

Муниципальное общеобразовательное учреждение  
«Бобриковская средняя общеобразовательная школа»  
Белевского района Тульской области

Принято  
на заседании педагогического совета  
от 31 августа 2020 г., протокол №1

Утверждено  
приказом от 31 августа 2020 г., №36/4

Директор МОУ «Бобриковская СОШ»  
А.М. Полетайкин



**Рабочая программа по предмету**

**«Адаптивная физкультура»**

начальное общее образование (1- 4 класс)

**Курс рассчитан на 33 часа в 1 дополнительном классе**  
**Уровень - базовый**

**Программа разработана на основе** Приказа Министерства образования и науки Российской Федерации от 19 декабря 2014 г. № 1598 "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья"; Комплекта примерных рабочих программ по отдельным учебным предметам и коррекционным курсам для 1 дополнительного класса и 1 класса, адресованный обучающимся с расстройствами аутистического спектра.

### **Пояснительная записка**

Рабочая программа по адаптивной физкультуре ориентирована на учащихся 1 дополнительного класса и разработана на основе следующих документов:

1. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 19 декабря 2014 г. № 1598 "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья";
2. Примерная адаптированная основная общеобразовательная программа начального общего образования обучающихся с расстройствами аутистического спектра (вариант 8.4) от 22.12.2015 г. №4/15;
3. Комплект примерных рабочих программ по отдельным учебным предметам и коррекционным курсам для 1 дополнительного класса и 1 класса, адресованный обучающимся с расстройствами аутистического спектра.

Программой отводится на изучение изобразительной деятельности в 1 дополнительном классе 33 часа - 1 час в неделю.

### **Личностные и предметные результаты освоения учебного предмета**

#### **Личностные планируемые результаты:**

Физические характеристики персональной идентификации:

- определяет свои внешние данные (цвет глаз, волос, рост и т.д.);
- определяет состояние своего здоровья;

Гендерная идентичность

- определяет свою половую принадлежность (без обоснования);

Возрастная идентификация

- определяет свою возрастную группу (ребенок, подросток, юноша), с помощью определяет принадлежность к определенной возрастной группе близких родственников и знакомых.

«Чувства, желания, взгляды»

- различает эмоции людей на картинках;
- показывает эмоции людей по инструкции с опорой на картинки.

«Социальные навыки»

- учится устанавливать и поддерживать контакты;
- пользуется речевыми и жестовыми формами взаимодействия для установления контактов, разрешения конфликтов;
- использует элементарные формы речевого этикета;
- охотно участвует в совместной деятельности (сюжетно-ролевых играх, инсценировках, хоровом пении, танцах и др., в создании совместных

панно, рисунков, аппликаций, конструкций и поделок и т. п.);

Мотивационно – личностный блок

- принимает новые знания (на начальном уровне);
- отзывается на просьбы о помощи.

Биологический уровень

- формирование социально-приемлемого поведения по информированию окружающих о дискомфорте, вызванном внешними факторами (температурный режим, освещение и т.д.)
- формирование социально-приемлемого поведения по информированию окружающих об изменениях в организме (заболевание, ограниченность некоторых функций и т.д.)

Осознает себя в следующих социальных ролях:

- формирует представление о себе, как об участнике семейно – бытовых отношений;

Развитие мотивов учебной деятельности:

- проявляет мотивацию благополучия (желает заслужить одобрение, получить хорошие отметки);
- стремление к формированию мотивации к обучению через социальную похвалу.

Ответственность за собственное здоровье, безопасность и жизнь

- формирование причинно-следственных связей в отношении собственного поведения;

Ответственность за собственные вещи

- осознает ответственность, связанную с сохранностью его вещей: одежды, игрушек, мебели в собственной комнате;

Экологическая ответственность

- не мусорит на улице;
- не ломает деревья;

Формирование эстетических потребностей, ценностей, чувств:

- воспринимает и наблюдает за окружающими предметами и явлениями, рассматривает или прослушивает произведений искусства;

Развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками:

- принимает участие в коллективных делах и играх;
- принимать и оказывать помощь.

**Предметные результаты**

- готовятся к уроку физкультуры;
- правильно перестраиваются и знают свое место в строю;
- правильно передвигаются из класса на урок физкультуры;
- ориентируются в зале по конкретным ориентирам (вход, выход, стены, потолок, пол, углы);
- знают простейшие исходные положения при выполнении общеукрепляющих упражнений и движений в различных пространственных

- направлениях (вперед, назад, в сторону, вверх, вниз);
- знают приемы правильного дыхания (по показу учителя);
  - выполняют простейшие задания по словесной инструкции учителя;
  - выполняют ходьбу и бег в строю, в колонне по одному;
  - умеют прыгать (толчок одной ногой и приземление на две ноги);
  - правильно захватывают различных предметов, передача и переноски их;
  - метают, бросают и ловят мяч;
  - ходят в заданном ритме под хлопки, счет, музыку;
  - преодолевают различные препятствия;
  - выполняют целенаправленные действия под руководством учителя в подвижных играх;
  - формируется восприятие собственного тела;
  - освоение двигательных навыков, последовательности движений, развитие координационных способностей;
  - совершенствование физических качеств: ловкости, силы, быстроты, выносливости;
  - формирование умения радоваться успехам: выше прыгнул, быстрее пробежал...;
  - освоение доступных видов физкультурно-спортивной деятельности: подвижные игры, плавание и др.;
  - формирование интереса к определенным видам физкультурно-спортивной деятельности.

**Базовые учебные действия:**

Подготовка ребенка к нахождению и обучению в среде сверстников, к эмоциональному, коммуникативному взаимодействию с группой обучающихся:

- входить и выходить из учебного помещения со звонком;
- ориентироваться в пространстве класса (зала, учебного помещения), пользоваться учебной мебелью;
- принимать цели деятельности;
- следовать предложенному плану и работать в общем темпе;
- передвигаться по школе, находить свой класс, другие необходимые помещения.

**Содержание курса**

№	Название тем и содержание	Кол-во часов по данной теме	Формы и методы работы	Требования к уровню подготовки за 1 год обучения		
				Предметные планируемые результаты	БУД	Личностные

1	Знакомство с физкультурным залом Знакомство с оборудованием и материалами для уроков физкультуры	1	Очная, групповая спорт зал, словесная Очная, групповая спорт зал, словесная	Ориентировка в зале по конкретным ориентирам Что можно делать с физкультурными снарядами	Вести себя во время занятий физическими упражнениями Различать оборудование для уроков физкультуры	интерес к предмету
2	Ходьба за учителем в заданном направлении (к игрушке)	1	Очная, групповая спорт зал, словесная практическая	Правильное построение и знание своего места в строю	Выполнять простейшие упражнения в определённом ритме	интерес к предмету, дисциплинированности
3	Ходьба стайкой за учителем держась за руки: между предметами	1	Очная, групповая спорт зал, словесная практическая	Правильное построение и знание своего места в строю	Выполнять простейшие упражнения в определённом ритме	интерес к предмету, дисциплинированности
4	Ходьба за учителем по дорожке (ширина 20 см, длина 2-3 метра)	1	Очная, групповая спорт зал, словесная практическая	Правильное построение и знание своего места в строю	Выполнять простейшие упражнения в определённом ритме	интерес к предмету, дисциплинированности
5	Поскоки на месте на двух ногах (держа за руки или одну руку)	1	Очная, индивидуальная, спорт зал, словесная практическая	Координация толчка двумя ногами	Мягко приземляться в прыжках	интерес к предмету, самостоятельность
6	Бег вслед за учителем	1	Очная, групповая спорт зал, словесная практическая	Правильное построение и знание своего места в строю	Выполнять простейшие упражнения в определённом ритме	интерес к предмету, дисциплинированности
7	Прокатывание мяча двумя руками друг другу	1	Очная, групповая спорт зал, словесная практическая	Координация движений двумя руками	Прокатывать мяч двумя руками и ловить его	интерес к предмету

8	Ползание на четвереньках по прямой линии	1	Очная, групповая спорт зал, словесная практическая	Знать движения в различных пространственных направлениях	Ориентироваться в пространстве	интерес к предмету
9	Упражнения в ходьбе в заданном направлении	1	Очная, групповая спорт зал, словесная практическая	Правильное построение и знание своего места в строю	Выполнять простейшие упражнения в определённом ритме	интерес к предмету, дисциплинированности
10	Упражнения в ходьбе по кругу	1	Очная, групповая спорт зал, словесная практическая	Правильное построение и знание своего места в строю	Выполнять простейшие упражнения в определённом ритме	интерес к предмету, дисциплинированности
11	Бег в различных направлениях	1	Очная, групповая спорт зал, словесная практическая	Движения в различных пространственных направлениях	Ориентироваться в пространстве	интерес к предмету, дисциплинированности
12	Ловля мяча, брошенного учителем (бросание мяча учителю)	1	Очная, групповая спорт зал, словесная практическая	Правильный захват мяча	Ловить мяч	интерес к предмету, самостоятельность
13	Упражнения в проползании на четвереньках под дугой	1	Очная, групповая спорт зал, словесная практическая	Знать движения в различных пространственных направлениях	Ориентироваться в пространстве	интерес к предмету, самостоятельность
14	Совместные с игры с мячом	1	Очная, групповая спорт зал, словесная практическая	Правильный захват мяча	Ловить мяч	интерес к предмету, дисциплинированности
15	Упражнения в перешагивании через незначительные препятствия (веревку, невысокие предметы) с помощью учителя	1	Очная, групповая спорт зал, словесная практическая	Последовательность движений	Преодолевать различные препятствия	интерес к предмету, самостоятельность
16	Упражнения в прокатывании мяча двумя руками под дуги	1	Очная, групповая спорт зал, словесная	Координация движений двумя руками	Прокатывать мяч двумя руками и ловить его	интерес к предмету, самостоятельность

			практическая			
17	Упражнения в прокатывании мяча двумя руками между предметами	1	Очная, групповая спорт зал, словесная практическая	Координация движений двумя руками	Прокатывать мяч двумя руками и ловить его	интерес к предмету, самостоятельность
18	Ползание на четвереньках по прямой линии по жесту учителя	1	Очная, групповая спорт зал, словесная практическая	Знать движения в различных пространственных направлениях, невербальное общение	Ориентироваться в пространстве	интерес к предмету, самостоятельность
19	Упражнения в перешагивании из круга в круг	1	Очная, групповая спорт зал, словесная практическая	Последовательность движений	Преодолевать различные препятствия	интерес к предмету, самостоятельность
20	Бег между объемными модулями	1	Очная, групповая спорт зал, словесная практическая	Целенаправленные действия	Преодолевать препятствия	интерес к предмету, самостоятельность
21	Прыжки на месте на двух ногах	1	Очная, групповая спорт зал, словесная практическая	Координацию толчка двумя ногами	Мягко приземляться в прыжках	интерес к предмету, самостоятельность
22	Упражнения в прокатывании мяча двумя руками друг другу	1	Очная, групповая спорт зал, словесная практическая	Координация движений двумя руками	Прокатывать мяч двумя руками и ловить его	интерес к предмету, самостоятельность
23	Ползание на четвереньках по прямым линиям по словесной инструкции учителя	1	Очная, групповая спорт зал, словесная практическая	Знать движения в различных пространственных направлениях, невербальное общение	Ориентироваться в пространстве	интерес к предмету, самостоятельность
24	Упражнения в переходе от ходьбы к бегу по команде	1	Очная, групповая спорт зал, словесная практическая	Упражнения в определенном ритме	Ходить и бегать в заданном ритме, выполнять простейшие задания по словесной инструкции	интерес к предмету, дисциплинированности

25	Упражнения в ходьбе в заданном направлении с предметом в руках	1	Очная, групповая спорт зал, словесная практическая	Последовательность движений с предметами, правила безопасности	Ориентироваться в пространстве, ходить в заданном ритме	интерес к предмету, дисциплинированности
26	Прыжки на месте на двух ногах слегка продвигаясь вперед	1	Очная, групповая спорт зал, словесная практическая	Координацию толчка двумя ногами	Мягко приземляться в прыжках	интерес к предмету, самостоятельность
27	Упражнения прыжкам на месте с мячом в руках	1	Очная, групповая спорт зал, словесная практическая	Координацию толчка двумя ногами	Мягко приземляться в прыжках	интерес к предмету, самостоятельность
28	Упражнения ловить мяч брошенный учителем Упражнения бросать мяч учителю	1	Очная, групповая спорт зал, словесная практическая Очная, групповая спорт зал, словесная практическая	Координация движений двумя руками Координация движений двумя руками	Ловить мяч двумя руками Бросать мяч двумя руками	интерес к предмету, самостоятельность интерес к предмету, самостоятельность
29	Упражнения в ползании на четвереньках к предметной цели	1	Очная, групповая спорт зал, словесная практическая	Знать движения в различных пространственных направлениях	Ориентироваться в пространстве	интерес к предмету, самостоятельность
30	Упражнения в перешагивании через незначительные препятствия	1	Очная, групповая спорт зал, словесная практическая	Последовательность движений	Преодолевать различные препятствия	интерес к предмету, самостоятельность
31	Упражнения в беге в заданном направлении с предметом в руках	1	Очная, групповая спорт зал, словесная практическая	Последовательность движений с предметом	Бегать в заданном ритме с предметом	интерес к предмету, дисциплинированности
32	Упражнения в ползании на четвереньках с перелезанием	1	Очная, групповая спорт зал,	Знать движения в различных пространственных	Ориентироваться в пространстве	интерес к предмету, самостоятельность



	через незначительные препятствия		словесная практическая	направлениях		
33	Упражнения в лазании по гимнастической стенке на несколько ступенек	1	Очная, групповая спорт зал, словесная практическая	Последовательность движений	Правильно захватывать различные предметы	интерес к предмету, самостоятельность

Муниципальное общеобразовательное учреждение  
«Бобриковская средняя общеобразовательная школа»  
Белевского района Тульской области

Принято  
на заседании педагогического совета  
от 31 августа 2020 г., протокол № 1

Утверждено  
приказом от 31 августа 2020 г., № 32/4

Директор МОУ «Бобриковская СОШ»

А.М. Полетайкин



**Календарно-тематическое планирование  
по предмету «Адаптивная физкультура»**

начальное общее образование (1 - 4 классы)

Класс 1 дополнительный

Количество часов всего – 33 ч, в неделю - 1 ч

Плановых контрольных уроков - 0

Уровень - базовый

Учитель Юдкина Нина Сергеевна

Квалификационная категория соответствие занимаемой должности

**Календарно-тематическое планирование  
(1 час в неделю, всего – 33ч)**

№ п/п	Дата		Название раздела, темы	Количество часов	Характеристика основных видов деятельности
	план	факт			
<b>Раздел 1. I четверть (8 ч)</b>					
1	03.09.		Знакомство с физкультурным залом. Знакомство с оборудованием и материалами для уроков физкультуры.	1	- Различать оборудование для уроков физкультуры
2	10.09.		Ходьба за учителем: в заданном направлении (к игрушке).	1	- Выполнять простейшие упражнения в определённом ритме
3	17.09.		Ходьба за учителем за руки: между предметами.	1	- Выполнять простейшие упражнения в определённом ритме
4	24.09.		Ходьба за учителем: по дорожке (ширина 20 см, длина 2-3 метра).	1	- Выполнять простейшие упражнения в определённом ритме
5	01.10.		Бег вслед за учителем.	1	- Выполнять простейшие упражнения в определённом ритме
6	08.10.		Поскоки на месте на двух ногах (держа за руки или одну руку).	1	- Мягко приземляться в прыжках
7	15.10.		Прокатывание мяча двумя руками друг другу.	1	- Прокатывать мяч двумя руками и ловить его
8	22.10.		Ползание на четвереньках по прямой линии.	1	- Ориентироваться в пространстве
<b>Раздел 2. II четверть (8 ч)</b>					
9	05.11.		Упражнения в ходьбе в заданном направлении.	1	- Выполнять простейшие упражнения в определённом ритме
10	12.11.		Упражнения в ходьбе по кругу.	1	- Выполнять простейшие упражнения в определённом ритме

11	19.11.		Бег в различных направлениях.	1	- Ориентироваться в пространстве
12	26.11.		Ловля мяча, брошенного учителем (бросание мяча учителю)	1	- Правильно захватывать и ловить мяч
13	03.12.		Упражнения в проползании на четвереньках под дугой.	1	- Ориентироваться в пространстве
14	10.12.		Совместные игры с мячом.	1	- Правильно захватывать и ловить мяч
15	17.12.		Упражнения в перешагивании через незначительные препятствия (веревку, невысокие предметы) с помощью учителя.	1	- Преодолевать различные препятствия
16	24.12.		Упражнения в прокатывании мяча двумя руками под дуги.	1	- Прокатывать мяч двумя руками и ловить его
<b>Раздел 3. III четверть (9 ч)</b>					
17	14.01.		Упражнения в прокатывании мяча двумя руками между предметами.	1	- Прокатывать мяч двумя руками и ловить его
18	21.01.		Ползание на четвереньках по прямой линии по жесту учителя.	1	- Ориентироваться в пространстве
19	28.01.		Упражнения в перешагивании из круга в круг.	1	- Преодолевать различные препятствия
20	04.02.		Бег между объемными модулями.	1	- Преодолевать различные препятствия
21	11.02.		Прыжки на месте на двух ногах.	1	- Мягко приземляться в прыжках
22	18.02.		Упражнения в прокатывании мяча двумя руками друг другу.	1	- Прокатывать мяч двумя руками и ловить его
23	04.03.		Ползание на четвереньках по прямым линиям по словесной инструкции учителя.	1	- Ориентироваться в пространстве
24	11.03.		Упражнения в переходе от ходьбы к бегу по команде.	1	- Ходить и бегать в заданном ритме, выполнять простейшие задания по словесной

					инструкции
25	18.03.		Упражнения в ходьбе в заданном направлении с предметом в руках.	1	- Ориентироваться в пространстве, ходить в заданном ритме
<b>Раздел 4. IV четверть (8ч)</b>					
26	01.04.		Прыжки на месте на двух ногах слегка продвигаясь вперед.	1	- Мягко приземляться в прыжках
27	08.04.		Упражнения прыжкам на месте с мячом в руках.	1	- Мягко приземляться в прыжках
28	15.04.		Упражнения ловить мяч брошенный учителем. Упражнения бросать мяч учителю	1	- Ловить и бросать мяч двумя руками
29	22.04.		Упражнения в ползании на четвереньках к предметной цели.	1	- Ориентироваться в пространстве
30	29.04.		Упражнения в перешагивании через незначительные препятствия.	1	- Преодолевать различные препятствия
31	06.05.		Упражнения в беге в заданном направлении с предметом в руках.	1	- Бегать в заданном ритме с предметом в руках
32	13.05.		Упражнения в ползании на четвереньках с перелезанием через незначительные препятствия.	1	- Ориентироваться в пространстве
33	20.05.		Упражнения в лазании по гимнастической стенке на несколько ступенек.	1	- Правильно захватывать различные предметы

