

02-25

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Большестроицкая средняя общеобразовательная школа
Шебекинского района Белгородской области»

«Рассмотрено»
на педагогическом
совете

Протокол от
«30» августа 2021г.
№1

«Согласовано»
Заместитель
директора

Жиященко
И.В.
«31» августа 2021г.

«Утверждаю»

Директор школы

Карницкая Л.Ю./

Приказ от «31» августа
2021г. № 322



**Рабочая программа
учебного предмета
« Адаптивная физическая культура»
для обучающихся
1 (доп.), 1-4 кор. классов
с расстройствами аутистического
спектра (Вариант 8.4)**

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта образования НОО ОВЗ №1598 обучающихся с расстройствами аутистического спектра (РАС). Это образовательная программа, адаптированная для обучения этой категории обучающихся с учетом особенностей их психофизического развития, индивидуальных возможностей, обеспечивающая коррекцию нарушений развития и социальную адаптацию.

Целью образования обучающихся с расстройствами аутистического спектра является овладение обучающимися учебной деятельностью и формирование у них общей культуры, обеспечивающей разностороннее **развитие их личности** (нравственно-эстетическое, социально-личностное, интеллектуальное, физическое), в соответствии с принятыми в семье и обществе духовно-нравственными и социокультурными ценностями.

Общая характеристика учебного предмета:

Одним из важнейших направлений работы с ребенком, имеющим расстройства аутистического спектра (РАС) является физическое развитие, которое происходит на занятиях по адаптивной физической культуре. Актуальность программы обусловлена созданием условий для занятий физической культурой и спортом, формированием у детей потребности в этих занятиях, привлечением детей к регулярным занятиям физической культурой и спортом, что влечет за собой восстановление утраченных контактов с окружающим миром, создает необходимые условия для интеграции в общество и реабилитации своего здоровья. Физкультурно-оздоровительная активность является действенным средством поддержания качества жизни, который необходим, например, инвалиду для того, чтобы он мог пользоваться коляской или протезом. У человека с отклонениями в физическом или психическом здоровье адаптивная физкультура формирует осознанное отношение к своим силам в сравнении с силами среднестатистического здорового человека, способность к преодолению не только физических, но и психологических барьеров, препятствующих полноценной жизни. Также адаптивная физкультура формирует компенсаторные навыки, то есть позволяет использовать функции разных систем и органов вместо отсутствующих или нарушенных, способность преодолению необходимых для полноценного функционирования в обществе физических нагрузок. Воспитывает потребность быть здоровым, насколько это возможно, и вести здоровый образ жизни, осознание необходимости своего личного вклада в жизнь общества, желание улучшать свои личностные качества, стремление к повышению умственной и физической работоспособности.

У детей с **тяжелой степенью интеллектуальной недостаточности, с тяжелыми множественными нарушениями развития** имеются особенности развития на уровне *«социально неустойчивого»* или *«социально неблагополучного»*.

Дети, ограниченно понимают обращенную к ним речь взрослого даже в конкретной ситуации, а невербальные средства общения используют фрагментарно при целенаправленном длительном формировании в знакомой ситуации взаимодействия со взрослым.

Они не фиксируют взор на лице взрослого, у них затруднен контакт с новым взрослым «глаза в глаза», редко проявляют желание сотрудничать с взрослыми; эмоционально-личностное общение не переходит в ситуативно-деловое. У них снижена инициатива и активность в коммуникативных проявлениях.

Они не выделяют себя из окружающей среды, не могут по просьбе взрослого назвать свое имя, показать свои части тела и лица. У них не формируются представления о себе, о

«своем Я», и о своих близких. Для многих из них характерно не устойчивое настроение, раздражительность, порой резкое колебание настроения. Они, как правило, упрямые, плаксивые, часто бывают либо вялыми, либо возбудимыми; не стремятся подражать и взаимодействовать с близкими взрослыми и сверстниками.

У них отмечается выраженная задержка становления навыков опрятности и культурно-гигиенических навыков самообслуживания (отсутствует самостоятельность в быту), они нуждаются в постоянной помощи взрослого.

Способы усвоения общественного опыта самостоятельно не появляются: действуют по указательному жесту, совместно со взрослым, действуют по подражанию, по речевой инструкции.

Познавательное развитие характеризуется малой активностью всех психических процессов, дети не проявляют интереса к окружающему миру: не рассматривают предметы, не берут самостоятельно игрушки в руки, не манипулируют и не действуют ими. У них отсутствует любознательность. *Восприятие* этих детей отличается рядом особенностей. Главным недостатком является нарушение обобщенности восприятия, отмечается его замедленный темп. Умственно отсталым детям требуется значительно больше времени, чтобы воспринять предлагаемый им материал. Восприятие неразрывно связано с *мышлением*. Такие операции, как анализ, синтез, сравнение, обобщение, абстракция, конкретизация у детей данной категории не сформированы и имеют своеобразные черты. Отличительной чертой мышления умственно отсталых детей является не критичность, невозможность самостоятельно оценить свою работу. Основные процессы *памяти* - запоминание, сохранение и воспроизведение имеют специфические особенности: они лучше запоминают внешние, иногда случайные признаки, зрительно воспринимаемые. *Воображение* отличается фрагментарностью, неточностью и схематичностью. Недостатки *внимания*: малая устойчивость, трудности распределения внимания, замедленная переключаемость. Различение свойств и качеств, предметов этим детям может быть доступно на уровне ощущений и элементарного двигательного реагирования при их высокой жизненной значимости (кисло-невкусно(морщится), холодно-неприятно(ежится) и т.д.), самостоятельно не овладевают методом «проб и ошибок» при выполнении познавательных задач.

Для них характерно выраженное системное недоразвитие речи: они могут выполнить только простую речевую инструкцию в знакомой ситуации, начинают овладевать коммуникативными невербальными средствами (смотреть в глаза, улыбаться, протягивать руку и др.). В активной речи появляются звуко - комплексы и отдельные слова.

У детей с **тяжёлой умственной отсталостью** своевременно не появляются специфические предметные действия (соотносящие и орудийные), преобладают манипуляции с предметами, иногда напоминающие специфическое использование предмета, но, в действительности, дети, производя эти действия, совсем не учитывают свойства и функциональное назначение предметов. Кроме того, эти манипуляции сопровождаются неадекватными действиями: дети стучат ложкой по столу, бросают машинку, облизывают или сосет игрушку и т.д. Не целенаправленные и неадекватные действия, равнодушное отношение к результату своих действий – именно эти особенности отличают деятельность ребенка с умственной отсталостью от деятельности его нормально развивающегося сверстника. У детей с умственной отсталостью не формируются предпосылки и к другим видам детской деятельности – игре, рисованию, конструированию. Общие движения детей характеризуются неустойчивостью, неуклюжестью, замедленностью или импульсивностью. Они не могут подниматься и опускаться самостоятельно по лестнице, у них отсутствует стремление овладевать такими основными движениями как бегом и прыжками. Без коррекционного воздействия характерно для них недоразвитие ручной и мелкой моторики: не выделяется ведущая рука и не формируется согласованность действий обеих рук. Дети захватывают мелкие предметы всей ладонью, не могут выделить отдельно каждый палец, у них отсутствует указательный тип хватания

(указательным и большим пальцем) и хватание щепотью (указательным, средним и большим пальцами).

У детей с **глубокой степенью интеллектуальной недостаточности и множественными нарушениями** в развитии имеют особенности развития на уровне *«социально дезадаптированного»*.

У детей отсутствуют ориентировочные реакции на взрослого – дети не фиксируют взор и не прослеживают за предметом и лицом взрослого; в условиях стимуляции ориентировочных реакций на сенсорные стимулы появляются непроизвольные двигательные ответы: хаотичные движения рук, возможны повороты головой или поворот тела в одну сторону, ярко проявляются мимические изменения (дети морщат лоб, сжимают губы или широко открывают рот, могут учащенно моргать глазами и др.). В новой ситуации дети ведут себя по-разному:

- иногда проявляют возбуждение в виде эмоциональных реакций, увеличения двигательной активности (взмахивают руками, двигают головой, пытаются сгибать колени и поворачивать тело в свободную для движения сторону);

- в некоторых случаях, повышение эмоциональной активности сопровождается плачем, криком, иногда автономными аутостимулирующими движениями в виде раскачиваний, совершения однообразных движений частями тела.

При вкладывании предмета в руку дети реагируют специфически: они резко раскрывают пальцы и не пытаются удерживать предмет, при этом могут его отталкивать рукой и всем телом, иногда тянуть ко рту и кусать. В некоторых случаях, при повышенной спастичности в конечностях рук, они захватывают непроизвольно игрушку, однако, не пытаются ею манипулировать и лишь более сильно ее сжимают, не делая попыток расслабить захват пальцами руки.

Навыки опрятности у детей этой группы совершаются рефлексивно, без контроля, они также нуждаются в постоянной помощи взрослого и преимущественном уходе.

Познавательное развитие у детей этой группы грубо нарушено. Интерес к окружающему миру ограничен ситуацией ухода за ним взрослого и удовлетворением элементарных жизненно значимых потребностей (в еде, в чистоте, в тепле и др.). Предметы окружающего мира не стимулируют внимание этих детей к фиксации и прослеживанию за ними взглядом, однако, при касании и тактильных раздражениях могут вызывать эмоциональные реакции удовольствия или, наоборот, неудовольствия, в некоторых случаях аутостимуляции. Различение свойств и качеств предметов, доступно на уровне ощущений комфорта или дискомфорта.

Активная речь у этих детей примитивна, на уровне отдельных звуков и звуковых комплексов в виде мычания, произнесения слогов. При систематическом эмоционально-положительном взаимодействии со взрослым дети этого варианта развития дают значимую качественную положительную динамику в эмоциональных проявлениях: у них появляется чувствительность к голосу знакомого взрослого через появление мимических изменений губ рта, его широкое открытие, поднятие бровей, порой наблюдается подобие улыбки и артикуляционныхкладов, типа – УУ, ИИ, МА. В моменты положительного взаимодействия у них наблюдаются вегетативные реакции – появление слез, пот, покраснение открытых участков кожи, а в некоторых случаях и повышение температуры. Деятельность детей с глубокой умственной отсталостью организуется только взрослым в ситуации ухода (кормления, переодевания, приема пищи, досуга). Собственные действия этих детей бесцельны, во многих случаях хаотичны, если касаются окружающего предметного мира. В ситуации удовлетворения потребности в еде они подчиняются интонации взрослого и сосредоточивают свое внимание лишь на объекте удовлетворения физиологической потребности в насыщении.

Физическое развитие у многих детей отмечается аномалия строения лица и черепа; большинство из них проводят свою жизнедеятельность в лежачем положении, с трудом

поворачивают голову, а при грубых и выраженных патологиях мозга никогда не способны ее удерживать при вертикализации. Ручная и мелкая моторика также несовершенна: пальцы рук могут быть как расслаблены и не способны захватывать предмет, а могут находиться в состоянии спастики, при котором захват предметов также не доступен.

Описание места учебного предмета, курса в учебном плане

В Федеральном компоненте государственного стандарта адаптивная физическая культура обозначен как самостоятельный предмет, что подчеркивает его особое значение в системе образования детей с ОВЗ. На его изучение отведено в каждом классе соответствующее количество часов.

Класс	Предмет	Кол-во часов в неделю			Кол-во часов в год		
1(Доп)	Адаптивная физкультура	1	2	3	33	66	99
1	Адаптивная физкультура	1	2	3	33	66	99
2	Адаптивная физкультура	1	2	3	33	66	99
3	Адаптивная физкультура	1	2	3	34	68	102
4	Адаптивная физкультура	1	2	3	34	68	102
Итого:					16	334	501

Согласно индивидуальным учебным планам, которые фиксируют объём нагрузки предметных областей отводимое на их освоение через реализацию СИПР **изменяется**, что отражается в календарно-тематическом планировании.

Описание ценностных ориентиров содержания учебного предмета выражается через:

- реализацию ценностных ориентиров общего образования в единстве процессов обучения и воспитания;
- познавательное и личностное развитие обучающихся на основе формирования базовых учебных умений;
- обобщённых способов действия обеспечивающих высокую эффективность решения жизненных задач и возможность саморазвития обучающихся.

Личностные и предметные результаты освоения конкретного учебного предмета.

Личностные результаты:

- 1) основы персональной идентичности, осознание своей принадлежности к определенному полу, осознание себя как «Я»;
- 2) социально-эмоциональное участие в процессе общения и совместной деятельности;
- 3) формирование уважительного отношения к окружающим;
- 4) овладение начальными навыками адаптации;
- 5) освоение доступной социальной роли (обучающегося);
- 6) развитие мотивов учебной деятельности и первичное формирование личностного смысла обучения;
- 7) развитие первичной самостоятельности и личной ответственности за свои поступки;
- 8) формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- 9) развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- 10) развитие навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;

Личностные результаты освоения учебного предмета для детей с тяжелой степенью интеллектуальной недостаточности, с тяжелыми множественными нарушениями развития:

- осознание себя как ученика, готового посещать школу в соответствии со специально организованными режимными моментами;

- осознание себя как члена семьи;
- способность к принятию социального окружения, своего места в нем (класс, школа, семья);
- проявление самостоятельности в выполнении простых учебных заданий;
- проявление элементов личной ответственности при поведении в социальном окружении (классе, школе, семье);
- готовность к изучению основ безопасного и бережного поведения в обществе;
- готовность к организации элементарного взаимодействия с окружающими.

Личностные результаты освоения учебного предмета для детей с глубокой степенью интеллектуальной недостаточности и множественными нарушениями:

- осознание себя как ученика, готового посещать школу в соответствии со специально организованными режимными моментами;
- положительное отношение к окружающей действительности;
- проявление самостоятельности в выполнении учебных заданий;
- проявление элементов личной ответственности при поведении в социальном окружении (классе, школе).

Предметные результаты:

1. Восприятие собственного тела, осознание своих физических возможностей и ограничений:

- 1.1 освоение доступных способов контроля над функциями собственного тела: сидеть, стоять, передвигаться;
- 1.2 освоение двигательных навыков, последовательности движений, развитие координационных способностей;
- 1.3 совершенствование физических качеств: ловкости, силы, быстроты, выносливости;
- 1.4 умение радоваться успехам.

2. Освоение доступных видов физкультурно-спортивной деятельности спортивные игры:

- 2.1 интерес к определенным видам физкультурно-спортивной деятельности: спортивные и подвижные игры, туризм, физическая подготовка;
- 2.2 играть в подвижные игры.

3. Соотнесение самочувствия с настроением, собственной активностью, самостоятельностью и независимостью:

- 3.1 умение определять свое самочувствие в связи с физической нагрузкой: усталость, болевые ощущения, др.

Предметные результаты освоения учебного предмета для детей с тяжелой степенью интеллектуальной недостаточности, с тяжелыми множественными нарушениями развития:

- практически освоить элементы гимнастики, легкой атлетики, спортивных и подвижных игр и др. видов физической культуры;
- самостоятельное выполнение комплексов физических упражнений без предметов и с предметами;
- владение комплексами упражнений для формирования правильной осанки и развития мышц туловища; участие в оздоровительных занятиях в режиме дня (физкультминутки);
- выполнение основные двигательные действия в соответствии с заданием учителя: бег, ходьба, прыжки и др.;
- подавание и выполнение строевые команды, вести подсчёт при выполнении общеразвивающих упражнений.

- овладение навыками совместного участия со сверстниками в подвижных играх и эстафетах;
- оказывание 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 уметь их применять в практической деятельности;
- знание правил и техники выполнения двигательных действий, уметь применять усвоенные правила 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.

Предметные результаты освоения учебного предмета для детей с глубокой степенью интеллектуальной недостаточности и множественными нарушениями:

- иметь 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 осознанно их применять;
- выполнение строевых команд по словесной и наглядной инструкции;
- иметь представления о двигательных действиях;
- знание основных строевых команд;
- вести подсчёт при выполнении общеразвивающих упражнений;
- хождение 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, соблюдать требования техники безопасности в процессе участия в физкультурно-спортивных мероприятиях.

Планируемые результаты сформированности базовых учебных действий

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

- входить и выходить из учебного помещения со звонком;
- ориентирование в пространстве класса (зала, учебного помещения), пользоваться учебной мебелью;
- адекватное использование ритуалов школьного поведения (поднимать руку, вставать и выходить из-за парты и т. д.);
- организовывание рабочего места;
- принятие цели и произвольно включаться в деятельность;
- следование предложенному плану и работать в общем темпе;
- передвижение по школе, нахождение своего класса, другие необходимые помещения.

- Формирование учебного поведения:

1) направленность взгляда (на говорящего взрослого, на задание):

- фиксирование взгляда на звучащей игрушке;
- фиксирование взгляда на яркой игрушке;
- фиксирование взгляда на движущей игрушке;
- переключение взгляда с одного предмета на другой;
- фиксирование взгляда на лице педагога с использованием утрированной мимики;
- фиксирование взгляда на лице педагога с использованием голоса;

- фиксирование взгляда на изображении;
- фиксирование взгляда на экране монитора.

2) умение выполнять инструкции педагога:

- понимание жестовой инструкции;
- понимание инструкции по инструкционным картам;
- понимание инструкции по пиктограммам;
- выполнение стереотипной инструкции (отрабатываемая с конкретным учеником на

данном этапе обучения).

3) использование по назначению учебных материалов:

- бумаги;
- цветной бумаги;
- пластилина.

4) умение выполнять действия по образцу и по подражанию:

- выполнение действия способом рука-в-руке;
- подражание действиям, выполняемым педагогом;
- последовательное выполнение отдельных операций действий по образцу педагога;
- выполнение действий с опорой на картинный план с помощью педагога.

Формирование умения выполнять задание:

1) в течение определенного периода времени:

- способствовать удерживанию произвольного внимания на выполнении посильного задания 3-4 мин.

2) от начала до конца:

- при организующей, направляющей помощи способствовать выполнению посильного задания от начала до конца.

3) с заданными качественными параметрами:

- ориентироваться в качественных параметрах задания в соответствии с содержанием программы обучения по предмету, коррекционному курсу.

Формирование умения самостоятельно переходить от одного задания (операции, действия) к другому в соответствии с расписанием занятий, алгоритмом действия и т.д.:

- ориентироваться в режиме дня, расписании уроков с помощью педагога;
- выстраиваться на алгоритм предстоящей деятельности (словесный или наглядный план) с помощью педагога.

ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Содержание курса состоит из следующих разделов:

«Плавание», «Спортивные и подвижные игры», «Велосипедная подготовка», «Лыжная подготовка», «Туризм».

Содержание раздела «Плавание» включает задачи на обучение технике дыхания, повороты головы на вдох-выдох, работа ног на спине с дыханием .

Содержание раздела «Спортивные и подвижные игры» содержит задачи на узнавание баскетбольного мяча, ловлю баскетбольного мяча одной рукой и двумя руками, отбивание баскетбольного мяча от пола одной рукой и двумя руками.

Содержанием раздела «Велосипедная подготовка» является обучение на узнавание составных частей трехколесного велосипеда, соблюдение последовательности действий при посадке на трехколесный велосипед, вращение педалей с фиксацией ног, уход за велосипедом.

Содержание раздела «**Лыжная подготовка**» предусматривает формирование навыка шаговых движений на месте, продвижение вперед приставным шагом, продвижение в сторону приставным шагом, подъем после падения из положения лёжа на боку, выполнение поворотов стоя на лыжах, выполнение торможения при спуске с нажимом палок.

Программный материал раздела «**Туризм**» предусматривает узнавание различного туристического инвентаря, соблюдения последовательности действий при складывании вещей в рюкзак, соблюдении правил безопасного поведения в походе, подготовке места для установления палатки.

Задачи и направления

- Повышение интереса подростков к занятиям спортом
- Создание положительной динамики в состоянии и укреплении здоровья
- Адаптация организма к физическим нагрузкам.

Коррекционные задачи:

Через формирование учебных навыков формировать и совершенствовать основные и прикладные двигательные навыки, сохранять здоровье детей с тяжелыми и множественными нарушениями, профилактика возникновения вторичных заболеваний.

Принципы организации учебного процесса:

- *Принцип коррекционно-развивающей направленности образовательного процесса*, обуславливающий развитие личности обучающегося и расширение его «зоны ближайшего развития» с учетом особых образовательных потребностей;
- *Принцип преемственности*, предполагающий взаимосвязь и непрерывность образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) на всех этапах обучения: от младшего до старшего школьного возраста;
- *Принцип целостности содержания образования*, обеспечивающий наличие внутренних взаимосвязей и взаимозависимостей между отдельными предметными областями и учебными предметами, входящими в их состав;
- *Принцип направленности на формирование деятельности*, обеспечивающий возможность овладения обучающимися с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) всеми видами доступной им предметно-практической деятельности, способами и приемами познавательной и учебной деятельности, коммуникативной деятельности и нормативным поведением;
- *Принцип переноса усвоенных знаний и умений, навыков и отношений*, сформированных в условиях учебной ситуации, в различные жизненные ситуации, что позволяет обеспечить готовность обучающегося к самостоятельной ориентировке и активной деятельности в реальном мире;
- *Принцип сотрудничества с семьей*;
- *Принцип психолого-педагогического изучения ребенка с ограниченными возможностями здоровья*.
- *Принцип учета онтогенетических закономерностей формирования психических функций и закономерностей психического развития детей с ограниченными возможностями здоровья*.
- *Принцип учета возрастных границ*. Реализация этого принципа предполагает соответствие содержания образовательной программы уровню фактического и возрастного развития ребенка с ограниченными возможностями здоровья.
- *Принцип дозированной освоения дидактических единиц* - предполагает продуманную регламентацию объема изучаемого материала по всем разделам программы для более рационального использования времени его освоения и учета реальных возможностей ребенка с ограниченными возможностями здоровья в его усвоении.
- *Принцип вариативности программного материала*. Предусматривается возможность видоизменения содержания разделов, их комбинирования, в отдельных случаях изменения последовательности в изучении.

- *Принцип системного подхода к проектированию АООП, СИПР.* Этот принцип направлен на реализацию основных содержательных линий развития ребенка с ограниченными возможностями здоровья: социальное развитие, физическое развитие, познавательное развитие, формирование ведущих видов деятельности и др.

- *Принцип комплексного подхода к проектированию АООП, СИПР* предполагает предоставление возможности реализации подобного рода программы всеми субъектами коррекционно-педагогического процесса, в частности, учителями-дефектологами, учителями-логопедами, педагогами-психологами, воспитателями, педагогами-предметниками, родителями, педагогами дополнительного образования и другими специалистами.

- *Принцип ориентировки коррекционно-педагогической помощи в рамках проектирования и реализации АООП, СИПР.* В отношении детей с ограниченными возможностями здоровья основополагающим становится формирование жизненных навыков, которые проявляются в достижении умения реализовать определенные функции и действия. Жизненные навыки или иначе навыки жизненной компетентности позволяют ребенку с отклонениями в развитии ежедневно выполнять целый ряд функций, обеспечивающих его

жизнедеятельность (самообслуживание, передвижение, ориентировка в пространстве, коммуникация и др.). Необходим выбор таких направлений и форм работы с ребенком, которые будут решающими для его социальной адаптации и интеграции в общество.

- *Принцип единства диагностики и коррекции.* Проектированию программы, как отмечалось выше, предшествует этап комплексного диагностического обследования, на основе которого составляется первичное заключение об уровне развития ребенка, определяются цель и задачи работы с ребенком. В то же время реализация программы требует систематического контроля динамических изменений в развитии ребенка, его поведении, деятельности и в целом в уровне достижений того или иного ребенка. Результаты диагностики позволяют своевременно вносить необходимые коррективы в содержание программы для обеспечения ее оптимальной реализации в коррекционно-педагогической работе с ребенком с ограниченными возможностями здоровья.

- *Принцип индивидуально-дифференцированного подхода при проектировании и реализации программы.* Реализация индивидуально-дифференцированного подхода предполагает определение адекватных индивидуальным особенностям и потребностям ребенка с ограниченными возможностями здоровья условий обучения, форм и методов обучения, а также реализацию индивидуального подхода в выборе содержания, методов и приемов, планируемых результатов освоения основной общеобразовательной программы

Методы:

- *Методы организации и осуществления учебно-познавательной деятельности:*

1. Практические, словесные, наглядные (по источнику изложения учебного материала).

2. Репродуктивные, объяснительно-иллюстративные, поисковые, исследовательские, проблемные и др. (по характеру учебно-познавательной деятельности).

3. Индуктивные и дедуктивные (по логике изложения и восприятия учебного материала);

- *Методы контроля, за эффективностью учебно-познавательной деятельности:*

Устные проверки и самопроверки результативности овладения знаниями, умениями и навыками;

- *Метод мониторингов;*

- *Методы стимулирования учебно-познавательной деятельности:*

Определённые поощрения в формировании мотивации, чувства ответственности, обязательств, интересов в овладении знаниями, умениями и навыками.

Направления коррекционной работы:

- налаживание эмоционального контакта с ребенком, на основе которого впоследствии строится взаимодействие педагога с ребенком в процессе совместной деятельности;
- постоянно поддерживать *собственную активность* ребенка;
- формировать и поддерживать *положительное отношение* к заданиям;
- развитие *мотивации*.

**КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ
ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ****I коррекционный класс**

№ п/п	Наименование разделов и тем программ	Количество часов
1 модуль «Плавание» (3 ч)		
	Обучение технике дыхания. Повороты головы на вдох и выдох.	1
	Поворот головы на вдох и выдох в горизонтальном положении с работой ног.	1
	Работа ног на спине с дыханием	1
2 модуль «Спортивные подвижные игры» (16ч)		
	Узнавание баскетбольного мяча. Ловля баскетбольного мяча без отскока от пола. с отскоком от пола. Игра «Быстрые санки»	4
	Отбивание баскетбольного мяча от пола одной рукой. Ведение баскетбольного мяча по прямой. Игра «Бросай-ка»	4
	Узнавание волейбольного мяча. Приём волейбольного мяча (сверху, снизу). Игра «Рыбаки и рыбки»	4
	Узнавание футбольного мяча. Выполнение удара в ворота с места (пустые ворота, с вратарём) Приём мяча, стоя в воротах: ловля мяча руками, отбивание мяча ногой, руками. Игра «Собери пирамидку»	4
3 модуль «Велосипедная подготовка» (4ч)		
	Узнавание составных частей трехколесного велосипеда: руль, колесо, педали, седло, рама, цепь.	1
	Соблюдение последовательности действий при посадке на трехколесный велосипед. Игра «Строим дом»	1
	Вращение педалей с фиксацией ног (без фиксации ног)	1
	Уход за велосипедом (содержание в чистоте, сообщение о неисправности велосипеда, накачивание колеса.	1
4 модуль «Лыжная подготовка» (5ч)		
	Выполнение ступающего шага: шаговые движения на месте, продвижение вперед приставным шагом, продвижение в сторону приставным шагом.	1
	Подъем после падения из положения «лежа на боку».	1
	Выполнение поворотов, стоя на лыжах (вокруг пяток лыж, вокруг носков лыж, махом).	1
	Выполнение попеременного двухшажного хода.	1
	Выполнение торможения при спуске со склона нажимом палок.	1

5 модуль «Туризм» (6ч)		
	Узнавание, различение предметов туристического инвентаря: рюкзак, спальный мешок, туристический коврик, палатка, котелок, тренога.	1
	Соблюдение последовательности действий при складывании вещей в рюкзак: кроссовки, одежда, набор походной посуды, банка тушенки, средства личной гигиены.	1
	Соблюдение правил безопасного поведения в походе: нельзя отставать, убегать вперед, нельзя никуда уходить без разрешения учителя, нельзя есть найденные с лесу грибы и ягоды без разрешения учителя, нельзя бросать мусор в лесу, нельзя трогать лесных животных.	1
	Подготовка места для установки палатки. Раскладывание палатки. Ориентировка в частях палатки.	3
	Всего:	34

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

II коррекционный класс

№ п/п	Наименование разделов и тем программ	Количество часов
1 модуль «Плавание» (3 ч)		
	Обучение технике дыхания. Повороты головы на вдох и выдох.	1
	Поворот головы на вдох и выдох в горизонтальном положении с работой ног.	1
	Работа ног на спине с дыханием	1
2 модуль «Спортивные подвижные игры» (16ч)		
	Узнавание баскетбольного мяча. Ловля баскетбольного мяча без отскока от пола. с отскоком от пола. Игра «Быстрые санки»	4
	Отбивание баскетбольного мяча от пола одной рукой. Ведение баскетбольного мяча по прямой. Игра «Бросай-ка»	4
	Узнавание волейбольного мяча. Приём волейбольного мяча (сверху, снизу). Игра «Рыбаки и рыбки»	4
	Узнавание футбольного мяча. Выполнение удара в ворота с места (пустые ворота, с вратарём) Приём мяча, стоя в воротах: ловля мяча руками, отбивание мяча ногой, руками. Игра «Собери пирамидку»	4
3 модуль «Велосипедная подготовка» (4ч)		
	Узнавание составных частей трехколесного велосипеда: руль, колесо, педали, седло, рама, цепь.	1
	Соблюдение последовательности действий при посадке на трехколесный велосипед. Игра «Строим дом»	1
	Вращение педалей с фиксацией ног (без фиксации ног	1
	Уход за велосипедом (содержание в чистоте, сообщение о неисправности велосипеда, накачивание колеса.	1

4 модуль «Лыжная подготовка» (5ч)		
	Выполнение ступающего шага: шаговые движения на месте, продвижение вперед приставным шагом, продвижение в сторону приставным шагом.	1
	Подъем после падения из положения «лежа на боку».	1
	Выполнение поворотов, стоя на лыжах (вокруг пяток лыж, вокруг носков лыж, махом).	1
	Выполнение попеременного двухшажного хода.	1
	Выполнение торможения при спуске со склона нажимом палок.	1
5 модуль «Туризм» (4ч)		
	Узнавание, различение предметов туристического инвентаря: рюкзак, спальный мешок, туристический коврик, палатка, котелок, тренога.	1
	Соблюдение последовательности действий при складывании вещей в рюкзак: кроссовки, одежда, набор походной посуды, банка тушенки, средства личной гигиены.	1
	Соблюдение правил безопасного поведения в походе: нельзя отставать, убегать вперед, нельзя никуда уходить без разрешения учителя, нельзя есть найденные с лесу грибы и ягоды без разрешения учителя, нельзя бросать мусор в лесу, нельзя трогать лесных животных.	1
	Подготовка места для установки палатки. Раскладывание палатки. Ориентировка в частях палатки.	1
	Всего:	34

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

III коррекционный класс

№ п/п	Наименование разделов и тем программ	Количество часов
1 модуль «Плавание» (3 ч)		
	Обучение технике дыхания. Повороты головы на вдох и выдох.	1
	Поворот головы на вдох и выдох в горизонтальном положении с работой ног.	1
	Работа ног на спине с дыханием	1
2 модуль «Спортивные подвижные игры» (16ч)		
	Узнавание баскетбольного мяча. Ловля баскетбольного мяча без отскока от пола. с отскоком от пола. Игра «Быстрые санки»	4
	Отбивание баскетбольного мяча от пола одной рукой. Ведение баскетбольного мяча по прямой. Игра «Бросай-ка»	4

	Узнавание волейбольного мяча. Приём волейбольного мяча (сверху, снизу). Игра «Рыбаки и рыбки»	4
	Узнавание футбольного мяча. Выполнение удара в ворота с места (пустые ворота, с вратарём) Приём мяча, стоя в воротах: ловля мяча руками, отбивание мяча ногой, руками. Игра «Собери пирамидку»	4
3 модуль «Велосипедная подготовка» (4ч)		
	Узнавание составных частей трехколесного велосипеда: руль, колесо, педали, седло, рама, цепь.	1
	Соблюдение последовательности действий при посадке на трехколесный велосипед. Игра «Строим дом»	1
	Вращение педалей с фиксацией ног (без фиксации ног)	1
	Уход за велосипедом (содержание в чистоте, сообщение о неисправности велосипеда, накачивание колеса.	1
4 модуль «Лыжная подготовка» (5ч)		
	Выполнение ступающего шага: шаговые движения на месте, продвижение вперед приставным шагом, продвижение в сторону приставным шагом.	1
	Подъем после падения из положения «лежа на боку».	1
	Выполнение поворотов, стоя на лыжах (вокруг пяток лыж, вокруг носков лыж, махом).	1
	Выполнение попеременного двухшажного хода.	1
	Выполнение торможения при спуске со склона нажимом палок.	1
5 модуль «Туризм» (4ч)		
	Узнавание, различение предметов туристического инвентаря: рюкзак, спальный мешок, туристический коврик, палатка, котелок, тренога.	1
	Соблюдение последовательности действий при складывании вещей в рюкзак: кроссовки, одежда, набор походной посуды, банка тушенки, средства личной гигиены.	1
	Соблюдение правил безопасного поведения в походе: нельзя отставать, убегать вперед, нельзя никуда уходить без разрешения учителя, нельзя есть найденные с лесу грибы и ягоды без разрешения учителя, нельзя бросать мусор в лесу, нельзя трогать лесных животных.	1
	Подготовка места для установки палатки. Раскладывание палатки. Ориентировка в частях палатки.	1
	Всего:	34

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

IV коррекционный класс

№ п/п	Наименование разделов и тем программ	Количество часов
----------	--------------------------------------	---------------------

1 модуль «Плавание» (3 ч)		
	Обучение технике дыхания. Повороты головы на вдох и выдох.	1
	Поворот головы на вдох и выдох в горизонтальном положении с работой ног.	1
	Работа ног на спине с дыханием	1
2 модуль «Спортивные подвижные игры» (16ч)		
	Узнавание баскетбольного мяча. Ловля баскетбольного мяча без отскока от пола. с отскоком от пола. Игра«Быстрые санки»	4
	Отбивание баскетбольного мяча от пола одной рукой. Ведение баскетбольного мяча по прямой. Игра «Бросай-ка»	4
	Узнавание волейбольного мяча. Приём волейбольного мяча (сверху, снизу). Игра«Рыбаки и рыбки»	4
	Узнавание футбольного мяча. Выполнение удара в ворота с места (пустые ворота, с вратарём) Приём мяча, стоя в воротах: ловля мяча руками, отбивание мяча ногой, руками. Игра«Собери пирамидку»	4
3 модуль «Велосипедная подготовка» (4ч)		
	Узнавание составных частей трехколесного велосипеда: руль, колесо, педали, седло, рама, цепь.	1
	Соблюдение последовательности действий при посадке на трехколесный велосипед .Игра «Строим дом»	1
	Вращение педалей с фиксацией ног (без фиксации ног	1
	Уход за велосипедом (содержание в чистоте, сообщение о неисправности велосипеда, накачивание колеса.	1
4 модуль «Лыжная подготовка» (5ч)		
	Выполнение ступающего шага: шаговые движения на месте, продвижение вперед приставным шагом, продвижение в сторону приставным шагом.	1
	Подъем после падения из положения «лежа на боку».	1
	Выполнение поворотов, стоя на лыжах (вокруг пяток лыж, вокруг носков лыж, махом).	1
	Выполнение попеременного двухшажного хода.	1
	Выполнение торможения при спуске со склона нажимом палок.	1
5 модуль «Туризм» (4ч)		
	Узнавание, различение предметов туристического инвентаря: рюкзак, спальный мешок, туристический коврик, палатка, котелок, тренога.	1
	Соблюдение последовательности действий при складывании вещей в рюкзак: кроссовки, одежда, набор походной посуды, банка тушенки, средства личной гигиены.	1
	Соблюдение правил безопасного поведения в походе: нельзя отставать, убегать вперед, нельзя никуда уходить без разрешения учителя, нельзя есть найденные с лесу грибы и ягоды без разрешения учителя, нельзя бросать мусор в лесу, нельзя трогать лесных животных.	1

	Подготовка места для установки палатки. Раскладывание палатки. Ориентировка в частях палатки.	1
	Всего:	34

**КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ
ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ
V коррекционный класс**

№ п/п	Наименование разделов и тем программ	Количество часов
1 модуль «Плавание» (3 ч)		
	Обучение технике дыхания. Повороты головы на вдох и выдох.	1
	Поворот головы на вдох и выдох в горизонтальном положении с работой ног.	1
	Работа ног на спине с дыханием	1
2 модуль «Спортивные подвижные игры» (16ч)		
	Узнавание баскетбольного мяча. Ловля баскетбольного мяча без отскока от пола. с отскоком от пола. Игра «Быстрые санки»	4
	Отбивание баскетбольного мяча от пола одной рукой. Ведение баскетбольного мяча по прямой. Игра «Бросай-ка»	4
	Узнавание волейбольного мяча. Приём волейбольного мяча (сверху, снизу). Игра «Рыбаки и рыбки»	4
	Узнавание футбольного мяча. Выполнение удара в ворота с места (пустые ворота, с вратарём) Приём мяча, стоя в воротах: ловля мяча руками, отбивание мяча ногой, руками. Игра «Собери пирамидку»	4
3 модуль «Велосипедная подготовка» (4ч)		
	Узнавание составных частей трехколесного велосипеда: руль, колесо, педали, седло, рама, цепь.	1
	Соблюдение последовательности действий при посадке на трехколесный велосипед. Игра «Строим дом»	1
	Вращение педалей с фиксацией ног (без фиксации ног)	1
	Уход за велосипедом (содержание в чистоте, сообщение о неисправности велосипеда, накачивание колеса.	1
4 модуль «Лыжная подготовка» (5ч)		
	Выполнение ступающего шага: шаговые движения на месте, продвижение вперед приставным шагом, продвижение в сторону приставным шагом.	1
	Подъем после падения из положения «лежа на боку».	1
	Выполнение поворотов, стоя на лыжах (вокруг пяток лыж, вокруг носков лыж, махом).	1
	Выполнение попеременного двухшажного хода.	1
	Выполнение торможения при спуске со склона нажимом палок.	1
5 модуль «Туризм» (4ч)		

	Узнавание, различение предметов туристического инвентаря: рюкзак, спальный мешок, туристический коврик, палатка, котелок, тренога.	1
	Соблюдение последовательности действий при складывании вещей в рюкзак: кроссовки, одежда, набор походной посуды, банка тушенки, средства личной гигиены.	1
	Соблюдение правил безопасного поведения в походе: нельзя отставать, убегать вперед, нельзя никуда уходить без разрешения учителя, нельзя есть найденные с лесу грибы и ягоды без разрешения учителя, нельзя бросать мусор в лесу, нельзя трогать лесных животных.	1
	Подготовка места для установки палатки. Раскладывание палатки. Ориентировка в частях палатки.	1
	Всего:	34

РЕКОМЕНДАЦИИ ПО УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОМУ И МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОМУ ОБЕСПЕЧЕНИЮ

1. Нормативные документы:

- Федеральный государственный образовательный стандарт образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (Утвержден Приказом Минобрнауки России от 19 декабря 2014 г. № 1598);
- Адаптированная основная общеобразовательная программа образования обучающихся с умеренной, тяжелой и глубокой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), тяжелыми и множественными нарушениями развития (вариант 2).

2. Учебно-методическая литература

- **Креминская М.М.** Сборник программ по физической культуре для образовательных организаций, реализующих адаптивные образовательные программы для детей с ограниченными возможностями здоровья). – СПб.: Владос Северо-Запад, 2013. – 294 с.
- **Уроки физической культуры** в начальных классах: пособие для учителя спец. (коррекц.) образоват. учреждений VIII вида /В.М.Мозговой – М.: Просвещение, 2009.

3. Периодические издания:

- Адаптивная физическая культура,
- Дефектология,
- Теория и практика физической культуры,
- «Физическая культура: воспитание, образование, тренировка» и другие.

4. Демонстрационные материалы (плакаты, таблицы, видео материалы и т.д.).

Материально-техническое обеспечение:

дидактический материал: изображения (картинки, фото, пиктограммы) спортивного, туристического инвентаря; альбомы с демонстрационным материалом в соответствии с

темами занятий. спортивный инвентарь: маты, батуты, гимнастические мячи разного диаметра, гимнастические скамейки, гимнастические лестницы, обручи, кегли, мягкие модули различных форм, гимнастические коврики, корзины, футбольные, волейбольные, баскетбольные мячи, бадминтон, лыжи, лыжные палки, лыжные костюмы, 2-х- и 3-х-колесные велосипеды, самокаты, рюкзаки, туристические коврики, палатки, спальные мешки, наборы походной посуды, кольца. технические средства реабилитации: кресла-коляски комнатные и прогулочные, опор для стояния (вертикализаторы, ходунки), опоры для ползания, тренажеры (мотомед и др.), кресла-стулья с санитарным оснащением (для туалета, ванны). мебель: шкафы для хранения спортивного инвентаря, для

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ИЗУЧЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

В соответствии с требованиями Стандарта к АООП для обучающихся с расстройствами аутистического спектра (РАС) (вариант 8.4). Результативность обучения каждого обучающегося оценивается с учетом особенностей его психофизического развития и особых образовательных потребностей. В связи с этим, требования к результатам освоения образовательных программ представляют собой описание возможных результатов образования данной категории обучающихся.

Формирование учебного поведения:

1) направленность взгляда (на говорящего взрослого, на задание):

- переключать взгляд с одного предмета на другой;
- фиксировать взгляд на лице педагога;
- фиксировать взгляд на лице педагога с использованием голоса;
- фиксировать взгляд на изображении;
- фиксировать взгляд на экране монитора.

2) умение выполнять инструкции педагога:

- понимать жестовую инструкцию;
- выполнять стереотипную инструкцию (отрабатываемая с конкретным учеником на данном этапе обучения).

3) использование по назначению учебных материалов:

- бумаги; карандаша, мела

4) умение выполнять действия по образцу и по подражанию:

- выполнять действие способом рука-в-руке;
- подражать действиям, выполняемым педагогом;
- последовательно выполнять отдельные операции действия по образцу педагога.

Формирование умения выполнять задание:

1) в течение определенного периода времени:

- способен удерживать произвольное внимание на выполнении посильного задания 3-4 мин.

2) от начала до конца:

- при организующей, направляющей помощи способен выполнять посильное задание от начала до конца.

Планируемые результаты освоения учебного предмета «Адаптивная физическая культура»:

- Поворачивают голову на вдох-выдох;
- Работают ногами на спине с дыханием ;
- Узнают баскетбольный мяч;
- Ловят баскетбольный мяч одной рукой и двумя руками;
- Отбивают баскетбольный мяч от пола одной рукой и двумя руками;
- Узнают составные части трехколесного велосипеда;

- Соблюдают последовательность действий при посадке на трехколесный велосипед;
- Вращают педали с фиксацией ног;
- Ухаживают за велосипедом:
- Сформировали навык шаговых движений на месте;
- Поднимаются после падения из положения лёжа на боку;
- Выполняют повороты стоя на лыжах;
- Выполняют торможение при спуске с нажимом палок;
- Узнают туристический инвентарь;
- Соблюдают последовательность действий при складывании вещей в рюкзак;
- Соблюдают правила безопасного поведения в походе;
- Подготавливают место для установления палатки.

Базовые учебные действия освоения учебного предмета «Адаптивная физическая культура»:

- воспринимают свое тело и координационные возможности;
- владеют двигательными умениями для адаптации в разных ситуациях;
- проявляют самостоятельность в адаптивных ситуациях с игрушками и спортивными средствами любым доступным способом;
- выражают доступным способом состояние собственного самочувствия в связи с физическими нагрузками;
- проявляют интерес к доступным видам физкультурно-спортивной деятельности (бег, плавание, езда на велосипеде, подвижным играм и др.).