

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Департамент образования Вологодской области

Управление образования и молодёжной политики администрации Грязовецкого

муниципального округа

МБОУ "Средняя школа № 2 г. Грязовца"

СОГЛАСОВАНО

Педагогический совет
школы

Шахова С.И.
Протокол № 1 от «25»
августа 2023 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор школы

Шахова С.И.
Приказ № 242 от «25»
августа 2023 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

(ID 2742915)

учебного предмета «Адаптивная физическая культура» (Вариант 6.2)

для обучающихся 1 – 4 классов с нарушением опорно-двигательного аппарата

г.Грязовец

І. Пояснительная записка

<p>1.1. Нормативные правовые и методические основы разработки программы</p>	<p>Рабочая программа по предмету «Адаптивная физическая культура» для обучающихся 1- 4 классов составлена в соответствии с требованиями Закона РФ «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 №273-ФЗ; Приказа Минобрнауки РФ от 19.12.2014 N 1598 (Редакция от 08.11.2022) «Об утверждении ФГОС начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья»</p> <p>Постановления Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28". Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648- 20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи";</p> <p>Постановления Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 N 2 "Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 "Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания";</p> <p>Федеральной адаптированной образовательной программы начального общего образования для детей с ОВЗ</p>
<p>1.2. Цель и задачи учебного предмета</p>	<p>Цель учебного предмета-стремление к нормализации двигательной деятельности, способствующей, ускорению социальной реабилитации детей. Достижение такого уровня развития двигательных навыков, который даст возможность минимально зависеть от посторонней помощи, вести более активный образ жизни, общаться с другими людьми.</p> <p>Основные задачи реализации содержания учебного предмета:</p> <p>Общие задачи (образовательные, воспитательные, развивающие):</p> <ul style="list-style-type: none">-укрепление здоровья, содействие нормальному физическому развитию, повышению сопротивляемости организма к неблагоприятным условиям внешней среды;-обучение основам техники движений, формированию жизненно необходимых навыков и умений;-развитие двигательных (кондиционных и координационных) способностей;-формирование необходимых знаний в области физической культуры личности;-воспитание потребности и умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями, сознательно применять их в целях отдыха, тренировки, повышения работоспособности;

	<p>-воспитание нравственных и волевых качеств, приучение к ответственности за свои поступки, любознательности, активности и самостоятельности.</p> <p>Специфические задачи (коррекционные, компенсаторные, профилактические):</p> <ul style="list-style-type: none"> - коррекция техники основных движений – ходьбы, бега, плавания, прыжков, перелезания, метания, мелкой моторики рук, симметричных и ассиметричных движений; - коррекция и развитие координационных способностей - согласованности движений отдельных звеньев тела, при выполнении физических упражнений, ориентировки в пространстве, дифференцировки усилий, времени и пространства, расслабления, быстроты реагирования на изменяющиеся условия, равновесия, ритмичности, точности движений, мышечно-суставного чувства, зрительно-моторной координации и др.; - коррекция и развитие физической подготовленности - мышечной силы, элементарных форм скоростных, скоростно-силовых качеств, ловкости, выносливости, подвижности в суставах; - компенсация утраченных или нарушенных функций, формирование новых видов движений за счет сохранных функций в случае невозможности коррекции; - профилактика и коррекция соматических нарушений, осанки, сколиоза, плоскостопия, дыхательной и сердечнососудистой систем, профилактика простудных и инфекционных заболеваний, травматизма, микротравм; - коррекция и развитие сенсорных систем: дифференцировка зрительных и слуховых сигналов по силе, расстоянию, направлению; развитие зрительной и слуховой памяти; развитие устойчивости к вестибулярным раздражениям; дифференцировка тактильных ощущений, кожно-кинестетических восприятий и т.п.; - коррекция психических нарушений в процессе деятельности – зрительно-предметного и зрительно-пространственного восприятия, наглядно-образного и вербально-логического мышления, памяти, внимания, речи, воображения, эмоционально-волевой сферы и т.п. <p>(в соответствии с ФГОС НОО ОВЗ)</p>
--	--

II. Общая характеристика учебного предмета

<p>2.1. *Трудности, испытываемые обучающимися с ОВЗ (конкретной нозологической группы), при изучении учебного предмета</p>	<p>Категория этих детей чрезвычайно разнообразна по нозологии, возрасту, степени тяжести дефекта, времени его возникновения, причинам и характеру протекания заболевания, медицинскому прогнозу, состоянию соматического здоровья, уровню физического развития физической подготовленности и другим признакам.</p> <p>Для детей-инвалидов с детства характерны проявления дизонтогенеза и ретардации в природном (биологическом) и психофизическом развитии. Это вызывает сдвиги сенситивных периодов возрастного развития, приводит к дефициту естественных потребностей ребенка в движении, игре, эмоциях, общении и затрудняет процесс обучения.</p> <p>Значительная часть обучающихся с нарушением опорно-двигательного аппарата это:</p> <p>Дети с последствиями детского церебрального паралича (ДЦП), которые имеют множественные двигательные расстройства:</p> <ul style="list-style-type: none"> - нарушения мышечного тонуса,
--	---

	<p>- спастичность, ригидность (напряжение тонуса мышц-антагонистов и агонистов), гипотонию мышц конечностей и туловища, ограничение или невозможность произвольных движений (парезы и параличи), гиперкинезы (непроизвольные насильственные движения), синкинезии (непроизвольные содружественные движения, сопровождающиеся выполнением активных произвольных движений),</p> <p>-тремор пальцев рук и языка, нарушение равновесия и координации движений (атаксия), нарушение мышечно-суставного чувства, чувства позы, положение собственного тела в пространстве.</p> <p>Часто двигательные расстройства сопровождаются нарушением зрения, вестибулярного аппарата, речи, психики и других функций. Различают три степени тяжести дефекта: легкую, среднюю, тяжелую. Дети с поражением спинного мозга характеризуются полной или частичной утратой произвольных движений, различных видов чувствительности, расстройствами функции тазовых органов.</p> <p>Для данной категории детей характерно сочетание нескольких нарушений (ДЦП в сочетании с нейросенсорной тугоухостью, нейровизуальными нарушениями, различными неврологическими синдромами и др.).</p>	
<p>2.2.Общая характеристика учебного предмета</p>	<p><u>Вариант 6.2</u> адресован обучающимся с нарушениями опорно-двигательного аппарата, которые получают образование, сопоставимое по итоговым достижениям к моменту завершения школьного обучения с образованием здоровых сверстников в пролонгированные календарные сроки. Группу обучающихся по варианту 2 составляют дети с лёгким дефицитом познавательных и социальных способностей, передвигающиеся при помощи ортопедических средств или лишенные возможности самостоятельного передвижения, имеющие нейросенсорные нарушения в сочетании с ограничениями манипулятивной деятельности и дизартрическими расстройствами разной степени выраженности. Задержку психического развития при нарушении опорно-двигательного аппарата чаще всего характеризует благоприятная динамика дальнейшего умственного развития детей. Они легко используют помощь взрослого при обучении, у них достаточное, но несколько замедленное усвоение нового материала. При адекватной коррекционно-педагогической работе дети часто догоняют сверстников в умственном развитии.</p> <p>Для данной группы обучающихся: учет особенностей и возможностей обучающихся реализуется через образовательные условия (специальные методы формирования графо-моторных навыков, пространственных и временных представлений, специальное оборудование, сочетание учебных и коррекционных занятий). Специальное обучение и услуги должны охватывать физическую терапию, психологическую и логопедическую помощь. Для детей с тяжелыми нарушениями речи при церебральном параличе может понадобиться вспомогательная техника. В частности: коммуникационные приспособления от простейших до более сложных, в которых используются голосовые синтезаторы (коммуникационные доски с рисунками, символами, буквами или словами).</p>	
<p>2.3. *Коррекционно-развивающее значение</p>	<p>Вариант 6.2 образовательной Программы может быть реализован в разных формах: как совместно с другими обучающимися, имеющих сходные нарушения, так и в отдельных классах, группах. Для обеспечения освоения обучающимися с нарушениями опорно-</p>	

учебного предмета	<p>двигательного аппарата адаптированной основной общеобразовательной программы может быть реализована сетевая форма взаимодействия с использованием ресурсов как образовательной, так и иных организаций.</p> <p>Особые образовательные потребности у детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата задаются спецификой двигательных нарушений, а также спецификой нарушения психического развития, и определяют особую логику построения учебного процесса, находят своё отражение в структуре и содержании образования. Наряду с этим можно выделить особые по своему характеру потребности, свойственные всем обучающимся с нарушениями опорно-двигательного аппарата:</p> <ul style="list-style-type: none"> – обязательность непрерывности коррекционно-развивающего процесса, реализуемого, как через содержание образовательных областей, так и в процессе индивидуальной работы; – требуется введение в содержание обучения специальных разделов, не присутствующих в Программе, адресованной традиционно развивающимся сверстникам; – необходимо использование специальных методов, приёмов и средств обучения (в том числе специализированных компьютерных и ассистивных технологий), обеспечивающих реализацию «обходных путей» обучения; – индивидуализация обучения требуется в большей степени, чем для нормально развивающегося ребёнка; – специальное обучение «переносу» сформированных знаний и умений в новые ситуации взаимодействия с действительностью; – специальная помощь в развитии возможностей вербальной и невербальной коммуникации; – коррекция произносительной стороны речи; освоение умения использовать речь по всему спектру коммуникативных ситуаций (задавать вопросы, договариваться, выражать свое мнение, обсуждать мысли и чувства и т.д.); – обеспечение особой пространственной и временной организации образовательной среды; – максимальное расширение образовательного пространства – выход за пределы образовательного учреждения.
-------------------	--

*Указывается только в рабочей программе учебного предмета

III. Место учебного предмета курса в учебном плане

3.1. Предметная область	<p>Предметная область: Адаптивная физическая культура Учебный предмет: <i>АФК, вариант 6.2</i></p>
3.2. Сроки изучения	<p>Срок изучения: 5 лет Описание места учебного предмета АФК в учебном плане</p>

3.3. Количество часов	Всего	в том числе по классам / годам обучения				
		1	1 доп.*	2	3	4
	132	99	99	102	102	102

*Нумерация классов указывается в соответствии с учебным планом реализуемой АООП

IV. Описание ценностных ориентиров содержания учебного предмета

Изучение учебного предмета «Физическая культура» имеет важное значение в онтогенезе обучающихся. Оно активно воздействует на развитие их физической, психической и социальной природы, содействует укреплению здоровья, повышению защитных свойств организма, развитию памяти, внимания и мышления, предметно ориентируется на активное вовлечение обучающихся в самостоятельные занятия физической культурой и спортом.

Целью образования по физической культуре на уровне начального общего образования является формирование у обучающихся основ здорового образа жизни, активной творческой самостоятельности в проведении разнообразных форм занятий физическими упражнениями. Достижение данной цели обеспечивается ориентацией учебного предмета на укрепление и сохранение здоровья обучающихся, приобретение ими знаний и способов самостоятельной деятельности, развитие физических качеств и освоение физических упражнений оздоровительной, спортивной и прикладно-ориентированной направленности.

Развивающая ориентация учебного предмета «Физическая культура» заключается в формировании у обучающихся необходимого и достаточного физического здоровья, уровня развития физических качеств и обучения физическим упражнениям разной функциональной направленности. Существенным достижением такой ориентации является постепенное вовлечение обучающихся в здоровый образ жизни за счёт овладения ими знаниями и умениями по организации самостоятельных занятий подвижными играми, коррекционной, дыхательной и зрительной гимнастикой, проведения физкультурминуток и утренней зарядки, закаливающих процедур, наблюдений за физическим развитием и физической подготовленностью.

Воспитывающее значение учебного предмета раскрывается в приобщении обучающихся к истории и традициям физической культуры и спорта народов России, формировании интереса к регулярным занятиям физической культурой и спортом, осознании роли занятий физической культурой в укреплении здоровья, организации активного отдыха и досуга. В процессе обучения у обучающихся активно формируются положительные навыки и способы поведения, общения и взаимодействия со сверстниками и учителями, оценивания своих действий и поступков в процессе совместной коллективной деятельности.

Методологической основой структуры и содержания программы по физической культуре для начального общего образования являются базовые положения личностно-деятельностного подхода, ориентирующие педагогический процесс на развитие целостной личности обучающихся. Достижение целостного развития становится возможным благодаря освоению обучающимися двигательной деятельности, представляющей собой основу содержания учебного предмета «Физическая культура». Двигательная деятельность оказывает активное влияние на развитие психической и социальной природы обучающихся. Как и любая деятельность, она включает в себя информационный, операциональный и мотивационно-процессуальный компоненты, которые находят своё отражение в соответствующих дидактических линиях учебного предмета.

Овладение ребёнком представлениями о собственном теле, возможностях и ограничениях его физических функций, возможностях компенсации. Формирование понимания связи телесного самочувствия с настроением, собственной активностью, самостоятельностью и независимостью. Овладение умениями поддерживать образ жизни, соответствующий возрасту, потребностям и ограничениям здоровья, поддерживать режим дня с необходимыми оздоровительными процедурами. Овладение умениями включаться в доступные и показанные ребёнку подвижные игры и занятия на свежем воздухе, адекватно дозировать физическую нагрузку, соблюдать необходимый индивидуальный режим питания и сна. Формирование умения следить за своим физическим состоянием, отмечать и радоваться любому продвижению в росте физической нагрузки, развитию основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости). Формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни.

V. Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения учебного предмета

5.1. Личностные результаты	<ul style="list-style-type: none"> - развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; - развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представления о нравственных нормах; - развитие этических качеств доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей; - развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций; - формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.
5.2. Метапредметные результаты	<ul style="list-style-type: none"> - формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;

	<ul style="list-style-type: none"> - формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха; - определение общей цели и путей их достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих; - готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества.
5.3. Предметные результаты	<ul style="list-style-type: none"> - формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека (физического, социального и психологического), о ее позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной учебы и социализации; - овладение умениями организовать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т.д.); - взаимодействие со сверстниками по правилам поведения подвижных игр и соревнований; - выполнение технических действий из базовых паралимпийских видов спорта, применение их в игровой и соревновательной деятельности.

VI. Содержание учебного предмета

Учебный материал составлен с учетом физического развития, моторики, соматического состояния учащихся данного типа школы. Он дает возможность оказывать избирательное воздействие на различные дефекты в элементарных движениях учеников и содействует развитию способности организовать сложные двигательные комплексы, особенно те, которые необходимы в учебной и трудовой деятельности.

Весь материал условно разделен на следующие разделы: основы знаний, развитие двигательных способностей (ОФП), профилактические и корригирующие упражнения, гимнастика с элементами акробатики, подвижные и спортивные игры, легкая атлетика, плавание.

1. Профилактические и корригирующие упражнения составлены таким образом, чтобы была возможность избирательного воздействия на ослабленные и спастические группы мышц с целью коррекции нарушенных двигательных функций. В самостоятельный подраздел вынесены дыхательные упражнения для расслабления мышц, для формирования функций равновесия, прямостояния, для формирования свода стоп (их подвижности и опороспособности), а также упражнения для развития пространственной ориентировки и точности движений.

Упражнения этих подразделов в силу особой значимости должны быть включены в каждый урок. Независимо от общих задач и содержания его основной части.

2. Раздел «Развитие двигательных способностей (ОФП)» направлен на развитие физических качеств и на формирование возрастных локомоторно-статических функций, необходимых прежде всего в быту, в учебном процессе и трудовой деятельности, в нем выделены подразделы: построения и перестроения, ходьба и бег, перелезание и переползание, ритмические и танцевальные упражнения. Упражнения с предметами в силу

их особого значения для детей, вынесены в данный раздел и представлены большим практическим материалом, который необходимо освоить с учениками для обогащения их двигательного опыта. Это упражнения с гимнастическими палками, малыми мячами, с флажками, обручами. При прохождении программы особое внимание нужно уделять формированию правильной, устойчивой и быстрой ходьбы, с индивидуальной коррекцией дефектов походки.

3. Из подвижных игр в настоящую программу включены наиболее распространенные игры среди младшего школьного возраста, проводить которые можно по упрощенным правилам в зависимости от состава класса, а также баскетбол на колясках, бочча, настольный теннис, дартс.

4. Раздел «Легкая атлетика» включает: бег на колясках, метание малого мяча, толкание набивного мяча, прыжок с места.

5. Раздел «Гимнастика с элементами акробатики» включает: упоры, седы, группировка, лежачая на спине, перекуты в группировке вперед-назад, вправо-влево; ОРУ (общеразвивающие упражнения) на развитие силы мышц туловища и плечевого пояса.

6. Раздел «Плавание» включает: основы плавательной подготовки – теоретические знания, упражнения на суше и в воде, общеразвивающие и специальные упражнения «суша», подготовительные упражнения на воде, упражнения, знакомящие детей с водой и ее свойствами

Система адаптивной физической культуры направлена на обеспечение рациональной организации двигательного режима обучающихся, улучшение функциональных двигательных возможностей всех возрастов, повышение адаптивных возможностей организма, сохранение и поддержание здоровья обучающихся и формирование культуры здоровья.

Сложившаяся система включает:

- полноценную и эффективную работу с учащимися на уроках АФК
- рациональную организацию на уроках АФК
 - организацию утренней зарядки, физкультминуток на уроках способствующих эмоциональной разгрузке и повышению двигательной активности.

Все уроки по физическому воспитанию проходят с элементами ЛФК, на основе индивидуального подхода и дидактических принципов. Выделяют упражнения начального этапа физической подготовки, развивающего и тренирующего.

<p>Основы знаний. Теоретические сведения</p>	<p>Теоретические сведения. Требования к уровню подготовки учащихся. Ориентироваться в понятиях физическая культура. Знать правила поведения в спортивном зале. Требования к спортивной форме. Понимать роль и значение уроков ФК и занятий спортом для укрепления здоровья</p>
<p>«ОФП»</p>	<p>Организационные команды и приемы. Основные виды передвижения. Основные исходные положения. Основные движения головы, рук, ног, туловища. Развитие силы, гибкости. ОРУ без предметов, с предметами. Требования к уровню подготовки учащихся. Знать и уметь правильно принимать исходные положения, ориентироваться в пространстве (право, лево, верх, вниз, вперед, назад). Знать и уметь выполнять основные движения головы, рук, туловища, ног, иметь представление об основных видах передвижения, ног, иметь представление об основных видах передвижения. Корректирующие и профилактические упражнения. Дыхательная гимнастика. Упражнения для формирования правильной осанки. Упражнения для увеличения подвижности суставов конечностей. Упражнения для развития вестибулярного аппарата. Развитие координационных способностей. Упражнения для формирования свода стопы (распределено равными частями в течение учебного года). Выполнять индивидуальные комплексы корректирующей и дыхательной гимнастики, общеразвивающие упражнения на развитие основных физических качеств. Иметь представления об осанке и правилах использования комплексов физических упражнений на формирование правильной осанки.</p>
<p>Гимнастика элементами акробатики</p>	<p>с Основные исходные положения. Смена исходных положений лежа. Основные движения из положения лежа, смена направления. Строевые упражнения. Лазание. Перелезание. Акробатические упражнения. Группировка лежа на спине, перекаат назад. Упоры, стойка на коленях. Упражнения в равновесии. Требования к уровню подготовки учащихся. Знать и уметь: Принимать исходные основные положения, выполнять основные движения, выполнять акробатические упражнения: группировка лежа, упоры. Выполнять упражнения в лазании, перелезании, упражнения в равновесии</p>

Подвижные спортивные игры	и	Обучение правилам, технике и тактике игры кольцеброс. Теоретические сведения. ОРУ с мячами различной величины. Работа с мячом у стены. Взаимодействие игроков. Бросок по воротам. Игра по упрощённым правилам мини-футбола. Игра по упрощённым правилам Флорбола. Требования к уровню подготовки учащихся. Уметь удерживать большой мяч, уметь выполнять основные движения с мячом, иметь представление о передаче мяча различными способами. Техника нападения и защиты
Нетрадиционные формы занятий		<u>Фитбол – гимнастика.</u> Укрепление мышечного корсета, развитие и совершенствование координации движений и равновесия. Гимнастика для глаз игра Метод Бейтса, Хатка – Йога для детей, Упражнения для шеи и глаз, упражнения для глаз. Антистрессовая пластическая гимнастика. Комплексы: упражнений для органов дыхания (дыхательные упражнения), Элементы ДГ для восстановления носового дыхания, упражнения, закаливающие носовое дыхание. Рациональное дыхание, трёх фазное дыхание, Дыхательная Гимнастика А.Н. Стрельниковой, Двигательная пластика, Техника пантомимических шагов: Лунная походка Майкла Джексона, Шаг Чарли Чаплина, Классический Шаг, Развитие пластики рук (В.Н.Никитин): «волны пальцами», «волны рукой», «веер», «мотылек» и «огонь», Интегральная волна («перекасти – поле»), Танцевально – экспрессивный тренинг. Спонтанный, неконструктивный танец, круговой групповой танец, Кинестическая Эмпатия, Экспериментирование с движением и прикосновением, Использование невербальных ритуалов, целенаправленный выбор темы танцевальных упражнений, работа с «мышечным панцирем» по В.Райху.
Легкая атлетика Требования к уровню подготовки учащихся.		Легкая атлетика Требования к уровню подготовки учащихся. Иметь представление о метании малого мяча. Передвижение в коляске разного типа. Техника метание малого мяча. Эстафета.

VII. Тематическое планирование с определением основных видов учебной деятельности обучающихся

Раздел	Темы, входящие в раздел	Основные виды учебной деятельности обучающихся	Количество часов по классам				
			1	1 до п.	2	3	4
Основы знаний	Теоретические сведения Водное занятие, Инструктаж по Т.Б.	Сознание, воспитание разумного отношения к своему	2	2	5	5	5

	<i>Основы знаний. Теоретические сведения.</i>	здоровью, правильному режиму труда и отдыха; Техника безопасности на уроках, правилам личной гигиены и режиму дня школьника, рациональное питание.					
Раздел «ОФП»	Теоретические сведения Строевая подготовка, Основные виды передвижения, Основные исходные положения и изолированные движения Упражнения с предметами и без предметов, Упражнения в равновесии. упражнения с мячом, палками. Дыхательная гимнастика. Дренажная гимнастика. Упражнения для расслабления мышц. Формирование мышечного корсета. Развитие координационных способностей. Упражнения для увеличения подвижности.	Выполнение строевых упражнений, принятие самостоятельно ИП и выполнения упражнений по команде учителя, передвижение с преодолением препятствий. Построение в колонну, шеренгу. Команды «Равняйсь», «Смирно», расчет по порядку, рапорт. Упражнения на развитие координационных способностей, ловкости. Упражнения для формирования правильной осанки. Упражнения для развития вестибулярного аппарата. Упражнения для расслабления мышц, для формирования функций равновесия, прямостояния. Подвижные игры.	20	20	10	10	10
Гимнастика с элементами акробатики	Группировки ОРУ на развитие силы мышц туловища и конечностей. ОРУ на	ОРУ на развитие силы мышц туловища и конечностей. ОРУ с	16	16	18	18	18

	развитие гибкости без предметов, с малыми мячами. Гимнастические упражнения прикладного характера. Преодоление полосы препятствий с элементами лазанья и перелезания, переползания, произвольным способом. Подвижные игры.	гимнастической палкой. Преодоление препятствий. Группировка лежа на спине, перекаты в группировке вперед-назад, вправо-влево. ОРУ на развитие силы мышц туловища и конечностей.					
Подвижные и спортивные игры	Обучение правилам, технике и тактике игры кольцобросс. Теоретические сведения. ОРУ с мячами различной величины. Работа с мячом у стены. Взаимодействие игроков. Бросок по воротам. Игра по упрощённым правилам Флорбола. Игра по упрощённым правилам мини-футбола. Игра по упрощённым правилам Флорбола. Эстафета. Преодоление полосы препятствий с элементами лазанья и перелезания, переползания, произвольным способом.	Игра по упрощённым правилам мини-футбола. Комбинации: ведение, удар (пас), приём мяча. Удары по воротам на точность попадания мячом в цель. Варианты ведения мяча без сопротивления защитника. Комбинации: ведение, удар (пас), приём мяча. остановка, удар по воротам. Удары по воротам на точность попадания мячом в цель.	14	14	16	16	16
Нетрадиционные формы занятий	<u>Фитбол – гимнастика.</u>	Укрепление мышечного корсета, развитие и совершенствование координации движений и равновесия.	4	4	4	4	4
	Самомассаж	Способ Лечения острых респираторных заболеваний и их осложнений А.А.Уманской.	5	5	4	4	4
	Дыхательная гимнастика	<u>Комплексы упражнений для органов дыхания</u>	6	6	6	6	6

		(дыхательные упражнения). Элементы ДГ для восстановления носового дыхания, упражнения, закаливающие носовое дыхание. Рациональное дыхание, трёх фазное дыхание, Дыхательная Гимнастика А.Н. Стрельниковой					
	Гимнастика для глаз	Метод Бейтса, Хатка – Йога для детей, Упражнения для шеи и глаз, упражнения для глаз	4	4	5	5	5
	Антистрессовая пластическая гимнастика	Элементы антистрессовой пластической гимнастики	8	8	6	6	6
	Двигательная пластика	Техника пантомимических шагов: Лунная походка Майкла Джексона, Шаг Чарли Чаплина, Классический Шаг. Развитие пластики рук (В.Н.Никитин): «волны пальцами», «волны рукой», «веер», «мотылек» и «огонь» «волна» рукой («парящая шаль»), «Волна» корпусом (поющая струна), «Боковая волна» («зигзаг»), «Волна ногой» («Хвост дракона»), Интегральная волна («перекати – поле»)	10	10	16	16	16
Легкая атлетика	Передвижение в коляске разного типа. Техника метание малого мяча.	Требования к уровню подготовки учащихся.	10	10	12	12	12

		Иметь представление о метании малого мяча						
Итого:			99	99	102	102	102	

*Разделы программы должны совпадать с наименованиями разделов, указанными в предыдущем компоненте рабочей программы «Содержание учебного предмета, коррекционного курса».

VIII. Материально-техническое обеспечение образовательного процесса

Вид	Наименование	Количество
	<p>Методические пособия:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Теория и организация адаптивной физической культуры: учебник. В 2т. Т.2: Содержание и методики адаптивно 2. й физической культуры и характеристика 3. ее основных видов / Под общей ред. проф. С.П.Евсеева. 4. – М.: Советский спорт, 2005. –448 с.: ил. 5. Велитченко В.К. Физкультура для ослабленных детей. - М.: Тера-Спорт, 2000. - 166 с. 6. Физическая реабилитация детей с нарушениями функций опорно-двигательного аппарата / Под ред. Н. А. Гросс. –М.: Советский спорт, 2000. –224 с.; ил. 7. Межвузовская научно-практическая конференция молодых ученых. Развитие специального образования в современной России (к 90-летию профессора Е.С. Иванова), 2 часть. –НОУ Институт специальной педагогики и психологии, СПб, 2008 -Теория и организация адаптивной физической культуры: учебник. В 2т. Т.1: Введение в специальность. 8. История, организации общая характеристика адаптивной физкультуры / Под общей ред. проф. С.П.Евсеева. –2-е изд., испр. и доп. –М.: Советский спорт, 2005. –296 с.: ил 9. Методика учебно-воспитательной работы в центре коррекционно-развивающего обучения и реабилитации: Учеб.-метод. пособие / М. Вентланд, С.Е. Гайдукевич, Т.В. Горудкой др.; Науч. ред. С.Е. Гайдукевич. –Мн.: БГПУ, 2009. –276 с., ил. 10. Детский церебральный паралич / В.А.Бронников, А.В. Одинцова, Н.А.Абрамова, А.А.Наумов, О.К.Мальшева. 11. –Л.Н.Ростомашвили. Педагогическая практика по специализации «Адаптивное физическое воспитание»: Учебно-методическое пособие по подготовке, организации и проведению педагогической практики 	

	<p>студентов по специализации «Адаптивное физическое воспитание». – СПб, 2006</p> <p>12. Евсеев С.П., Курдыбайло С.Ф., Сусяев В.Г. Материально-техническое обеспечение АФК: Учебное пособие / Под ред. профессора С.П. Евсеева. - М.: Советский спорт, 2000. - 152 с.</p> <p>13. Григоренко В.Г., Сермеев Б.В. Теория и методика ФВинвалидов. - Одесса, 1991. - 98 с.</p> <p>14. Дмитриев А.А. ФК в специальном образовании: Учебное пособие для студентов высших педагогических учебных заведений. - М.: Академия, 2002. - 176 с.</p> <p>15. Евсеев С.П., Курдыбайло С.Ф., Сусяев В.Г. Материально-техническое обеспечение АФК: Учебное пособие / Под ред. профессора С.П. Евсеева. - М.: Советский спорт, 2000. - 152 с.</p> <p>16. https://ru.wikipedia.org/wiki/Аптивная_физическая_культура.</p>	
Дидактические материалы (печатные)	<p>Раздаточный материал для обучающихся:</p> <p>Подвижные игры</p> <p>Плакаты,</p> <p>Картины, Демонстрационные наборы: С помощью использования Мультимедиа</p>	
Учебное оборудование	<p>Маты 6</p> <p>игровой комплекс 1</p> <p>балансиры 2</p> <p>для развития моторики набор для игры гольф и др.</p>	<p>6</p> <p>1</p> <p>2</p>

Компьютерное оборудование	Компьютер	1
	принтер	1
Мебель	Рабочий стол	1
	шкаф для оборудования	2

Оценочные материалы

Представляется система оценки планируемых результатов обучения, выраженная в формах и видах контроля, в определении контрольно-измерительных материалов, в показателях уровня успешности обучающихся и их индивидуальных достижений в соответствии с утвержденной в Центре образования системой оценивания личностных, предметных и метапредметных результатов, представленной в целевом разделе АООП.

Физическая культура

Требования к результатам освоения учебного предмета "Адаптивная физическая культура (АФК)" определяются особенностями двигательного развития детей и медицинскими рекомендациями, достижения обучающихся оцениваются индивидуально.

В начале и конце учебного года проводится Входная Диагностика, где отражается уровень методов нейропсихологического обследования двигательной функции: кинетического и пространственного праксиса; двигательная диагностика на проверку двигательных возможностей по упражнениям – тестам.

Основным объектом системы оценки, ее содержательной и критериальной базой выступают планируемые результаты освоения адаптированной основной общеобразовательной программы начального общего образования обучающихся с нарушениями опорно-двигательного аппарата.

Основные результаты начального общего образования: формирование универсальных и предметных способов действий, а также опорной системы знаний, обеспечивающих возможность продолжения образования в основной школе; воспитание основ умения учиться – способности к самореализации с целью решения учебно-познавательных и учебно-практических задач; воспитание основ жизненной компетенции (социальной компетенции); индивидуальный прогресс в развитии познавательной и эмоционально-волевой сферы деятельности школьников с нарушениями опорно-двигательного аппарата.

Отличительные особенности системы оценки:

- комплексный подход к оценке результатов образования (оценка предметных, метапредметных и личностных результатов);
- использование планируемых результатов освоения основных образовательных программ в качестве содержательной и критериальной базы оценки;
- оценка успешности освоения содержания отдельных учебных предметов на основе системно-деятельностного подхода, проявляющегося в способности к выполнению учебно-практических и учебно-познавательных задач;
- оценка динамики образовательных достижений обучающихся с нарушениями опорно-двигательного аппарата;
- сочетание внешней и внутренней оценки как механизма обеспечения качества образования;
- использование персонифицированных процедур и не персонифицированных процедур;
- уровневый подход к разработке планируемых результатов, инструментария и представления данных;
- использование накопительной системы оценивания (портфолио), характеризующей динамику индивидуальных образовательных достижений;
- использование наряду со стандартизированными письменными или устными работами таких методов оценивания, как практические работы, творческие работы, самооценка, наблюдения и др.;

- использование контекстной информации об условиях и особенностях реализации образовательных программ при интерпретации результатов педагогических измерений.

Оценка достижения планируемых результатов освоения обучающимися с нарушениями опорно-двигательного аппарата включает в себя стартовое, текущее (формирующее) и промежуточное (итоговое) оценивание.

Предметом стартового оценивания, которое проводится в начале каждого учебного года, является определение остаточных знаний и умений обучающихся относительно прошедшего учебного года, позволяющего учителю организовать эффективно процесс повторения и определить эффекты от обучения за прошлый учебный год.

Предметом текущего (формирующего) оценивания является операциональный состав предметных способов действия и ключевых компетентностей. Такое оценивание производится как самим обучающимся, так и учителем и осуществляет две важные функции: диагностическую и коррекционную. Цель такого оценивания увидеть проблемы и трудности в освоении предметных способов действия и компетентностей и наметить план работы по ликвидации возникших проблем и трудностей.

Предметом промежуточного (итогового) оценивания на конец учебного года является уровень освоения обучающимися культурных предметных способов и средств действия, а также ключевых компетентностей.

Формирующая оценка образовательных результатов обучающихся с нарушениями опорно-двигательного аппарата проводится в соответствии с согласованным подходом к планированию и реализации образовательного процесса для всех обучающихся на протяжении всего периода обучения.

Цель такого оценивания выявлять сильные и слабые стороны каждого обучающегося, разрабатывать и реализовывать стратегии, направленные на повышение успеваемости обучающихся.

Система оценки достижения обучающимися планируемых результатов освоения программы также предусматривает оценку достижения обучающимися планируемых результатов освоения программы коррекционной работы. Основой служит анализ изменений поведения ребёнка в повседневной жизни по следующим позициям, соответствующим направлениям коррекционной работы с ребенком в условиях инклюзии:

- адекватность представлений о собственных возможностях и ограничениях, о насущно необходимом жизнеобеспечении;
- способность вступать в коммуникацию с взрослыми по вопросам медицинского сопровождения и создания специальных условий для пребывания в школе, своих нуждах и правах в организации обучения;
- владение социально-бытовыми умениями в повседневной жизни;

Основные цели и задачи оценочных процедур:

- Соответствие требования общества к уровню подготовки обучающихся.
- Проверка соответствия достигнутых результатов требованиям эталонов.
- Система оповещения общественности о состоянии образования

Содержание оценки и объекты оценивания.

Способность к :

- освоению упражнений
- сотрудничеству

-саморегуляции

Личностные результаты

Самоопределение

Смыслообразование

Морально-этическая ориентация

Мотивация

Внутренняя позиция школьника

Самооценка

Знание моральных норм и суждений

Фиксация динамики индивидуальных достижений обучающихся в процессе усвоения программы

Профилактика контрактур

Формирование опороспособности

Развитие равновесия

Формирование правильной осанки

Развитие координации движений

Развитие мелкой моторики

Уровень усвоения

Ф И обучающегося

Средний

Низкий

Приложение 2.

Методические (при необходимости) материалы

Декабрь изготовление мешочков с песком для ОРУ.

Март изготовление маленьких мягких шаров для подвижных игр

ЛИСТ СОГЛАСОВАНИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ

РАССМОТРЕНО:

Протокол Методического объединения

(указать)

МАОУ «Центр образования №42»

от «__» _____ 201__ г. №__

СОГЛАСОВАНО:

Заместитель директора

по инклюзивному образованию

МАОУ «Центр образования №42»

_____ И.А. Армеева

«__» _____ 201__ г.