

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение

Слобода-Бешкильская средняя общеобразовательная школа

Согласовано:

Эксперт

Заместитель УВР

_____ Васильева С.Н.

«__» _____ 20__ г

Адаптированная рабочая программа учебного предмета
«Адаптивная физическая культура»
для обучающихся с тяжелыми нарушениями речи
4 класса начального общего образования
на 2023-2024 уч.год

Составитель: Эскиева А.М..

Учитель физической культуры

1 квалификационной категории

2023 год

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Цель реализации адаптированной рабочей программы начального общего образования обучающихся с ТНР Адаптированная основная общеобразовательная программа начального общего образования обучающихся с ТНР направлена на формирование у них общей культуры, обеспечивающей разностороннее развитие их личности (нравственно-эстетическое, социально- личностное, интеллектуальное, физическое), овладение учебной деятельностью в соответствии с принятыми в семье и обществе духовно-нравственными и социокультурными ценностями.

Особые образовательные потребности обучающихся с ТНР

К особым образовательным потребностям, характерным для обучающихся с ТНР относятся:

- выявление в максимально раннем периоде обучения детей группы риска (совместно со специалистами медицинского профиля) и назначение логопедической помощи на этапе обнаружения первых признаков отклонения речевого развития;

- организация логопедической коррекции в соответствии с выявленным нарушением перед началом обучения в школе; преемственность содержания и методов дошкольного и школьного образования и воспитания, ориентированных на нормализацию или полное преодоление отклонений речевого и личностного развития;

- получение начального общего образования в условиях образовательных организаций общего или специального типа, адекватного образовательным потребностям обучающегося и степени выраженности его речевого недоразвития;

- обязательность непрерывности коррекционно-развивающего процесса, реализуемого как через содержание предметных и коррекционно-развивающей областей и специальных курсов, так и в процессе индивидуальной/подгрупповой логопедической работы;

- создание условий, нормализующих/компенсирующих состояние высших психических функций, анализаторной, аналитико- синтетической и регуляторной деятельности на основе обеспечения комплексного подхода при изучении обучающихся с речевыми нарушениями и коррекции этих нарушений;

- координация педагогических, психологических и медицинских средств воздействия в процессе комплексного психолого- медико- педагогического сопровождения;

- получение комплекса медицинских услуг, способствующих устранению или минимизации первичного дефекта, нормализации моторной сферы, состояния высшей нервной деятельности, соматического здоровья;

- возможность адаптации основной общеобразовательной программы при изучении содержания учебных предметов по всем предметным областям с учетом необходимости коррекции речевых нарушений и оптимизации коммуникативных навыков учащихся;

- гибкое варьирование организации процесса обучения путем расширения/сокращения содержания отдельных предметных областей,

изменения количества учебных часов и использования соответствующих методик и технологий;

- индивидуальный темп обучения и продвижения в образовательном пространстве для разных категорий обучающихся с ТНР;

- постоянный (пошаговый) мониторинг результативности образования и сформированности социальной компетенции обучающихся, уровня и динамики развития речевых процессов, исходя из механизма речевого дефекта;

- применение специальных методов, приемов и средств обучения, в том числе специализированных компьютерных технологий, дидактических пособий, визуальных средств, обеспечивающих реализацию «обходных путей» коррекционного воздействия на речевые процессы, повышающих контроль за устной и письменной речью;

- возможность обучаться на дому и/или дистанционно при наличии медицинских показаний;

- профилактика и коррекция социокультурной и школьной дезадаптации путем максимального расширения образовательного пространства, увеличения социальных контактов; обучения умению выбирать и применять адекватные коммуникативные стратегии и тактики;

- психолого-педагогическое сопровождение семьи с целью ее активного включения в коррекционно-развивающую работу с ребенком; организация партнерских отношений с родителями.

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Адаптация АООП НОО предполагает введение четко ориентированных на удовлетворение особых образовательных потребностей обучающихся с ТНР коррекционных мероприятий и требований к результатам освоения обучающимися программы коррекционной работы. Обязательными условиями реализации АООП НОО обучающихся с ТНР являются логопедическое сопровождение

обучающихся, согласованная работа учителя-логопеда с учителем начальных классов с учетом особых образовательных потребностей обучающихся.

Программа коррекционной работы должна обеспечивать осуществление специальной поддержки освоения АООП НОО. Специальная поддержка освоения АООП НОО осуществляется в ходе всего учебно-образовательного процесса. Основными образовательными направлениями в специальной поддержке освоения АООП НОО являются: коррекционная помощь в овладении базовым содержанием обучения; коррекция нарушений устной речи, коррекция и профилактика нарушения чтения и письма; развитие сознательного использования языковых средств в различных коммуникативных ситуациях с целью реализации полноценных социальных контактов с окружающими; обеспечение обучающемуся успеха в различных видах деятельности с целью предупреждения негативного отношения к учебе, ситуации школьного обучения в целом, повышения мотивации к школьному обучению. В целях удовлетворения особых образовательных потребностей обучающихся с ТНР

программа коррекционной работы расширяется за счет включения индивидуально- ориентированного коррекционно-логопедического воздействия, сквозными направлениями которого выступают: работа по преодолению нарушений фонетического компонента речевой функциональной системы; фонологического дефицита и совершенствованию лексико- грамматического строя речи, связной речи, по профилактике и коррекции нарушений чтения и письма, по развитию коммуникативных навыков.

Программа коррекционной работы может предусматривать вариативные формы специального сопровождения обучающихся с тяжелыми нарушениями речи. Варьироваться могут содержание, организационные формы работы, степень участия специалистов сопровождения, что способствует реализации и развитию больших потенциальных возможностей обучающихся с ТНР и удовлетворению их особых образовательных потребностей. Коррекционная работа осуществляется в ходе всего учебно-воспитательного процесса, при изучении предметов учебного плана и на логопедических занятиях, проводимых на базе организованных при общеобразовательных организациях логопедических пунктах, где осуществляется коррекция нарушений устной речи, профилактика и коррекция нарушений чтения и письма, препятствующих полноценному усвоению программы по всем предметным областям, формированию полноценной речемыслительной деятельности. Достижение уровня речевого развития, оптимального для обучающегося, возможно при реализации вариативных форм логопедического воздействия (подгрупповые, индивидуальные логопедические занятия) с сохранением базового объема знаний и умений обучающихся в области общеобразовательной подготовки

МЕСТО ПРЕДМЕТА В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ

В учебном плане МАОУ «Слобода-Бешкильской СОШ» для обучающихся 4 класса с тяжелыми нарушениями речи на 2023-2024 учебный год на изучение учебного предмета «Адаптивная физическая культура» предусмотрено 68 часов: по 2 часа в неделю, 34 учебные недели.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Личностные результаты:

- 1) формирование основ российской гражданской идентичности, чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание своей этнической и национальной принадлежности; формирование ценностей многонационального российского общества; становление гуманистических и демократических ценностных ориентаций;
- 2) формирование целостного, социально ориентированного взгляда на мир в его органичном единстве и разнообразии природы, народов, культур и религий;
- 3) формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;
- 4) овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;

- 5) принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения;
- 6) развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, в том числе в информационной деятельности, на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;
- 7) формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- 8) развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- 9) развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;
- 10) формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям

Метапредметные результаты:

- 1) овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления;
- 2) освоение способов решения проблем творческого и поискового характера;
- 3) формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- 4) формирование умения понимать причины успеха (неуспеха) учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха;
- 5) освоение начальных форм познавательной и личностной рефлексии;
- 6) использование знаково-символических средств представления информации для создания моделей изучаемых объектов и процессов, схем решения учебных и практических задач;
- 7) активное использование речевых средств и средств информационных и коммуникационных технологий для решения коммуникативных и познавательных задач;
- 8) использование различных способов поиска (в справочных источниках и открытом учебном информационном пространстве сети Интернет), сбора, обработки, анализа, организации, передачи и интерпретации информации в соответствии с коммуникативными и познавательными задачами и технологиями учебного предмета; в том числе умение вводить текст с помощью клавиатуры, фиксировать (записывать) в цифровой форме измеряемые величины и анализировать изображения, звуки, готовить свое выступление и выступать с аудио-, видео- и графическим сопровождением; соблюдать нормы информационной избирательности, этики и этикета;
- 9) овладение навыками смыслового чтения текстов различных стилей и жанров в соответствии с целями и задачами; осознанно строить речевое высказывание в соответствии с задачами коммуникации и составлять тексты в устной и письменной формах;
- 10) овладение логическими действиями сравнения, анализа, синтеза, обобщения, классификации по родовидовым признакам, установления аналогий и

причинно-следственных связей, построения рассуждений, отнесения к известным понятиям;

11) готовность слушать собеседника и вести диалог; готовность признавать возможность существования различных точек зрения и права каждого иметь свою; излагать свое мнение и аргументировать свою точку зрения и оценку событий;

12) определение общей цели и путей ее достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;

13) готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества;

14) овладение начальными сведениями о сущности и особенностях объектов, процессов и явлений действительности (природных, социальных, культурных, технических и других) в соответствии с содержанием конкретного учебного предмета;

15) овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами;

16) умение работать в материальной и информационной среде начального общего образования (в том числе с учебными моделями) в соответствии с содержанием конкретного учебного предмета.

Предметные результаты:

1) формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека (физического, социального и психологического), о ее позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной учебы и социализации;

2) овладение умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т.д.);

3) формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данных мониторинга здоровья (рост, масса тела и другие), показателей развития основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости).

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Знания о физической культуре

Физическая культура. Физическая культура как система разнообразных форм занятий физическими упражнениями по укреплению здоровья человека. Ходьба, бег, прыжки, лазанье, ползание, ходьба на лыжах, плавание как жизненно важные способы передвижения человека.

Правила предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями: организация мест занятий, подбор одежды, обуви и инвентаря.

Из истории физической культуры. История развития физической культуры и первых соревнований. Особенности физической культуры разных народов. Ее связь с природными, географическими особенностями, традициями и обычаями народа. Связь физической культуры с трудовой и военной деятельностью.

Физические упражнения. Физические упражнения, их влияние на физическое развитие и развитие физических качеств. Физическая подготовка и ее связь с развитием основных физических качеств. Характеристика основных физических качеств: силы, быстроты, выносливости, гибкости и равновесия.

Физическая нагрузка и ее влияние на повышение частоты сердечных сокращений.

Способы физической деятельности

Самостоятельные занятия. Составление режима дня. Выполнение простейших закаливающих процедур, комплексов упражнений для формирования правильной осанки и развития мышц туловища, развития основных физических качеств; проведение оздоровительных занятий в режиме дня (утренняя зарядка, физкультминутки).

Самостоятельные наблюдения за физическим развитием и физической подготовленностью. Измерение длины и массы тела, показателей осанки и физических качеств. Измерение частоты сердечных сокращений во время выполнения физических упражнений.

Самостоятельные игры и развлечения. Организация и проведение подвижных игр (на спортивных площадках и в спортивных залах).

Физическое совершенствование

Физкультурно-оздоровительная деятельность.

Комплексы физических упражнений для утренней зарядки, физкульт-минуток, занятий по профилактике и коррекции нарушений осанки. Комплексы упражнений на развитие физических качеств. Комплексы дыхательных упражнений. Гимнастика для глаз.

Спортивно-оздоровительная деятельность.

Строевые упражнения и строевые приёмы. Лёгкая атлетика (беговые и прыжковые упражнения, бросание малого и большого мяча, метание). Гимнастика с основами акробатики (лазание, перелезание, ползание, висы, упоры,

акробатические упражнения, снарядная гимнастика, кувырки, перекувырки). Лыжная подготовка (лыжные ходы, повороты, подъёмы, спуски). Подвижные игры, элементы - спортивные игры (футбол, волейбол, баскетбол).

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Раздел/ тема	Количество часов
	Знания о физической культуре	В процессе урока
	Лёгкая атлетика	25
	Гимнастика с элементами акробатики	16
	Лыжная подготовка	11
	Подвижные игры с элементами спортивных.	16
Всего часов		68

ПРИЛОЖЕНИЕ 1

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Тема	Дата проведения	
		План	Факт
Легкая атлетика 16 ч			
1.	Правила ТБ на уроках легкой атлетики. <i>Твои физические способности (Знания о ФК)</i> Эстафета «Стартуют ВСЕ!»		
2.	Построение в шеренгу, колонну, выполнение строевых команд. Игра «Салки».		
3.	Разучивание специальных беговых упражнений. Бег 30м., челночный бег. Игра «Салки с домом».		
4.	Совершенствование техники челночного бега. Бег 3*10м. Игра «Гуси-лебеди»		
5.	Совершенствование строевых упражнений; прыжка в длину с места. Игра «Ловишка». Прыжок в длину с места. Игра «Жмурки».		
6.	Повторение метания мал. мяча на дальность с места и с трех шагов разбега. Игра «Метатели».		
7.	Бег 1 км без учета времени. Разучивание беговых упражнений в эстафете.		
8.	Бег на 30 м с высокого старта. Игра «Волк во рву»		
9.	Совершенствование перестроений в две шеренги, в две колонны. Игра «Море волнуется»		
10.	Обучение упражнениям с гимнастической палкой. Эстафеты с гимнастической палкой.		
11.	Повторение прыжка в длину с разбега способом «согнув ноги». Игра «Ноги на весу».		
12.	Совершенствование прыжков на одной и двух ногах; отжимание от пола; прыжка в длину с разбега способом «согнув ноги» . Игра «День и ночь»		
13.	Совершенствование прыжка в высоту с разбега способом «перешагивание». Игра «Ловишки с хвостиком»		

14.	Разучивание упражнений на гимнастических скамейках. Игра «Удочка» ИКТ		
15.	Совершенствование основных видов деятельности на полосе препятствий. Игра «Вороны и воробьи»		
16.	Совершенствование упражнений и заданий в парах; метание мал.мяча в цель. Игра «Чехарда»		
Гимнастика с элементами акробатики 16 ч			
17.	Техника безопасности при занятиях гимнастикой. Ловля и передача мяча на месте. Ведение мяча (правой, левой рукой) на месте, в движении по прямой (шагом). Игра «Мяч капитану». ИКТ		
18.	Совершенствование упражнений акробатики: группировка, перекаты. Игра «Увертывайся от мяча»		
19.	Совершенствование упражнения «стойка на лопатках»; кувырка вперед. Игра «Попади в обруч», «Мяч водящему».		
20.	Совершенствование упражнения «мост»; «стойка на лопатках». Игра «Кот и мышь»		
21.	Ведение мяча с изменением направления. Ловля и передача мяча в треугольниках. Броски в цель. Игра «Гонка мячей по кругу»		
22.	<i>Основные части тела человека. Основные внутренние органы. (Знания о ФК)</i>		
23.	Повторение строевых упражнений. Эстафета «Веревочка под ногами»		
24.	Совершенствование переката назад в группировке и кувырка назад. Игра «Хитрая лиса»		
25.	Висы, подъем прямых ног. Лазания по гимнастической стенке, по наклонной скамейке. Игра «Альпинисты»		
26.	Перелезание через горку матов и гимнастическую скамейку. Эстафета с гимнастическими элементами. Игра «Альпинисты»		
27.	Лазанье по гимнастической стенке, по наклонной скамейке. Игра «Альпинисты»		

28.	Совершенствование навыков перелезания через препятствие и ползания «по пластунски» Игра «Салки догонялки»		
29.	Освоение навыков равновесия стойка на носках, на одной ноге, ходьба по гимнастической скамейке. Лазанье по канату. Игра «Смена мест»		
30.	Упражнение на равновесие на бревне: ходьба различная, повороты. Лазанье по канату.		
31.	Упражнения на бревне: повороты на носках, ходьба выпадами. Лазанье по канату. Танцевальные упражнения «Шаг с прискоком»,		
32.	Стойка на двух и одной ноге с закрытыми глазами; на бревне на одной и двух ногах. Ходьба по рейке, гимнастической скамейке. Игра «Пройди бесшумно»		
Лыжная подготовка 11 ч			
33.	Техника безопасности при занятиях лыжной подготовкой. Совершенствование движение на лыжах ступающим и скользящим шагом по дистанции с переменной скоростью.		
34.	Совершенствование навыков ходьбы на лыжах с палками ступающим и скользящим шагом. Игра «Перестрелка»		
35.	Повторение попеременного двухшажного хода на лыжах с палками. Игра «Прокатись через ворота»		
36.	Повторение одновременного одношажного, бесшажного хода на 1 км. Игра «Подними предмет»		
37.	Обучение подъему способом «полуелочка»; закрепление подъема «елочкой», «лесенкой», спуска в высокой стойке, торможение «плугом» Прохождение дистанции 1.5 км в медленном темпе.		
38.	Разучивание одновременному двухшажному ходу. Прохождение дистанции 2км.		
39.	Совершенствование поворотов и торможений на лыжах; навыков передвижения одновременными ходами. Игра «Затормози до цели»		
40.	Совершенствование умения передвижения на лыжах с палками с чередованием ходов во время прохождения дистанции 2км		

41.	Повторение передвижение на лыжах «змейкой». Прохождение дистанции до 2.5км.		
42.	Совершенствование лыжных ходов, поворотов, подъемов, спусков, торможение.		
43.	Развитие скоростно-силовых качеств во время прохождения на лыжах 1.5км		
Подвижные игры с элементами спортивных 16 ч			
44.	Техника безопасности при занятиях спортивными играми. Разучивание ОРУ с большим мячом. Совершенствование броска и ловли мяча. Игра «Вышибалы»		
45.	Совершенствование бросков и ловли малого мяча. Разучивание игры «Чья команда быстрее осалит игроков»		
46.	Совершенствование навыков бросков и ловли малого, большого мяча; бросков в цель. Игра «Мяч среднему»		
47.	Совершенствование ведение мяча на месте и в движении по прямой, с изменением направления, «змейкой».		
48.	Совершенствование ведение мяча в движении приставными шагами правым и левым боком, спиной вперед. Игра «Мяч ловцу»		
49.	Обучение поворотам на месте с мячом в руках. Совершенствование ведение мяча в движении. Игра «Мяч ловцу»		
50.	Совершенствование баскетбольных упражнений с мячом в парах; ловля и передача мяча в движении; бросок в кольцо. Игра «Гонка мячей в колонне»		
51.	Повторение бросков набивного мяча разными способами. Игра «Вышибалы двумя мячами»	1	
52.	Разучивание эстафет с ведением, передачей мяча, броском в корзину.	1	
53	ПТБ на уроках с мячом. Повторение передачи волейбольного мяча в парах, броски и ловлю мяча через сетку. Игра «Перекинь мяч»	1	
54	Совершенствование бросков мяча через сетку разными способами. Игра «Выстрел в небо»	1	

55	Совершенствование ловли высоко летящего мяча. Взаимодействие в команде. Игра «Пионербол»	1	
56	Обучение положению рук и ног при приеме и передаче мяча сверху и снизу. Спортивный праздник «Растем со спортом!»	1	
57	Обучение упражнениям в парах: нижняя передача с собственным подбрасывание; прием снизу и передача после набрасывания партнером.	1	
58	Обучение нижней прямой подаче. Игра «Пионербол»		
59	<i>Скелет. Мышцы. Осанка. (Знания о ФК)</i>	1	
<i>Лёгкая атлетика 9 ч</i>			
60	Повторение ТБ по легкой атлетике. Повторение прыжка в длину с места. Игра «Пустое место»	1	
61	Совершенствование техники прыжка в длину с разбега. Игры-эстафеты с гимнастическими палками.	1	
62	Совершенствование техники прыжка в высоту с разбега способом «перешагивание».	1	
63	Совершенствование навыков выполнения упражнения на пресс: поднятие туловища из положения лежа на спине; прыжка в высоту с разбега	1	
64	Разучивание упражнений со скакалкой. Игра на внимание «Угадай кто ушел»	1	
65	Совершенствование навыков прыжков со скакалкой один и в тройках; техники прыжка в высоту способом «перешагивание».	1	
66	Совершенствование техники высокого, среднего и низкого старта. Бег на 30 м. Игра «Золотые ворота»	1	
67	Челночный бег 3*10 м. Эстафета с преодолением полосы препятствий. Игра малой подвижности «Ровным кругом».	1	
68	Метание мяча на дальность. Кросс по слабо пересеченной местности до 1км. Игра «Вызов номеров»	1	

