|  |  |
| --- | --- |
| СОГЛАСОВАНО:  Заместитель директора по УВР: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Р.З.Юсупова  «\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2024г. | УТВЕРЖДАЮ:  Директор школы:  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_И.Н. Дейкова  «\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2024г. |

**Рабочая программа**

**по учебному предмету «Адаптивная физкультура»**

**(из образовательной области «Физическая культура»)**

**для 1дополнительного Г класса (Вариант 8.4)**

**на 2024 -2025 учебный год.**

Ответственный

за реализацию программы:

Карасева Н.С.,

тьютор

Рассмотрено на заседании

Педагогического совета

от 28.08.2023 г. Протокол № 7

**Пояснительная записка**

**Статус документа**.

**Основания разработки рабочей программы (документы и программно-методические материалы):**

-Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012г,№273-ФЗ

-Приказ Минобрнауки России от 19 декабря 2014года №1598 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования обучающихся с нарушением интеллекта.»

-Приказ Министерства просвещения РФ от 24 ноября 2022г №1023 «Об утверждении федеральной адаптированной образовательной программы начального общего образования для обучающихся с нарушением интеллекта.»

-Приказ Министерства просвещения РФ от 24 ноября 2022г №1026 «Об утверждении федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с нарушением интелллекта.»

-Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 17 июля 2024года №495 «О внесении изменений в некоторые приказы Министерства просвещения Российской Федерации, касающиеся федеральных адаптированных образовательных программ»

1. **Общая характеристика учебного предмета.**

**Целью занятий по адаптивной физической культуре** 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 6 разделов:

«Плавание», «Коррекционные подвижные игры», «Велосипедная подготовка», «Лыжная подготовка», «Физическая подготовка», «Туризм». Физическое воспитание рассматривается и реализуется комплексно и находится в тесной связи с умственным, нравственным, эстетическим, трудовым обучением. В 1- м дополнительном классе все 6 разделов реализовать не представляется возможным в силу недостаточного материально – технического обеспечения образовательного процесса.

Физическое воспитание отличается от других видов воспитания тем, что в его основе лежит обучение упорядоченным двигательным действиям, развитие физических способностей и формирование связанных с ними знаний. 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.

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 обуславливает чрезвычайную медлительность образования у них двигательных навыков.

1. **Описание места учебного предмета, курса в учебном плане.**

Учебный предмет адаптивная физическая культура входит в число обязательных предметных областей учебного плана. В примерном годовом учебном плане общего образования обучающихся с нарушением интеллекта для первого дополнительного класса предусмотрено **66** часов в год.

1. **Личностные и предметные результаты освоения конкретного учебного предмета.**

**Личностные планируемые результаты:**

Физические характеристики персональной идентификации:

- определяет свои внешние данные (цвет глаз, волос, рост и т.д.);

- определяет состояние своего здоровья;

Гендерная идентичность

**-** определяет свою половую принадлежность (без обоснования);

Возрастная идентификация

- определяет свою возрастную группу (ребенок, подросток, юноша), с помощью определяет принадлежность к определенной возрастной группе близких родственников и знакомых.

«Чувства, желания, взгляды»

- различает эмоции людей на картинках;

- показывает эмоции людей по инструкции с опорой на картинки.

«Социальные навыки»

- учится устанавливать и поддерживать контакты;

- пользуется речевыми и жестовыми формами взаимодействия для установления контактов, разрешения конфликтов;

- использует элементарные формы речевого этикета;

- охотно участвует в совместной деятельности (сюжетно-ролевых играх, инсценировках, хоровом пении, танцах и др., в создании совместных панно, рисунков, аппликаций, конструкций и поделок и т. П.);

Мотивационно – личностный блок

- принимает новые знания (на начальном уровне);

- отзывается на просьбы о помощи.

Биологический уровень

- формирование социально-приемлемого поведения по информированию окружающих о дискомфорте, вызванном внешними факторами (температурный режим, освещение и. т.д.)

- формирование социально-приемлемого поведения по информированию окружающих об изменениях в организме (заболевание, ограниченность некоторых функций и т.д.)

Осознает себя в следующих социальных ролях:

- формирует представление о себе, как об участнике семейно – бытовых отношений;

Развитие мотивов учебной деятельности:

- проявляет мотивацию благополучия (желает заслужить одобрение, получить хорошие отметки);

- стремление к формированию мотивации к обучению через социальную похвалу.

Ответственность за собственное здоровье, безопасность и жизнь

- формирование причинно-следственных связей в отношении собственного поведения;

Ответственность за собственные вещи

- осознает ответственность, связанную с сохранностью его вещей: одежды, игрушек, мебели в собственной комнате;

Экологическая ответственность

- не мусорит на улице;

- не ломает деревья;

Формирование эстетических потребностей, ценностей, чувств:

- воспринимает и наблюдает за окружающими предметами и явлениями, рассматривает или прослушивает произведений искусства;

Развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками:

- принимает участие в коллективных делах и играх;

- принимать и оказывать помощь.

**4. Предметные результаты освоения АООП в области адаптивной физической культуры.**

**В процессе изучения программы учащиеся овладеют базовыми учебными действиями.**

**Личностные:**

**-** положительно относиться к занятиям двигательной деятельностью;

- развивать готовность к сотрудничеству;

- проявлять дисциплинированность, управлять своими эмоциями;

- формировать потребность к здоровому образу жизни;

- формировать выносливость и силу воли при выполнении физических упражнений;

**Познавательные базовые учебные действия:**

- понимать причины успеха и неудачи;

- уметь выполнять простые команды;

- организовывать отдых, досуг в течение дня с использованием средств физической культуры

**Коммуникативные базовые учебные действия:**

- уметь взаимодействовать в процессе совместной двигательной деятельности;

- приобретать навыки сотрудничества со сверстниками и взрослыми;

- сохранять доброжелательные отношения друг к другу, формировать навык учебного сотрудничества;

- уметь оценивать действия партнёра.

**Регулятивные базовые учебные действия:**

- уметь настраиваться на рабочую деятельность;

- различать допустимые и недопустимые формы поведения;

- бережно относиться к другим людям;

- бережно обращаться с инвентарём, соблюдать требования техники безопасности к месту проведения;

- технически правильно выполнять двигательные действия;

- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общие интересы

**Условия, обеспечивающие развитие БУД**

Формирование БУД в образовательном процессе определяется тремя следующими взаимодополняющими положениями:

       Формирование БУД как цель образовательного процесса определяет его содержание и организацию.

       Формирование БУД происходит в контексте усвоения разных предметных дисциплин.

       БУД, их свойства и качества определяют эффективность образовательного процесса, в частности усвоение знаний и умений, формирование образа мира и основных видов компетентности учащегося, в том числе социальной и личностной.

**Базовые учебные действия:**

Подготовка ребенка к нахождению и обучению в среде сверстников, к эмоциональному, коммуникативному взаимодействию с группой обучающихся:

- входить и выходить из учебного помещения со звонком;

- ориентироваться в пространстве класса (зала, учебного помещения), пользоваться учебной мебелью;

- принимать цели деятельности;

- следовать предложенному плану и работать в общем темпе;

- передвигаться по школе, находить свой класс, другие необходимые помещения.

АООП по физической культуре определяет два уровня овладения предметными результатами: минимальный и достаточный.

**Минимальный уровень:**

- готовятся к уроку физкультуры;

- правильно передвигаются из класса на урок физкультуры;

- ориентируются в зале по конкретным ориентирам (вход, выход, стены, потолок, пол, углы);

- знают простейшие исходные положения при выполнении общеукрепляющих упражнений и движений в различных пространственных направлениях (вперед, назад, в сторону, вверх, вниз);

- правильно перестраиваются и знают свое место в строю;

- выполняют простейшие задания по словесной инструкции учителя;

**Достаточный уровень:**

- знают приемы правильного дыхания (по показу учителя);

- выполняют ходьбу, бег в строю, в колонне по одному;

- умеют выполнять прыжки на двух ногах;

- правильно выполняют захват различных предметов, передачу и переноску их;

- бросают и ловят мяч;

- ходят в заданном ритме под хлопки, счет, музыку;

- преодолевают различные препятствия.

**5. Основное содержание учебного предмета.**

В рабочей программе представлен учебный материал, скорректированный с учетом индивидуальных образовательных потребностей обучающихся. В связи с отсутствием возможности проведения занятий плаванием и ездой на велосипеде, данный раздел программы был заменён на раздел**«**Оздоровительная и корригирующая гимнастика».

Учитель физической культуры имеет право вводить в учебный процесс дополнительные темы,  сокращать или упрощать предлагаемый в программах учебный материал, при этом учителю  необходимо избегать учебных перегрузок учащихся, не нарушая логику  распределения  программного  содержания, не выходить за рамки Требований Государственного образовательного стандарта. **Содержание предмета отражено в 4 разделах:**  - Физическая подготовка; - Оздоровительная и корригирующая гимнастика;

- «Школа мяча»; - Коррекционные подвижные игры.

**Освоение разделов рабочей программы в течение учебного года.**

**Ознакомительно-ориентировочные действия в предметно – развивающей среде**

Знакомство с физкультурным залом.

Знакомство с оборудованием и материалами для уроков физкультуры

Построение по одному в ряд. Построениепарами. Построение в колонну друг за другом.

**Физическая подготовка**

Ходьба в заданном направлении. Ходьба в заданном направлении с предметом в руках. Ходьба по кругу, взявшись за руки. Ходьба стайкой за учителем, держась за руки: в заданном направлении (к игрушке). Ходьба стайкой за учителем, держась за руки: между предметами. Ходьба стайкой за учителем, держась за руки: по дорожке (ширина 20 см, длина 2-3 метра)

Поскоки на месте на двух ногах (держа за руки или одну руку)**.** Бег за учителем**.** Бег в различных направлениях. Бег в заданном направлении с предметом в руках. Переход от ходьбы к бегу по команде. Бег между объемными модулями. Перешагивание через незначительные препятствия (веревку, невысокие предметы) с помощью учителя. Перешагивание из круга в круг. Прыжки на месте на двух ногах. Прыжки на месте на двух ногах, слегка продвигаясь вперед. Прыжки на месте из обруча в обруч

**Оздоровительная и корригирующая гимнастика**

Ползание на четвереньках по прямой линии. Ползание на четвереньках по прямым линиям по словесной инструкции учителя. Ползание на четвереньках к предметной цели. Ползание на четвереньках под дугой. Ползание на четвереньках в ворота. Ползание на четвереньках с перелазанием через незначительные препятствия. Лазание по гимнастической стенке на несколько ступенек.

**«Школа мяча»**

Прыжки на месте с мячом в руках.Прокатывание мяча двумя руками друг другу. Прокатывание мяча двумя руками под дуги. Прокатывание мяча двумя руками между предметами. Ловля мяча, брошенного учителем. Броски мяча учителю. Подбрасывание мяча над собой, ловля двумя руками.

**Коррекционные подвижные игры**

«Ручки», «Отойди и подойди», «Птички», «Хоровод», «Покажи нос», «Догоню-догоню, поймаю-поймаю», «Змейка»

**6. Календарно – тематическое планирование.**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Тематика занятий | Дата | Планируемые результаты | | | | | |
| Академические | Личностные | Базовые учебные действия | | | Воспитательная деятельность |
| Познавательные | Коммуникативные | Регулятивные |
|  | **Ознакомительно – ориентировочные действия в предметно – развивающей среде** |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Знакомство с физкультурным залом. Знакомство с оборудованием и инвентарём для уроков физкультуры |  | Знать правила поведения в физкультурном зале | Выражают положительное от­ношение к процессу познания | Обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой | Анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения | Речевые действия как средства регуляции собственной деятельности. | Формирование познавательной активности |
| 2. | Построение парами. Построение по одному в ряд. Игра «Ручки» |  | Уметь выполнять построение парами, построение по одному в ряд. | Умеют применять правила делового сотрудничества | Технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта | Находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления. | Следование морально-этическим и психологическим принципам общения и сотрудничества. | создание атмосферы сотрудничества учителя и учащихся |
| 3. | Построение в колонну друг за другом. Игра «Ручки» |  | Уметь выполнять построение в колонну друг за другом | Дают адекватную оценку результатам своей учебной деятельности. | Самостоятельно создают способы решения проблем творческого и поискового характера | Умеют отстаивать точку зрения, аргументировать, формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы | Определяют цели УД; работают по составленному плану. | Воспитание дисциплинированности и организованности |
| 4. | Повторение упражнений в построениях Игра «Ручки» |  | Уметь выполнять упражнения в построениях | Объясняют себе свои наиболее заметные достижения | Технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности | Определяют цель учебной деятельности, осуществляют поиск средств  её достижения | Следование морально-этическим и психологическим принципам общения и сотрудничества. | воспитание трудолюбия, старательности, заинтересованности в результате своего труда, |
|  | **Физическая подготовка** |  |  |  |  |  |  |  |
| 5. | Ходьба стайкой за учителем, держась за руки: в заданном направлении (к игрушке) Игра «Отойди и подойди» |  | Уметь выполнять ходьбу стайкой за учителем, держась за руки: в заданном направлении (к игрушке) | Умеют оценивать свою учебную деятельность | Технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта | Умеют отстаивать точку зрения, аргументировать, формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы | Определяют цели УД; работают по составленному плану | Воспитание активности, самостоятельности |
| 6. | Повторение ходьбы стайкой за учителем, держась за руки: в заданном направлении (к игрушке) Игра «Отойди и подойди» |  | Уметь выполнять ходьбу стайкой за учителем, держась за руки: в заданном направлении (к игрушке) | Проявляют познавательный интерес к изучению предмета | Использовать двигательные действия из базовых видов спорта в игровой и соревновательной деятельности | Умеют выполнять различные роли в группе, сотрудничают в совместном решении задачи | Работают по составленному плану, используют основные и дополнительные средства получения информации | Формирование интереса и потребности в занятиях физическими упражнениями |
| 7. | Ходьба стайкой за учителем, держась за руки: между предметами Игра «Отойди и подойди» |  | Уметь выполнять  ходьбу стайкой за учителем, держась за руки: между предметами | Объясняют отличия  в оценках одной и той  же ситуации разными людьми | Технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности | Умеют выполнять различные роли в группе, сотрудничают в совместном решении задачи | Работают по составленному плану, используют основные и дополнительные средства получения информации | воспитание трудолюбия, старательности, заинтересованности в результате своего труда, |
| 8. | Повторение ходьбы стайкой за учителем, держась за руки: между предметами. Повторение игр |  | Уметь выполнять  ходьбу стайкой за учителем, держась за руки: между предметами | Объясняют себе свои наиболее заметные достижения | Технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности | Определяют цель учебной деятельности, осуществляют поиск средств  её достижения | Следование морально-этическим и психологическим принципам общения и сотрудничества. | воспитание трудолюбия, старательности, заинтересованности в результате своего труда, |
| 9. | Ходьба стайкой за учителем, держась за руки: по дорожке (ширина 20 см, длина 2-3 метра) |  | Уметь выполнять ходьбу стайкой за учителем, держась за руки: по дорожке | Выражают положительное от­ношение к процессу познания | Обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой | Определяют цель учебной деятельности, осуществляют поиск средств  её достижения | Составляют план выполнения заданий совместно с учителем | воспитание самостоятельности учащихся, |
| 10. | Повторение ходьбы стайкой за учителем, держась за руки: по дорожке |  | Уметь выполнять ходьбу стайкой за учителем, держась за руки: по дорожке | Умеют применять правила делового сотрудничества | Технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта | Критично относятся к своему мне­нию | Понимают причины неуспеха, выход и этой ситуации | формирование познавательной активности |
| 11. | Ходьба в заданном направлении. Ходьба по кругу, взявшись за руки. Игра «Птички» |  | Уметь выполнять ходьбу в заданном направлении, ходьбу по кругу, взявшись за руки | Дают адекватную оценку результатам своей учебной деятельности. | Самостоятельно создают способы решения проблем творческого и поискового характера | Умеют отстаивать точку зрения, аргументировать, формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы | Определяют цели УД; работают по составленному плану. | Воспитание трудолюбия, старательности, заинтересованности в результате своего труда |
| 12. | Повторение ходьбы в заданном направлении, ходьбы по кругу, взявшись за руки. Игра «Птички» |  | Уметь выполнять ходьбу в заданном направлении, ходьбу по кругу, взявшись за руки | Умеют оценивать свою учебную деятельность | Технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта | Определяют цель учебной деятельности, осуществляют поиск средств  её достижения | Составляют план выполнения заданий совместно с учителем | привитие интереса к самостоятельным занятиям физкультурой |
| 13. | Бег за учителем. Поскоки на месте на двух ногах. Игра «Птички» |  | Уметь выполнять бег за учителем, поскоки на месте на двух ногах | Проявляют познавательный интерес к изучению предмета | Использовать двигательные действия из базовых видов спорта в игровой и соревновательной деятельности | Вступать в контакт и работать в коллективе (учитель –ученик, ученик –ученик, ученик –класс, учитель-класс) | Активно участвовать в деятельности, контролировать и оценивать свои действия и действия одноклассников | воспитание чувства коллективизма, взаимопомощи, |
| 14. | Повторение поскоков на месте на двух ногах, бега за учителем Игра «Хоровод» |  | Уметь выполнять бег за учителем, поскоки на месте на двух ногах | Объясняют себе свои наиболее заметные достижения | Технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности | Определяют цель учебной деятельности, осуществляют поиск средств  её достижения | Следование морально-этическим и психологическим принципам общения и сотрудничества. | воспитание трудолюбия, старательности, заинтересованности в результате своего труда, |
| 15. | Бег в различных направлениях. Игра «Хоровод» |  | Уметь выполнять бег в различных направлениях. | Объясняют отличия  в оценках одной и той  же ситуации разными людьми | Технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности | Определяют цель учебной деятельности, осуществляют поиск средств  её достижения | Речевые действия как средства регуляции собственной деятельности. | Создание атмосферы сотрудничества учителя и учащихся |
| 16. | Повторение бега в различных направлениях Игра «Хоровод» |  | Уметь выполнять бег в различных направлениях | Умеют применять правила делового сотрудничества | Обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой | Умеют выполнять различные роли в группе, сотрудничают в совместном решении задачи | Следование морально-этическим и психологическим принципам общения и сотрудничества. | формирование познавательной активности развитие общественно – активной личности |
| 17. | Бег между объемными модулями. Повторение игр |  | Уметь выполнять бег между объемными модулями | Умеют оценивать свою учебную деятельность | Технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта | Умеют принимать точку зрения дру­гого; умеют организовать учебное взаимодействие в коллективе | Определяют цели УД; работают по составленному плану. | Воспитание трудолюбия, старательности, заинтересованности в результате своего труда, |
| 18. | Повторение упражнений в беге. Повторение игр |  | Уметь выполнять упражнения в беге | Объясняют себе свои наиболее заметные достижения | Самостоятельно создают способы решения проблем творческого и поискового характера | Умеют выполнять различные роли в группе, сотрудничают в совместном решении задачи | Определяют цели УД; работают по составленному плану | Воспитание позитивных морально-волевых качеств |
| 19. | Перешагивание через незначительные препятствия (веревку, невысокие предметы) с помощью учителя |  | Уметь выполнять перешагивание через незначительные препятствия (веревку, невысокие предметы) с помощью учителя | Выражают положительное от­ношение к процессу познания | Технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта | Умеют выполнять различные роли в группе, сотрудничают в совместном решении задачи | Работают по составленному плану, используют основные и дополнительные средства получения информации | Воспитание активности, самостоятельности, нравственно-волевых качеств |
| 20. | Повторение упражнений в перешагивании через незначительные препятствия |  | Уметь выполнять перешагивание через незначительные препятствия (веревку, невысокие предметы) с помощью учителя | Умеют применять правила делового сотрудничества | Использовать двигательные действия из базовых видов спорта в игровой и соревновательной деятельности | Умеют  при необходимости отстаивать точку зрения, аргументируя ее, подтверждая фактами | Работают по составленному плану, используют основные и дополнительные средства получения информации | воспитание трудолюбия, старательности, заинтересованности в результате своего труда, |
|  | **Оздоровительная и корригирующая гимнастика** |  |  |  |  |  |  |  |
| 21. | Ползание на четвереньках по прямой линии. Игра «Покажи нос» |  | Уметь выполнять ползание на четвереньках по прямой линии | Дают адекватную оценку результатам своей учебной деятельности. | Технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности | Умеют выполнять различные роли в группе, сотрудничают в совместном решении задачи | Составляют план выполнения заданий совместно с учителем | увеличение степени дисциплинированности, организованности,  привитие навыков нравственного воспитания, |
| 22. | Ползание на четвереньках по прямым линиям по словесной инструкции учителя. Игра «Покажи нос» |  | Уметь выполнять ползание на четвереньках по прямым линиям по словесной инструкции учителя | Умеют оценивать свою учебную деятельность | Обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой | Умеют  при необходимости отстаивать точку зрения, аргументируя ее, подтверждая фактами | Понимают причины неуспеха, выход и этой ситуации | Воспитание чувства товарищества, взаимовыручки |
| 23. | Ползание на четвереньках к кегле. Игра «Покажи нос» |  | Уметь выполнять ползание на четвереньках к кегле | Проявляют познавательный интерес к изучению предмета | Технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта | Умеют критично относиться к своему мнению | Определяют цели УД; работают по составленному плану. | Воспитание чувства коллективизма, взаимопомощи |
| 24. | Ползание на четвереньках к набивному мячу. Повторение игр |  | Уметь выполнять ползание на четвереньках к набивному мячу | Объясняют себе свои наиболее заметные достижения | Технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности | Определяют цель учебной деятельности, осуществляют поиск средств  её достижения | Следование морально-этическим и психологическим принципам общения и сотрудничества. | воспитание трудолюбия, старательности, заинтересованности в результате своего труда, |
| 25. | Повторение упражнений в ползании к предметной цели. |  | Уметь выполнять упражнения в ползании к предметной цели. | Выражают положительное от­ношение к процессу познания | Обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой | Анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения | Речевые действия как средства регуляции собственной деятельности. | Формирование познавательной активности |
| 26. | Ползание на четвереньках под дугой. |  | Уметь выполнять ползание на четвереньках под дугой. | Объясняют отличия  в оценках одной и той  же ситуации разными людьми | Самостоятельно создают способы решения проблем творческого и поискового характера | Анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения | Составляют план выполнения заданий совместно с учителем | развитие общественно – активной личности |
| 27. | Повторение упражнений в ползании на четвереньках под дугой. |  | Уметь выполнять ползание на четвереньках под дугой. | Выражают положительное от­ношение к процессу познания | Технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта | Находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления. | Активно участвовать в деятельности, контролировать и оценивать свои действия и действия одноклассников | формирование познавательной активности |
| 28. | Ползание на четвереньках в ворота |  | Уметь выполнять ползание на четвереньках в ворота | Выражают положительное от­ношение к процессу познания | Технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта | Находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления. | Активно участвовать в деятельности, контролировать и оценивать свои действия и действия одноклассников | формирование познавательной активности |
| 29. | Повторение упражнений в ползании на четвереньках в ворота |  | Уметь выполнять ползание на четвереньках в ворота | Объясняют себе свои наиболее заметные достижения | Технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности | Определяют цель учебной деятельности, осуществляют поиск средств  её достижения | Следование морально-этическим и психологическим принципам общения и сотрудничества. | воспитание трудолюбия, старательности, заинтересованности в результате своего труда, |
| 30. | Ползание на четвереньках с перелазанием через незначительные препятствия |  | Уметь выполнять ползание на четвереньках с перелазанием через незначительные препятствия | Объясняют себе свои наиболее заметные достижения | Технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности | Определяют цель учебной деятельности, осуществляют поиск средств  её достижения | Следование морально-этическим и психологическим принципам общения и сотрудничества. | воспитание трудолюбия, старательности, заинтересованности в результате своего труда, |
| 31. | Повторение упражнений в ползании на четвереньках с перелазанием через незначительные препятствия |  | Уметь выполнять ползание на четвереньках с перелазанием через незначительные препятствия | Дают адекватную оценку результатам своей учебной деятельности. | Технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности | Умеют отстаивать точку зрения, аргументировать, формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы | Следование морально-этическим и психологическим принципам общения и сотрудничества. | Воспитание дисциплинированности и организованности |
| 32. | Лазание по гимнастической стенке на несколько ступенек |  | Уметь выполнять лазание по гимнастической стенке на несколько ступенек | Дают адекватную оценку результатам своей учебной деятельности. | Технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности | Умеют отстаивать точку зрения, аргументировать, формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы | Следование морально-этическим и психологическим принципам общения и сотрудничества. | Воспитание дисциплинированности и организованности |
| 33. | Совершенствование техники лазания по гимнастической стенке на несколько ступенек |  | Уметь выполнять лазание по гимнастической стенке на несколько ступенек | Умеют оценивать свою учебную деятельность | Обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой | Умеют выполнять различные роли в группе, сотрудничают в совместном решении задачи | Определяют цели УД; работают по составленному плану. | Воспитание активности, самостоятельности |
| 34. | Закрепление техники лазания по гимнастической стенке на несколько ступенек |  | Уметь выполнять лазание по гимнастической стенке на несколько ступенек | Умеют оценивать свою учебную деятельность | Обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой | Умеют выполнять различные роли в группе, сотрудничают в совместном решении задачи | Определяют цели УД; работают по составленному плану. | Воспитание активности, самостоятельности |
|  | **«Школа мяча»** |  |  |  |  |  |  |  |
| 35. | Прокатывание мяча двумя руками друг другу. Игра «Змейка» |  | Уметь выполнять прокатывание мяча двумя руками друг другу | Проявляют познавательный интерес к изучению предмета | Технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта | Умеют выполнять различные роли в группе, сотрудничают в совместном решении задачи | Определяют цели УД; работают по составленному плану | Формирование интереса и потребности в занятиях физическими упражнениями |
| 36. | Совершенствование техники прокатывания мяча двумя руками друг другу. Игра «Змейка» |  | Уметь выполнять прокатывание мяча двумя руками друг другу | Проявляют познавательный интерес к изучению предмета | Технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта | Умеют выполнять различные роли в группе, сотрудничают в совместном решении задачи | Определяют цели УД; работают по составленному плану | Формирование интереса и потребности в занятиях физическими упражнениями |
| 37. | Закрепление техники прокатывания мяча двумя руками друг другу. Игра «Змейка» |  | Уметь выполнять прокатывание мяча двумя руками друг другу | Объясняют отличия  в оценках одной и той  же ситуации разными людьми | Самостоятельно создают способы решения проблем творческого и поискового характера | Определяют цель учебной деятельности, осуществляют поиск средств  её достижения | Работают по составленному плану, используют основные и дополнительные средства получения информации | воспитание трудолюбия, старательности, заинтересованности в результате своего труда, |
| 38. | Прокатывание мяча двумя руками под дуги Игра «Догоню-догоню, поймаю-поймаю» |  | Уметь выполнять прокатывание мяча двумя руками под дуги | Объясняют отличия  в оценках одной и той  же ситуации разными людьми | Самостоятельно создают способы решения проблем творческого и поискового характера | Определяют цель учебной деятельности, осуществляют поиск средств  её достижения | Работают по составленному плану, используют основные и дополнительные средства получения информации | воспитание трудолюбия, старательности, заинтересованности в результате своего труда, |
| 39. | Совершенствование техники прокатывания мяча двумя руками под дуги Игра «Догоню-догоню, поймаю-поймаю» |  | Уметь выполнять прокатывание мяча двумя руками под дуги | Умеют применять правила делового сотрудничества | Технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта | Критично относятся к своему мне­нию | Работают по составленному плану, используют основные и дополнительные средства получения информации | воспитание самостоятельности учащихся, |
| 40. | Закрепление техники прокатывания мяча двумя руками под дуги Игра «Догоню-догоню, поймаю-поймаю» |  | Уметь выполнять прокатывание мяча двумя руками под дуги | Умеют применять правила делового сотрудничества | Технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта | Критично относятся к своему мне­нию | Работают по составленному плану, используют основные и дополнительные средства получения информации | воспитание самостоятельности учащихся, |
| 41. | Прокатывание мяча двумя руками между предметами |  | Уметь выполнять прокатывание мяча двумя руками между предметами | Умеют оценивать свою учебную деятельность | Использовать двигательные действия из базовых видов спорта в игровой и соревновательной деятельности | Умеют отстаивать точку зрения, аргументировать, формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы | Составляют план выполнения заданий совместно с учителем | формирование познавательной активности |
| 42. | Совершенствование техники прокатывания мяча двумя руками между предметами |  | Уметь выполнять прокатывание мяча двумя руками между предметами | Умеют оценивать свою учебную деятельность | Использовать двигательные действия из базовых видов спорта в игровой и соревновательной деятельности | Умеют отстаивать точку зрения, аргументировать, формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы | Составляют план выполнения заданий совместно с учителем | формирование познавательной активности |
| 43. | Закрепление техники прокатывания мяча двумя руками между предметами |  | Уметь выполнять прокатывание мяча двумя руками между предметами | Выражают положительное от­ношение к процессу познания | Обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой | Вступать в контакт и работать в коллективе (учитель –ученик, ученик –ученик, ученик –класс, учитель-класс) | Определяют цели УД; работают по составленному плану. | Привитие интереса к самостоятельным занятиям физкультурой |
| 44. | Повторение упражнений в прокатывании мяча. Повторение игр |  | Уметь выполнять упражнения в прокатывании мяча | Умеют применять правила делового сотрудничества | Технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта | Определяют цель учебной деятельности, осуществляют поиск средств  её достижения | Составляют план выполнения заданий совместно с учителем | воспитание чувства коллективизма, взаимопомощи, |
| 45. | Ловля мяча, брошенного учителем Повторение игр |  | Уметь выполнять ловлю мяча, брошенного учителем | Дают адекватную оценку результатам своей учебной деятельности. | Самостоятельно создают способы решения проблем творческого и поискового характера | Умеют выполнять различные роли в группе, сотрудничают в совместном решении задачи | Активно участвовать в деятельности, контролировать и оценивать свои действия и действия одноклассников | создание атмосферы сотрудничества учителя и учащихся |
| 46. | Совершенствование техники ловли мяча, брошенного учителем |  | Уметь выполнять ловлю мяча, брошенного учителем | Умеют оценивать свою учебную деятельность | Технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта | Умеют принимать точку зрения дру­гого; умеют организовать учебное взаимодействие в коллективе | Речевые действия как средства регуляции собственной деятельности. | Формирование познавательной активности развитие общественно – активной личности |
| 47. | Закрепление техники ловли мяча, брошенного учителем |  | Уметь выполнять ловлю мяча, брошенного учителем | Проявляют познавательный интерес к изучению предмета | Использовать двигательные действия из базовых видов спорта в игровой и соревновательной деятельности | Умеют выполнять различные роли в группе, сотрудничают в совместном решении задачи | Следование морально-этическим и психологическим принципам общения и сотрудничества. | воспитание трудолюбия, старательности, заинтересованности в результате своего труда, |
| 48. | Броски мяча учителю |  | Уметь выполнять броски мяча учителю | Объясняют себе свои наиболее заметные достижения | Технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности | Определяют цель учебной деятельности, осуществляют поиск средств  её достижения | Следование морально-этическим и психологическим принципам общения и сотрудничества. | воспитание трудолюбия, старательности, заинтересованности в результате своего труда, |
| 49. | Совершенствование техники бросков мяча учителю |  | Уметь выполнять броски мяча учителю | Объясняют отличия  в оценках одной и той  же ситуации разными людьми | Технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности | Умеют выполнять различные роли в группе, сотрудничают в совместном решении задачи | Определяют цели УД; работают по составленному плану. | Воспитание позитивных морально-волевых качеств |
| 50. | Закрепление техники бросков мяча учителю |  | Уметь выполнять броски мяча учителю | Умеют применять правила делового сотрудничества | Технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта | Умеют выполнять различные роли в группе, сотрудничают в совместном решении задачи | Работают по составленному плану, используют основные и дополнительные средства получения информации | воспитание трудолюбия, старательности, заинтересованности в результате своего труда, |
| 51. | Подбрасывание мяча над собой, ловля двумя руками |  | Уметь выполнять подбрасывание мяча над собой, ловля двумя руками | Дают адекватную оценку результатам своей учебной деятельности. | Самостоятельно создают способы решения проблем творческого и поискового характера | Умеют  при необходимости отстаивать точку зрения, аргументируя ее, подтверждая фактами | Работают по составленному плану, используют основные и дополнительные средства получения информации | увеличение степени дисциплинированности, организованности,  привитие навыков нравственного воспитания, |
| 52. | Совершенствование техники подбрасывания мяча над собой, ловли двумя руками |  | Уметь выполнять подбрасывание мяча над собой, ловля двумя руками | Умеют оценивать свою учебную деятельность | Технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта | Умеют критично относиться к своему мнению | Составляют план выполнения заданий совместно с учителем | Воспитание чувства товарищества, взаимовыручки |
| 53. | Закрепление техники подбрасывания мяча над собой, ловли двумя руками |  | Уметь выполнять подбрасывание мяча над собой, ловля двумя руками | Проявляют познавательный интерес к изучению предмета | Использовать двигательные действия из базовых видов спорта в игровой и соревновательной деятельности | Анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения | Понимают причины неуспеха, выход и этой ситуации | воспитание чувства коллективизма, взаимопомощи |
| 54. | Бег в заданном направлении с предметом в руках. |  | Уметь выполнять бег в заданном направлении с предметом в руках. | Объясняют отличия  в оценках одной и той  же ситуации разными людьми | Технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности | Находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления. | Определяют цели УД; работают по составленному плану. | Развитие общественно – активной личности |
| 55. | Совершенствование техники бега в заданном направлении с предметом в руках Игра «Ручки» |  | Уметь выполнять бег в заданном направлении с предметом в руках | Объясняют себе свои наиболее заметные достижения | Технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности | Определяют цель учебной деятельности, осуществляют поиск средств  её достижения | Следование морально-этическим и психологическим принципам общения и сотрудничества. | воспитание трудолюбия, старательности, заинтересованности в результате своего труда, |
| 56. | Закрепление техники бега в заданном направлении с предметом в руках Игра «Ручки» |  | Уметь выполнять бег в заданном направлении с предметом в руках | Объясняют себе свои наиболее заметные достижения | Технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности | Определяют цель учебной деятельности, осуществляют поиск средств  её достижения | Следование морально-этическим и психологическим принципам общения и сотрудничества. | воспитание трудолюбия, старательности, заинтересованности в результате своего труда, |
| 57. | Переход от ходьбы к бегу по команде. Игра «Отойди и подойди» |  | Уметь выполнять переход от ходьбы к бегу по команде. | Умеют применять правила делового сотрудничества | Обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой | Умеют отстаивать точку зрения, аргументировать, формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы | Составляют план выполнения заданий совместно с учителем | формирование познавательной активности |
| 58. | Совершенствование техники перехода от ходьбы к бегу по команде. Игра «Птички» |  | Уметь выполнять переход от ходьбы к бегу по команде | Объясняют себе свои наиболее заметные достижения | Самостоятельно создают способы решения проблем творческого и поискового характера | Умеют выполнять различные роли в группе, сотрудничают в совместном решении задачи | Речевые действия как средства регуляции собственной деятельности. | Воспитание дисциплинированности и организованности |
| 59. | Закрепление техники перехода от ходьбы к бегу по команде. Игра «Птички» |  | Уметь выполнять переход от ходьбы к бегу по команде | Объясняют себе свои наиболее заметные достижения | Самостоятельно создают способы решения проблем творческого и поискового характера | Умеют выполнять различные роли в группе, сотрудничают в совместном решении задачи | Речевые действия как средства регуляции собственной деятельности. | Воспитание дисциплинированности и организованности |
| 60. | Перешагивание из круга в круг. Прыжки на месте на двух ногах. Игра «Хоровод» |  | Уметь выполнять перешагивание из круга в круг, прыжки на месте на двух ногах | Выражают положительное от­ношение к процессу познания | Технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта | Умеют выполнять различные роли в группе, сотрудничают в совместном решении задачи | Следование морально-этическим и психологическим принципам общения и сотрудничества. | Воспитание активности, самостоятельности |
| 61. | Прыжки на месте из обруча в обруч. Игра «Покажи нос» |  | Уметь выполнять прыжки на месте из обруча в обруч | Умеют применять правила делового сотрудничества | Использовать двигательные действия из базовых видов спорта в игровой и соревновательной деятельности | Определяют цель учебной деятельности, осуществляют поиск средств  её достижения | Определяют цели УД; работают по составленному плану. | Формирование интереса и потребности в занятиях физическими упражнениями |
| 62. | Совершенствование техники выполнения прыжков на месте из обруча в обруч. Игра «Покажи нос» |  | Уметь выполнять прыжки на месте из обруча в обруч | Умеют применять правила делового сотрудничества | Использовать двигательные действия из базовых видов спорта в игровой и соревновательной деятельности | Определяют цель учебной деятельности, осуществляют поиск средств  её достижения | Определяют цели УД; работают по составленному плану. | Формирование интереса и потребности в занятиях физическими упражнениями |
| 63. | Прыжки на месте на двух ногах, слегка продвигаясь вперед. Игра «Догоню-догоню, поймаю-поймаю» |  | Уметь выполнять прыжки на месте на двух ногах, слегка продвигаясь вперед. | Дают адекватную оценку результатам своей учебной деятельности. | Технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности | Критично относятся к своему мне­нию | Определяют цели УД; работают по составленному плану | воспитание трудолюбия, старательности, заинтересованности в результате своего труда, |
| 64. | Совершенствование техники выполнения прыжков на месте на двух ногах, слегка продвигаясь вперед. Игра «Догоню-догоню, поймаю-поймаю» |  | Уметь выполнять прыжки на месте на двух ногах, слегка продвигаясь вперед. | Дают адекватную оценку результатам своей учебной деятельности. | Технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности | Критично относятся к своему мне­нию | Определяют цели УД; работают по составленному плану | воспитание трудолюбия, старательности, заинтересованности в результате своего труда, |
| 65. | Прыжки на месте с мячом в руках. Игра «Змейка» |  | Уметь выполнять прыжки на месте с мячом в руках | Умеют оценивать свою учебную деятельность | Обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой | Умеют отстаивать точку зрения, аргументировать, формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы | Работают по составленному плану, используют основные и дополнительные средства получения информации | воспитание самостоятельности учащихся, |
| 66. | Повторение прыжковых упражнений. Повторение игр |  | Уметь выполнять прыжковые упражнения | Проявляют познавательный интерес к изучению предмета | Технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта | Определяют цель учебной деятельности, осуществляют поиск средств  её достижения | Работают по составленному плану, используют основные и дополнительные средства получения информации | формирование познавательной активности |

1. **Материально-техническое обеспечение образовательного процесса, осуществляемого по учебному предмету «Адаптивная физкультура»**

* дидактический материал: изображения (картинки, фото, пиктограммы) спортивного инвентаря;
* альбомы с демонстрационным материалом в соответствии с темами занятий;
* спортивный инвентарь: маты, батуты, гимнастические мячи разного диаметра, гимнастические скамейки, гимнастические лестницы, обручи, кегли, мягкие модули различных форм, гимнастические коврики, корзины, футбольные, волейбольные, баскетбольные мячи;
* мебель: шкафы для хранения спортивного инвентаря, для переодевания, стулья, стол.

1. **Учебно-методическое обеспечение.**

**Нормативные документы:**

- Федеральный государственный образовательный стандарт образования обучающихся с нарушениями интеллекта.(Утвержден Приказом Минобрнауки России от 19 декабря 2014 г. № 1599);

- Примерная адаптированная основная общеобразовательная программа образования обучающихся с нарушениями интеллекта одобрена решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию (протокол от 22 декабря 2015 г. № 4/15);

**2. Учебники и учебные пособия по адаптивной физической культуре, дефектологии, лечебной физической культуре, материально-техническому обеспечению адаптивной физической культуры, комплексной профилактике заболеваний и реабилитации больных и инвалидов, коррекционным подвижным играм и упражнениям для детей с нарушениями в развитии**

**3. Периодические издания:**

**-** Адаптивная физическая культура,

- Дефектология,

- Теория и практика физической культуры,

- Физическая культура: воспитание, образование, тренировка» и другие.

**4. Демонстрационные материалы** (плакаты, таблицы, видео материалы и т.д.)

**9. Мониторинг показателей освоения программы**

**обУчающимися 1 дополнительного Г класса.**

**Таблица овладения обучающимися программы учебного предмета «Адаптивная физкультура»**

**в 1 дополнительном классе**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| №  п/п | Ф.И.  обучающегося | КРИТЕРИИ ОЦЕНИВАНИЯ | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 1 | | 2 | | 3 | | 4 | | 5 | | 6 | | Баллы | | В | | С | | Н | | НФ | |
| Iп | IIп | Iп | IIп | Iп | IIп | Iп | IIп | Iп | IIп | Iп | IIп | Iп | IIп | Iп | IIп | Iп | IIп | Iп | IIп | Iп | IIп |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

Индикаторы:

1. Умение ориентироваться в зале по конкретным ориентирам (вход, стены, потолок, пол, углы).

2. Умение выполнять простейшие задания по инструкции учителя.

3. Умения выполнять основные движения рук, ног, туловища, головы.

4. Умение прыгать на двух ногах на месте.

5. Умение выполнять перешагивание через незначительные препятствия (веревку, невысокие предметы) с помощью учителя

6. Умение удерживать и переносить кубики, мячи, кегли.

Критерии:

1б. – отсутствие сформированных критериев;

2б. – слабо сформированные критерии;

3б. – неустойчиво сформированные критерии;

4б. – сформированные критерии;

5б. – самостоятельно использует полученные знания, умения, навыки в жизни.

Уровни оценивания:

Высокий (В) – 24 – 30 баллов;

Средний (С) – 18 – 23 баллов;

Низкий (Н) – 12 - 17 баллов;

Несформированный – 11 и ниже.

**2.Таблица овладения обучающимися программой по учебному предмету «Адаптивная физкультура» в 1дополнительном Г классе.**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Всего человек в классе | Результаты анализа освоения программы | | | | | | | |
| высокий | % | средний | % | низкий | % | несформированный | % |
| I полугодие |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| II полугодие |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Год |  |  |  |  |  |  |  |  |  |