознание роли своей страны в мировом развитии, уважительное отношение к семейным ценностям, бережное отношение к окружающему миру.

Целостное восприятие окружающего мира.

Развитую мотивацию учебной деятельности и личностного смысла учения, заинтересованность в приобретении и расширении знаний и способов действий, творческий подход к выполнению заданий.

Рефлексивную самооценку, умение анализировать свои действия и управлять ими.

Навыки сотрудничества со взрослыми и сверстниками.

Установку на здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, к работе на результат.

МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ:

Способность принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, находить средства и способы её осуществления.

Овладение способами выполнения заданий творческого и поискового характера.

Умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её выполнения, определять наиболее эффективные способы достижения результата.

Способность использовать знаково-символические средства представления информации для создания моделей изучаемых объектов и процессов.

Использование речевых средств и средств информационных технологий для решения задач.

Овладение логическими действиями сравнения, анализа, синтеза, обобщения, классификации по родовидовым признакам, установления аналогий и причинно-следственных связей, построения рассуждений, отнесения к известным понятиям.

Готовность слушать собеседника и вести диалог; готовность признать возможность существования различных точек зрения и права каждого иметь свою; излагать своё мнение и аргументировать свою точку зрения.

Определение общей цели и путей её достижения: умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности, осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих.

Овладение начальными сведениями о сущности и особенностях объектов и процессов в соответствии с содержанием учебного предмета «математика».

Овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.

Умение работать в материальной и информационной среде начального общего образования (в том числе с учебными моделями) в соответствии с содержанием учебного предмета «Математика».

ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ: : изучения курса (Физическая культура) являются:

- организация отдыха и досуга средствами физической культуры
- изложение фактов истории физической культуры
- измерение показателей физического развития (рост, вес, масса тела)
- бережное обращение с оборудованием и инвентарем

Содержание учебного предмета

Основы знаний. Правильная осанка и дыхание во время занятий физическими упражнениями. Правила безопасности при занятиях физическими упражнениями.

Гимнастика. Строевые упражнения. Построение в шеренгу. Выполнение строевых команд. Строевые упражнения. Общеразвивающие упражнения без предметов и с предметами (с гимнастическими палками, флажками, малыми обручами, большими и малыми мячами. Равновесие. Ходьба на носках с различным движением рук. Ходьба боком приставными шагами. Повороты к ориентирам без контроля зрением в момент поворота.

Шаг вперед, назад, вправо в обозначенное место с открытыми и закрытыми глазами. Подбрасывание мяча вверх до определенного. Выполнение и.п. рук по словесной инструкции учителя. Коррекционные упражнения для развития точности движений. Выполнение различных упражнений без контроля и с контролем зрения.

Подвижные игры. Игровые упражнения и игры-задания. Игры на развитие внимания и памяти.

Тематическое планирование

№	Тема	Количество часов	Дата
Основы знаний			
1	Правила поведения в спортивном зале и на спортивной	1	

	площадке. Инструктаж по технике безопасности.		
2	Название снарядов. Понятие о правильной осанке.	1	
3	Ходьба. Бег. Метание мяча.	1	
4	Правила гигиены на уроке физической культуры.	1	
5	Комплекс физических упражнений (зарядка).	1	
6	Соблюдение режима дня и значение двигательной активности.	1	
Гимнастика			
7	Строевые упражнения.	1	
8	Выполнение строевых команд.	1	
9	Равновесие.	1	
10	Ходьба на носках с движениями рук.	1	
11	Ходьба приставным шагом.	1	
12	Упражнения с мячом. Подбрасывание мяча.	1	
13	Общеразвивающие упражнения с гимнастической палкой	1	
Подвижные игры			
14	Коррекционная игра «Летает-не летает»	1	
15	Коррекционная игра «Запомни порядок»	1	
16	Игры с ОРУ «Повторяй за мной»	1	
17	Игры с ОРУ «Верёвочный круг»	1	