

**Рабочая программа учебного предмета «Физическая (адаптивная) культура» для 1 - 4 классов (6 лет обучения) АООП обучающихся с РАС  
вариант 8.3**

**1. Пояснительная записка**

Рабочая программа учебного предмета «Физическая(адаптивная) культура» составлена в соответствии с нормативными документами:

- Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. N 273-ФЗ (ред. от 30.12.2021) «Об образовании в Российской Федерации»;

- Федеральный закон от 31 июля 2020 г. № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся»

- Приказ Министерства образования и науки РФ от 19 декабря 2014 г. № 1598 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья»;

- Приказ Министерства образования и науки РФ от 19 декабря 2014 г. № 1599 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)»;

- Письмо Минпросвещения России от 20 февраля 2019 г. № ТС-551/07 «О сопровождении образования обучающихся с ОВЗ и инвалидностью»;

- Приказ Минпросвещения России от 24 ноября 2022 г. № 1023 «Об утверждении федеральной адаптированной образовательной программы начального общего образования для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья»;

- Приказ Минпросвещения России от 24 ноября 2022 г. № 1026 «Об утверждении федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)»;

● Учебный план МАОУ инженерно-технологической школы № 27 г. Липецка

● Приказ Министерства просвещения РФ от 21.09.2022 №858 «Об утверждении федерального перечня учебников, допущенных к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования, осуществляющими образовательную деятельность, и установлении предельного срока использования исключённых учебников».

● Адаптированная основная образовательная программа начального общего образования обучающихся с расстройствами аутистического спектра МАОУ инженерно-технологическая школа № 27

**Цель:** создание условий для овладения знаниями об основах физической(адаптивной) культуры и здоровом образе жизни, для формирования жизненно важных двигательных умений и навыков, расширение индивидуальных двигательных возможностей, социальная адаптация.

**Задачами учебного предмета являются:**

- укрепление здоровья, улучшение осанки, содействие гармоническому физическому развитию;
  - развитие координационных способностей;
  - формирование простейших знаний о личной гигиене, режиме дня;
  - приобщение к самостоятельным занятиям (дома), подвижным играм;
  - воспитание морально-волевых качеств;
  - воспитание устойчивого интереса к двигательной активности;
  - обучение детей правилам поведения во время занятий физическими упражнениями;
  - развитие умения контролировать уровень своей двигательной подготовленности.
- коррекция нарушений физического развития.

### **Задачи учебного предмета 1 класса:**

- формирование и воспитание гигиенических навыков при выполнении физических упражнений;
- формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни.

### **Задачи учебного предмета 2 класса:**

- поддержание устойчивой физической работоспособности на достигнутом уровне;
- формирование познавательных интересов, сообщение доступных теоретических сведений по физической (адаптивной) культуре.

### **Задачи учебного предмета 3 класса:**

- воспитание устойчивого интереса к занятиям физическими упражнениями;
- воспитание нравственных, морально-волевых качеств (настойчивости, смелости), навыков культурного поведения.

### **Задачи учебного предмета 4 класса:**

- коррекция недостатков психического и физического развития с учетом возрастных особенностей обучающихся, предусматривает: обогащение чувственного опыта;
- коррекцию и развитие сенсомоторной сферы;
- формирование навыков общения, предметно-практической и познавательной деятельности.

### **Образовательные технологии:**

игровые, здоровье сберегающие, информационно-коммуникационные, проблемно-поисковые, развивающие, личностно-ориентированные, технологии разноуровневого и дифференцированного обучения.

### **Методы и формы контроля образовательных достижений.**

В процессе изучения предмета «физическая(адаптивная) культура» используются следующие формы **текущего** контроля: устный опрос,

выполнение упражнений и заданий; **промежуточного** контроля: тестирование.

## **2.Общаяхарактеристика учебного предмета**

Физическое воспитание - неотъемлемая часть комплексной системы учебно-воспитательной работы в школе для детей с нарушениями интеллекта. Оно направлено на решение образовательных, воспитательных, коррекционно-компенсаторных и лечебно-оздоровительных задач.

Физическое воспитание осуществляется в тесной связи с умственным, нравственным, эстетическим воспитанием и трудовым обучением, занимает одно из ведущих мест в подготовке учащихся с нарушениями интеллекта к самостоятельной жизни и производственному труду. Физическое воспитание способствует формированию положительных личностных качеств, является одним из средств успешной социальной интеграции детей в общество.

Двигательная недостаточность учащихся особенно возрастает при выполнении точно дозированных мышечных усилий, при перекрестной координации движений, пространственно-временной организации моторного акта.

К характеристике физического развития добавляется недоразвитие интеллекта, в частности речи, что в свою очередь приводит к недостаточному осмыслению речевых инструкций и заданий, что требует дополнительного внимания учителя физкультуры как при организации учебной работы, так и спортивно-массовых внеклассных мероприятий с детьми.

Следует отметить, что среди учащихся имеются дети с хорошо развитой моторикой. Это обуславливает необходимость учета и реализации строго дифференцированного и индивидуального подхода в обучении.

### 3. Описание места учебного предмета в учебном плане

Согласно учебному плану МАОУ инженерно-технологическая школа № 27 г. Липецка

Год обучения	Кол-во часов неделю	Кол-во учебных недель	Всего часов за учебный год
1 класс ( 1 год обучения)	3	33	99
1 класс ( 2 год обучения)	3	33	99
1 класс (3 год обучения)	3	33	99
2 класс	3	34	102
3 класс	3	34	102
4класс	3	34	102

### 4. Ценностные ориентиры содержания учебного предмета:

Система национальных ценностей создает смысловую основу пространства духовно-нравственного развития личности. Ценности - это положительные значения объектов материального и духовного мира, закрепленные в определенных социальных, культурных и религиозных традициях, передаваемых от поколения к поколению. Ценности проявляются в убеждениях, сознательных действиях, вере, совести, нравственной жизни и моральных поступках, в различении добра и зла, хорошего и плохого. Они являются регуляторами сознания и деятельности, определяют жизнь семейную, общественную и государственную. Ценности задают общепризнанные правила поведения и через них - структуру общества, характер отношений внутри него. Духовно-нравственное развитие личности

обучающегося осуществляется в педагогически организованном процессе осознанного принятия школьником ценностей:

- семейной жизни;
- культурно - регионального сообщества;
- культуры своего народа, компонентом которой может быть система ценностей одной из традиционных российских религий;
- российской гражданской нации;
- мирового сообщества.

Ценностные установки духовно-нравственного развития обучающихся согласуются с традиционными источниками нравственности:

- патриотизм: любовь к Родине, своему краю, своему народу, служение Отечеству;
- социальная солидарность: свобода личная и национальная; доверие к людям, институтам государства и гражданского общества; справедливость; милосердие; честь; достоинство;
- гражданственность: долг перед Отечеством, правовое государство; гражданское общество; закон; правопорядок; поликультурный мир; свобода совести и вероисповедания;
- семья: любовь и верность; здоровье и благополучие; почитание родителей; забота о старших и младших; забота о продолжении рода;
- труд и творчество: творчество и созидание; целеустремленность и настойчивость; трудолюбие; бережливость;
- наука: познание; истина; научная картина мира; экологическое сознание;
- традиционные российские религии: культурологические представления о религиозных идеалах;
- искусство и литература: красота; гармония; духовный мир человека; нравственный выбор; смысл жизни, эстетическое развитие;
- природа: жизнь; родная земля; заповедная природа; планета Земля;

•человечество: мир во всем мире; многообразие и культур и народов; прогресс человечества; международное сотрудничество.

Целью адаптивной физической культуры является повышение двигательной активности детей и обучение использованию полученных навыков в повседневной жизни.

Основные задачи: формирование и совершенствование основных и прикладных двигательных навыков; формирование туристических навыков, умения кататься на велосипеде, ходить на лыжах, плавать, играть в спортивные игры; укрепление и сохранение здоровья детей, профилактика болезней и возникновения вторичных заболеваний.

Программа по адаптивной физической культуре включает 5 разделов: «Плавание», «Спортивные и подвижные игры», Лыжная подготовка».

## **5. Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения предмета.**

### **Личностные результаты включают:**

- формирование представления о себе;
- формирование представлений о собственных возможностях;
- овладение начальными навыками адаптации в новом социальном пространстве;
- овладение элементарными социально-бытовыми умениями, используемыми в повседневной жизни;
- формирование начальных навыков коммуникации и знакомство с принятыми нормами социального взаимодействия;
- формирование способности к принятию социального окружения, формирование умения определить свое место в нем, принятие ценностей и социальных ролей, соответствующих индивидуальному развитию ребенка;

- формирование социально значимых мотивов учебной деятельности;
- формирование навыков сотрудничества со взрослыми, сверстниками в разных социальных ситуациях;
- формирование эстетических потребностей, чувств;
- формирование этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни;
- формирование элементарных навыков готовности к самостоятельной жизни.

### **Формирование базовых учебных действий**

*Личностные учебные действия* обеспечивают готовность ребенка к принятию новой роли ученика, понимание им на доступном уровне ролевых функций и включение в процесс обучения на основе интереса к его содержанию и организации.

*Коммуникативные учебные действия* обеспечивают способность вступать в коммуникацию с взрослыми и сверстниками в процессе обучения.

*Регулятивные учебные действия* обеспечивают успешную работу на любом уроке и любом этапе обучения. Благодаря им создаются условия для формирования и реализации начальных логических операций.

*Познавательные учебные действия* представлены комплексом начальных логических операций, которые необходимы для усвоения и использования знаний и умений в различных условиях, составляют основу для дальнейшего формирования логического мышления школьников.

Умение использовать все группы действий в различных образовательных ситуациях является показателем их сформированности

*Личностные учебные действия:*



- осознание себя как ученика, заинтересованного посещением школы, обучением, занятиями, как члена семьи, одноклассника, друга;
- способность к осмыслению социального окружения, своего места в нем, принятие доступных для понимания ценностей и социальных ролей;
- положительное отношение к окружающей действительности, готовность к организации взаимодействия с ней и эстетическому ее восприятию;
- целостный, социально ориентированный взгляд на мир в единстве его природной и социальной частей;
- самостоятельность в выполнении учебных заданий, поручений, договоренностей;
- понимание личной ответственности за свои поступки на основе представлений об этических нормах и правилах поведения в современном обществе;
- готовность к безопасному и бережному поведению в природе и обществе.

*Коммуникативные учебные действия включают следующие умения:*

- вступать в контакт и работать в коллективе (учитель–ученик, ученик–ученик, ученик–класс, учитель–класс);
- использовать принятые ритуалы социального взаимодействия с одноклассниками и учителем;
- обращаться за помощью и принимать помощь;
- слушать и понимать инструкцию к учебному заданию в разных видах деятельности и быту;
- сотрудничать с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях; доброжелательно относиться, сопереживать, конструктивно взаимодействовать с людьми;
- договариваться и изменять свое поведение в соответствии с объективным мнением большинства в конфликтных или иных ситуациях

взаимодействия с окружающими.

*Регулятивные учебные действия включают следующие умения:*

- адекватно соблюдать ритуалы школьного поведения (поднимать руку, вставать и выходить из-за парты и т. д.);
- принимать цели и произвольно включаться в деятельность, следовать предложенному плану и работать в общем темпе;
- активно участвовать в деятельности, контролировать и оценивать свои действия и действия одноклассников;
- соотносить свои действия и их результаты с заданными образцами, принимать оценку деятельности, оценивать ее с учетом предложенных критериев, корректировать свою деятельность с учетом выявленных недочетов.

*К познавательным учебным действиям относятся следующие умения:*

- выделять некоторые существенные, общие и отличительные свойства хорошо знакомых предметов;
- устанавливать видо-родовые отношения предметов;
- делать простейшие обобщения, сравнивать, классифицировать на наглядном материале;
- пользоваться знаками, символами, предметами-заместителями; читать; писать; выполнять арифметические действия;
- наблюдать под руководством взрослого за предметами и явлениями окружающей действительности;
- работать с несложной по содержанию и структуре информацией (понимать изображение, текст, устное высказывание, элементарное схематическое изображение, таблицу, предъявленных на бумажных и электронных и других носителях).

**Предметные результаты:**

**1 класс**

### **Минимальный:**

*Теоретические сведения:* формирование первоначальных представлений о значении физической(адаптивной) культуры для укрепления здоровья человека; формирование навыка наблюдения за своим физическим состоянием; иметь представление о показателях развития основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости).

#### *Практический материал:*

- уметь выполнять простые инструкции учителя;
- иметь представление о видах двигательной деятельности;
- уметь выполнять комплекс упражнений по показу и словесной инструкции учителя;
- овладение начальными двигательными навыками бега, прыжков и метания.

### **Достаточный:**

*Теоретические сведения:* формирование первоначальных представлений о значении физической(адаптивной) культуры для укрепления здоровья человека; формирование навыка наблюдения за своим физическим состоянием; иметь представление о показателях развития основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости); правила ТБ; о важности выполнения разминки;

#### *Практический материал:*

- уметь выполнять команды учителя по словесной инструкции;
- уметь выполнять комплекс упражнений самостоятельно;
- овладение навыками подвижных игр.
- уметь: выполнять упражнения для разминки; сочетать дыхание с движением во время бега; держать постоянный темп в беге; пробежать от 100 м до 200 м без остановки.

## **2 класс**

### **Минимальный уровень:**

- уметь выполнять простые инструкции учителя;
- иметь представление о видах двигательной деятельности;
- уметь выполнять комплекс упражнений с помощью учителя.

### **Достаточный уровень:**

- уметь выполнять команды учителя;
- уметь выполнять комплекс упражнений самостоятельно к концу учебного года;
- овладение двигательными навыками бега, прыжком и метания;
- овладение навыками элементов спортивных игр.

## **3 класс**

### **Минимальный уровень:**

- уметь выполнять инструкции учителя;
- иметь представление о видах двигательной деятельности;
- уметь выполнять комплекс упражнений с помощью учителя;
- уметь подавать строевые команды.

### **Достаточный уровень:**

- уметь выполнять команды учителя;
- уметь выполнять комплекс упражнений самостоятельно к концу учебного года;
- уметь выполнять строевые команд учителя;
- овладение двигательными навыками бега, прыжком и метания;
- овладение навыками элементов спортивных игр;
- уметь играть в команде учебные игры.

## **4 класс**

### **Минимальный уровень:**

- уметь выполнять инструкции учителя;
- иметь представление о видах двигательной деятельности;
- уметь выполнять комплекс упражнений с помощью учителя;
- уметь подавать строевые команды.

### **Достаточный уровень:**

- уметь выполнять команды учителя;
- уметь выполнять комплекс упражнений самостоятельно к концу учебного года;
- уметь выполнять строевые команды учителя;
- овладение двигательными навыками бега, прыжком и метания;
- овладение навыками элементов спортивных игр;
- уметь играть в команде учебные игры;

*Виды деятельности учащихся, направленные на достижение результата:*

#### **I – виды деятельности со словесной (знаковой) основой:**

1. Слушание объяснений учителя.
2. Соблюдение правил Т.Б.
3. Практическая работа по выполнению физических упражнений.
4. Выполнение заданий по разграничению понятий.

#### **II – виды деятельности на основе восприятия элементов действительности:**

1. Наблюдение за показом учителя.
2. Объяснение выполняемых физических упражнений.
3. Анализ проблемных ситуаций.

#### **III – виды деятельности с практической (опытной) основой:**

1. Работа со спортивным инвентарем.
2. Выполнение работ практикума (тестирование)

## **Формы организации учебных занятий.**

*Основная форма проведения:* урок.

*Оценочный инструментарий:* материалы тестирования входят в содержание учебного предмета.

## **6.Содержание учебного предмета.**

Программа по физкультуре для 1- 4 классов структурно состоит из следующих разделов: *гимнастика, легкая атлетика, подвижные и коррекционные игры, элементы спортивных игры, для 4-х классов- пионербол.* А такой раздел как лыжная подготовка не проводится в виду отсутствия материально- технической базы для занятий лыжной подготовкой. Часы занятий, предусмотренные программой на данный вид распределены между ранее указанными разделами программы.

Такое распределение материала позволяет охватить основные направления физкультуры как учебного предмета в школе с учетом климатических условий. Вместе с тем предлагаемая структура и содержание разделов не ограничивают учителя физкультуры в том, чтобы дополнить или изменить содержание программы в тех или иных ее разделах в соответствии с климатическими особенностями региона, этнонациональными и культурными традициями.

Учащиеся, отнесенные по состоянию здоровья к подготовительной и специальной медицинской группе, от общих занятий не освобождаются, а занимаются на уроке со всеми. К ним применяется индивидуальный подход.

*Знания о физической(адаптивной) культуре*

Чистота одежды и обуви. Правила утренней гигиены и их значение для человека. Правила поведения на уроках физической(адаптивной) культуры (техника безопасности). Чистота зала, снарядов.Значение физических упражнений для здоровья человека. Формирование понятий: опрятность,

аккуратность. Физическая нагрузка и отдых. Физическое развитие. Осанка. Физические качества. Понятия о предварительной и исполнительной командах. Предупреждение травм во время занятий. Значение и основные правила закаливания.

## **7. Тематическое планирование**

### **1 класс**

#### **ГИМНАСТИКА**

*Теоретические сведения:* Одежда и обувь гимнаста. Элементарные сведения о гимнастических снарядах и предметах. Правила поведения на уроках гимнастики. Понятия: колонна, шеренга, круг. Элементарные сведения о правильной осанке, равновесии.

#### **Практический материал:**

*Построения и перестроения.* Построение в одну шеренгу, равнение по линии. Перестроение из одной шеренги в круг, взявшись за руки. Размыкание в шеренге на вытянутые руки. Построение в колонну по одному, равнение в затылок. Выполнение команд: «Сесть!», «Встать!», «Пошли!», «Побежали!», «Остановились!», «Повернулись!»

*Лазания и перелазания.* Переползание на четвереньках по ковру, по гимнастической скамейке. Перелазания через препятствия. Ходьба по гимнастической скамейке с различным положением рук, перелазание сквозь гимнастические обручи

*Упражнения на равновесие:* ходьба по начерченному коридору шириной 20 см. стойка на носках, ходьба по доске положенной на пол. Ходьба по гимнастической скамейке с различными положениями рук. Стойка на одной ноге. Кружение переступанием в медленном темпе. Передача и переноска предметов, гимнастических палок и т.д.

#### **ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ**

**Теоретические сведения:** элементарные сведения о правилах игр и проведении во время игр.

**Практический материал:** коррекционные игры, игры с элементами общеразвивающих упражнений, игры с бегом и прыжками, игры с бросанием, ловлей, метанием.

#### **Примерная тематика**

**Коррекционные игры:** «Наблюдатель», «Смекалистый», «Палочник и палочки», «Стой прямо», «Иди прямо», «По канату».

**Игры с элементами общеразвивающих упражнений:** «Совушка», «Мы солдаты», «Слушай сигнал», «Удочка».

**Игры с бегом и прыжками:** «Веселая эстафета», «Филин и пташки», «Мячик кверху».

**Игры с бросанием, ловлей и метанием:** «Метко в цель», «Догони мяч», «Кого называли, тот и ловит».

### **ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА**

**Теоретические сведения:** правила техники безопасности на уроке л/а (в беге – не выходить на чужую «дорожку», не держать, не толкать «соперника»; в метании – не выполнять метание без команды учителя, не стоять в секторе метания во время метания, не стоять в стороне метаемой руки, выполняемого метание; в прыжках – не выполнять прыжок без команды учителя, не прыгать на не разрыхленный песок; краткая информация о беге, прыжках, метании (в цель и на дальность), основные требования к выполнению бега, прыжков, метания.

**Практическая материал:** беговые ускорения из любого стартового положения; ознакомление с высоким стартом; с низким стартом; бег 30 м с высокого старта; прыжки в длину с места; метание т/м из-за головы в стенку, метание т/м в цель; метание м/м на дальность с места и 3-х шагового разбега.

### **ЛЫЖНАЯ ПОДГОТОВКА**

#### **Теоретические сведения**



Сведения о видах лыж. Занятия на лыжах как средство закаливания организма.

### Практический материал

Стойка лыжника. Длительная ходьба.

### Основные требования к знаниям и умениям учащихся

Учащиеся должны знать:

- виды лыж.

Название темы, раздела	Количество часов				Виды учебной деятельности
	I четверть	II четверть	III четверть	IV четверть	
<b>Теоретические сведения – 10 часов</b>					
<p>Правила поведения в спортивном зале. Правила техники безопасности на уроках физкультуры. Правила подвижных и спортивных игр. Правила закаливания.</p> <p>Занятия на коньках как средство закаливания организма. Занятия на коньках как средство закаливания организма.</p>	4	2	2	2	Беседы, повторение
<b>Легкая атлетика – 20 часов</b>					
Ознакомление с высоким стартом; с низким	2	-	-	1	Беседы, упражнения, под

стартом.					водящие к теме урока, разучивание новых упражнений, повторение
Беговые ускорения из любых стартовых положений.	2	-	-	2	
Прыжки в длину с места.	2	-	-	2	
Прыжки с короткого разбега.	2	-	-	2	
Метание т/м из-за головы в стенку.	1	-	-	2	
Метание т/м из-за головы в цель.	1	-	-	1	
<b>Гимнастика – 15 часов</b>					
Переползание на четвереньках по ковру, по гимнастической скамейке.	-	1	2	-	Беседы, упражнения, подводящие к теме урока, разучивание новых упражнений, повторение
Перелазания через препятствия.	-	2	2	-	
Ходьба по гимнастической скамейке с различными положениями рук.	-	2	2	-	
Передача и переноска предметов, гимнастических палок и т.д.	-	2	2	-	
<b>Подвижные игры – 40 часов</b>					
Коррекционные игры	3	2	4	4	
Игры с бегом и прыжками	2	2	3	2	

Игры с элементами общеразвивающих упражнений	2	2	4	1	
Игры с бросанием, ловлей и метанием	2	2	3	2	
<b>Тесты, уроки повторения– 14 уроков</b>					
Челночный бег.	2	2	2	2	Сдача нормативов и тестов
Прыжки в длину с места.					
Метание в цель.					
Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 30 с).					
Приседания (30 сек.)					
Уроки повторения	2	1	1	2	Письменные тесты, уроки повторения знаний

## 2 класс

### ГИМНАСТИКА

**Теоретические сведения:** элементарные сведения о гимнастических снарядах и предметах; правила поведения на уроках гимнастики; понятия: колонна, шеренга, круг; элементарные сведения о правильной осанке, равновесии; развитие двигательных способностей и физических качеств с помощью средств гимнастики.

#### **Практический материал:**

**Построения и перестроения.** Построение в одну шеренгу, равнение по линии. Перестроение из одной шеренги в круг, взявшись за руки. Размыкание в шеренге на вытянутые руки. Построение в колонну по одному, равнение в

затылок. Выполнение команд: «Сесть!», «Встать!», «Пошли!», «Побежали!», «Остановились!», «Повернулись!» «Смирно!», «Вольно!».

*Лазание и перелазание.* Переползание на четвереньках по ковру, по гимнастической скамейке. Перелазания через препятствия высотой 50-60 см. Ходьба по гимнастической скамейке с различным положением рук.

*Висы и упоры.* Вис, вис лёжа. Упор присев, упор лёжа на гимнастической скамье. Сгибание и разгибание рук в упоре.

*Прыжки:* прыжки на одной ноге на месте, с продвижением вперед, в стороны. Прыжки с высоты с мягким приземлением.

*Равновесие:* ходьба по гимнастической скамейке с предметом. Ходьба по скамейке на носках с различными движениями рук. Ходьба по скамейке приставными шагами. Ходьба по линии.

*Переноска грузов и передача предметов:* передача большого мяча в колонне по одному сбоку, назад, вперед. Коллективная переноска гимнастических скамеек.

## **ПОДВИЖНЫЕ И КОРРЕКЦИОННЫЕ ИГРЫ**

**Теоретические сведения:** элементарные сведения о правилах игр и проведении во время игр.

**Практический материал:** коррекционные игры, игры с элементами общеразвивающих упражнений, игры с бегом и прыжками, игры с бросанием, ловлей, метанием.

**Коррекционные игры:** «Смекалистый», «Палочник и палочки», «Стой прямо», «Иди прямо», «По канату», «Кто спрятался?», «Лови мяч».

**Игры с элементами общеразвивающих упражнений:** «Мы солдаты», «Слушай команду», «Удочка», «Карлики и великаны», «Совушка».

**Игры с бегом и прыжками:** «[Бег по кочкам](#)», «[Переправа](#)», «Веселая эстафета», «Филин и пташки», «Мячик кверху», «[Зайчики](#)». Игры с бросанием, ловлей и метанием: «Метко в цель», «Догони мяч», «Кого назвали, тот и ловит».

## **Элементы спортивных игр:**

### *Футбол.*

**Теоретические сведения:** правила техники безопасности; правила поведения; упрощенные правила игры;

**Практическая часть:** передача мяча в парах; остановка катящегося мяча; выполнение произвольных ударов; выполнение ударов в указанном направлении; ловля катящегося и летящего мяча;

### *Баскетбол.*

**Теоретические сведения:** правила техники безопасности, упрощенные правила игры.

**Практическая часть:** ведение мяча, разновидности ведения (стоя на месте, с перемещениями, в медленном и ускоренном темпе, ловля и передача мяча двумя руками в парах).

## **ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА**

**Теоретические сведения:** правила техники безопасности на уроке л/а (в беге – не выходить на чужую «дорожку», не держать, не толкать «соперника»; в метании – не выполнять метание без команды учителя, не стоять в секторе метания во время метания, не стоять в стороне метаемой руки, выполняемого метание; в прыжках – не выполнять прыжок без команды учителя, не прыгать на не разрыхленный песок; краткая информация о беге, прыжках, метании (в цель и на дальность); основные требования к выполнению бега, прыжков, метания. важность выполнения разминки; сочетание дыхания с движениями во время ходьбы и бега.

**Практическая часть:** беговые ускорения из любых стартовых положения; ознакомление с высоким стартом; бег 30 м с высокого старта; прыжки в длину с места; метание т/м из-за головы в стенку, метание т/м в цель; метание м/м на дальность с места и с 3-х шагового разбега.

## **ЛЫЖНАЯ ПОДГОТОВКА**

### **Теоретические сведения**

Сведения о подборе лыж и видах лыж. Занятия на лыжах как средство закаливания организма. Виды лыжного спорта (лыжные гонки, слалом, скоростной спуск, прыжки на лыжах, биатлон).

### **Практический материал**

Подводящие упражнения к ходьбе на лыжах. Стойка лыжника. Бег в сочетании с ходьбой.

### **Основные требования к знаниям и умениям учащихся**

Учащиеся должны **знать:**

- виды лыж;
- как правильно подобрать лыжи.

Учащиеся должны **уметь:**

- выполнять стойку лыжника.

### **Тематическое планирование**

Название темы, раздела	Количество часов				Виды учебной деятельности
	I четверть	II четверть	III четверть	IV четверть	
<b>Теоретические сведения – 8 часов</b>					
Т.Б. на уроках физкультуры. Одежда и обувь на уроках физкультуры. Элементарные сведения о правилах игр и проведении во время игр. Теоретические сведения по ТБ во	2	2	2	2	Беседы, повторение

<p>время выполнения упражнений по л\а.</p> <p>Виды лыжного спорта (лыжные гонки, слалом, скоростной спуск, прыжки на лыжах, биатлон).</p>					
<b>Гимнастика – 20 часов</b>					
Упор присев, упор лёжа на гимнастической скамье.	-	2	2	-	Беседы, упражнения, подводящие к теме урока, разучивание новых упражнений, повторение
Висы и упоры	-	2	2	-	
Перелазания через препятствия высотой 50-60 см.	-	2	2	-	
Ходьба по гимнастической скамейке с предметом. Ходьба по скамейке на носках с различными движениями рук. Ходьба по скамейке приставными шагами.	-	2	2	-	
Переноска грузов и передача предметов	-	2	2	-	

<b>Подвижные и коррекционные игры, элементы спортивных игр – 43 часа</b>					
Подвижные игры Коррекционные игры Игры с элементами ОРУ Игры с бегом и прыжками Элементы спортивных игр: 1.Футбол 2.Баскетбол	10	8	15	10	Беседы, упражнения, подводящие к теме урока, разучивание новых упражнений, повторение
<b>Легкая атлетика – 22 часа</b>					
Беговые ускорения из любых стартовых положений.	3	-	-	3	Беседы, упражнения, подводящие к теме урока, разучивание новых упражнений, повторение
Прыжки в длину с места.	2	-	-	2	
Прыжки с короткого разбега.	2	-	-	2	
Метание т/м из-за головы в стенку.	2	-	-	2	
Метание т/м из-за головы в цель.	2			2	
<b>Лыжная подготовка и коньки – 2 часа</b>					
Подводящие упражнения к ходьбе на коньках, упражнения на равновесие.	-	-	1	-	Беседы, упражнения, подводящие к теме урока, разучивание новых



Подводящие упражнения к ходьбе на лыжах. Стойка лыжника.	-	-	1	-	упражнений, повторение
<b>Тесты – 7 часов</b>					
Прыжки в длину с места.	1	1	1	1	Сдача нормативов
Метание в цель.					
Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 30с).					
Приседания (30 сек.)					
Сила кисти (правой, левой)					
Бег на выносливость 2-3 мин.					
Резервные уроки (повторение)	1	-	-	2	Повторение пройденного

### 3 класс

#### ГИМНАСТИКА

**Теоретические сведения:** элементарные сведения о гимнастических снарядах и предметах; правила поведения на уроках гимнастики; понятия: колонна, шеренга, круг, вис, упор; виды гимнастики: спортивная, художественная; элементарные сведения о правильной осанке, равновесии; развитие двигательных способностей и физических качеств с помощью средств гимнастики.

**Практический материал:**

*Построения и перестроения.* Построение в одну шеренгу, равнение по линии. Размыкание в шеренге на вытянутые руки. Построение в колонну по одному, равнение в затылок. Выполнение команд: «Сесть!», «Встать!», «Пошли!», «Побежали!», «Остановились!», «Повернулись!» «Смирно!», «Вольно!», «На старт!», «Внимание!», «Марш!», «Шире шаг!», «Короче шаг!»

*Лазание и перелазание.* Ходьба по гимнастической скамейке с различным положением рук, лазание по наклонной гимнастической скамейке одноименным и разноименным способом, тоже по гимнастической стенке. Ползание на четвереньках по кругу с толканием впереди себя набивного мяча, в сторону и на скорость. Подлезание под препятствие. Перелазание через препятствие высотой до 70 см. Перелазание со скамейки на скамейку произвольным способом.

*Висы и упоры.* Вис, вис лежа. Упор присев, упор лёжа на гимнастической скамье. Сгибание и разгибание рук в упоре.

*Равновесие:* ходьба по гимнастической скамейке с предметом. Ходьба по скамейке на носках с различными движениями рук. Ходьба по наклонной скамейке. Ходьба по скамейке приставными шагами. Ходьба по линии.

*Переноска грузов и передача предметов:* передача большого мяча в колонне по одному сбоку, назад, вперед. Коллективная переноска гимнастических скамеек. Переноска 2 набивных мячей, переноска 8-10 гимнастических палок.

## **ИГРЫ**

### **Подвижные игры**

*Теоретические сведения:* элементарные сведения о правилах игр и проведении во время игр.

*Практический материал:* коррекционные игры, игры с элементами общеразвивающих упражнений. игры с бегом и прыжками, игры с бросанием, ловлей, метанием.

### ***Примерная тематика***

***Коррекционные игры:*** «Наблюдатель», "Лови мяч" «Смекалистый», «Палочник и палочки», «Стой прямо», «Иди прямо», «По канату», «Поймай шарики».

***Игры с элементами общеразвивающих упражнений:*** «Мы солдаты», «Слушай команду», «Удочка», «Карлики и великаны», «Совушка», «Передача мячей в колонах», «Гонка мячей по кругу».

***Игры с бегом и прыжками:*** «Бег по кочкам», «Переправа», «Веселая эстафета», «Мячик кверху», «Догони соперника», «Салки со скакалкой».

***Игры с бросанием, ловлей и метанием:*** «Метко в цель», «Догони мяч», «Кого называли, тот и ловит», «Охотники и зайцы», «Попади в обруч».

### **Элементы спортивных игр**

#### ***Футбол***

***Теоретические сведения:*** правила поведения и техники безопасности; соблюдение правил игры; поведение в игре.

***Практический материал:*** передачи мяча в парах, в тройках; остановка катящегося мяча; выполнение произвольных ударов; выполнение ударов в указанном направлении (по воротам); ловля катящегося и летящего мяча.

#### ***Баскетбол***

***Теоретические сведения:*** правила техники безопасности, влияние спортивных игр на ловкость, на координацию движения; упрощенные правила игры (целенаправленности игры).

***Практический материал:*** ведение мяча, разновидности ведения (стоя на месте, с перемещениями, в медленном и ускоренном темпе, ловля и передача мяча от груди (с выполнением шага) двумя руками в парах.

## **ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА**

*Теоретические сведения:* правила техники безопасности на уроке л/а (в беге – не выходить на чужую «дорожку», не держать, не толкать «соперника»); в метании – не выполнять метание без команды учителя, не стоять в секторе метания во время метания, не стоять в стороне метаемой руки, выполняемого метание; в прыжках – не выполнять прыжок без команды учителя, не прыгать на не разрыхленный песок; влияние л/а на развитие двигательных качеств; краткая информация о беге, прыжках, метании (в цель и на дальность); основные требования к выполнению бега, прыжков, метания; важность разминки.

*Практический материал:* беговые ускорения из любых стартовых положений; ознакомление с высоким стартом, с низким стартом; бег 60 м с высокого старта; короткие беговые ускорения; бег без учета времени до 400 м.; прыжки в длину с места, прыжки с ноги на ногу с продвижением вперед до 15 метров; метание т/м из-за головы в стенку, метание т/м в цель; метание м/м на дальность с короткого разбега.

## **ЛЫЖНАЯ ПОДГОТОВКА**

### **Теоретические сведения**

Сведения о применении лыж в быту, занятия на лыжах как средство закаливания организма. Виды лыжного спорта (лыжные гонки, слалом, скоростной спуск, прыжки на лыжах, биатлон).

### **Практический материал**

Подводящие упражнения к бегу на лыжах. Кроссовый бег, длительная ходьба.

### **Основные требования к знаниям и умениям учащихся**

Учащиеся должны **знать:**

- для чего и когда применяются лыжи;
- знать виды лыжного спорта.

Учащиеся должны **уметь:**

- уметь бежать 500 м.

Название темы, раздела	Количество часов				Виды учебной деятельности
	I четверть	II четверть	III четверть	IV четверть	
<b>Теоретические сведения – 8 часов</b>					
<p>Т.Б. на уроках физкультуры.</p> <p>Элементарные сведения о правилах игр и проведении во время игр.</p> <p>Теоретические сведения по ТБ во время выполнения упражнений по л\а.</p> <p>Элементарные сведения о гимнастических снарядах и предметах</p> <p>Виды лыжного спорта (лыжные гонки, слалом, скоростной спуск, прыжки на лыжах, биатлон).</p> <p>Занятия на коньках как средство закаливания организма.</p>	2	2	2	2	Беседы, демонстрация иллюстраций
<b>Гимнастика – 20 часов</b>					
Упор присев, упор лёжа на гимнастической скамье. Сгибание и разгибание рук в упоре.	-	2	2	-	Беседы, упражнения, подводящие к теме урока, разучивание
Висы и упоры	-	2	2	-	

Подлезание под препятствие. Перелезание через препятствие высотой до 70 см. Перелезание со скамейки на скамейку произвольным способом.	-	2	2	-	НОВЫХ упражнений, повторение
Ходьба по гимнастической скамейке с предметом. Ходьба по скамейке на носках с различными движениями рук. Ходьба по наклонной скамейке. Ходьба по скамейке приставными шагами.	-	2	2	-	
Переноска грузов и передача предметов	-	2	2	-	
<b>Подвижные и коррекционные игры, элементы спортивных игр – 42 часа</b>					
Подвижные игры Коррекционные игры Игры с элементами ОРУ Игры с бегом и прыжками Элементы спортивных игр: 1. Футбол 2. Баскетбол	10	8	14	10	Беседы, упражнения, подводящие к теме урока, разучивание новых упражнений, повторение
<b>Легкая атлетика – 22 часа</b>					
Беговые ускорения из любых стартовых положений.	3	-	-	3	Беседы, упражнения, подводящие к теме урока,
Прыжки в длину с места.	2	-	-	2	
Бег без учета времени до 400	2	-	-	2	

М.					разучивание новых упражнений, повторение
Метание т/м из-за головы в стенку.	2	-	-	2	
Метание м/м на дальность с короткого разбега.	2			2	
<b>Лыжная подготовка и коньки – 3 часа</b>					
Подводящие упражнения к ходьбе на коньках, упражнения на равновесие.	-	-	1	-	Беседы, упражнения, подводящие к теме урока, разучивание новых упражнений, повторение
Подводящие упражнения к бегу на лыжах. Кроссовый бег, длительная ходьба.	-	-	2	-	
<b>Тесты – 7 часов</b>					
Прыжки в длину с места.	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	Сдача нормативов
Метание в цель.					
Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 30с).					
Приседания (30 сек.)					
Сила кисти (правой, левой)					
Бег на выносливость 2-3 мин.					
Резервные уроки (повторение)	<b>1</b>	-	-	<b>1</b>	Повторение пройденного

**4 класс**

**ГИМНАСТИКА**

**Теоретические сведения:** элементарные сведения о гимнастических снарядах и предметах; правила поведения на уроках гимнастики; понятия: колонна, шеренга, круг, вис, упор; виды гимнастики: спортивная, художественная; элементарные сведения о правильной осанке, равновесии; развитие двигательных способностей и физических качеств с помощью средств гимнастики.

**Практический материал:**

*Построения и перестроения.* Построение в одну шеренгу, равнение по линии. Размыкание в шеренге на вытянутые руки. Построение в колонну по одному, равнение в затылок. Выполнение команд: «Сесть!», «Встать!», «Пошли!», «Побежали!», «Остановились!», «Повернулись!» «Смирно!», «Вольно!», «На старт!», «Внимание!», «Марш!», «Шире шаг!», «Короче шаг!», «Повороты на месте».

*Лазание и перелазание.* Ходьба по гимнастической скамейке с различным положением рук. Лазание по гимнастической стенке вверх и вниз разноимённым и одноимённым способом. Лазание по наклонной гимнастической скамейке вверх и вниз, на четвереньках разноимённым способом.

*Висы и упоры.* Вис, вис лежа. Упор присев, упор лёжа на гимнастической скамье. Сгибание и разгибание рук в упоре.

*Равновесие.* Равновесие « ласточка» с опорой. Совершенствование ранее изученных способов: равновесие на гимнастической скамейке.

## **ИГРЫ**

### **Подвижные игры**

**Теоретические сведения:** элементарные сведения о правилах игр и проведении во время игр.

**Практический материал:** коррекционные игры, игры с элементами общеразвивающих упражнений. игры с бегом и прыжками, игры с бросанием, ловлей, метанием.



**Коррекционные игры:** «Наблюдатель», «Смекалистый», «Палочник и палочки», «Стой прямо», «Иди прямо», «По канату», «Лови - не лови».

**Игры с элементами общеразвивающих упражнений:** «Мы солдаты», «Слушай команду», «Удочка», «Карлики и великаны», «Совушка», «Гонка мячей по кругу», «Белые медведи».

**Игры с бегом и прыжками:** «Бег по кочкам», «Переправа», «Веселая эстафета», «Не попадись», «Через скакалку», «Подсечка», «Мороз – красный нос».

**Игры с бросанием, ловлей и метанием:** «Метко в цель», «Кого назвали, тот и ловит», «Сбей мяч», «Мяч водящему».

### **Элементы спортивных игр**

#### *Футбол*

**Теоретические сведения:** правила техники безопасности; упрощенные правила игры; поведение в игре.

**Практический материал:** передачи мяча в парах, в тройках; остановка катящегося мяча; выполнение произвольных ударов; выполнение ударов в указанном направлении (по воротам); ловля катящегося и летящего мяча.

#### *Баскетбол*

**Теоретические сведения:** правила техники безопасности; упрощенные правила игры (целенаправленности игры); поведение в игре; влияние спортивных игр на ловкость, на координацию движения; основная стойка игрока при ведении мяча.

**Практический материал:** ведение мяча, разновидности ведения (стоя на месте, с перемещениями, в медленном и ускоренном темпе, ведение мяча по «условным» препятствиям); ловля и передача мяча от груди (с выполнением шага) двумя руками в парах.

#### *Пионербол*

**Теоретические сведения:** правила игры в пионербол, расстановка и переходы, правила безопасности во время игры.

**Практический материал:** бросок мяча через сетку после трех шагов, розыгрыш мяча на три паса, подача мяча одной рукой с боку.

## **ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА**

**Теоретические сведения:** правила техники безопасности на уроке л/а (в беге – не выходить на чужую «дорожку», не держать, не толкать «соперника»; в метании – не выполнять метание без команды учителя, не стоять в секторе метания во время метания, не стоять в стороне метаемой руки, выполняемого метание; в прыжках – не выполнять прыжок без команды учителя, не прыгать на не разрыхленный песок; влияние л/а на развитие двигательных качеств; краткая информация о беге, прыжках, метании (в цель и на дальность).

**Практический материал:** беговые ускорения из любых стартовых положений; ознакомление с высоким стартом, стартом с опорой на одну руку, с низким стартом; бег 60 м с высокого старта; длительная ходьба; ходьба в медленном и в ускоренном темпе; чередование длительной ходьбы с короткими пробежками; прыжки в длину с места; метание т/м из-за головы в стенку, метание т/м в цель; метание м/м на дальность с короткого разбега; основные требования к выполнению бега, прыжков, метания.

## **ЛЫЖНАЯ ПОДГОТОВКА**

### **Теоретические сведения**

Виды лыжного спорта; сведения о технике лыжных ходов.

### **Практический материал**

Имитация на полу попеременного двухшажного хода и одновременного бесшажного хода. Кроссовый бег, бег в сочетании с ходьбой.

## Основные требования к знаниям и умениям учащихся

Учащиеся должны **знать:**

- для чего и когда применяются лыжи;
- правила передачи эстафеты.

Учащиеся должны **уметь:**

уметь бежать 1 км.

- выполнять упражнения на равновесие.

Название темы, раздела	Количество часов				Виды учебной деятельности
	I четверть	II четверть	III четверть	IV четверть	
<b>Теоретические сведения - 8 часов</b>					
Т.Б. на уроках физкультуры. Элементарные сведения о правилах игр и проведении во время игр. Основные требования к выполнению бега, прыжков, метания. Элементарные сведения о гимнастических снарядах и предметах Виды лыжного	2	2	2	2	Беседы, демонстрация иллюстраций

<p>спорта; сведения о технике лыжных ходов.</p> <p>Занятия на коньках как средство закаливания организма.</p>					
<b>Гимнастика – 16 часов</b>					
<p>Равновесие « лас точка» с опорой.</p> <p>Совершенствование ранее изученных равновесий:</p> <p>равновесие на гимнастической скамейке.</p>	-	3	3	-	<p>Беседы, упражнения, подводящие к теме урока, разучивание новых упражнений, повторение</p>
<p>Висы и упоры</p>	-	2	3	-	
<p>Лазание по гимнастической стенке вверх и вниз разноимённым и одноимённым способом. Лазание по наклонной гимнастической скамейке вверх и вниз, на четвереньках</p>	-	3	2	-	

разноименным способом.					
<b>Подвижные и коррекционные игры, элементы спортивных игр – 44 часа</b>					
Подвижные игры Коррекционные игры Игры с элементами ОРУ Игры с бегом и прыжками Элементы спортивных игр: 1. Футбол 2. Баскетбол 3. Пионербол	10	10	14	10	Беседы, упражнения, подводящие к теме урока, разучивание новых упражнений, повторение
<b>Легкая атлетика – 22 часа</b>					
Беговые ускорения из любых стартовых положений.	3	-	-	3	Беседы, упражнения, подводящие к теме урока, разучивание новых упражнений, повторение
Повторение высокого старта, ознакомление со стартом с опорой на одну руку	2	-	-	2	
Бег без учета времени до 400 м.	2	-	-	2	
Метание т/м из-за головы в стенку.	2	-	-	2	

Метание м/м на дальность с короткого разбега.	2			2	
<b>Лыжная подготовка и коньки – 4 часа</b>					
Подводящие упражнения к ходьбе на коньках, упражнения на равновесие.	-	-	1	-	Беседы, упражнения, подводящие к теме урока, разучивание новых упражнений, повторение
Имитация на полу попеременного двухшажного хода и одновременного бесшажного хода. Кроссовый бег, бег в сочетании с ходьбой.	-	-	3	-	
<b>Тесты – 9 часов</b>					
Прыжки в длину с места.	2	1	1	1	Сдача нормативов
Метание в цель.					
Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 30с).					
Приседания (30 сек.)					
Сила кисти (правой,					

левой)					
Бег на выносливость 3-5 мин.					
Резервные уроки (повторение)	1	-	1	1	Повторение пройденного

## **8. Критерии и нормы оценки результатов освоения учащимися программы по Физической (адаптивной) культуре**

### **Система оценки личностных результатов**

Всесторонняя и комплексная оценка овладения обучающимися социальными (жизненными) компетенциями осуществляется на основании применения метода экспертной оценки в конце учебного года и заносится в дневник наблюдений, что позволяет не только представить полную картину динамики целостного развития обучающегося, но и отследить наличие или отсутствие изменений по отдельным жизненным компетенциям. Для полноты оценки личностных результатов освоения обучающимися с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) учитывается мнение родителей (законных представителей), поскольку основой оценки служит анализ изменений в поведении обучающегося в повседневной жизни в различных социальных средах. Формой работы участников экспертной группы является психолого-педагогический консилиум.

Оценка результатов осуществляется в баллах:

- 0 - нет фиксируемой динамики;
- 1 - минимальная динамика;
- 2 - удовлетворительная динамика;
- 3 - значительная динамика.

### **Система оценки предметных результатов**

Оценка достижения предметных результатов ведётся в ходе текущего контроля, промежуточной и итоговой аттестации. Сроки проведения оценочных процедур фиксируются в рабочих программах учебных предметов в тематическом планировании.

Предметные результаты связаны с овладением обучающимися содержанием каждой предметной области и характеризуют достижения обучающихся в усвоении знаний и умений, способность их применять в практической деятельности.

Объектом оценки предметных результатов является освоение обучающимися содержания изучаемых дисциплин, умений и способов действия для решения учебно-познавательных и учебно-практических задач.

Критерии оценок:

Оценка «5» выставляется при выполнении упражнения с допущенными мелкими ошибками

- Такие как, неточность отталкивания
- Нарушение ритма
- Неправильное исходное положение
- «Заступ» при отталкивании.

Значительные ошибки – это такие, которые не вызывают особого искажения структуры движений, но влияют на качество выполнения.

К значительным ошибкам относятся:

- Старт не из требуемого положения
- Отталкивание далеко от планки при выполнении прыжков в длину и

высоту

Бросок мяча в кольцо, метание в цель с наличием дополнительных движений

- Несинхронность выполнения упражнения.

Оценка «4» выставляется, если допущено не более одной значительной ошибки и нескольких мелких.



Оценка «3» выставляется, если допущены две незначительные ошибки и несколько грубых. Грубые ошибки - это такие, которые искажают технику движения, влияют на качество и результат выполнения упражнения.

В 2-4 классах, оценка за технику ставится лишь при выполнении упражнений в равновесии, лазании, элементами акробатики, при перестроениях, построениях, ходьбе. В остальных видах (бег, прыжки, метание, броски) необходимо учитывать результат:

секунды, количество, длину, высоту.

Для учащихся коррекционных школ возрастных нормативов нет. Поэтому учитель сам может определить нормативы для среднего ученика и руководствоваться ими в работе. Таким образом, на уроках физкультуры будет 3 группы детей по структуре дефекта и уровню физического развития и двигательной выносливости.

Уровень. Критерии оценивания

I уровень (высокий)

Самостоятельно выполняют упражнения, умело пользуются приёмами, выполняют правильную последовательность при выполнении упражнений. Умеют пользоваться навыками на практике.

II уровень (средний)

Нарушают правильную последовательность при выполнении упражнений и при помощи учителя (по наводящим вопросам) восстанавливают последовательность выполнения упражнений. Имеют место случаи неправильного выполнения приёмов на практике.

III уровень (ниже среднего)

Выполняют нормативы в соответствии ниже среднему уровню. Не умеют пользоваться навыками на практике, выполняют упражнения по подражанию. Выполняют упражнения с помощью учителя. Нарушают правильную последовательность при выполнении упражнений.

Главными требованиями при оценивании умений и навыков является создание благоприятных условий для выполнения изучаемых упражнений и их качественное выполнение:

- как ученик овладел основами двигательных навыков
- как проявил себя при выполнении, старался ли достичь желаемого результата
- как понимает и объясняет разучиваемое упражнение
- как пользуется предлагаемой помощью и улучшается ли при этом качество выполнения
- как понимает объяснение учителя, спортивную терминологию
- как относится к урокам

## 9. Материально-техническое обеспечение

№	Наименование объектов и средств учебно-методического и материально-технического обеспечения
<b>Учебно-методическое обеспечение</b>	
<b>Учебники</b>	
1.	1 – 4 класс -«Физическая культура» А.П. Матвеев, М., «Просвещение», 2012г.
<b>Методические пособия для учителя</b>	
2.	А.П. Матвеев, «Физическая культура. Методическое пособие», М., «Просвещение», 2013
3.	Воронкова В.В., Бгажнокова И.М. «Программы специальных (коррекционных) образовательных учреждений» М., «Просвещение». 2013
<b>Технические средства</b>	
4.	Персональный компьютер (ноутбук).
<b>Учебно-практическое оборудование</b>	

5.	Изображения (картинки, фотографии) в соответствии с тематикой, определённой в программе по физической культуре.
<b>Оборудование спортзала</b>	
6.	Стол учительский с тумбой.
7.	Шкафы для хранения, спортивного инвентаря учебного оборудования и пр.
<b>Материалы и инструменты</b>	
8.	Маты, гимнастические мячи разного диаметра и фактуры, гимнастические скамейки, обручи, кегли, мягкие модули различных форм, гимнастические коврики, корзины, скакалки, сенсорный материал.