

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ
ФЕДЕРАЦИИ**

**Министерство образования и науки Самарской
области Кинельское управление министерства
образования и науки Самарской области**

ГБОУ СОШ с. Георгиевка

РАССМОТРЕНО

на заседании МО "Детство"
Руководитель МО
Самаркина Е.В.
Пр.№1 от 29.08.24г.

СОГЛАСОВАНО

заместителем директора
по УВР
Климовой
Е.Ф.от 29.08.24г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор ГБОУ СОШ
с.Георгиевка
Шафигулина О.С.
№ 85 Од от 30.08.24г.

**АДАптированная РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
по предмету адаптивная физическая культура
начального общего образования
(обучение на дому) вариант 8.2
1 класс**

Пояснительная записка

Рабочая программа составлена на основе:

Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, от 19 декабря 2014 г. № 1598;

адаптированной основной общеобразовательной программы начального общего образования обучающихся с расстройствами аутистического спектра (вариант 8.2);

комплекта примерных рабочих программ по отдельным учебным предметам и коррекционным курсам по адаптированной основной общеобразовательной программе начального общего образования обучающихся 1 класса с расстройствами аутистического спектра (вариант 8.2);

ориентирована на работу по учебно-методическому комплекту «Школа России».

Планируемые результаты

Базовым результатом образования в области физической культуры в начальной школе является освоение учащимися основ физкультурной деятельности. Предмет «Физическая культура» способствует развитию личностных качеств и является средством формирования у обучающихся универсальных способностей (компетенций), выражающихся в метапредметных результатах образовательного процесса и активно проявляются в разнообразных видах деятельности (культуры).

Универсальными компетенциями учащихся являются:

Умение организовывать собственную деятельность, выбирать и использовать средства для достижения её цели (с помощью учителя);

Умение активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками;

Умение доносить информацию в доступной форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми.

Личностные результаты:

Активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;

Проявление положительных качеств личности в различных ситуациях и условиях;

Оказание помощи своим сверстникам, нахождение с ними общего языка и общих интересов.

Метапредметные результаты:

умение самостоятельно или при незначительной сопровождающей помощи педагога планировать, контролировать и оценивать собственные учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации;

умение определять наиболее эффективные способы достижения результата;

умение действовать по заданному алгоритму или образцу;

самостоятельно или при незначительной сопровождающей помощи педагога осуществлять и контролировать собственную учебную деятельность;

умение оценивать результат своей деятельности в соответствии с заданными эталонами;

умение адекватно реагировать на внешний контроль и оценку;

умение выделять и объяснять причинно-следственные связи;

умение активно использовать знаково-символические средства для представления информации, для создания моделей объектов и процессов, схем решения учебных и практических задач;

владение навыками смыслового чтения;

способность к самостоятельному поиску методов решения практических задач, к применению различных методов познания для изучения различных сторон окружающей действительности;

способность понимать информацию, получаемую из разных источников; способность представлять результаты исследования, включая составление текста и презентацию материалов с использованием информационных и коммуникационных технологий;

организация самостоятельной деятельности с учетом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;

технически правильное выполнение двигательных действий из базовых видов спорта, использование их в игровой и соревновательной деятельности.

Предметные результаты:

Планирование занятий физическими упражнениями в режиме дня, организация отдыха и досуга с использованием средств физической культуры;

Представление физической культуры как средства укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;

Измерение индивидуальных показателей физического развития, развитие основных физических качеств;

Участие в совместных со сверстниками подвижных играх и элементах соревнований;

Бережное обращение с инвентарем и оборудованием, соблюдение требований техники безопасности к местам проведения;

Выполнение жизненно важных двигательных навыков и умений различными способами, в различных условиях;

Выполнение технических действий из базовых видов спорта, применение их в игровой и соревновательной деятельности;

Нахождение отличительных особенностей в выполнении двигательного действия разными учениками, выделение отличительных признаков и элементов.

Основное содержание учебного предмета

Знания о физической культуре

Физическая культура как система разнообразных форм занятий физическими упражнениями. Возникновение физической культуры у древних людей. Ходьба, бег, прыжки, лазанье и ползание, ходьба на лыжах как жизненно важные способы передвижения человека. Режим дня и личная гигиена.

Способы физкультурной деятельности

Оздоровительные занятия в режиме дня: комплексы утренней зарядки, физкультминутки. Подвижные игры во время прогулок: правила организации и проведения игр, выбор одежды и инвентаря. Комплексы упражнений для формирования правильной осанки и развития мышц туловища.

Физические упражнения

Гимнастика

Организуемые команды и приемы: «Шагом марш!», «На месте стой!»; повороты на месте налево и направо по командам «Налево!» и «Направо!».

Гимнастические упражнения: танцевальные упражнения (стилизованные ходьба и бег); хождение по наклонной гимнастической скамейке; упражнения на низкой перекладине: вис стоя спереди, сзади, зависом одной и двумя ногами (с помощью).

Легкая атлетика

Бег: с высоким подниманием бедра, прыжками и ускорением, с изменяющимся направлением движения (змейкой, по кругу, спиной вперед), из разных исходных положений и с разным положением рук.

Прыжки: на месте (на одной ноге, с поворотами вправо и влево), с продвижением вперед и назад, левым и правым боком, в длину с места.

Броски мяча

Подвижные игры

Общеразвивающие физические упражнения на развитие основных физических качеств.

Тематическое планирование

| № | Наименование раздела | Количество часов |
|---|------------------------------------|------------------|
| 1 | Знания о физической культуре | 2 |
| 2 | Способы физкультурной деятельности | 3 |
| 3 | Физические упражнения | 12 |
| 7 | Подвижные (спортивные) игры | 16 |
| | Итого | 33 |