

Муниципальное общеобразовательное бюджетное учреждение
«Гимназия № 3» г. Кудымкара

Рассмотрена на заседании ШМО

протокол № 1

от «26 августа 2020 г.

Руководитель ШМО *Галиф*

Дата: 31.08.2020 г.

Введена в действие приказом

МОБУ «Гимназия №3» № 285

от «31 августа 2020 г.

Соответствует требованиям

Государственного образовательного

стандарта

Заместитель директора по УВР *Л*

Дата:

Адаптированная учебная программа по предмету

Физическая культура

для учащихся ОВЗ 2 класса

на 2020 -2021 учебный год

Составитель:

Халимбаева Елена Анатольевна

учитель начальных классов

2020г.

Пояснительная записка

Программа разработана в соответствии с ФГОС для обучающихся с ОВЗ, (вариант 7.1), с адаптированной основной образовательной программой МОБУ «Гимназия №3» и примерной программой по физической культуре «Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов» В. И.Ляха, А. А. Зданевича (М.: Просвещение, 2011).

Физическая культура в коррекционном образовательном учреждении VII вида является составной частью всей системы работы с детьми имеющими ограниченные возможности здоровья.

Общая характеристика учебного предмета

Физическое воспитание рассматривается и реализуется комплексно и находится в тесной связи с умственным, нравственным, эстетическим, трудовым обучением.

Разнородность состава учащихся начального звена по психическим, двигательным и физическим данным выдвигает ряд конкретных задач физического воспитания:

коррекция и компенсация нарушений физического развития;

развитие двигательных возможностей в процессе обучения;

формирование, развитие и совершенствование двигательных умений и навыков;

развитие у учащихся основных физических качеств, привитие устойчивого отношения к занятиям по физкультуре;

укрепление здоровья, содействие нормальному физическому развитию.

Система физического воспитания, объединяющая все формы занятий физическими упражнениями, должна способствовать социализации ученика в обществе, формированию духовных способностей ребенка. В связи с этим в основе обучения физическим упражнениям должны просматриваться следующие принципы:

индивидуализация и дифференциация процесса обучения;

коррекционная направленность обучения;

оптимистическая перспектива;

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

Физическая культура в специальном (коррекционном) образовательном учреждении VII вида является составной частью всей системы работы с умственно отсталыми учащимися.

Цели и задачи.

Физическое воспитание рассматривается и реализуется комплексно и находится в тесной связи с умственным, нравственным, эстетическим, трудовым обучением.

Целью программы является формирование у учащихся начальной школы основ здорового образа жизни, развитие творческой самостоятельности посредством освоения двигательной деятельности.

Разнородность состава учащихся начального звена по психическим, двигательным и физическим данным выдвигает ряд конкретных **задач физического воспитания:**

коррекция и воспитание нарушений физического развития;

развитие двигательных возможностей в процессе обучения;

формирование, развитие и совершенствование двигательных умений и навыков;

развитие у учащихся основных физических качеств, привитие устойчивого отношения к занятиям по физической культуре;

укрепление здоровья, содействие нормальному физическому развитию.

Система физического воспитания, объединяющая все формы занятий физическими упражнениями, должна способствовать социализации ученика в обществе, формированию духовных способностей ребенка. В связи с этим в основе обучения физическим упражнениям должны просматриваться следующие принципы:

индивидуализация и дифференциация процесса обучения;

коррекционная направленность обучения;

оптимистическая перспектива;

Результаты освоения учебного предмета.

Программа обеспечивает достижение выпускниками следующих **личностных, метапредметных и предметных результатов.**

Личностные результаты:

Ответственное отношение к учению, готовность и способность обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию;

Развитие двигательной активности;

Формирование способности к эмоциональному восприятию учебного материала.

Критерии оценки по предмету физической культуры:

Оценка «5» ставится, если учебный материал урока обучающийся усваивает и выполняет физические упражнения с незначительной организующей помощью учителя; темп деятельности сохраняется до конца урока на среднем уровне;

Оценка «4» ставится, если учебный материал урока обучающийся усваивает частично, с помощью учителя, выполняет физические упражнения с незначительными ошибками и искажениями, но при этом наблюдается стремление к самостоятельности; темп деятельности средний, но к концу урока снижается;

Оценка «3» ставится, если учебный материал урока обучающийся усваивает избирательно и частично, выполняет физические упражнения механически и только с помощью учителя, темп деятельности на низком уровне.

Оценка «2» может выставляться в устной форме, как метод воспитательного воздействия на ребёнка.

Планируемый уровень подготовки учащихся на конец учебного года

В результате изучения курса физической культуры ученик должен:

- знать о влиянии оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья, увеличение продолжительности жизни, о профилактике профессиональных заболеваний;
- знать роль физической культуры и спорта в формировании здорового образа жизни;
- знать основы формирования двигательных действий и развития физических качеств;
- знать способы закаливания организма и основные приемы самомассажа;
- знать способы контроля и оценки физического развития и физической подготовленности;
- знать правила и способы планирования системы индивидуальных занятий физическими упражнениями различной целевой направленности;
- уметь определять и выполнять индивидуально подобранные комплексы упражнений из современных оздоровительных систем физического воспитания;
- уметь выполнять простейшие приемы самомассажа;
- уметь составлять комплексы упражнений утренней и корригирующей направленности и выполнять их;
- уметь выполнять гимнастические, акробатические, легкоатлетические упражнения (комбинации), технические действия в спортивных играх;
- уметь преодолевать искусственные и естественные препятствия с использованием разнообразных способов передвижения;
- уметь выполнять приемы защиты и самообороны, страховки и самостраховки;
- уметь осуществлять творческое сотрудничество в коллективных формах занятий физической культурой;

- демонстрировать свои физические качества при выполнении физических упражнений на быстроту, силу, выносливость, координацию движений;
- использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни;
- соблюдать безопасность при выполнении физических упражнений и проведении туристических походов.

Календарно-тематическое планирование совпадает по учебному предмету (См. Приложение 1)