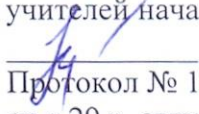
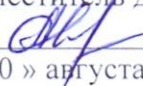


Комитет по образованию администрации города Заринска Алтайского края
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа №15 с углублённым изучением отдельных предметов
г.Заринска Алтайского края

РАССМОТРЕНА
на заседании ШМО
учителей начальных классов
 Н.В. Сергеева
Протокол № 1
от « 29 » августа 2022 г.

СОГЛАСОВАНА
Заместитель директора
 /Г.А. Огирь/
« 30 » августа 2022 г.

УТВЕРЖДЕНА
Директор МБОУ СОШ №15
с углублённым изучением
отдельных предметов
 /Г.И. Макаенец/
Приказ № 365
от « 30 » августа 2022 г.



КОРРЕКЦИОННЫЙ КУРС
«Адаптивная физическая культура 6.4»

(приложение к АООП НОО для обучающихся с ЗПР)

4 класс

Сроки реализации программы: 2022-2023 учебный год

Составитель:
Чесноков Николай Николаевич,
учитель физической культуры

Заринск - 2022

Пояснительная записка

Коррекционно-развивающий курс «Адаптивная физическая культура» составлена в соответствии:

- с учебным планом МБОУ СОШ №15 с углублённым изучением отдельных предметов на 2022-2023 учебный год;
- с Положением о Рабочей программе учебных предметов, курсов, дисциплин, (модулей) МБОУ СОШ №15 г. Заринска (приказ 30.08.2021г. № 395);
- с АООП ООО обучающихся с ЗПР;
- с Программой воспитания МБОУ СОШ № 15 г. Заринска.

Целью программы по адаптивной физической культуре является повышение двигательной активности детей и обучение использованию полученных навыков в повседневной жизни. В ходе обучения учебному предмету «Адаптивная физическая культура» должны решаться следующие основные **задачи**:

- Создание условий для всестороннего гармонического развития и социализации учащегося;
- Создание условий для формирования необходимых в разнообразной двигательной деятельности знаний, умений, навыков и воспитание сознательного отношения к их использованию;
- Создание условий для совершенствования двигательных, интеллектуальных, волевых и эмоциональных навыков;
- Создание условий для воспитания нравственных качеств, приучения к дисциплинированности, организованности, ответственности, элементарной самостоятельности.

С целью усиления воспитательного потенциала образовательного процесса рабочая программа по Коррекционно-развивающему курсу «Адаптивная физическая культура» в 4 классе учитывает содержание модуля «Школьный урок» Программы воспитания МБОУ СОШ № 15 г.Заринска по следующим направлениям деятельности:

1. Привлечение внимания обучающихся к обсуждаемой на уроке информации, активизации их познавательной деятельности.
2. Побуждение обучающихся соблюдать на уроке общепринятые нормы поведения, правила общения со старшими (педагогическими работниками) и сверстниками принципы учебной дисциплины и самоорганизации
3. Привлечение внимания обучающихся к ценностному аспекту изучаемых на уроках явлений, организация их работы с получаемой на уроке социально значимой информацией – инициирование ее обсуждения, высказывания обучающимися своего мнения по ее поводу, выработки своего к ней отношения.
4. Использование воспитательных возможностей содержания учебного предмета через демонстрацию обучающимся примеров ответственного, гражданского поведения, проявления человеколюбия и добросердечности, через подбор соответствующих текстов для чтения, задач для решения, проблемных ситуаций для обсуждения в классе
5. Применение на уроке интерактивных форм работы с обучающимися: интеллектуальных игр, стимулирующих познавательную мотивацию обучающихся; дидактического театра, где полученные на уроке знания обыгрываются в театральных постановках; дискуссий, которые дают обучающимся возможность приобрести опыт ведения конструктивного диалога; групповой работы или работы в парах, которые учат обучающихся командной работе и взаимодействию с другими обучающимися.

6. Включение в урок игровых процедур, которые помогают поддержать мотивацию обучающихся к получению знаний, налаживанию позитивных межличностных отношений в классе, помогают установлению доброжелательной атмосферы во время урока.

7. Организация шефства мотивированных и эрудированных обучающихся над их неуспевающими одноклассниками, дающего обучающимся социально значимый опыт сотрудничества и взаимной помощи

8. Инициирование и поддержка исследовательской деятельности обучающихся в рамках реализации ими индивидуальных и групповых исследовательских проектов, что даст обучающимся возможность приобрести навык самостоятельного решения теоретической проблемы, навык генерирования и оформления собственных идей, навык уважительного отношения к чужим идеям, оформленным в работах других исследователей, навык публичного выступления перед аудиторией, аргументирования и отстаивания своей точки зрения.

Описание места учебного предмета

В учебном плане Программа по **коррекционному курсу «Адаптивная физическая культура»** составлена на основе требований к предметным результатам освоения основной образовательной программы, представленной в Федеральном государственном образовательном стандарте.

Наизучение курса **«Адаптивная физическая культура»** в 4 классе отведено 34 часа в неделю

Общая характеристика курса

Физическое воспитание отличается от других видов воспитания тем, что в его основе лежит обучение упорядоченным двигательным действиям, развитие физических способностей и формирование связанных с ними знаний. Специфичность понятия «адаптивная физическая культура» выражается в дополняющем определении «адаптивная», что подчеркивает ее предназначение для людей с отклонениями в состоянии здоровья. Это предполагает, что физическая культура во всех ее проявлениях должна стимулировать позитивные реакции в системах и функциях организма, формируя тем самым необходимые двигательные координации, физические качества и способности, направленные на жизнеобеспечение, развитие и совершенствование организма учащегося. В соответствии с этим целью обучения данному предмету является освоение учащимся системы двигательных координаций, физических качеств и способностей, направленных на жизнеобеспечение, развитие и совершенствование его организма. На уроках формируются элементарные двигательные функции, выполняемые совместно с учителем, по подражанию его действиям, по образцу, а также первичные элементарные представления о здоровье и здоровом образе жизни, о безопасности движений во время занятий физической культурой и т. п.

В основу настоящей программы положена система простейших физических упражнений, направленных на коррекцию дефектов физического развития и моторики, укрепление здоровья, выработку жизненно необходимых двигательных умений и навыков.

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 ОВЗ. Замедленность психических процессов, конкретность мышления, нарушения памяти и внимания обуславливают чрезвычайную медлительность образования у них двигательных навыков.

Описание ценностных ориентиров содержания учебного предмета

Ценность жизни -признание человеческой жизни величайшей ценностью, что реализуется в бережном отношении к другим людям и к природе.

Ценность человека как разумного существа, стремящегося к добру и самосовершенствованию, важность и необходимость соблюдения здорового образа жизни в единстве его составляющих: физического, психического и социально нравственного здоровья.

Ценность семьи как первой и самой значимой для развития ребёнка социальной и образовательной среды, обеспечивающей преемственность культурных традиций народов России от поколения к поколению и тем самым жизнеспособность российского общества.

Ценность труда и творчества как естественного условия человеческой жизни, состояние нормального человеческого существования. Ценность свободы как свободный выбор человеком своих мыслей и поступков образа жизни, но свободы, естественно ограниченной нормами, правилами, законами общества, членом которого всегда по всей социальной сути является человек.

Ценность человечества-осознание человека себя как части мирового сообщества, для существования и прогресса, которого необходимы мир, сотрудничество народов и уважения к многообразию их культур.

Личностные и предметные результаты освоения учебного предмета

Возможные личностные результаты:

1. осознание себя, как «Я»; осознание своей принадлежности к определенному полу; социально-эмоциональное участие в процессе общения и совместной деятельности;
2. развитие адекватных представлений о социальном мире, овладение социально-бытовыми умениями, необходимыми в повседневной жизни дома и в школе, умение выполнять посильную домашнюю работу, включаться в школьные дела и др.;
3. понимание собственных возможностей и ограничений, умение сообщать о нездоровье, опасности и т.д.;
4. владение элементарными навыками коммуникации и принятыми нормами взаимодействия;
5. способность к осмыслению социального окружения;
6. развитие самостоятельности;
7. овладение общепринятыми правилами поведения;
8. наличие интереса к практической деятельности

Предметные результаты:

- 1) восприятие собственного тела, осознание своих физических возможностей и ограничений.
 - освоение доступных способов контроля над функциями собственного тела: сидеть, стоять, передвигаться (в т.ч. с использованием технических средств);
 - освоение двигательных навыков, координации движений,
- 2) Соотнесение самочувствия с настроением, собственной активностью, самостоятельностью и независимостью
 - Умение устанавливать связь телесного самочувствия с физической нагрузкой: усталость после активной деятельности, болевые ощущения в мышцах после физических упражнений.

Содержание курса

В настоящую программу включены следующие **разделы**: общеразвивающие, прикладные и корригирующие упражнения, способствующие развитию прикладных умений и навыков, игры и игровые упражнения.

Общеразвивающие, прикладные и корригирующие упражнения:

- Дыхательные упражнения по подражанию.
- Основные положения и движения (по подражанию).
- Передача предметов.

Виды деятельности:

- Правильный захват различных по величине и форме предметов одной и двумя руками.
- Правильный захват мяча руками.
- Перекладывание мяча с одного места на другое.
- Выполнение основных движений с удерживанием мяча.
- Катание мяча от ребенка к учителю и от учителя к ребенку. Подбрасывание мяча вверх.
- Поднимание рук с флажками вперед, вверх, в стороны, опускание вниз.

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Тема урока	Виды деятельности учащихся	Кол-во часов
1	Дыхательные упражнения по подражанию.	«Понюхать цветок» - вдох, через нос. «Согреть руки» - хо-хо-хо – выдох через рот. «Остудить воду» - ф-ф-фу – выдох	1
2	Основные положения и движения (по подражанию). Легкая атлетика. Бег.	Упражнения для мышц и шеи. Наклоны головы вперед, назад с произнесением звуков – «да-да-да». Наклоны головы в стороны с произнесением звуков – «ай, яй, яй». Повороты головы в стороны с произнесением звуков – «нет», «нет».	
3	Основные положения и движения (по подражанию). Легкая атлетика. Бег.	Упражнения для мышц и шеи. Наклоны головы вперед, назад с произнесением звуков – «да-да-да». Наклоны головы в стороны с произнесением звуков – «ай, яй, яй». Повороты головы в стороны с произнесением звуков – «нет», «нет».	1
4	Упражнения для мышц туловища. Легкая атлетика. Прыжки.	Упражнения для мышц туловища «Дровосеки» - наклоны туловища вперед. «Маятник» - наклоны туловища в стороны. «косим траву» - повороты туловища с маховым движением рук.	1
5	Упражнения для формирования правильной осанки. Легкая атлетика. Прыжки в длину с разбега.	Упражнения для мышц туловища «Дровосеки» - наклоны туловища вперед. «Маятник» - наклоны туловища в стороны. «косим траву» - повороты туловища с маховым движением рук.	1
6-7	Правильный захват мяча руками. Спортивные игры, пионербол.	Сгибание пальцев в кулак и разгибание. Сведение и разведение пальцев. Сгибание и разгибание кисти. Повороты кисти ладонью кверху и книзу. Расслабление кисти – «стряхнули воду».	1
7	Правильный захват мяча руками. Спортивные игры, пионербол.	Сгибание пальцев в кулак и разгибание. Сведение и разведение пальцев. Сгибание и разгибание кисти. Повороты кисти ладонью кверху и книзу. Расслабление кисти – «стряхнули воду».	1

8	Перекладывание мяча с одного места на другое. Спортивные игры, пионербол.	Перекладывание одной рукой, другой, двумя руками	1
9	Перекладывание мяча с одного места на другое. Спортивные игры, пионербол.	Перекладывание одной рукой, другой, двумя руками	1
10	Перекладывание мяча с одного места на другое. Спортивные игры, волейбол.	Перекладывание одной рукой, другой, двумя руками	1
11	Выполнение основных движений. Спортивные игры, волейбол.	Одновременные (поочередные) движения руками в исходных положениях «стоя», «сидя», «лежа» (на боку, на спине, на животе): вперед, назад, в стороны, вверх, вниз, круговые движения	1
12	Выполнение основных движений. Спортивные игры, футбол.	Одновременные (поочередные) движения руками в исходных положениях «стоя», «сидя», «лежа» (на боку, на спине, на животе): вперед, назад, в стороны, вверх, вниз, круговые движения	1
13	Выполнение основных движений. Спортивные игры, футбол.	Движения стопами: поднимание, опускание, наклоны, круговые движения. Хлопки в ладони под поднятой ногой.	1
14	Выполнение основных движений. Гимнастика.	Движения стопами: поднимание, опускание, наклоны, круговые движения. Хлопки в ладони под поднятой ногой.	1
15	Выполнение основных движений. Гимнастика.	Движение руками и ногами, стоя у вертикальной плоскости: отведение рук в стороны, поднимание вверх и возвращение в исходное положение, поочередное поднимание ног вперед, отведение в стороны.	1

16	Выполнение основных движений. Гимнастика.	Движение руками и ногами, стоя у вертикальной плоскости: отведение рук в стороны, поднимание вверх и возвращение в исходное положение, поочередное поднимание ног вперед, отведение в стороны.	1
17	Выполнение основных движений с удерживанием мяча. Гимнастика.	Движение рук: вперед, в стороны, вверх, вниз, на пояс, к плечам, хлопки вверх, внизу, сгибание и разгибание рук в локтевых суставах. Поднимание согнутой ноги вперед. Сгибание и разгибание стоп	1
18	Выполнение основных движений с удерживанием мяча. Гимнастика.	Движение рук: вперед, в стороны, вверх, вниз, на пояс, к плечам, хлопки вверх, внизу, сгибание и разгибание рук в локтевых суставах. Поднимание согнутой ноги вперед. Сгибание и разгибание стоп	1
19	Движения рук с флажками вверх, внизу, помахивание флажками. Спортивные игры. Перестрелка.	Маховые движения руками с флажками, круговые движения с флажками.	1
20	Движения рук с флажками вверх, внизу, помахивание флажками. Спортивные игры. Перестрелка.	Маховые движения руками с флажками, круговые движения с флажками.	1
21	Выполнение основных движений с удерживанием мяча. Спортивные игры баскетбол.	Движение рук: вперед, в стороны, вверх, вниз, на пояс, к плечам, хлопки вверх, внизу, сгибание и разгибание рук в локтевых суставах. Поднимание согнутой ноги вперед. Сгибание и разгибание стоп	1
22	Выполнение основных движений с удерживанием мяча. Спортивные игры ,баскетбол.	Движение рук: вперед, в стороны, вверх, вниз, на пояс, к плечам, хлопки вверх, внизу, сгибание и разгибание рук в локтевых суставах. Поднимание согнутой ноги вперед. Сгибание и разгибание стоп	1
23	Катание мяча от ребенка к учителю и от учителя к ребенку. Лыжная подготовка.	Катание сидя на полу. Перекатывание на столе, стуле.	1

24	Катание мяча от ребенка к учителю и от учителя к ребенку. Лыжная подготовка.	Катание сидя на полу. Перекатывание на столе, стуле.	1
25	Катание мяча от ребенка к учителю и от учителя к ребенку. Лыжная подготовка.	Катание сидя на полу. Перекатывание на столе, стуле.	1
26	Бросание мяча в обруч. Лыжная подготовка.	Бросание с пола, бросание со стула	1
27	Бросание мяча в обруч. Лыжная подготовка.	Бросание с пола, бросание со стула	1
28	Подбрасывание мяча вверх. Лыжная подготовка.	Подбрасывание мяча двумя руками, малого мяча одной рукой.	1
29	Подбрасывание мяча вверх. Легкая атлетика, метания мяча.	Подбрасывание мяча двумя руками, малого мяча одной рукой.	1
30	Бросание мяча в цель. Легкая атлетика метание мяча в цель.	Бросание с пола, бросание со стула	1
31	Бросание мяча в цель. Легкая атлетика метание мяча в цель.	Бросание с пола, бросание со стула	1
32	Поднимание рук с флажками вперед, вверх, в стороны, опускание вниз. Легкая атлетика метание мяча на дальность.	Движение рук: вперед, в стороны, вверх, вниз, на пояс, к плечам, хлопки вверх, внизу, сгибание и разгибание рук в локтевых суставах.	1
33	Поднимание рук с флажками вперед, вверх, в стороны, опускание вниз. Легкая атлетика	Движение рук: вперед, в стороны, вверх, вниз, на пояс, к плечам, хлопки вверх, внизу, сгибание и разгибание рук в локтевых суставах.	1

	метание мяча на дальность.		
34	Поднимание рук с флажками вперед, вверх, в стороны, опускание вниз. Легкая атлетика метание мяча на дальность.	Движение рук: вперед, в стороны, вверх, вниз, на пояс, к плечам, хлопки вверх, внизу, сгибание и разгибание рук в локтевых суставах.	1

Описание материально-технического обеспечения образовательного процесса

Мячи (малые, большие), шведская стенка, набивные мячи, флажки. гимнастическая палка.

Оценка деятельности ребенка с ОВЗ осуществляется:

- в журнале с помощью знаков (вариант):
- + ребенок выполнил задание самостоятельно
+/- ребенок выполнил задание с небольшой помощью
-/+ ребенок выполнил задание с существенной помощью
- ребенок не выполнил задание даже с помощью
- в журнале с помощью знаков (вариант):

Уровни самостоятельности при выполнении заданий	
- не выполняет задание	-
- выполняет задание со значительной помощью	зп
- выполняет задание с частичной помощью	чп
- выполняет задание по подражанию	п
- выполняет задание по образцу	о
- выполняет задание самостоятельно, но допускает ошибки	сш
- выполняет задание самостоятельно (без ошибок)	+
<i>Реакция на воздействия</i>	
- негативная реакция	нг
- нейтральная реакция	нр
- положительная реакция	пр

Литература, использованная при подготовке программы.

1. Программа специальной (коррекционной) общеобразовательной школы VIII вида: 1-4 кл./ Под редакцией В.В. Воронковой (раздел « Физическое воспитание» стр 27 авторы: В.Н.Белов, В.С.Кувшинов, В.М.Мозговой). Москва «Просвещение»;
2. 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. СПб., 2003.
3. Баряева Л.Б. Программа образования учащихся с умеренной и тяжелой умственной отсталостью. СПб ЦДК. 2011.
4. Обучение детей с выраженным недоразвитием интеллекта: Программно-методические материалы / Под ред. И. М. Бгажноковой. — М.: ВЛАДОС, 2010.

ЛИСТ ДОПОЛНЕНИЙ И ИЗМЕНЕНИЙ

Дата внесения изменений	Содержание	Реквизиты документа	Подпись лица, внёсшего запись