Ростовская область Тарасовский район х. Верхний Митякин

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
Красновская средняя общеобразовательная школа

РАССМОТРЕНО	СОГЛАСОВАНО	ПРИНЯТО	УТВЕРЖДАЮ
на заседании МО учителей начальных классов Протокол №1от 20.08.2021 г. Руководитель МО (Михеева Л.Н.)	с заместителем директора по УВР Демьяненко И.Н. Подпись 27.08.2021 г.	на заседании Педагогического Совета Протокол № 1от27.08.2021 г. Председатель Воликов Ю.В.	Директор Воликов Ю.В. Приказ от 27.08.2021 г. № 148

Адаптированная рабочая программа для обучающегося с расстройством аутистического спектра

(Вариант 8.3)

по физической культуре

для 2 класса

Количество часов: 3 часа

Учитель: Товпеко В.В.

Квалификационная категория: -

2021-2022 учебный год

Рабочая программа

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

РАЗДЕЛ «ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА».

Рабочая программа по предмету «Физическая культура» во 2 классе составлена в соответствии с нормативными документами:

- Федеральный Закон «Об образовании в Российской Федерации» (от 29.12. 2012 № 273-ФЗ);
- областной закон от 14.11.2013 № 26-ЗС «Об образовании в Ростовской области».
- Примерная адаптированная основная общеобразовательная программа начального общего образования обучающихся с расстройствами аутистического спектра (Протокол от 22 декабря 2015 г. № 4/15)
- СанПиН 2.4.2.2821-10 «Санитарно- эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях»;
- Адаптированная основная образовательная программа начального общего образования обучающихся с расстройством аутистического спектра (Вариант 8.3) МБОУ Красновская СОШ;
- Индивидуальный учебный план начального общего образования обучающихся с расстройством аутистического спектра (Вариант 8.3) МБОУ Красновская СОШ.

Срок реализации рабочей программы

Рабочая программа составляется на 2021-2022 учебный год, на изучение предмета «Физическая культура» во 2 классе отводится по 3 часа в неделю, курс рассчитан на102 часа . В соответствии с годовым календарным учебным графиком школы данная программа рассчитана на 99 часов.

Срок реализации программы-2021-2022 учебный год.

Физическая культура является составной частью образовательного процесса обучающихся с РАС. Она решает образовательные, воспитательные, коррекционно-развивающие и лечебно-оздоровительные задачи. Физическое воспитание рассматривается и реализуется комплексно, и находится в тесной связи с умственным, нравственным, эстетическим, трудовым обучением; занимает одно из важнейших мест в подготовке этой категории обучающихся к самостоятельной жизни, производительному труду, воспитывает положительные качества личности, способствует социальной интеграции школьников в общество.

Физическое воспитание и развитие обучающихся с РАС представляет довольно большую сложность для педагога, т.к.при поступлении в школу у ребенка присутствуют нарушения речи, а как один из возможных вариантов речь может совсем отсутствовать, а также существуют большие сложности с восприятием словесных инструкций и пониманием обращенной речи. Имеют место нарушения коммуникативной функции и нежелание (невозможность в силу диагноза) выстраивать межличностные связи с учителем и сверстниками, необходимые для формирования основ физической культуры и физического развития. Так же у детей встречается своеобразие движений: произвольные движения неловкие, недостаточно координированы, наличие стереотипных повторений одних и тех же движений. Боязнь всего нового, приверженность к сохранению неизменности окружающей обстановки.

Программа направлена на освоение простейших физических упражнений, носит оздоровительную направленность и создаются условия для выработки жизненно необходимых двигательных умений и навыков. В процессе обучения у учащихся формируются знания, навыки правильного поведения (подчиняться правилам игр и соревнований) и гигиенические навыки, иметь опрятный внешний вид и соответствующую спортивную форму, а также умения и навыки необходимые для всестороннего гармонического развития и социализации учащихся. Воспитываются нравственные качества, приучаются к, организованности, дисциплине, ответственности, элементарной самостоятельности.

Цель: формирование новых навыков, совершенствование и закрепление двигательных умений и навыков, которые изучались в подготовительном классе.

Задачи:

- поддержание устойчивой работоспособности на достигнутом уровне;
- укрепление здоровья и закаливание организма, формирование правильной осанки;
- формирование и воспитание гигиенических навыков при выполнении физических упражнений;
- коррекция нарушений физического развития и психомоторики;
- развитие двигательных качеств (силы, гибкости, выносливости)
- воспитание устойчивого интереса к занятиям физическими упражнениями.

- воспитание нравственных качеств, приучение к дисциплинированности, организованности, ответственности и элементарной самостоятельности.

Планируемые результаты освоения учебного предмета

Планируемыми результатами данного учебного предмета является освоение обучающимися с расстройствами аутистического спектра, осложненными легкой умственной отсталостью системы простейших двигательных координаций, физических качеств и умений; формирование положительной мотивации к учению, стимулирование речевой активности детей в условиях совместной спортивной, учебно-игровой деятельности; формирование элементарных представлений о здоровье и здоровом образе жизни, о безопасности движений во время занятий физической культурой и спортом.

Программа обеспечивает достижение учащимися с интеллектуальными нарушениями следующих *личностных, предметных результатов и базовых учебных действий.*

Предметные результаты

Минимальный уровень:

- иметь представления о физической культуре как средстве укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- выполнять комплексы утренней гимнастики под руководством учителя;
- знать основные правила поведения на уроках физической культуры и осознанно их применять;
- выполнять несложные упражнения по словесной инструкции при выполнении строевых команд;
- иметь представления о двигательных действиях; знать основные строевые команды; вести подсчёт при выполнении общеразвивающих упражнений;
- правильную осанку; ходить в различном темпе с различными исходными положениями;
- взаимодействовать со сверстниками в организации и проведении подвижных игр, элементов соревнований; участвовать в подвижных играх и эстафетах под руководством учителя;
- знать правила бережного обращения с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности в процессе участия в физкультурно-спортивных мероприятиях.

Достаточный уровень:

- практически освоить элементы гимнастики, легкой атлетики, лыжной подготовки, спортивных и подвижных игр и др. видов физической культуры;
- самостоятельно выполнение комплексов утренней гимнастики;
- владеть комплексами упражнений для формирования правильной осанки и развития мышц туловища; участие в оздоровительных занятиях в режиме дня (физкультминутки);
- выполнять основные двигательные действия в соответствии с заданием учителя: бег, ходьба, прыжки и др.;
- подавать и выполнять строевые команды, вести подсчёт при выполнении общеразвивающих упражнений.
- овладение навыками совместного участия со сверстниками в подвижных играх и эстафетах;
- оказывать посильную помощь и поддержку сверстникам в процессе участия в подвижных играх и соревнованиях;
- знать спортивные традиции своего народа и других народов;
- знать способы использования различного спортивного инвентаря в основных видах двигательной активности и уметь их применять в практической деятельности;
- знать правила и технику выполнения двигательных действий, уметь применять усвоенные правила при выполнении двигательных действий под руководством учителя;
- знать и применять правила бережного обращения с инвентарём и оборудованием в повседневной жизни;
- соблюдать требования техники безопасности в процессе участия в физкультурно-спортивных мероприятиях.

Содержание курса

№ п/п	Раздел	Кол-во часов	Краткое содержание курса
1.	Теоретические сведения	4	Т.Б. на уроках физ. культуры. Личная гигиена. Спортивная форма. Правила игр. Знакомство с различными упражнениями, видами спорта, спортивным инвентарём. Физическая нагрузка и отдых. Физическое развитие. Осанка. Физические качества.
2.	Лёгкая атлетика	46	Ходьба. Бег. Прыжки. Метание.
3.	Гимнастика	23	*Построения и перестроения*. *Упражнения без предметов* (*корригирующие и обще-развивающие упражнения*): 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; упражнения для укрепления мышц туловища. *Упражнения с предметами*: с гимнастическими палками; с обручами; с гимн. палками; с мячами; с гимн. лентами; с набивными мячами (вес 1 кг);упражнения на равновесие; лазанье и перелезание; упражнения для развития пространственно-временной дифференцировки и точности движений**;** переноска грузов и передача предметов**.**
4.	Подвижные и спортивные игры.	26	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. Футбол, пионербол, бадминтон.

Календарно-тематическое планирование

№п/п	Раздел, тема	Кол-во часов	БУД	Дата
I - четверть -25 часа				
1	Теоретические сведения: Техника безопасности и правила поведения на уроках. Спортивная форма.	1	Понимание личной ответственности за свои поступки на основе представлений о этических нормах и правилах поведения в современном обществе; вступать в контакт и работать в коллективе(учитель - ученик, ученик - ученик, учитель – класс); использовать принятые ритуалы социального взаимодействия с одноклассниками и учителем (в спортзале, школе); слушать и понимать инструкцию к учебному заданию в разных видах деятельности и быту; сотрудничать со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях; доброжелательно относиться, сопереживать, конструктивно взаимодействовать с людьми; договариваться и изменять свое поведение с учетом поведения других участников спорной ситуации; ориентироваться в пространстве спортзала; работать с учебными принадлежностями(инструментами, спортивным инвентарем) и организовывать рабочее место; активно участвовать в деятельности, контролировать и оценивать свои действия и действия одноклассников.	3.09
2-3	Легкая атлетика: ходьба; разновидности ходьбы; в медленном и быстром темпе, в заданном направлении.	2		6,8.09
4	Коррекционные игры: игра «Говорящий мяч»	1		10.09
5-6	Легкая атлетика: бег в медленном и быстром темпе. Бег в заданном направлении.	2		13,15.09
7-8	Легкая атлетика: прыжки на месте на двух ногах, на одной; с продвижением вперед	2		17,20.09
9-10	Легкая атлетика: Прыжки в длину с места	2		22,24.09
11-12	Легкая атлетика: Прыжки через препятствия	2		27,29.09
13-15	Легкая атлетика: Метание малого мяча в цель	3		1,4,6.10
16-18	Легкая атлетика: Метание малого мяча на дальность.	3		8,11,13.10
19-21	Легкая атлетика: Прыжки с продвижением вперед	3		15,18,20.10
22-25	Игры-эстафеты с элементами л/а	4		22,25,27, 29.10
II - четверть -22 часа				
26	Теоретические сведения: Техника безопасности и правила поведения на уроках гимнастики	1	Понимание личной ответственности за свои поступки на основе представлений о этических нормах и правилах поведения в современном обществе; вступать в контакт и работать в коллективе (учитель - ученик, ученик - ученик, ученик –ученик, учитель – класс); использовать принятые ритуалы	8.11
27	Гимнастика: строевые упражнения на месте и	1		10.11

	в передвижении.		социального взаимодействия с одноклассниками и учителем (в спортзале, школе); слушать и понимать инструкцию к учебному заданию в разных видах деятельности и быту; сотрудничать со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях; доброжелательно относиться, сопереживать, конструктивно взаимодействовать с людьми; договариваться и изменять свое поведение с учетом поведения других участников спорной ситуации; ориентироваться в пространстве спортзала; работать с учебными принадлежностями (инструментами, спортивным инвентарем) и организовывать рабочее место; активно участвовать в деятельности, контролировать и оценивать свои действия и действия одноклассников.	
28-29	Гимнастика: строевые упражнения - построение в шеренгу, колонну.	2		12,15.11
30-32	Гимнастика: комплекс ОРУ без предметов.	3		17,19,22.11
33-34	Гимнастика: комплекс ОРУ с предметами (гимн. палка, набивной мяч 1кг)	2		24,26.11
35-36	Гимнастика: упоры, элементы полуакробатики	2		29.11,1.12
37-38	Гимнастика: ползание, перелезание через препятствия	2		3,6.12
39-40	Гимнастика: висы, лазание по гимн. скамейке, гимн. стенке	2		8,10.12
41-42	Гимнастика: упражнения в равновесии	2		13,15.12
43-44	Гимнастика: упражнения с фитболами	2		17,20.12
45-46	Гимнастика: упражнения с гантелями (0,5кг)	2		22,24.12
47	Гимнастика: упражнения с гимн. лентами	1		27.12
III - четверть -28 часов				
48	Теоретические сведения: Техника безопасности и правила поведения на уроках физической культуры. Виды спортивных игр	1	Понимание личной ответственности за свои поступки на основе представлений о этических нормах и правилах поведения в современном обществе; вступать в контакт и работать в коллективе (учитель - ученик, ученик - ученик, ученик –ученик, учитель – класс); использовать принятые ритуалы социального взаимодействия с одноклассниками и учителем (в спортзале, школе); слушать и понимать инструкцию к учебному заданию в разных видах деятельности и быту; сотрудничать со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях; доброжелательно относиться, сопереживать, конструктивно взаимодействовать с людьми; договариваться и изменять свое поведение с учетом поведения других участников	10.01
49	Коррекционные игры: игра «Кто внимательней»	1		12.01
50	Подвижные игры: Игры с элементами обще-развивающих упражнений «Мы — солдаты»	1		14.01
51	Подвижные игры: игры с элементами ходьбы «Тише едешь-дальше будешь»	1		17.01
52	Подвижные игры: игры с элементами бега «Хвостики»	1		19.01

53	Подвижные игры на броски и ловлю мяча «Кого назвали -тот и ловит»	1	спорной ситуации; ориентироваться в пространстве спортзала; работать с учебными принадлежностями (инструментами, спортивным инвентарем) и организовывать рабочее место; активно участвовать в деятельности, контролировать и оценивать свои действия и действия одноклассников.	21.01
54	Коррекционные игры: с метанием «Метко в цель»	1		24.01
55-57	Правила игры в Футбол. Передачи мяча друг другу на месте и с продвижением	3		26,28,31.01
58-59	Футбол. Удары мяча по воротам. Упрощенная игра	2		2,4.02
60-62	Пионербол. Правила игры. Передачи мяча через сетку друг другу	3		7,9,11.02
63-64	Пионербол. Правила игры. Упрощенная игра	2		14,16.02
65	Бадминтон. Правила игры. Захват ракетки. Имитация ударов	1		18.02
66-67	Бадминтон. Правила игры. Удары по волану различными способами	2		21,25.02
68-69	Бадминтон. Передачи друг другу, работа в парах	2		28.02,2.03
70-71	Бадминтон. Упрощенная игра	2		4,9.03
72-75	Подвижные игры с элементами спортивных игр.	4		11,14,16,18.03
IV - четверть -26 часа				
76	Теоретические сведения: Техника безопасности и правила поведения на уроках легкой атлетики. Виды соревнований по л/а.	1	Понимание личной ответственности за свои поступки на основе представлений о этических нормах и правилах поведения в современном обществе; вступать в контакт и работать в коллективе (учитель - ученик, ученик - ученик, ученик –ученик, учитель – класс); использовать принятые ритуалы социального взаимодействия с одноклассниками и учителем (в спортзале, школе); слушать и понимать инструкцию к учебному заданию в разных видах деятельности и быту; сотрудничать со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях; доброжелательно относиться, сопереживать, конструктивно взаимодействовать с людьми;	28.03
77	Строевые упражнения. Построение в шеренгу, колонну, парами	1		30.03
78	Строевые упражнения. Размыкание, смыкание	1		1.04
79	Легкая атлетика: ходьба, разновидности ходьбы	1		4.04
80-81	Легкая атлетика: ходьба с изменением скорости и направления	2		6,8.04
82-83	Легкая атлетика: бег в медленном и быстром	2		11, 13.04

	темпе. Бег в заданном направлении		договариваться и изменять свое поведение с учетом поведения других участников спорной ситуации; ориентироваться в пространстве спортзала; работать с учебными принадлежностями (инструментами, спортивным инвентарем) и организовывать рабочее место; активно участвовать в деятельности, контролировать и оценивать свои действия и действия одноклассников.	
84-85	Легкая атлетика: высокий старт, бег по сигналу на скорость.	2		15, 18.04
86-87	Легкая атлетика: прыжки в длину с места	2		20, 22.04
88-89	Легкая атлетика: прыжки через препятствия	2		25, 27.04
90-91	Легкая атлетика: метание малого мяча в цель	2		29.04, 4.05
92-93	Легкая атлетика: метание малого мяча на дальность отскока от стены	2		6,11.05
94-95	Легкая атлетика: метание малого мяча на дальность	2		13, 16.05
96-99	Легкая атлетика: броски набивного мяча (1кг) двумя руками махом сверху, снизу	4		18,20, 23,25.05
	Итого 99			

-