

муниципальное казенное общеобразовательное учреждение
«Глядянская средняя общеобразовательная школа»

Рассмотрено
на заседании ППк
Протокол № 1 от «30» августа 2023г.
Председатель ППк Т.Л. Кекулова
На заседании педагогического совета
Протокол № 1 от «31» августа 2023г.
Т.Н. Леонова

Утверждено
ИО директора МКОУ «Глядянская СОШ»
Т.Н. Леонова
Приказ № 164/1 от «31» августа 2023г.



**АДАПТИРОВАННАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА (Вариант 8.2)
НАЧАЛЬНОГО ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
ИНДИВИДУАЛЬНОГО ОБУЧЕНИЯ НА ДОМУ
коррекционно-развивающих занятий
АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА
для 2-го класса
0,5 часа в неделю (всего 17 часов)**

Составитель: Васильева Лариса Анатольевна,
высшей квалификационной категории

с. Глядянское, 2023г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Адаптированная программа коррекционно-развивающих занятий «Адаптивная физическая культура» составлена для обучающихся с расстройствами аутистического спектра (РАС) (вариант 8.2) в соответствии с требованиями ФГОС НОО обучающихся с ОВЗ, Федерального Закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».

Программа коррекционной работы для обучающихся с РАС позволяет:

- формировать у обучающихся с РАС адекватное учебное поведение и социально-бытовые навыки;
- преодолевать недостатки аффективной сферы и трудности во взаимодействии с окружающими;
- развивать средства вербальной и невербальной коммуникации; что способствует осмыслению, упорядочиванию и дифференциации индивидуального жизненного опыта обучающихся; упорядочиванию и осмыслению усваиваемых знаний и умений с исключением возможности их механического, формального накопления; развитию внимания обучающихся к эмоционально-личностным проявлениям близких взрослых и других обучающихся, понимания взаимоотношений, чувств, намерений других людей; развитие избирательных способностей обучающихся.

Содержание коррекционно-развивающих занятий «Адаптивная физическая культура» сочетается со всеми базовыми видами спорта, входящими в учебный предмет «Физическая культура. Адаптивная физическая культура» в общеобразовательной организации.

Цель коррекционно-развивающих занятий «Адаптивная физическая культура»: формирование устойчивых мотивов и потребностей в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических и психических качеств, творческом использовании средств физической культуры в организации здорового образа жизни.

Задачи коррекционно-развивающих занятий «Адаптивная физическая культура»:

- формирование культуры движений, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями;
- укрепление и сохранения здоровья, развитие основных физических качеств и повышение функциональных способностей организма.

Место коррекционно-развивающих занятий «Адаптивная физическая культура» в учебном плане: 0,5 ч. 1 раз в неделю во внеурочное время (всего 17ч.)

Планируемые результаты

Личностные результаты:

- развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение социальной роли обучающего;
- развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных игровых ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций во время игры в футбол;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.

Метапредметные результаты:

- определение общей цели и путей её достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной игровой деятельности;

- владение двигательными действиями и физическими упражнениями футбола и активное их использование в самостоятельно организованной физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельности.

Предметные результаты:

- формирование первоначальных представлений о развитии футбола, олимпийского движения;

- овладение умениями самостоятельно организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры на основе игры в футбол и т.д.);

- формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья (рост, масса тела и др.), показателями развития основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости);

- приобретение важных двигательных навыков, необходимых для игры в футбол;

- овладение основными терминологическими понятиями спортивной игры.

Содержание коррекционно-развивающих занятий

Тематическое планирование

Тематическое планирование		Характеристика и деятельность обучающихся
1. Знания о футболе (3ч.)		
1.1 Техника безопасности во время занятий. Правила игры в футбол. Развитие футбола в России и за рубежом.	1	Знать и соблюдать технику безопасности во время занятий. Знать историю развития футбола в мире и России. Применять правила игры в футбол для самостоятельных занятий.
1.2 Общее понятие о гигиене. Личная гигиена. Закаливание. Режим и питание спортсмена. Самоконтроль. Оказание первой медицинской помощи.	1	Знать и применять правила личной гигиены. Соблюдать режим дня и питания футболиста. Уметь оказывать первую медицинскую помощь при царапинах и ссадинах.
1.3 Комплексы упражнений для развития основных физических качеств футболиста.	1	Знать название упражнений для развития физических качеств футболиста различного амплуа. Отбирать и составлять комплекс упражнений для развития основных физических качеств футболиста.
2. Способы двигательной (физкультурной) деятельности (2ч.)		
2.1 Подготовка места занятий, выбор одежды и обуви для занятий футболом в зависимости от места	1	Уметь подбирать одежду, обувь для занятий футболом в зависимости от места проведения занятий. Организовывать и

проведения занятий. Подвижные игры с элементами футбола.		проводить подвижные игры с элементами футбола.
2.2 Оценка техники осваиваемых основных упражнений с футбольным мячом, способы выявления и устранения ошибок в технике выполнения упражнений.	1	Понимать выполнение основных упражнений с футбольным мячом. Описывать технику упражнений с футбольным мячом. Устранять ошибки в технике выполнения упражнений с футбольным мячом.
3. Физическое совершенствование (12ч.)		
3.1 Основные термины футбола. Приобретение двигательных навыков и технических навыков игры в футбол.	<u>1</u>	Знать и применять основные термины футбола в организации и проведении занятий по футболу.
3.2 Подвижные игры (без мяча и с мячом): «Спиной к финишу», «Мяч в стенку», «Передачи мяча с перебежками», «Точный удар», «Футбольный слалом», «Самый меткий», «В одни ворота», «Обгони мяч».	4	Организовывать и проводить подвижные игры. Выполнять игровые задания с футбольным мячом Моделировать игровые ситуации в атаке и защите. Проявлять самостоятельность в организации подвижных игр. Соблюдать правила подвижных игр.
3.3 Удары по мячу: внутренней стороной стопы, серединой подъема, внутренней частью подъема, внешней частью подъема, носком, удар-бросок стопой. Остановка мяча: внутренней стороной стопы, подошвой. Понятие о ведении мяча. Ведение мяча.	4	Осваивать знания об основных способах ударов по мячу. Знать и уметь выполнять простейшие упражнения технических действий. Следить за правильностью выполнения всех упражнений. Демонстрировать приобретённые знания и умения.
3.4 Техника игры вратаря. Стойка вратаря. Ловля мяча. Вбрасывание мяча из-за плеча, сбоку, снизу. Выбивание мяча ногой с рук.	3	Знать и уметь демонстрировать технику игры вратаря. Уметь выполнять технические элементы игры вратаря.

I. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

Учебно-методическая литература

1. Нестеровский, Д.И. Теория и методика спортивных игр: учебник для студентов учреждений высшего образования / Нестеровский Д.И., Железняк Ю.Д., Иванов В.А., Голенко А.В., Левин В.С. /9-е изд., стереотипное. М.; Издательский центр «Академия», 2014. 464 с.

2. Озолин, Н.Г. Современная система спортивной тренировки / Н. Г. Озолин. -М.: Физкультура и спорт, 2018. - 479 с.

Адреса порталов и сайтов в помощь учителю физической культуры

1. Упражнения с мячом, 4 видеоурока <http://pro100video.com>

2. Газета «Здоровье детей» Издательского дома «Первое сентября»<http://zdd.1september.ru/>.

3. Газета «Спорт в школе» Издательского дома «Первое сентября»
<http://spo.1september.ru/>

4. Олимпийская энциклопедия Журнал «Физкультура и спорт»
<http://www.fismag.ru/> <http://www.olimpizm.ru/>

