

Аннотация к рабочей программе по предмету «Адаптивная физкультура» 7 класс для учащихся с умеренной и тяжелой умственной отсталостью

Рабочая программа по предмету «Адаптивная физкультура» 7 класса для учащихся с тяжёлой и умеренной умственной отсталостью разработана на основе адаптированной программы: Программа обучения учащихся с умеренной и тяжелой умственной отсталостью / Л.Б. Баряева, Д.И. Бойков, В.И. Липакова и др.; Под.ред. Л.Б. Баряева, Н.Н. Яковлевой. – СПб.; ЦПК проф. Л.Б. Баряева, 2011.

Рабочая программа в соответствии с учебным планом на 2019-2020 учебный год рассчитана на 102 часа 3 час в неделю (исходя из 34 учебных недель в году).

Специфичность понятия «адаптивная физическая культура» выражается в дополняющем определении «адаптивная», что подчеркивает ее предназначение для людей с отклонениями в состоянии здоровья, включая школьников с выраженным недоразвитием интеллекта. Это предполагает, что физическая культура во всех ее проявлениях должна стимулировать позитивные реакции в системах и функциях организма, формируя тем самым необходимые двигательные координации, физические качества и способности, направленные на жизнеобеспечение, развитие и совершенствование организма учащегося. В соответствии с этим целью обучения данному предмету является освоение учащимися системы двигательных координаций, физических качеств и способностей, направленных на жизнеобеспечение, развитие и совершенствование его организма. Обучение организуется с учетом климатических и сезонных изменений в природе. На уроках формируются элементарные двигательные функции, выполняемые совместно с учителем, по подражанию его действиям, по образцу, а также первичные элементарные представления о здоровье и здоровом образе жизни, о безопасности движений во время занятий физической культурой и т. п.

В основу обучения положена система простейших физических упражнений, направленных на коррекцию дефектов физического развития и моторики, укрепление здоровья, выработку жизненно необходимых двигательных умений и навыков у учащихся с умеренной и тяжелой умственной отсталостью. Необходимо отметить, что учащиеся этой категории имеют значительные отклонения в физическом и двигательном развитии. Это сказывается на содержании и методике уроков адаптивной физической культуры. Замедленность психических процессов, конкретность мышления, нарушения памяти и внимания обуславливают чрезвычайную медлительность образования у них двигательных навыков.

Учитывая вышесказанное, под физическим развитием учащихся с умеренной и тяжелой умственной отсталостью следует понимать даже элементарные сдвиги и изменения в двигательной деятельности, которые происходят в результате формирования элементарных двигательных представлений и связанных с ними логических операций.

Цель: Создать условия для освоения учащимися системы двигательных координаций, физических качеств и способностей, направленных на жизнеобеспечение, развитие и совершенствование организма.

Задачи обучения:

образовательные:

-знакомство с понятийным аппаратом (название движений, действий);

-освоение последовательности движений без предметов, с предметами (мячами, гимнастическими палками и т. п.), а также правилам безопасности при этом;

-изучение подвижных и спортивных игр;

Коррекционно- развивающие:

- развитие осознанного отношения к выполнению движений;

- развитие адекватного поведения во время занятий физическими упражнениями с элементами спортивных;

- развитие вербального и невербального общения, необходимых в подвижных и спортивных играх и других ситуациях, возникающих во время уроков;

воспитательные:

- воспитание нравственных качеств, приучения к дисциплинированности,

организованности, ответственности, элементарной самостоятельности;

- воспитание потребности соблюдения основ личной гигиены и здорового образа жизни;

Используемые технологии:

-информационные;

-объяснительно-иллюстративные;

-здоровье - берегающие;

-модульные;

-личностно-ориентированные;

-игровые.

Основные методы организации учебного процесса:

Для достижения поставленной цели и реализации задач предмета используются следующие методы обучения.

-Наглядный:

-наглядно-слуховой прием;

-наглядно-зрительный прием.

-Словесный

-Практический

При использовании практического метода (многократное выполнение конкретного движения) предварительно «отрабатывается» в подводящих, подготовительных упражнениях элементы бега, прыжков, подпрыгиваний, манипуляций с предметами и т.д., а затем они включаются в игры.

Формы организации образовательного процесса

Основная форма организации учебного процесса – урок. В планировании учебного материала, а также в зависимости от цели урока используются следующие типы и формы проведения уроков.

-Уроки «открытия» нового знания

Деятельностная цель: формирование у учащихся умений реализации новых способов действия.

Содержательная цель: расширение понятийной базы за счет включения в нее новых элементов.

-Уроки рефлексии

Деятельностная цель: формирование у учащихся способностей к рефлексии коррекционно-контрольного типа и реализации коррекционной нормы (фиксирование собственных затруднений в деятельности, выявление их причин, построение и реализация проекта выхода из затруднения и т.д.).

Содержательная цель: закрепление и при необходимости коррекция изученных способов действий.

-Урок общеметодологической направленности

Деятельностная цель: формирование у учащихся деятельностных способностей и способностей к структурированию и систематизации изучаемого предметного содержания.

Содержательная цель: построение обобщенных деятельностных норм и выявление теоретических основ развития содержательно-методических линий курсов.

-Урок развивающего контроля

Деятельностная цель: формирование у учащихся способностей к осуществлению контрольной функции. Содержательная цель: контроль и самоконтроль изученных понятий и алгоритмов.

Основные требования к знаниям, умениям и навыкам учащихся

Учащиеся должны знать: правила поведения в спортивном зале при выполнении физических упражнений .

-Что значит « шеренга», « колонна», « круг»

-Что такое ходьба, бег, прыжки, метание

-название спортивного инвентаря.

-меры предупреждения травматизма на занятиях физкультурой.

Учащиеся должны уметь : выполнять команду « Становись!»

-Строиться в шеренгу, в колонну

-Держать мячи, обручи

-Выполнять инструкции и команды учителя

-Ходить в колонне по одному, строиться в одну шеренгу, ходить по гимнастической скамейке, выполнять ОРУ

-Чередовать ходьбу с бегом

-Подпрыгивать на одной и двух ногах

-Мягко приземляться при прыжках

-Целенаправленно действовать в подвижных играх под руководством учителя. Знать правила игр.

-Передвигаться на лыжах .

Содержание предмета

Физическая подготовка.

Построение и перестроение: -закрепление навыков построений и перестроений ,обучение перестроению из одной шеренги в две.

Общеразвивающие и корригирующие упражнения.

-дыхательные упражнения, упражнения на расслабление мышц ,основные положения движения головы, упражнения на развитие точности и координации движений. упражнения на формирование правильной осанки.

-*Ходьба и упражнения в равновесии:* ходьба по гимнастической скамейке ,ходьба по массажной дорожке, ходьба в колонне с движением рук. ходьба спиной вперед. Ходьба по линии баскетбольной разметки. Упражнения для развития движений рук, ног, туловища.

-*Прыжки* : прыжки на двух ногах в движении, прыжки на месте с одной ноги на другую., прыжки через скакалку разными способами, прыжки через большой обруч.

-*Бег* :бег по нарисованной линии ,бег змейкой, бег на месте с использованием напольных тренажеров,

-Упражнения с использованием модульных наборов.

-*Ползание и лазание* ; ползание на четвереньках ,лазание по гимнастической стенке; упражнения ,сочетающие ползание с другими движениями.

Броски ,ловля,метание : метание мячей ,перебрасывание мячей друг другу ,перекладывание мяча из руки в руку, прокатывание мяча по столу,

Коррекционно-подвижные игры.

«Бросайка», «Слушай и бросай», «Попади в корзину»

«Брось колечко», «Передай мяч», «Кто больше», «Мяч над собой», «Снежки»

Игры на внимание : «Слушай сигнал», «Светофор»

Элементы спортивных упражнений и спортивных игр.

Футбол ;обучение ударам по мячу, совершенствование приемов передачи и отбивание мяча

Теннис : набивание шарика теннисной ракеткой. ловля шарика рукой после подбрасывания его.

Бадминтон : удары по волану, подбрасывание волана.

Пионербол ; броски мяча одной рукой, ловля мяча двумя руками .броски мяча двумя руками через сетку

Лыжная и велосипедная подготовка.

Передвижение ступающим и скользящим шагом. Ознакомить с попеременно 2хшажным ходом . Подъем «лесенкой», «елочкой»

Поворот переступанием вокруг пяток и носок лыж стоя на месте. Торможение «плугом»

Катание на санках. Игры на снегу.

Катание на велосипеде. Сюжетно-дидактические игры на формирование основ безопасности жизнедеятельности. (безопасная езда на велосипеде для себя и окружающих, соблюдение правил дорожного движения).

Критерии оценивания учащихся с тяжелой и умеренной умственной отсталостью:

Обучение детей с умеренной степенью умственной отсталости, сложным дефектом делится на несколько образовательных этапов, целью каждого из которых является переход от достигнутого ребенком успеха к тому, что ещё предстоит ему освоить.

Наиболее значимыми этапами являются:

- Действие выполняется взрослым (ребенок пассивен, позволяет что-либо делать с ним);
- Действие выполняется ребенком со значительной помощью взрослого;
- Действие выполняется ребенком с частичной помощью взрослого;
- Действие выполняется ребенком по последовательной инструкции (изображения или вербально);
- Действие выполняется ребенком по подражанию или по образцу;
- Действие выполняется ребенком полностью самостоятельно.

Норма оценивания при освоении обучающимся адаптированных образовательных программ (относится только к категории обучающихся 2 уровня):

Оценка «1», «2» – не ставится.

Оценка «3» - выполнение задания в сопряжённом режиме, хотя не наблюдается стойких позитивных изменений (динамика нестабильная, неравномерная)

Оценка «4» – частичное, избирательное усвоение материала.

Оценка «5» – способность самостоятельно по образцу выполнять задания.

Список используемой методической литературы.

1. Аксенова О. Э. Адаптивная физическая культура в школе. Начальная школа/ О. Э. Аксенова, С. П. Евсеев// Под общей редакцией С.Евсеева, М-2014
2. Баряева Л.Б. Программа образования учащихся с умеренной и тяжелой умственной отсталостью. Спб ЦДК. 2015.
3. Баряева Л. Б., Гаврилушкина О. П., Зарин А., Соколова Н. Д. Программа воспитания и обучения дошкольников с интеллектуальной недостаточностью. — СПб.: КАРО, 2016.
4. Горская И. Ю. Координационные способности школьников с нарушением интеллекта. Учебное пособие / И. Ю. Горская, Т. В. Синельникова.- Омск, Сиб ГАФК, 2013
5. Евсеев С.ТТ., Шапкова Л. В. Адаптивная физическая культура. — М.: Советский спорт, 2015.
6. Коррекционные подвижные игры и упражнения для детей с нарушениями развития/ Под общей редакцией проф. Л. В. Шапковой, М.: Советский спорт, 2013