

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Червоновская средняя общеобразовательная школа – детский сад»
Нижнегорского района Республики Крым

РАССМОТРЕНО

на заседании психолого-педагогического
консилиума

Протокол от « 31 » августа 2023 г. № 1

Председатель _____ Н.В. Нечитайло

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по учебно -
воспитательной работе

_____ Н.В.Нечитайло

«31» августа 2023г.

УТВЕРЖДЕНО

Приказом директора МБОУ

«Червоновская СОШДС»

№ 264 от « 31» августа 2023г.

**Адаптированная рабочая программа
по лечебной физкультуре
для обучающегося 9 класса
Никитина Алексея**

(индивидуальное обучение по адаптированной образовательной программе для
обучающихся с умственной отсталостью с учетом психофизических особенностей)

Уровень образования: основное общее образование

Срок реализации программы: 1 год (2023/2024 учебный год)

Программа составлена на основе: Адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), Программы специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида 5-9 классы под редакцией В.В.Воронковой

Составитель программы:

учитель

Халилова Нефизе Назимовна

МБОУ «Червоновская СОШДС»

с. Червоное, 2023 г

Рабочая программа по предмету «Физическая культура» составлена в соответствии с Адаптированной основной общеобразовательной программой образования обучающихся с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) и на основании следующих нормативно-правовых документов:

1. Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. N 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации".
2. Учебный план АООП (вариант 1) на 2023-2024 учебный год.
3. СанПиН 2.4.2.3286-15 "Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения и воспитания в организациях, осуществляющих образовательную деятельность по адаптированным основным общеобразовательным программам для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья".

«Программы для 5-9 классов специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждений VIII вида»: Сборник 1, Москва, Гуманитарный издательский центр «Владос», 2013г. и допущена Министерством образования РФ

В качестве основы для настоящей рабочей программы использована программа под редакцией В.В. Воронковой «Физическая культура» из сборника программ специальной (коррекционной) образовательной школы VIII вида для 5-9 классов, М., «Владос», 2013г.

I. Планируемые результаты освоения учебного предмета

Личностные результаты

Личностными результатами освоения учащимися коррекционной школы содержания программы по физической культуре являются следующие умения:

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

Предметные результаты.

Минимальный уровень:

представления о физической культуре как средстве укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека; выполнение комплексов утренней гимнастики под руководством учителя; знание основных правил поведения на уроках физической культуры и осознанное их применение; выполнение несложных упражнений по словесной инструкции при выполнении строевых команд; представления о двигательных действиях; знание основных строевых команд; подсчёт при выполнении общеразвивающих упражнений; ходьба в различном темпе с различными исходными положениями; взаимодействие со сверстниками в организации и проведении подвижных игр, элементов соревнований; участие в подвижных играх и эстафетах под руководством учителя; знание правил бережного обращения с инвентарём и оборудованием, соблюдение требований техники безопасности в процессе участия в физкультурно-спортивных мероприятиях.

Достаточный уровень:

практическое освоение элементов гимнастики, легкой атлетики, лыжной подготовки, спортивных и подвижных игр и других видов физической культуры; самостоятельное выполнение комплексов утренней гимнастики; владение комплексами упражнений для формирования правильной осанки и развития мышц туловища; участие в оздоровительных занятиях в режиме дня (физкультминутки); выполнение основных двигательных действий в соответствии с заданием учителя: бег, ходьба, прыжки и др.; подача и выполнение строевых команд, ведение подсчёта при выполнении общеразвивающих упражнений. совместное участие со сверстниками в подвижных играх и эстафетах; оказание посильной помощи и поддержки сверстникам в процессе участия в подвижных играх и соревнованиях; знание спортивных традиций своего народа и других народов; знание способов использования различного спортивного инвентаря в основных видах двигательной активности и их применение в практической деятельности; знание правил и техники выполнения двигательных действий, применение усвоенных правил при выполнении двигательных действий под руководством учителя; знание и применение правил бережного обращения с инвентарём и оборудованием в повседневной жизни; соблюдение требований техники безопасности в процессе участия в физкультурно спортивных мероприятиях.

- комплексность обучения на основе прогрессивных психолого-педагогических и психолого-физиологических теорий.

В результате освоения обязательного минимума содержания учебного предмета «Физическая культура» учащиеся должны:

Знать:

- о разновидностях физических упражнений: общеразвивающих, подводящих и соревновательных;
- об особенностях игры в футбол, баскетбол, волейбол;

Уметь:

- составлять и выполнять комплексы ОРУ на развитие силы, быстроты, гибкости, координации;
- проводить закаливающие процедуры;
- знать элементарные правила соревнований;
- вести наблюдения за ЧСС во время выполнения физических упражнений.

II.Содержание учебного предмета

Легкая атлетика 9 час.

Гимнастика 7 час.

Подвижные игры 10 час.

Дыхательная гимнастика 4 час.

Кроссовая подготовка 4 час.

III.Тематический план

№ п/п	Тема программы	Количество часов
1	Легкая атлетика	9

2	Гимнастика	7
3	Подвижные игры	10
4	Дыхательная гимнастика	4
5	Кроссовая подготовка	4
	Итого	34