

государственное бюджетное общеобразовательное учреждение основного общего образования Самарской области
Отраденская основная общеобразовательная школа № 2 городского округа Отрадный Самарской области

«СОГЛАСОВАНО»

Заместитель директора по УВР:

Моисеева Н.Н.

Дата: 28.08.2022 г.

УТВЕРЖДЕНО:

Директор ГБОУ ООШ №2

Приказ № 176-09 от 29.08.2022 г.

В.В. Филиппова

**Адаптированная рабочая программа по физической культуре
для
обучающихся с РАС – (Вариант 8.1)
(7 класс - индивидуальное обучение на дому)**

_____ (полное наименование)

2022-2023 учебный год

(срок реализации)

СОСТАВИТЕЛИ (РАЗРАБОТЧИКИ)

Должность: учитель
Ф.И.О. Карпунина Т.В.

Аннотация к адаптированной рабочей программе
по физической культуре 7 класс
(Программа адаптирована для обучающихся с легкой умственной отсталостью (Вариант 8.1))

(полное наименование программы)

Нормативная база программы:	<ol style="list-style-type: none">1. Закон РФ «Об образовании в Российской Федерации» № 273-ФЗ от 29.12.2012;2. Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования (Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 декабря 2010 г. № 1897, в редакции приказа Министерства образования и науки РФ от 29.12.2014 г. № 1644, от 31 декабря 2015 г. № 1577);3. Примерная основная образовательная программа основного общего образования, одобренная решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию (протокол от 8 апреля 2015 г. № 1/15);4. Федеральный перечень учебников, рекомендованных (допущенных) Министерством образования и науки Российской Федерации к использованию в образовательном процессе в общеобразовательных организациях при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки РФ от 28 декабря 2018 года № 345 с изменениями и дополнениями.5. Федеральный перечень учебников, рекомендованных (допущенных) Министерством образования и науки Российской Федерации к использованию в образовательном процессе в общеобразовательных организациях при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки РФ от 31 марта 2014 года № 253 с изменениями и дополнениями.6. Перечень организаций, осуществляющих выпуск учебных пособий, которые допускаются к
-----------------------------	--

	использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования, утвержденный приказом Минобрнауки РФ от 09.06.2016 № 699; 7. Основная образовательная программа основного общего образования ГБОУ ООШ №2 г.о. Отрадный 8. Программа разработана на основе авторской программы Воронковой В.В.
Дата утверждения:	08.2022
Общее количество часов:	16ч
Уровень реализации:	Вид 8.1
Срок реализации:	2022 – 2023год
Автор(ы) рабочей программы:	Методическое объединение учителей начальной школы

Учебно-методический комплект 7 класса

Составляющие УМК	Название	Автор	Год издания	Издательство
Программа	«Программы специальной (коррекционной) образовательной школы для детей с умственной отсталостью»	Воронкова В.В	2013г	«Просвещение»

Место дисциплины в учебном плане

Предметная область	Предмет / Класс	Количество часов в неделю
		7
Физическая культура	Физическая культура	Обязательная часть (федеральный компонент)
		0,5

Планируемые результаты освоения учебного предмета, курса

7класс

№	Название раздела (темы)	Планируемые результаты		
		личностные	предметные	метапредметные
1.	Знания о физической культуре	<ul style="list-style-type: none"> • проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях; 	<ul style="list-style-type: none"> • <u>Ученик научится:</u> • планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры • <u>Ученик получит возможность научиться:</u> • представлять физическую культуру как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека; 	<p><u>Регулятивные:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Принимать и сохранять цель и учебную задачу; <p><u>Познавательные:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Осознавать познавательную задачу, воспринимать её на слух, решать её (под руководством учителя или самостоятельно); <p><u>Коммуникативные:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Слушать учителя, выполнять задания на слух
2.	Способы физкультурной деятельности	<ul style="list-style-type: none"> • проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей. 	<ul style="list-style-type: none"> • <u>Ученик научится:</u> • выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности; • <u>Ученик получит возможность научиться:</u> • характеризовать физическую нагрузку по показателю частоты пульса, регулировать ее напряженность во время занятий по развитию физических качеств; • проводить закаливающие процедуры способом обливания под душем; 	<p><u>Регулятивные:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • в сотрудничестве с учителем находить варианты решения учебной задачи; <p><u>Познавательные:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • работать с информацией, дополнительной литературой для расширения кругозора <p><u>Коммуникативные:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • оформлять свои мысли в устной форме
3.	Физическое совершенствование	<ul style="list-style-type: none"> • проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей. 	<ul style="list-style-type: none"> • <u>Ученик научится:</u> • выполнять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях. • <u>Ученик получит возможность научиться:</u> • составлять и выполнять комплексы общеразвивающих упражнений на развитие силы, быстроты, гибкости и координации; 	<p><u>Регулятивные:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • выполнять действия по намеченному плану, а также по инструкции <p><u>Познавательные:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • осуществлять под руководством учителя поиск нужной информации в соответствии с поставленной

задачей

Коммуникативные:

- принимать участие в диалоге, общей беседе, выполняя правила речевого поведения (не перебивать, выслушивать собеседника, стремиться понять его точку зрения и др.)

Тематическое планирование

7 класс

№	Название раздела (темы)	Основное содержание	Количество часов	Количество контрольных работ	Коррекционная работа
1	Знания о физической культуре	Физическая культура у древних народов Руси, связь ее содержания с их трудовой деятельностью. Физические упражнения, их разновидности и правила выполнения. Спортивные игры футбол, волейбол, баскетбол. Физическая нагрузка и ее влияние на повышение частоты сердечных сокращений.	2ч	0	<ul style="list-style-type: none"> • совершенствование жизненно – важных навыков и умений в ходьбе, беге, прыжках, лазании, метании; • коррекция и компенсация нарушений физического развития;
2	Способы физкультурной деятельности	Общеразвивающие упражнения. Основные положения и движения рук, ног, туловища и головы. Упражнения на дыхание. Упражнения для развития мышц кистей рук и пальцев.	6ч	0	<ul style="list-style-type: none"> • обучение физическим упражнениям из гимнастики, легкой атлетики и лыжных гонок, подвижным и спортивным играм; • развитие основных физических качеств: силы, быстроты, выносливости, координации и гибкости; • формирование общих представлений о физической культуре, ее значение в жизни человека, укрепления здоровья, физическом развитии и физической подготовленности;
3	Физическое совершенствование	Упражнения для укрепления мышц туловища, рук и ног. Упражнения для расслабления мышц. Упражнения, укрепляющие осанку. Упражнения для развития пространственно-временной ориентировки и точности движений, с гимнастическими палками, с набивными мячами.	8ч	0	<ul style="list-style-type: none"> • развитие интереса к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, утренней гимнастикой, физкультурминутками и подвижными играми; • обучение простейшим способам контроля за физической нагрузкой, отдельными показателями физического развития и физической подготовленности.
	Итого:		16ч	0	

