



к Положению об адаптированной  
рабочей программе  
отдельных учебных предметов (курсов)

**Октябрьский район**  
Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение  
**«ОКТЯБРЬСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА  
имени Героя Советского Союза Николая Васильевича Архангельского»**

Принята на заседании  
педагогического совета школы № 1  
от «31» августа 2019 г.

**«Утверждено»:**  
Директор МКОУ «Октябрьская СОШ  
им. Н. В. Архангельского»  
В.В Чичурко  
Приказ № \_\_\_\_\_ от  
«31» августа 2019 года

# **Адаптированная рабочая программа учебного предмета (курса) Физическая культура**

*ФГОС ОВЗ, вариант 1*

*(инклюзивное обучение/индивидуальное обучение)*

Класс: 9  
Учитель: Громов В.В.  
Стаж: 4 года  
Категория:  
Год составления: 2019

**«Согласовано»**  
Руководитель ШМО  
Романович В.А.  
Протокол № \_\_\_\_\_ от  
«31» августа 2019 г.

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа по учебному предмету «Адаптивная физическая культура» составлена на основании ООО для обучающихся с умственной отсталостью 1 вариант (интеллектуальными нарушениями), утвержденного Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации № 1599 от 19 декабря 2014 г., «Методических рекомендаций по обучению и воспитанию детей с интеллектуальными, тяжелыми и множественными нарушениями развития» (авторы-составители: Е.А. Рудакова, О.Ю. Сухарева; научный редактор: к.п.н. А.М. Царев), изучения и анализа научно-методической литературы, современных коррекционных технологий, программно-методических материалов, а также на основе педагогического наблюдения, изучения детей со сложной структурой дефекта и коррекционно-развивающей работы с детьми, имеющими интеллектуальную недостаточность, в условиях школы.

Данная рабочая программа по учебному предмету «Адаптивная физическая культура» образовательной области «Физическая культура» в 9 классе составлена в соответствии с учебным планом среднего общего образования муниципального казенного общеобразовательного учреждения «Октябрьская средняя общеобразовательная школа имени героя Советского Союза Николая Васильевича Архангельского» на 2020-2021 учебный год, рассчитана на 102 часа (исходя из 34 учебных недель в году) для обучающихся, которым характерно интеллектуальное и психофизическое недоразвитие в умеренной, тяжелой или глубокой степени, которое может сочетаться с локальными или системными нарушениями зрения, слуха, опорно-двигательного аппарата, расстройствами аутистического спектра, эмоционально-волевой сферы, выраженными в различной степени тяжести. У некоторых обучающихся могут выявляться текущие психические и соматические заболевания.

**Цель обучения** – максимальное включение учащихся в образовательный процесс по овладению двигательными действиями;

- формирование доступных им двигательных умений ( предметно- практической.);
- развитие двигательных действий и умений в навык; - формирование интереса к уроку.

### **Основные задачи:**

- овладение двигательными действиями, умениями;
- формирование у учащихся устойчивой мотивации на здоровый образ жизни и выздоровление
- подвижность и скоординированность действий;
- ориентироваться в зале по конкретным ориентирам (вход, стены, потолок, пол, углы);
- выполнению простейших заданий по словесной инструкции учителя;
- правильному захвату различных предметов, передаче и переноске их;
- метаниям, броскам и ловле мяча;
- преодоление различных препятствий;
- действия под руководством учителя в подвижных играх.
- эластичность связочного аппарата, подвижность суставов;
- формирование потребности и умения систематически самостоятельно заниматься физической культурой.
- содействие воспитанию нравственных и волевых качеств, развитию психических процессов и свойств личности

**Цель обучения** – максимальное включение учащихся в образовательный процесс по овладению двигательными действиями;

- формирование доступных им двигательных умений ( предметно- практической.);
- развитие двигательных действий и умений в навык; - формирование интереса к уроку.

### **Основные задачи:**

- овладение двигательными действиями, умениями;
- формирование у учащихся устойчивой мотивации на здоровый образ жизни и выздоровление
- подвижность и скоординированность действий;
- ориентироваться в зале по конкретным ориентирам (вход, стены, потолок, пол, углы);
- выполнению простейших заданий по словесной инструкции учителя;
- правильному захвату различных предметов, передаче и переноске их;
- метаниям, броскам и ловле мяча;
- преодоление различных препятствий;
- действия под руководством учителя в подвижных играх.
- эластичность связочного аппарата, подвижность суставов;
- формирование потребности и умения систематически самостоятельно заниматься физической культурой.
- содействие воспитанию нравственных и волевых качеств, развитию психических процессов и свойств личности детей с отклонениями здоровья.

### **Общая характеристика учебного предмета**

Данная программа составлена на основе изучения и анализа научно - методической литературы, современных коррекционных технологий, программно-методических материалов, а также на основе педагогического наблюдения, изучения детей со сложной структурой дефекта и коррекционно- развивающей работы с детьми, имеющими тяжелую умственную отсталость, в условиях школы. Что сказывается на содержании и методике уроков физической культуры. Для того, чтобы обучающиеся усвоили упражнения, инструкции к ним, необходимы многократные повторения, сочетающиеся с правильным показом, подбираются такие упражнения и задания, которые состоят из простых элементарных движений. Одной из характерных особенностей обучающихся является инертность нервных процессов, их стереотипность и обусловленная этим трудность переключения с одного действия на другое. При изменении привычной обстановки, они не могут воспроизвести даже хорошо разученные, знакомые упражнения, поэтому при планировании уроков предусматривается разучивание одних и тех же упражнений в различных условиях.

Обучение носит наглядно-действенный характер. На первом этапе учитель проявляет максимальную активность, демонстрируя ребенку упражнения, предметы, показывая ему способ действия с ними, сопровождая действия речью. Затем действия осуществляются совместно. Один из основных приемов обучения является «раздельное освоение двигательных действий». При этом учитель постоянно комментирует выполняемые действия, используя свою речь в качестве стимулирующего средства для побуждения ученика к действиям. Далее педагог учит выполнять действия по подражанию. Следующим этапом является выполнение действия по образцу. Затем осуществляется выполнение задания по инструкции.

### **Описание места учебного предмета в учебном плане**

Предмет «Адаптивная физическая культура» входит в образовательную область «Физической культуры» учебного плана ГКОУ «Школа №2124 «Центр развития и коррекции», реализующая адаптированные основные общеобразовательные программы (вариант 2).

Содержание обучения направлено на развитие: прикладных умений и навыков, игры и игровых упражнений, координационных способностей, скоростных и силовых способностей, формированию познавательных способностей, социальной адаптации и готовности к обучению. Содержание обучения разнообразно, что определяется многообразием различных дефектов у обучающихся.

В соответствии с учебным планом ГКОУ «Школа №2124 «Центр развития и коррекции» предмет «Адаптивная физическая культура» в 9 классе изучается 3 учебных часа в неделю, всего 68 часов в год.

**Личностные результаты освоения учебного предмета:**

- В результате освоения программы учащийся должен отражать общую характеристику личности ученика как субъекта учебно-познавательной деятельности:
- проявлять познавательный интерес;
- обозначать свое понимание или непонимание действий;
- участвовать в совместной, коллективной деятельности;
- проявлять готовность следовать установленным правилам поведения на уроке;
- проявлять эмоционально-положительное отношение к сверстникам, педагогам, другим взрослым

**Предметные результаты освоения учебного предмета:**

*Минимальный уровень:*

- умение слушать и слышать учителя;
- умение работать по предложенному учителем плану;
- умение использовать средства альтернативной коммуникации (мимика, жесты, слоги);
- умение с помощью учителя найти и исправить свои ошибки;
- умение оценить собственные чувства, поведение, способности;
- умение использовать полученные знания в повседневной жизни;
- умение работать в паре и микрогруппе;
- умение следовать правилам поведения.

*Достаточный уровень:*

- совместные действия с педагогом;
- деятельность по подражанию;
- деятельность по образцу;
- деятельность по последовательной инструкции;
- самостоятельная деятельность воспитанника;
- умение ребенка исправить допущенные ошибки.
- выполнять упражнения самостоятельно
- правильно реагировать на сигналы учителя
- совершать целенаправленные действия под руководством учителя в подвижных играх

*Материально техническое обеспечение:*

- гимнастические палки,
- гимнастические маты,
- гимнастическая скамейка,
- гимнастическая стенка,
- обручи,
- мячи для различных видов спорта
- гантели, эспандеры.
- атрибуты к подвижным играм

**Реализация учебной программы обеспечивается специально подобранными учебно-методическими материалами и пособиями:**

1. АООП для детей с нарушением интеллекта.
2. Программы специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида в 5-9 кл/Под редакцией И.М. Бгажноковой.-М.: Владос, 2011;
3. Обучение детей с выраженным недоразвитием интеллекта.
4. Программно- методические материалы/Под ред. И.М. Бгажноковой – М: ГИЦ ВЛАДОС,2007год;
5. Воспитание и обучение детей и подростков с тяжёлыми и множественными нарушениями развития/Под.ред. И.М. Бгажноковой .- М.: Владос, 2007;
6. Программы специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида 5-9 классы (издательство «Просвещение»,2003г.);
7. Физическая культура в специальном образовании: Учебное пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений. Под ред . Дмитриев А.А – изд. центр «Академия», 2002..
8. Методика обучения основным видам движений на уроках физической культуры в школе под ред. В.С. Кузнецова и Г.А. Колодницкого изд. Владос 2002 г.
9. Теория и методика физической культуры и спорта под ред. Ж.К. Холодова и В.С. Кузнецова изд. Академия 2011 г.
10. Программы специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждений VIII вида 5-9 классы под ред. Воронковой В.В. Петрова М.Н, Павлова Н.П изд. Владос 2000 г.