


Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Ново-Идинская средняя общеобразовательная школа»

Согласовано 

Заместитель директора по УВР
Б.Р. Иванов
« 26 » августа 2020 г

Утверждено 

Директор школы
С.Е. Урбанова
« 26 » августа 2020 г

Рассмотрено на заседании ШМО «Гармония»
Протокол № 1 от 20.08 2020 г
Руководитель ШМО  (П.Е.Егоров)

Рабочая программа
учебного курса по адаптивной физической культуре
2 класса
на 2020 – 2021 учебный год
Егорова Петра Ефимовича

Новая Ида
2020 год

Основные педагогические требования, соответствующие формированию личности учащегося с выраженным недоразвитием интеллекта на уроке адаптивной физической культуры:

- учет индивидуальных особенностей ученика (морфофункциональное развитие, состояние сохранных функций, медицинские противопоказания, состояние двигательных функций и координационных способностей, уровень физической подготовленности, способность к обучению движениям, отношение к занятиям физическими упражнениями: интересы, мотивы);
- адекватность средств, методов и методических приемов обучения двигательным действиям, развитие физических качеств, коррекция психомоторных нарушений и физической подготовки, оптимизация нагрузки, сообщение новых знаний;
- эмоциональность занятий (музыка, игровые методы, нетрадиционное оборудование и пр.);
- создание условий для реального выполнения заданий, оказание помощи, обеспечение безопасности;
- поощрение, одобрение, похвала за малейшие успехи;
- контроль за динамикой результатов учебно-познавательного процесса и функциональным состоянием занимающихся.

К психологическим требованиям относятся:

- создание комфортного психологического климата на уроках по предмету «Адаптивная физическая культура» (позитивный настрой, положительная мотивация, поддержание эмоций и ощущений радости, бодрости, оптимизма, комфорта), влияющего на проявление и развитие своего «Я»;
- стиль общения (равный статус, доброжелательность, доверие, авторитет и личный пример учителя, его открытость, выраженное внимание к ученику);
- примирительные акты в случае конфликтов (исключение ощущений дискомфорта, неуверенности, агрессии, враждебности, гнева, которые могут наступить вследствие неустойчивого психического самочувствия, перенапряжения, боли, неудачи, вербальных или невербальных разногласий, эмоционального неудовлетворения, отсутствия внимания и др.), концентрация внимания учащихся на положительном, позитивном, переориентировка внимания на саморегуляцию, самоконтроль, установление равновесия между внешними влияниями, внутренним состоянием и формами поведения.

На уроках по предмету «Адаптивная физическая культура» детей учат:

- в разнообразной двигательной деятельности осознанно относиться к выполнению движений;

- согласовывать двигательные, интеллектуальные, волевые и эмоциональные усилия для закрепления формируемых навыков;

- дисциплинированности, организованности, ответственности, максимальной самостоятельности во время занятий физическими упражнениями и элементарными видами спорта.

В процессе обучения адаптивной физической культуре учащихся:

- знакомят, а затем уточняют и закрепляют с ними понятийный аппарат (название движений, действий);

- учат последовательности движений без предметов, с предметами (мячами, гимнастическими палками и т. п.), а также правилам безопасности при этом;

- учат адекватно вести себя во время занятий физическими упражнениями;

- учат осваивать модели невербального и вербального общения, необходимые в подвижных и спортивных играх и других ситуациях, возникающих во время уроков.

ПРЕДПОЛАГАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ УРОВНЯ ПОДГОТОВКИ УЧАЩИХСЯ ПО ДАННОМУ ПРЕДМЕТУ

Предполагается то, что учащиеся будут знать:

1. Правила безопасного поведения на спортивных занятиях;
2. Правила спортивных подвижных игр;
3. Правила поведения во время подвижных игр;
4. Правила поведения во время занятий на улице;
5. Форму одежды для занятия физической культурой;
6. Гигиенические основы режима труда и отдыха.

Предполагается то, что учащиеся будут уметь:

1. Называть или показывать спортивный инвентарь (мяч, обруч);
2. Выполнять упражнения по показу, подражанию, речевой инструкции взрослого;
3. Ловить, бросать и катать мяч среднего размера;
4. Передавать и ловить мяч;
5. Ползать по мягким модулям, скамейке;
6. Соотносить название спортивного инвентаря и предмет;
7. Воспринимать слова «слева», «справа», «вверху», «внизу»;
8. Выполнять упражнения на формирования правильной осанки;

Целенаправленно действовать в подвижных играх под руководством учителя

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

| № | Тема | Кол-во часов |
|----|---|-----------------|
| | 1 ЧЕТВЕРТЬ. | |
| 1. | Травматизм и его предупреждение в процессе занятий физкультурой | 2 ч. |
| 2. | Построение и перестроение | 3 ч. |
| 3. | Упражнения на развитие координации движений | 1 ч. |
| 4. | Тренировка вестибулярного аппарата | 1 ч. |
| 5. | Основы дыхания при выполнении физических упражнений | 1 ч. |
| 6. | Упражнения на развитие навыков двигательной активности | 4 ч. |
| 7. | Упражнения с мячом | 3 ч. |
| 8. | Упражнения для развития силы | 1 ч. |
| 9. | Игровые упражнения | 1 ч. |
| 10 | Коррекционные игры | 1 ч. |
| | ИТОГО | 18 часов |
| | 2 ЧЕТВЕРТЬ. | |
| 1. | Упражнения на развитие координации движений | 1 ч. |
| 2. | Тренировка вестибулярного аппарата | 1 ч. |
| 3. | Основы дыхания при выполнении физических упражнений | 1 ч. |
| 4. | Упражнения на развитие навыков двигательной активности | 4 ч. |
| 5. | Упражнения с мячом | 3 ч. |
| 6. | Упражнения для развития силы | 1 ч. |
| 7. | Игровые упражнения | 1 ч. |
| 8. | Упражнения с обручем | 1 ч. |
| 9. | Коррекционные игры | 1 ч. |
| | ИТОГО | 14 час |
| | 3 ЧЕТВЕРТЬ. | |
| 1. | Построение и перестроение | 2 ч. |
| 2. | Упражнения на развитие координации движений | 2 ч. |
| 3. | Ходьба и упражнения в равновесии | 2 ч. |
| 4. | Основы дыхания при выполнении физических упражнений | 1 ч. |
| 5. | Упражнения на развитие навыков двигательной активности | 4 ч. |
| 6. | Упражнения с мячом | 2 ч. |
| 7. | Упражнения для развития силы | 1 ч. |
| 8. | Игровые упражнения | 1 ч. |
| 9. | Упражнения с обручем | 1 ч. |
| 10 | Коррекционные игры | 1 ч. |
| 11 | Игры на улице | 3 ч. |
| | ИТОГО | 20 часов |
| | 4 ЧЕТВЕРТЬ. | |
| 1. | Упражнения на развитие координации движений | 1 ч. |
| 2. | Тренировка вестибулярного аппарата | 2 ч. |
| 3. | Упражнения на развитие навыков двигательной активности | 5 ч. |
| 4. | Упражнения с мячом | 2 ч. |
| 5. | Упражнения для развития силы | 3 ч. |

| | | |
|----|----------------------|-----------------|
| 6. | Игровые упражнения | 1 ч. |
| 7. | Упражнения с обручем | 1 ч. |
| 8. | Коррекционные игры | 1 ч. |
| | <i>ИТОГО</i> | <i>16 часов</i> |
| | <i>ИТОГО ЗА ГОД</i> | <i>68 часов</i> |

