

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ЖЕМЧУЖИНСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ШКОЛА- ДЕТСКИЙ САД»
НИЖНЕГОРСКОГО РАЙОНА РЕСПУБЛИКИ КРЫМ**

РАССМОТРЕНО

Руководитель ШМО учителей

- предметников

_____/Ш.Д. Сулейманова/

протокол заседания №__1__

от 31.08.2022 г.

СОГЛАСОВАНО

Заместителем директора

МБОУ «Жемчужинская СОШДС»

_____/Дьолог Л.Н./

«01»_09_2022 г.

УТВЕРЖДЕНО

Приказом по школе

От 01.09.2022_№ 326

Директор МБОУ «Жемчужинская СОШДС»

_____/С.С. Василенко/

**Адаптированная рабочая учебная программа
по физической культуре для 2 класса
(индивидуальное обучение)
начального общего образования
8ч., 0,25 час в неделю**

Составитель программы:

Владыкина Людмила Михайловна,
учитель ИЗО, физической культуры
МБОУ «Жемчужинская СОШДС»

с. Жемчужина, 2022 г.

Адаптированная рабочая программа по физической культуре во 2 классе для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ), вариант 7.1, разработана на основе основополагающих документов современного Российского Образования.

- Федеральным государственным образовательным стандартом начального общего образования (далее – ФГОС), утвержденным приказом Министерства образования и науки РФ от 6.10.2009 №373 (с изм. от 26.10.2010, 22.09.2011, 18.12.2012, 29.12.2014, 18.05.2015, 31.12.2015)
- Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012г. № 273-ФЗ;
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 30 августа 2013 г. № 1015 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования» (зарегистрировано в Минюсте России 01.10.2013 № 30067);
- Приказ Министерства образования и науки РФ № 1598 от 19.12.2014 «Об утверждении федерального государственного стандарта начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья»
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 19 декабря 2014 г. № 1599 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 10 июля 2015 г. № 26 «Об утверждении СанПин 2.4.2.3286-15 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения и воспитания в организациях, осуществляющих образовательную деятельность по адаптированным основным общеобразовательным программам для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья»;

Адаптированная рабочая программа по физической культуре ориентирована на использование учебно – методического комплекта по предмету:

1.1.7.1.3.1 Лях В.И. Физическая культура 1 -4 классы, Издательство «Просвещение»

Адаптированная рабочая программа разработана с учетом психофизических возможностей, обучающихся с задержкой психического развития 2 класса.

Данная программа дает возможность детям с ОВЗ:

- освоить основную образовательную программу на доступном им уровне;
- повысить уровень личностного развития и образования;
- восполнить пробелы предшествующего обучения и воспитания;
- повысить уровень познавательной и эмоционально – личностной сферы.

и предусматривает:

- организацию без барьерной, развивающей предметной среды;
- создание атмосферы эмоционального комфорта;
- формирование взаимоотношений в духе сотрудничества и принятия особенностей и возможностей каждого ребенка

Физическая культура – обязательный учебный курс в общеобразовательных учреждениях. Предмет «Физическая культура» является основой физического воспитания школьников. Он включает в себя мотивацию и потребность в систематических занятиях физической культурой и спортом, овладение основными видами физкультурно-спортивной деятельности, разностороннюю физическую подготовленность.

Место учебного предмета в учебном плане.

Адаптированная рабочая программа по физической культуре 2 класс (вариант 7.1) рассчитана на 68часов в год, 2 часа в неделю.

Срок реализации адаптированной рабочей программы по физической культуре (вариант.7.1) – 1 год

**Планируемые результаты освоения учебного
предмета «Физическая культура»**

Личностные результаты:

- умение организовывать собственную деятельность, выбирать и использовать средства для достижения ее целей;
- умение активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей;
- умение доносить информацию в доступной, эмоционально-яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми.

Метапредметные результаты:

- выполнение требований по безопасности на занятиях физическими упражнениями;
- обнаружение ошибок при выполнении учебных занятий, отбор способов их исправления;
- умение сплотиться и взаимодействовать в коллективе класса, группы.

Предметные результаты:

- изложение фактов истории развития физической культуры в Древней Руси;
 - представление о том, какие существуют разновидности физических упражнений (общеразвивающие, подводящие, соревновательные);
 - представление о закаливании организма (обливании и душа);
 - бережно обращение с инвентарем и оборудованием, соблюдение техники безопасности к местам проведения занятий, игр и соревнований;
- измерение индивидуальных показателей физического развития, формирование основных физических качеств.

Содержание учебного предмета «Физическая культура» 2 класс

Легкая атлетика

Тестирование бега на 30 м с высокого старта. Техника челночного бега. Тестирование челночного бега 3 x 10 м. Техника метания мешочка на дальность. Тестирование метания мешочка на точность. Техника прыжка в длину с разбега. Прыжок в длину с разбега. Прыжок в длину с разбега на результат. Тестирование метания малого мяча на точность. Тестирование прыжка в длину с места. Преодоление полосы препятствий. Усложненная полоса препятствий. Прыжок в высоту с прямого разбега. Прыжок в высоту с прямого разбега на результат. Прыжок в высоту спиной вперед. Контрольный урок по прыжкам в высоту. Знакомство с мячами – хлопами. Прыжки на мячах – хопках. Броски набивного мяча от груди и способом «снизу». Бросок набивного мяча из-за головы на дальность. Тестирование прыжка в длину с места. Техника метания на точность (разные предметы). Тестирование метания малого мяча на точность. Беговые упражнения. Тестирование бега на 30 м с высокого старта. Тестирование челночного бега 3 X 10 м. Тестирование метания мешочка (мяча) на дальность. Бег на 1000 м.

Гимнастика с элементами акробатики

Упражнения на координацию движений. Тестирование наклона вперед из положения стоя. Тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 с. Тестирование подтягиваний на низкой перекладине из виса лежа согнувшись. Тестирование виса на время. Кувырок вперед. Кувырок вперед с трех шагов. Кувырок вперед с разбега. Усложненные варианты выполнения кувырка вперед. Стойка на лопатках, «мост». Круговая тренировка. Стойка на голове. Лазанье и перелезание по гимнастической стенке. Различные виды перелезаний. Вис завесом одной и двумя ногами на перекладине. Круговая тренировка. Прыжки в скакалку. Прыжки в скакалку в движении. Круговая тренировка. Вис согнувшись, вис прогнувшись на гимнастических кольцах. Переворот назад и вперед на гимнастических кольцах. Комбинация на гимнастических кольцах. Вращение обруча. Варианты вращения обруча. Лазанье по канату и круговая тренировка. Круговая тренировка. Тестирование виса на время. Тестирование наклона вперед из положения стоя. Тестирование подтягивания на низкой перекладине из виса лежа согнувшись. Тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 сек.

Подвижные и спортивные игры (на каждом уроке)

Подвижные игры. Подвижная игра «Кот и мыши». Ловля и броски малого мяча в парах. Подвижная игра «Осада города». Броски и ловля мяча в парах. Ведение мяча. Упражнения с мячом. Подвижные игры. Подвижная игра «Белочка – защитница». Броски и ловля мяча в парах. Броски мяча в баскетбольное кольцо способом «снизу». Броски мяча в баскетбольное кольцо способом «сверху». Ведение мяча и броски в баскетбольное кольцо. Эстафеты с мячом. Упражнения и подвижные игры с мячом. Круговая тренировка. Подвижные игры. Броски мяча через волейбольную сетку. Броски мяча через волейбольную сетку на точность. Контрольный урок по броскам мяча через волейбольную сетку. Подвижные игры для зала. Подвижная игра «Хвостики». Подвижная игра «Воробы - вороны». Подвижные игры с мячом. Подвижные игры.

Тематическое планирование учебного предмета «Физическая культура»

2 класс

Тема	Кол-во часов	Примечание
Лёгкая атлетика	4	Подвижные игры на каждом уроке
Гимнастика	2	Подвижные игры на каждом уроке
Спортивные игры	2	Подвижные игры на каждом уроке
Итого:	8	

Календарно -тематическое планирование по физической культуре, 2класс

№ п/п	Наименование раздела	Кол-во часов	Дата проведения	
	Тема урока		План.	Факт
Лёгкая атлетика (2ч)				
1	Первичный инструктаж. Обучить строевым упражнениям. Обучить технике бега на 30 м с высокого старта. Игра «Займи своё место».	1ч	12.09	
2	Провести тестирование прыжка в длину с места. Подвижная игра " Волк во рву».	1ч	10.10	
Гимнастика (2ч)				
3	Техника выполнения стойка на лопатках, мост. Подвижная игра "Волшебные елочки".	1ч	07.11	
4	Обучить прыжкам со скакалкой в движении. Подвижная игра "Горячая линия.»	1ч	05.12	
Спортивные игры (2ч)				
5	Разучить технику ведения мяча и броски в баскетбольное кольцо. Подвижная игра "Охотники и утки."	1ч	30.01	
6	Повторить технику броска набивного мяча от груди и способом «снизу».Подвижную игру «Точно в цель».	1ч	27.02	
Лёгкая атлетика (2ч)				
7	Провести тестирование метания малого мяча на точность. Подвижная игра «Земля, вода, воздух».	1ч	06.03	
8	Провести тестирование метания мяча на дальность. Подвижная игра «Бросай далеко, собирай быстрее».	1ч	03.04	