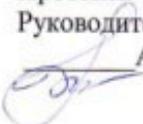
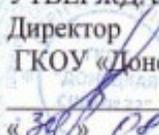


Государственное казенное общеобразовательное учреждение
«Донецкая специальная школа-интернат № 22»

РАССМОТРЕНО
На заседании ШМО
Протокол от «30.08.24» г. №10
Руководитель ШМО

А.Л. Федющенко

СОГЛАСОВАНО
зам. директора по УВР
 В.В. Погребная
«30» 08. 2024 г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор
ГКОУ «Донецкая СШИ №22»
 И.И. Набоева
«30» 08. 2024 г.
М.П.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по адаптивной физической культуре

для обучающихся основного общего образования

с нарушениями опорно-двигательного аппарата с легкой умственной
отсталостью (интеллектуальными нарушениями)(вариант 1)

для 5-9 класса

Рабочую программу составил(а):

Гега Ольга Александровна

2024 – 2025 учебный год

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа по учебному предмету «Адаптивная физическая культура» составлена на основе Федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), далее ФАООП УО (вариант 1), утвержденной приказом Министерства просвещения России от 24.11.2022г. № 1026, а так же использовались другие нормативные документы:

Учебный предмет «Адаптивная физическая культура» относится к предметной области «Физическая культура» и является обязательной частью учебного плана. В соответствии с учебным планом рабочая программа по учебному предмету «Адаптивная физическая культура» в 5-9 классах рассчитана на 34 учебные недели и составляет 68 часов в год (2 часа в неделю).

- Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ;
- Федеральный закон от 19 декабря 2023 г. № 618-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования (утв. приказом Минпросвещения России от 31 мая 2021 г. № 287) (далее – ФГОС ООО);
- Федеральная образовательная программа основного общего образования (утв. приказом Минпросвещения России от 18 мая 2023 г. № 370)(далее – ФОП ООО);
- Федеральная адаптированная основная общеобразовательная программа определяет цель и задачи учебного предмета «Адаптивная физическая культура».

Цель учебного предмета – всестороннее развитие личности обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) в процессе приобщения их к физической культуре, повышении уровня их психофизического развития, расширении индивидуальных двигательных возможностей, комплексной коррекции нарушений развития, социальной адаптации.

Задачи обучения:

- воспитание интереса к физической культуре и спорту;
- овладение основами доступных видов спорта (легкой атлетикой, гимнастикой, спортивными играми) в соответствии с возрастными и психофизическими особенностями обучающихся;
- коррекция недостатков познавательной сферы и психомоторного развития; развития и совершенствование волевой сферы; формирование социально приемлемых форм поведения, предупреждения проявлений

деструктивного поведения (крик, агрессия, самоагрессия, стереотипии) в процессе уроков и во внеурочной деятельности);

- воспитание нравственных качеств и свойств личности;
- содействие военно-патриотической подготовке.

Рабочая программа по учебному предмету «Адаптивная физическая культура» в 5-9 классах определяет следующие задачи:

Задачи учебного предмета:

- формирование потребности в систематических занятиях физической культурой и доступных видах спорта;
- формирование основных двигательных качеств: быстроту, силу, ловкость и другие;
- развитие у обучающихся умения следить за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, адекватно их дозировать;
- формирование умения ходить и бегать в различном темпе, во время бега и ходьбы не задерживать дыхание; выполнять ускорения на отрезках от 40-до 60 м;
- формирование умения выполнять прыжок в длину способом «согнув ноги с полного разбега»;
- формирование умения метать мяч на дальность и в цель;
- совершенствование техники выполнения строевых команд и перестроений;
- совершенствование умения сохранять равновесие во время выполнения заданий на гимнастической скамейке и стенке;
- формирование умения выполнять самостоятельно общеразвивающие и корригирующие упражнения в определенном ритме;
- совершенствование умения перелезть через препятствие и подлезать под препятствие различным способом в зависимости от высоты препятствия;
- совершенствования умения передвигаться на лыжах изученными способами;
- формирование мотивации к здоровому образу жизни;
- совершенствование техники и приемов в спортивных играх.

2. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

В структуре планируемых результатов ведущее место принадлежит **личностным результатам**, поскольку именно они обеспечивают овладение комплексом социальных (жизненных) компетенций, необходимых для достижения основной цели современного образования — введения обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) в культуру, овладение ими социокультурным опытом.

Личностные результаты:

- осознание себя как гражданина России, формирование чувства гордости, отслеживание результатов параолимпийских игр, специальной олимпиады международного и федерального уровней;
- испытание чувства гордости школьными успехами и достижениями как собственными, так и своих товарищей, достигнутых в соревнованиях различного уровня;
- формирование навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;
- способность к осмыслению социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей;
- владение навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия, в том числе владение вербальными и невербальными коммуникативными компетенциями, использование доступных информационных технологий для коммуникации;
- формирование целостного, социально ориентированного взгляда на мир в его органичном единстве природной и социальной частей.
- принятие, освоение социальной роли обучающегося и мотивирование на занятие физической культурой, посещение кружков и участие в спортивно-оздоровительных мероприятиях в школе;
- сформированность навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в соревновательной и игровой деятельности;
- проявление социально значимых мотивов учебной деятельности;
- сформированность адекватных представлений о собственных возможностях, о насущно необходимом жизнеобеспечении;
- овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;
- овладение социально-бытовыми навыками, используемыми в повседневной жизни;
- владение навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия;
- сформированность навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;
- воспитание эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- развитие этических чувств, проявление доброжелательности, эмоционально-нравственной отзывчивости и взаимопомощи, проявление сопереживания к чувствам других людей;
- сформированность установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям.

Предметные результаты

Требования к предметным результатам освоения учебного предмета «Адаптивная физическая культура» для обучающихся с нарушениями опорно-двигательного аппарата с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) определяются индивидуально в

соответствии с особенностями здоровья и двигательными возможностями обучающихся. Представленные ниже требования являются описанием возможных результатов, к которым следует стремиться.

Результатом реализации программы должно стать:

- практически освоить элементы гимнастики, легкой атлетики, лыжной подготовки, спортивных игр и других видов физической культуры;
- самостоятельно выполнять комплексы утренней гимнастики;
- выполнять комплексы упражнений для формирования правильной осанки и развития мышц туловища, развития основных физических качеств;
- участвовать в оздоровительных занятиях в режиме дня;
- знать виды двигательной активности в процессе физического воспитания; выполнение двигательных действий;
- уметь подавать строевые команды, вести подсчёт при выполнении общеразвивающих упражнений;
- совместно участвовать со сверстниками в спортивных играх и эстафетах;
- уметь оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам в процессе участия в спортивных играх и соревнованиях; осуществлять их объективное судейство;
- знать спортивные традиции своего народа и других народов;
- знать некоторые факторы из истории развития физической культуры, понимать её роль и значение в жизнедеятельности человека;
- знать способы использования различного спортивного инвентаря в основных видах двигательной активности;
- знать правила техники выполнения двигательных действий;
- знать организацию занятий по физической культуре с различной целевой направленностью: на развитие быстроты, выносливости, силы, координации; знать физические упражнения с различной целевой направленностью, их выполнять с заданной дозировкой нагрузки;
- соблюдать требования техники безопасности в процессе участия в физкультурно-спортивных мероприятиях.

Теоретические знания должны иметь определённую целевую направленность: вырабатывать у обучающихся умение использовать полученные знания на практике в условиях занятий и повседневной жизнедеятельности.

3. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

Учебный предмет «Адаптивная физическая культура» предусматривает такие содержательные линии:

1. Основы знаний по физической культуре:

формирование у обучающихся общих представлений о физической культуре как ведущей составляющей здоровья человека;

- повышение функциональных возможностей организма, иммунитета и увеличение продолжительности активной жизни;
- основные правила безопасности во время занятий физической культурой;
- основные навыки самоконтроля психофизического состояния и регулирования уровня нагрузок при выполнении различных упражнений;
- основные методические правила выполнения упражнений в разных основных двигательных режимах;
- противопоказания при различных типах двигательных нарушений.

2. Освоение элементов спортивных упражнений: овладение элементами адаптированных к возможностям обучающихся видов спорта (элементами ходьбы, метания, спортивных игр, бега и др.).

3. Развитие физических качеств: развитие максимально возможного уровня основных физических качеств и их составляющих: гибкости, силы (статической и динамической), равновесия, общей координации туловища и конечностей, двуручной координации, мелкой моторики кистей и пальцев, точности, скорости, выносливости.

4. Общее физическое развитие: формирование относительно гармоничного мышечного корсета у обучающихся, оптимальной в каждом конкретном случае осанки, функций кистей, стоп, дееспособности основных функциональных систем организма (сердечно-сосудистой, дыхательной, нервной и др.) и необходимого общего защитного ресурса (иммунитета).

5. Коррекция двигательных нарушений: профилактика и коррекция имеющихся у обучающихся комплексов двигательных нарушений (церебральных, цервикальных, люмбальных и комбинированных) в виде нормализации мышечного тонуса, восстановления необходимой подвижности в суставах конечностей и позвоночном столбе, улучшения опорной, хватательной и предметно-манипулятивной кистевых функций; коррекции нарушений осанки (сутуловатой, кифоза, лордоза, сколиозов и их комбинаций) и свода стоп (плоскостопия, вальгусного типа, «лошадиных» стоп, полых, косолапости и др.).

Уроки «Адаптивной физической культуры» у обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) направлены на укрепление здоровья, физическое развитие, способствовали формированию правильной осанки, физических качеств и становлению школы движений.

Урочные занятия по «Адаптивной физической культуре» осуществляются при использовании различных методов:

– формирования знаний (методы слова (информация речевого воздействия) и методы наглядности (информация перцептивного воздействия));

– обучения двигательным действиям (дробление и последовательное освоение частей целостного упражнения);

– развития физических качеств и способностей (для развития скоростных качеств (быстроты) — повторный, игровой, вариативный (контрастный), сенсорный методы);

– для развития выносливости — равномерный, переменный, повторный, игровой методы;

– для развития координационных способностей- элементы новизны в изучаемом физическом упражнении (изменение исходного положения, направления, темпа, усилий, скорости, амплитуды, привычных условий и др.);

– симметричные и асимметричные движения;

– релаксационные упражнения, смена напряжения и расслабления мышц;

– упражнения на реагирующую способность (сигналы разной модальности на слуховой и зрительный аппарат);

– упражнения на раздражение вестибулярного аппарата (повороты, наклоны, вращения, внезапные остановки, упражнения на ограниченной, повышенной или подвижной опоре);

– упражнения на точность различения мышечных усилий, временных отрезков и расстояния (использование тренажеров для «прочувствования» всех параметров движения, предметных или символических ориентиров, указывающих направление, амплитуду, траекторию, время движения, длину и количество шагов);

– упражнения на дифференцировку зрительных и слуховых сигналов по силе, расстоянию, направлению;

– воспроизведение заданного ритма движений (под музыку, голос, хлопки и т. п.);

– пространственная ориентация на основе кинестетических, тактильных, зрительных, слуховых ощущений (в зависимости от сохранности сенсорных систем);

– упражнения на мелкую моторику кисти (жонглирование предметами, пальчиковая гимнастика и др.);

– парные и групповые упражнения, требующие согласованности совместных действий.

Использование разнообразных средств и методов адаптивной физической культуры служат стимулятором повышения двигательной активности, здоровья и работоспособности, способом удовлетворения потребности в эмоциях, движении, игре, общении, развития познавательных способностей, следовательно, являются фактором гармоничного развития личности, что создает реальные предпосылки социализации.

На уроке адаптивной физической культуры рекомендуется применять следующие **педагогические технологии**:

- игровые технологии в комплексе с другими приемами и методами организации учебных занятий укрепляет мотивацию на изучение предмета, помогает вызвать положительные эмоции, увидеть индивидуальность детей,

так как положительные эмоции надежно защищают обучающихся от умственных перегрузок;

- групповые технологии (технологии игры в группе) занимают важное место во многих учебных дисциплинах, так как сама игровая деятельность – это особая сфера образовательного процесса. Ценность игровой технологии заключается в том, что она учитывает психолого-педагогическую природу ребенка и отвечает его возрастным особенностям, потребностям и интересам. Игра в группе, в команде формирует типовые навыки социального поведения, систему ценностей личности и группы, ориентирует на групповые и индивидуальные действия, поощряет стремление к успеху;

- технология дифференцированного обучения. Под дифференцированным обучением понимается целенаправленное физическое формирование человека посредством развития его индивидуальных способностей. Зная сильные и слабые стороны обучающегося, корректируются применяемые на уроке упражнения и игры. При дифференцированном обучении каждый ребенок получает от урока только положительные эмоции, ощущает комфорт, защищенность и испытывает интерес к учебе;

- технология личностно-ориентированного обучения - обучение и воспитание, соответствующие индивидуальным особенностям каждого ребенка;

- информационно-компьютерная технология. Применение на уроках ИКТ делают урок эмоционально насыщенным, наиболее наглядным.

ПРИМЕРНАЯ СЕТКА РАСПРЕДЕЛЕНИЯ УЧЕБНЫХ ЧАСОВ

№	Разделы программного материала	К-во часов 5 кл.	К-во часов 6 кл.	К-во часов 7 кл.	К-во часов 8 кл.	К-во часов 9 кл.
1	Теоретические сведения	4	4	5	5	5
2	Гимнастика, прикладные упражнения	24	24	23	23	22
3	Легкая атлетика	15	15	18	16	16
4	Подвижные игры, эстафеты	11	10	6	6	6
5	Элементы спортивных игр (спортивные игры по выбору, учитывая материально-техническую базу и физические возможности учеников)	14	15	16	18	19
	Всего учебных часов	68	68	68	68	68

* при отсутствии бассейна данные часы распределяются учителем на другие разделы программы по усмотрению учителя

4. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 5 класс (68 ч., 2 часа в неделю)

№	Кол-во часов	Содержание учебного материала	Учебные достижения обучающихся	Направленность коррекционно-развивающей работы и ожидаемые результаты
1	4	<p style="text-align: center;">Теоретические знания</p> <p>Предпосылки возникновения физических упражнений. Понятие о физическом развитии и физической подготовке. Здоровый образ жизни. Роль народных и подвижных игр в управлении эмоциями. Вред курения для здоровья школьника. Правила закаливания. Правила безопасного поведения обучающихся в раздевалках и во время уроков физической культуры. Правила передвижения к месту занятий физической культурой. Влияние занятий физическими упражнениями на состояние здоровья и физическое развитие. Простейшие правила регулирования физической нагрузки при самостоятельных занятиях. Правила проведения не менее трёх подвижных игр. Понятие самоконтроля при выполнении физических упражнений. Олимпийские игры - великий праздник древности.</p>	<p>Обучающийся:</p> <ul style="list-style-type: none"> -имеет представление об Олимпийских играх; -понимает влияние занятий физическими упражнениями на состояние здоровья и физическое развитие; -определяет понятие самоконтроля при выполнении физических упражнений; -объясняет влияние вредных привычек на здоровье, физическое развитие, двигательные способности обучающихся; -соблюдает правила безопасного поведения в раздевалках и во время уроков физической культуры; простейшие правила регулирования физической нагрузки при самостоятельных занятиях. 	<p>Формирование разных видов памяти, оперативного мышления, мотивации относительно заботливого отношения к собственному здоровью, стремлению вести здоровый образ жизни. Развитие умения удерживать информацию на протяжении длительного времени.</p>
2	24	<p style="text-align: center;">Гимнастика</p> <p>Выполнение строевых команд: «Становись!», «Равняйся!», «Смирно!», «Вольно!» Строевые упражнения: повороты направо, налево, кругом. <i>Упражнения для формирования</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> -знает историю развития гимнастики; -правила безопасности во время занятий гимнастикой; -умеет страховать во время выполнения гимнастических 	<p>Формирование целостного восприятия, коммуникативных способностей, воспитание взаимопомощи, сдержанности. Развитие мелкой моторики. Развитие аналитико-синтетического типа</p>

		<p>правильной осанки:</p> <p>-ходьба с предметом на голове; -лазание по гимнастической стенке в горизонтальном и вертикальном направлениях и по диагоналям, ходьба боком по рейке перевернутой гимнастической скамейки, ходьба по наклонной гимнастической скамейке.</p>	<p>упражнений:</p> <p>-сохраняет равновесие при выполнении упражнений; -умеет выполнять строевые команды.</p>	<p>восприятия. Коррекция координации движений. Формирование правильной осанки и коррекция недостатков опорно-двигательного аппарата (плоскостопия, косолапости). Развитие способности к сохранению равновесия, ориентировки в пространстве, содействие развитию функций вестибулярного аппарата.</p>
		<p>Общеразвивающие упражнения:</p> <p>-комплексы упражнений с предметами (обручами, гимнастическими палками, игрушками, флажками, набивными мячами, гантелями, малыми и большими мячами и др.); -комплексы упражнений без предметов (в движении, стоя, сидя на гимнастической скамейке; лежа на гимнастических матах); -комплексы упражнения для формирования правильной осанки: с преодолением препятствий; широкими шагами; -упражнения для профилактики плоскостопия; усовершенствование упражнений 1-4 классов.</p>	<p>-умеет выполнять упражнения с предметами согласно своим индивидуальным возможностям; -может самостоятельно составить и выполнить комплекс с 6-8 упражнений.</p>	<p>Развитие процессов познавательной деятельности-внимания, памяти, мышления. Формирование у обучающегося точного выполнения указаний учителя. Развитие внимания; умение удерживать информацию на протяжении длительного времени.</p>
		<p>Ходьба:</p> <p>-с изменением длины, частоты шагов и направления движения; с высоким подниманием бедра; на носках; на пятках; приставными шагами правым и левым боком.</p>	<p>-умеет ходить разными видами ходьбы, сохраняя правильную осанку</p>	<p>Коррекция постановки стопы; синергизм движения рук и ног. Коррекция обучающихся в технике ходьбы, бега, прыжков и метаний. Совершенствование глазомера, точности пространственно-силовых и дифференцированным. Обогащение двигательного опыта детей за счет освоения различных видов ходьбы, бега, прыжков, метаний.</p>

		<p>Бег:</p> <p>-с изменением длины и частоты шагов, направления; змейкой; по диагонали; с преодолением препятствий; ходьба, бег с остановкой по звуковому сигналу.</p>	<p>-умеет менять направление бега по сигналу, преодолевать несложные препятствия.</p>	<p>Формирование произвольности действий и воли, связанной с преодолением посильных препятствий (страх препятствия и высоты) средствами соревновательно-игрового метода.</p>
		<p>Акробатика:</p> <p>-группировка; -перекаты; -кувырок вперед;</p>	<p>-умеет выполнять простейшие акробатические и гимнастические упражнения согласно своим возможностям.</p>	<p>Развитие координационных способностей.</p>
		<p>Висы и упоры:</p> <p>-висы (согнув ноги; согнув правую (левую) ногу; -висы с отведением ноги (правой, левой) вперед, в сторону; -на согнутых руках); -разновидности хвата; -упоры (стоя, сидя, лежа сзади, впереди, присев);</p>	<p>умеет выполнять висы и упоры; -знает разновидности хвата.</p>	<p>Развитие процессов познавательной деятельности - внимания, памяти, мышления. Формирование у обучающегося точного выполнения указаний учителя.</p>
		<p>Упражнения на формирование пространственных представлений</p> <p>-ходьба с закрытыми глазами в заданном направлении; -определение направления размещенных предметов в зале при выполнении упражнений (впереди, позади, по правую сторону, слева и т.д.).</p>	<p>-умеет выполнять упражнения с контролем и без контроля зрения.</p>	<p>Формирование положительного психоэмоционального состояния, эстетичное воспитание. Формирование представлений и умений пространственной ориентации, процессов мышления (умозаключение, определение понятий).</p>
		<p>Равновесие:</p> <p>-ходьба по гимнастической скамейке; -ходьба широким шагом; -ходьба с предметом на голове; -ходьба с поворотами на 180° и 90°.</p>	<p>-выполняет сложные упражнения на равновесие, согласно своим индивидуальным возможностям.</p>	<p>Развитие ловкости движений, координационных способностей.</p>
		<p>Лазанье и перелезание:</p> <p>-лазанье по гимнастической стенке с переходом на канат;</p>	<p>-выполняет лазанье и перелезание изученными способами.</p>	<p>Развитие ловкости движений, скоростно-силовых качеств, координационных способностей.</p>

		<p>-лазанье по преклонной гимнастической скамейке с перелезанием на гимнастическую стенку;</p> <p>-преодоление полосы препятствий, включая ходьбу по скамейке, перелезание, лазанье, подлезание под препятствие (на скорость).</p>		
		<p>Дыхательные упражнения:</p> <p>-лежа на спине с согнутыми ногами, одна рука на животе, другая - на груди (брюшное дыхание);</p> <p>-лежа на спине с прямыми ногами, одна рука на животе, вторая на - груди (грудное дыхание);</p> <p>-правильное дыхание при выполнении упражнений.</p>	<p>-может регулировать дыхание согласно нагрузке;</p> <p>-умеет выполнять дыхание изученными способами.</p>	<p>Формирование темпо-ритмической структуры движений, усовершенствование привычек одновременного дыхания, движения и речи.</p>
3	15	<p>Элементы легкой атлетики</p> <p>-старт, стартовый разбег, бег по дистанции, финиширование;</p> <p>-метание малого мяча в стену на дальность отскока с места, с шага, с трех шагов;</p> <p>-метание мяча с места способом «из-за спины через плечо»;</p> <p>-броски набивного мяча (0,5 кг) двумя руками от груди, из-за головы вперед-вверх, двумя руками снизу вперед-вверх на дальность и на заданное расстояние;</p> <p>-ходьба, бег по обычной местности; ходьба в чередовании с бегом; ходьба, бег с преодолением препятствий;</p> <p>-челночный бег.</p>	<p>-адекватно воспринимает замечание учителя и исправляет свои ошибки при выполнении движений;</p> <p>-ориентируется в последовательности элементов при выполнении целостного действия</p>	<p>Развитие скорости, ловкости, способности принимать быстрые решения, координации, формирование кинестатических ощущений (ощущение положения отдельных частей тела) и навыков броска и ловли, инициативы, выдержки, последовательности, скорости во время выполнения двигательных задач.</p>
4	14	<p>Элементы спортивных игр</p> <p>Баскетбол:</p> <p>-стойка игрока, передвижения, остановка, ловля и передача мяча двумя руками от груди</p>	<p>-знает правила безопасности занятий на уроках спортивных игр;</p> <p>-подготовку и уборка мест занятий</p>	<p>Развитие координационных способностей через упражнения с мячом, содействие развитию интеллектуально-речевых функций.</p>

		<p>на месте и в движении, ведение мяча правой и левой рукой, -перемещение приставными шагами влево, вправо; -ведение мяча на месте, шагом, бегом; -передачи мяча с отскоком от пола; -броски мяча в корзину от груди, снизу, с места, с шага; -игровые эстафеты с ведением мяча и броском в стену, в корзину. Применение разученных приемов в условиях игры.</p> <p style="text-align: center;">Футбол:</p> <p>-передвижения приставными шагами, удары по неподвижному и катящемуся мячу внутренней стороной стопы и передней частью подъема. Применение разученных приемов в условиях игры.</p> <p style="text-align: center;">Пионербол:</p> <p>-перемещение приставными шагами влево, вправо; -стойка игрока, передвижения, прием и передача мяча; -применение разученных приемов в условиях игры.</p> <p style="text-align: center;">Настольный теннис</p> <p>-правила игры в настольный теннис; -способы удержания ракетки; -подача, прием; -игра на ракетку; -учебная игра.</p>	<p>спортивными играми; -правила соревнований по спортивным играм. -умеет выполнить ведение мяча шагом; -ориентируется в последовательности элементов при выполнении целостного действия. -знает правила игры в настольный теннис.</p>	<p>Развитие эмоциональной сферы в плане формирования соответствия переживаний ситуации, урегулирование слишком сильных эмоций, как негативного, так и положительного плана. Развитие координационных способностей, через упражнения с мячом содействия развитию интеллектуально-речевых функций. Воспитание темпа и ритма движений, исправление неправильных движений. Коррекция естественных движений (ходьбы, бега, прыжков, метания). Совершенствование глазомера, точности пространственно-силовых и временных дифференцирований (двигательные ощущения и восприятия имеют наибольшее значение для управления движениями); развитие мелкой моторики.</p>
5	11	<p>Подвижные игры, эстафеты -для совершенствования координационных способностей: «Бег в паре со скакалкой»,</p>	<p>-знает значение подвижных игр в организации активного отдыха; правила безопасности на занятиях</p>	<p>Формирование форм мышления (анализ, сравнение, обобщение) во время подвижных игр. Развитие</p>

	<p>«Бой петухов», «Слушай сигнал!», «Что изменилось?», «На север, запад, юг, восток», «Мяч капитану», «Заплетись плетень», «Борода».</p> <p>-с ходьбой и бегом: «Кто как ходит», «Принеси предмет», «Иголка, нитка, узел», «Соревнования скороходов», «Мышеловка», «Поезд», «Самолеты», «Белые медведи», «Падающая палка».</p> <p>-с прыжками: «Удочка», «Прыжок за прыжком», эстафеты с прыжками.</p> <p>-с метаниями: «Вертикальная мишень», «Бросай далеко - собирай быстро!», «Береги предмет», «Защита укреплений», «Летающий мяч», «Перемена мест».</p> <p>-с выполнением тестовых упражнений: «Выполняй без ошибок»;</p> <p>- игры из младших классов.</p>	<p>подвижными играми; названия и правила нескольких игр;</p> <p>-хочет во время игр быть ведущим;</p> <p>-выбирает оптимальное решение двигательных задач;</p> <p>-использует нестандартные игровые ситуации;</p> <p>-перестраивает свою деятельность согласно непостоянным обстоятельствам.</p>	<p>эмоциональной сферы в плане формирования соответствия переживания ситуации, урегулирование слишком сильных эмоций, как негативного, так и положительного плана, зрительных и слуховых видов представлений.</p>
--	---	--	---

Требования к обучающемуся:

- знать правила поведения на занятиях физической культуры;
- уметь выполнять строевые команды;
- уметь составить комплекс утренней гимнастики;
- уметь определить на глаз приблизительное расстояние и направление;
- уметь организовать и провести подвижную игру.

6 класс (68 ч., 2 часа в неделю)

№	кол-во часов	Содержание учебного материала	Учебные достижения обучающихся	Направленность коррекционно-развивающей работы и ожидаемые результаты
1	2	Теоретические знания Правила безопасного поведения на уроках физической культуры. Правила оказания	-имеет представление об Олимпийских играх; -понимает влияние занятий	Формирование разных видов памяти, оперативного мышления, мотивации относительно заботливого отношения к

		<p>первой помощи пострадавшему. Влияние физкультурных и спортивных занятий на состояние здоровья и умственную работоспособность. Значение закаливания для здоровья обучающихся. Правила самостоятельных занятий. Правила дыхания при выполнении физических упражнений. Правила одной из спортивных игр, изучаемых на уроках. правила проведения трех подвижных игр. Самоконтроль. Здоровый образ жизни. Место физических упражнений в режиме дня здорового образа жизни шестиклассника в различные периоды года.</p>	<p>физическими упражнениями на состояние здоровья и физическое развитие; -определяет понятие самоконтроля при выполнении физических упражнений; -объясняет влияние вредных привычек на здоровье, физическое развитие, двигательные способности учащихся; -соблюдает правила безопасного поведения учащихся в раздевалках и во время уроков физической культуры простейшие правила; регулирования физической нагрузки при самостоятельных занятиях.</p>	<p>собственному здоровью, стремлению вести здоровый образ жизни. Развитие умения удерживать информацию на протяжении длительного времени.</p>
2	24	<p style="text-align: center;">Гимнастика</p> <p><i>Теоретические сведения о гимнастике.</i> Выполнение строевых команд: «Становись!», «Равняйся!», «Смирно!», «Вольно!», «Шире шаг!», «Короче шаг!». Строевые упражнения: повороты направо, налево, кругом.</p> <p style="text-align: center;"><i>Строевые упражнения.</i></p> <p>Ходьба спортивным шагом, перестроение из одной шеренги в две, перестроение в движении из колонны по одному в колонну по два, поворотом в движении; ходьба по диагоналям и разметкам.</p> <p><i>Упражнения для формирования правильной осанки:</i></p>	<p>-знает историю развития гимнастики; -знает правила безопасности во время занятий гимнастикой; -умеет страховать во время выполнения гимнастических упражнений; -сохраняет равновесие при выполнении упражнений; -умеет выполнить упражнение, исходя из своих физических возможностей.</p>	<p>Формирование целостного восприятия, коммуникативных способностей, воспитание взаимопомощи, сдержанности. Совершенствование координационных возможностей, автоматическое соблюдение правильной осанки. Содействие развитию способности согласовывать движения различными частями тела при выполнении элементов и связок; Ориентация в последовательности элементов при выполнении целостного действия; Развитие способности к сохранению равновесия, ориентировке в пространстве, содействие развитию</p>

		<p>-ходьба с предметом на голове; -лазание по гимнастической стенке в горизонтальном и вертикальном направлениях и по диагоналям; -ходьба боком по рейке перевернутой гимнастической скамейки; -ходьба по наклонной гимнастической скамейке.</p>		<p>функций вестибулярного аппарата.</p>
		<p>Общеразвивающие упражнения: -комплексы упражнений с предметами (обручами, гимнастическими палками, игрушками, флажками, набивными мячами, гантелями, малыми и большими мячами и др.); -комплексы упражнений без предметов (в движении, стоя, сидя на гимнастической скамейке; лежа на гимнастических матах); -комплексы упражнений для формирования правильной осанки: с преодолением препятствий; широкими шагами; -упражнения для профилактики плоскостопия.</p>	<p>-умеет выполнять упражнения с предметами согласно своим индивидуальным возможностям; -может самостоятельно составить и выполнить комплекс с 6-8 упражнений.</p>	<p>Развитие процессов познавательной деятельности - внимания, памяти, мышления. Формирование у обучающегося точного выполнения указаний учителя. Развитие внимания; умение удерживать информацию на протяжении длительного времени.</p>
		<p>Ходьба: -с изменением длины, частоты шагов и направления движения; с высоким подниманием бедра; на носках; на пятках; приставными шагами правым и левым боком.</p>	<p>-умеет ходить разными видами ходьбы, сохраняя правильную осанку.</p>	<p>Коррекция постановки стопы; синергизм движения рук и ног.</p>
		<p>Бег: -с изменением длины и частоты шагов, направления; змейкой; по диагонали; с преодолением препятствий; ходьба, бег с остановкой по звуковому сигналу.</p>	<p>-умеет менять направление бега по сигналу, преодолевать несложные препятствия.</p>	<p>Формирование произвольности действий и воли, связанной с преодолением посильных препятствий (страх препятствия и высоты) средствами соревновательно-игрового метода.</p>
		<p>Акробатика:</p>	<p>-может выполнять простейшие</p>	<p>Развитие координационных</p>

		<ul style="list-style-type: none"> -кувырок вперед; -стойка на лопатках, согнув ноги; -комбинации из изученных упражнений; -упражнения на гибкость. 	<p>акробатические и гимнастические упражнения согласно своим возможностям.</p>	<p>способностей.</p>
		<p style="text-align: center;">Висы и упоры:</p> <ul style="list-style-type: none"> -висы (согнув ноги; согнув правую (левую) ногу; -висы с отведением ноги (правой, левой) вперед, в сторону; на согнутых руках); -разновидности хвата; -умеет выполнять висы и упоры; -знает разновидности хвата. -упоры (стоя, сидя, лежа сзади, впереди, присев); -переход из одного виса в другой; -из одного упора в другой. 	<ul style="list-style-type: none"> -умеет выполнять висы и упоры; -знает разновидности хвата. 	<p>Развитие процессов познавательной деятельности - внимания, памяти, мышления. Формирование у обучающегося точного выполнения указаний учителя.</p>
		<p style="text-align: center;">Упражнения на формирование пространственных представлений</p> <ul style="list-style-type: none"> -ходьба с закрытыми глазами в заданном направлении; -определение направления размещенных предметов в зале при выполнении упражнений (впереди, позади, по правую сторону, слева и т.д.); -построение в две шеренги с указанным интервалом по заданным ориентирам и без них; -ходьба «змейкой» и по диагонали; -ходьба и бег на месте 5,10,15 сек., не извещая время. 	<ul style="list-style-type: none"> -умеет выполнять упражнения с контролем и без контроля зрения. 	<p>Формирование положительного психоэмоционального состояния, эстетичное воспитание. Формирование представлений и умений пространственной ориентации, процессов мышления (умозаключение, определение понятий).</p>
		<p style="text-align: center;">Равновесие:</p> <p>ходьба по гимнастической скамейке с поворотами и хлопками, с набивными мячами в руках.</p>	<ul style="list-style-type: none"> -выполняет сложные упражнения на равновесие, согласно своим индивидуальным 	<p>Развитие ловкости движений, координационных способностей.</p>

			ВОЗМОЖНОСТЯМ.	
		<p>Лазанье и перелезание:</p> <ul style="list-style-type: none"> -лазанье по наклонной гимнастической скамейке с перелезанием через установленные на ней препятствия; -преодоление полосы препятствий, включая ходьбу по скамейке, перелезание, подлезание; -лазанье по гимнастической стенке с чередованием разных способов. 	-выполняет лазанье и перелезание изученными способами.	Развитие ловкости движений, скоростно-силовых качеств, координационных способностей.
		<p>Дыхательные упражнения:</p> <ul style="list-style-type: none"> -во время ускоренной ходьбы и свободного бега; -углубленное дыхание с движениями рук после скоростно-силовых упражнений; -в упражнениях сидя и лежа. 	-может регулировать дыхание согласно нагрузке; -умеет выполнять дыхание изученными способами.	Формирование темпо-ритмической структуры движений, усовершенствование привычек одновременного дыхания, движения и речи.
3	15	<p>Элементы легкой атлетики Теоретические сведения о легкой атлетике.</p> <p>Ходьба:</p> <ul style="list-style-type: none"> -ходьба с ускорением и замедлением темпа; -ходьба в чередовании с бегом; -с преодолением препятствий; -спортивная ходьба. <p>Бег:</p> <ul style="list-style-type: none"> -бег с равномерной скоростью; -эстафетный бег; -бег с ускорениями. <p>Метание:</p> <ul style="list-style-type: none"> -метание мяча в цель; -метание на дальность с места и с шага; -толкание набивного мяча (2 кг) одной рукой стоя боком. 	-адекватно воспринимает замечание учителя и исправляет свои ошибки при выполнении движений; -ориентируется в последовательности элементов при выполнении целостного действия;	Развитие скорости, ловкости, способности принимать быстрые решения, координации, формирование кинестатических ощущений (ощущение положения отдельных частей тела) и навыков броска и ловли, инициативы, выдержки, последовательности, скорости во время выполнения двигательных задач.

4	15	<p align="center">Элементы спортивных игр:</p> <p align="center"><i>Баскетбол:</i></p> <p>-передвижения, остановка, ловля и передача мяча двумя руками от груди на месте и в движении, ведение мяча правой и левой рукой, -перемещение приставными шагами влево, вправо; -ведение мяча на месте, шагом, бегом; -передачи мяча с отскоком от пола; -броски мяча в корзину от груди, снизу, с места, с шага; -игровые эстафеты с ведением мяча и броском в стену, в корзину; -подвижные игры и эстафеты с элементами баскетбола. -применение разученных приемов в условиях игры.</p> <p align="center"><i>Футбол:</i></p> <p>-передвижения приставными шагами, удары по неподвижному и катящемуся мячу внутренней стороной стопы и передней частью подъема; -остановка катящегося мяча. Применение разученных приемов в условиях учебной игры.</p> <p align="center"><i>Пионербол:</i></p> <p>-стойка игрока; -передвижения; -прием и передача мяча.; -применение разученных приемов в условиях учебной игры;</p> <p align="center"><i>Настольный теннис</i></p> <p>-правила игры в настольный теннис;</p>	<p>-знает правила безопасности занятий на уроках спортивных игр; -подготовку и уборка мест занятий спортивными играми; -правила соревнований по спортивным играм. -ориентируется в последовательности элементов при выполнении целостного действия. -знает правила игры в настольный теннис; -правильно выполняет подачу; -выполняет роль арбитра.</p>	<p>Развитие координационных способностей через упражнения с мячом, содействие развитию интеллектуально-речевых функций. Формирование мышления (понятие, суждение, умозаключение) во время тактико-технических действий в спортивных играх. Развитие эмоциональной сферы в плане формирования соответствия переживаний ситуации, урегулирование слишком сильных эмоций, как негативного, так и положительного плана. Совершенствование глазомера, точности пространственно-силовых и временных дифференцирований (двигательные ощущения и восприятия имеют наибольшее значение для управления движениями); развитие мелкой моторики.</p>
---	----	---	--	--

		-подача, прием; -игра на ракетку; -учебная игра закрытой и открытой ракеткой по заданию.		
5	10	Подвижные игры -«Шапки», «Серый кот», «Орешки», «Мяч среднему», «Бездомная лисица»; -эстафеты с элементами бега, ходьбы, переносом груза, преодолением препятствий; -подготовительные игры к разделу «Спортивные игры».	-знает значение подвижных игр в организации активно-го отдыха; правила безопасности на занятиях подвижными играми; названия и правила нескольких игр; -хочет быть ведущим; -выбирает оптимальное решение двигательных задач; -использует нестандартные игровые ситуации.	Формирование форм мышления (анализ, сравнение, обобщение) во время подвижных игр. Развитие эмоциональной сферы в плане формирования соответствия переживания ситуации, урегулирование слишком сильных эмоций, как негативного, так и положительного плана, зрительных и слуховых видов представлений.
<p>Требования к обучающемуся:</p> <ul style="list-style-type: none"> -знать правила поведения на занятиях физической культуры; -уметь выполнять строевые команды; -уметь составить комплекс утренней гимнастики; -уметь из любого исходного положения принять правильную осанку с контролем и без контроля зрения; -уметь определить на глаз приблизительное расстояние и направление; -уметь организовать и провести подвижную игру. 				

7 класс (68 ч., 2 часа в неделю)

№	Кол-во часов	Содержание учебного материала	Учебные достижения обучающихся	Направленность коррекционно-развивающей работы и ожидаемые результаты
1	5	Теоретические знания. Правила безопасного поведения учащихся на уроках физической культуры. Предупреждение возможного травматизма	-понимает влияние занятий физическими упражнениями на состояние здоровья и физическое развитие;	Формирование разных видов памяти, оперативного мышления, мотивации относительно заботливого отношения к собственному здоровью, стремлению

		<p>во время самостоятельных занятий физическими упражнениями. Правила оказания первой помощи пострадавшему. Гигиенические знания. Закаливание воздушными и водными процедурами в различные периоды года. Личная гигиена учащегося. Утренняя гигиеническая гимнастика. Правила самостоятельных занятий. Понятие и задачи физической подготовки. Понятие учебного задания. Подбор учебного задания для развития общей выносливости. Условия проведения подвижных игр. Самоконтроль. Субъективные и объективные показатели самоконтроля. Здоровый образ жизни. Структурные компоненты здорового образа жизни. Двигательный режим дня учащегося в различные периоды года. Физкультурные занятия в режиме учебного и выходного дня. Влияние общей физической подготовки на физическую и умственную работоспособность учащегося.</p>	<p>-имеет представление о закаливании воздушными и водными процедурами в различные периоды года, личной гигиене учащегося; -понимает влияние общей физической подготовки на физическую и умственную работоспособность обучающегося; -определяет понятие и задачи физической подготовки; понятие учебного задания; -называет структурные компоненты здорового образа жизни; -знает двигательный режим обучающегося в различные периоды года; -соблюдает правила безопасного поведения учащихся на уроках -определяет понятие самоконтроля при выполнении физических упражнений; -объясняет влияние вредных привычек на здоровье, физическое развитие, двигательные способности обучающихся.</p>	<p>вести здоровый образ жизни. Развитие умения удерживать информацию на протяжении длительного времени.</p>
2	23	<p align="center">Гимнастика Теоретические сведения: Значение гимнастики для трудовой деятельности и личного совершенствования. Роль восстановительно-профилактических упражнений в укреплении здоровья.</p>	<p>-знает историю развития гимнастики; правила безопасности во время занятий гимнастикой; -умеет страховать во время выполнения гимнастических упражнений -сохраняет равновесие при</p>	<p>Формирование целостного восприятия, коммуникативных способностей, воспитание сдержанности.</p>

		Выполнение строевых команд: «Становись!», «Равняйся!», «Смирно!», «Вольно!», «Шире шаг!», «Короче шаг!».	выполнении упражнений; -правила смены мест занятий; -правила обращения со спортивным инвентарем и оборудованием.	
		Построения и перестроения: -перестроение из одной шеренги в две; -повороты налево, направо во время ходьбы на месте; -перестроение из колонны по одному в колонну по два на месте.	-знает, как правильно перестраиваться, размыкаться уступами; -умеет правильно выполнять команды	Формирование у обучающегося точного выполнения указаний учителя. Развитие внимания; умение удерживать информацию на протяжении длительного времени.
		Общеразвивающие и корригирующие упражнения: -комплексы упражнений с предметами (обручами, гимнастическими палками, флажками, набивными мячами, гантелями, малыми и большими мячами и др.); -комплексы упражнений без предметов (в движении, стоя, сидя на гимнастической скамейке; лежа на гимнастических матах); -комплексы упражнений для формирования правильной осанки: с преодолением препятствий; широкими шагами; -упражнения для профилактики плоскостопия; усовершенствование изученных упражнений.	-умеет выполнять упражнения с предметами согласно своим индивидуальным возможностям; -умеет самостоятельно составить и выполнить комплекс с 6-8 упражнений.	Развитие процессов познавательной деятельности - внимания, памяти, мышления. Формирование у обучающегося точного выполнения указаний учителя. Развитие внимания; умение удерживать информацию на протяжении длительного времени. Совершенствование координационных возможностей, автоматическое соблюдение правильной осанки. Содействие развитию способности согласовывать движения различными частями тела при выполнении элементов и связок; Ориентация в последовательности элементов при выполнении целостного действия; Развитие способности к сохранению равновесия, ориентировке в пространстве, содействие развитию функций вестибулярного аппарата.
		Упражнения с сопротивлением: -перетягивание гимнастической палки через линию;	-умеет оказывать сопротивление партнеру.	Синергизм движения рук и ног.

		-сопротивление в парах.		
		Акробатика: -стойка на лопатках, согнув ноги; -«мост» из положения лежа.	-может выполнять простейшие акробатические и гимнастические упражнения согласно своим возможностям.	Развитие координационных способностей.
		Висы и упоры: -висы на согнутых руках, лежа; -разновидности хвата; -упоры (стоя, сидя, лежа сзади, впереди, присев); -из одного упора в другой.	-умеет выполнять висы и упоры; -знает разновидности хвата.	Развитие процессов познавательной деятельности - внимания, памяти, мышления. Формирование у обучающегося точного выполнения указаний учителя.
		Упражнения на формирование пространственных представлений -прохождение расстояния 7 м от одного ориентира до другого на точное количество шагов с открытыми и закрытыми глазами; -ходьба по ориентирам в усложненных условиях; -ходьба в шеренге на точное расстояние (сообщить время прохождения отрезка, затем пройти это расстояние за 10, 15, 20 сек).	-умеет выполнять упражнения с контролем и без контроля зрения.	Формирование положительного психоэмоционального состояния, эстетичное воспитание. Формирование представлений и умений пространственной ориентации, процессов мышления (умозаключение, определение понятий).
		Равновесие: -ходьба по гимнастической скамейке вверх и вниз; -расхождение при встречном движении на гимнастической скамейке; -равновесие на одной ноге.	-выполняет сложные упражнения на равновесие, согласно своим индивидуальным возможностям.	Развитие ловкости движений, координационных способностей.
		Лазанье и перелезание: -передвижения в вися на гимнастической стенке.	-выполняет передвижение изученными способами.	Развитие ловкости движений, скоростно-силовых качеств, координационных способностей.
		Дыхательные упражнения: -регулировка дыхания во время переноса	-может регулировать дыхание согласно нагрузке;	Формирование темпо-ритмической структуры движений,

		тяжестей, в упражнениях с преодолением препятствий. -правильное дыхание при выполнении упражнений.	-умеет выполнять дыхание изученными способами.	усовершенствование привычек одновременного дыхания, движения и речи.
3	18	Элементы легкой атлетики -метание малого мяча на дальность с трех шагов; -толкание набивного мяча (2 кг) на дальность; - ходьба с переходом на бег; -бег с преодолением препятствий; -челночный бег 4х9; -эстафетный бег; -передача эстафетной палочки -марш-бросок 300 м.	-знает значение ходьбы для укрепления здоровья; -умеет выполнять стартовый разгон с переходом в бег; -адекватно воспринимает замечание учителя и исправляет свои ошибки при выполнении движений; -ориентируется в последовательности элементов при выполнении целостного действия	Развитие скорости, ловкости, способности принимать быстрые решения, координации, формирование кинестатических ощущений (ощущение положения отдельных частей тела) и навыков броска и ловли, инициативы, выдержки, последовательности, скорости во время выполнения двигательных задач.
4	16	Элементы спортивных игр Баскетбол: -упрощенные правила игры в баскетбол -двойной шаг; -передачи мяча двумя руками в движении, с последующей остановкой; -ведение мяча со сменой направления, шагом, бегом с последующей передачей; -броски мяча в корзину от груди, снизу, с места, с шага; -игровые эстафеты с ведением мяча и броском в стену, в корзину. -применение разученных приемов в условиях игры. Футбол: -правила игры в футбол; -удары по неподвижному и катящемуся мячу внутренней стороной стопы и	-знает правила безопасности занятий на уроках спортивных игр; -знает правила соревнований по спортивным играм; -умеет выполнить ведение мяча шагом; -ориентируется в последовательности элементов при выполнении целостного действия; -адекватно воспринимает замечание учителя и исправляет свои ошибки при выполнении движений; -ориентируется в последовательности элементов при выполнении целостного действия	Формирование мышления (понятие, суждение, умозаключение) во время тактико-технических действий в спортивных играх. Развитие эмоциональной сферы в плане формирования соответствия переживаний ситуации, урегулирование слишком сильных эмоций, как негативного, так и положительного плана. Совершенствование глазомера, точности пространственно-силовых и временных дифференцировок. Развитие скорости, ловкости, способности принимать быстрые решения, координации, формирование кинестатических ощущений (ощущение положения отдельных частей тела) и навыков броска и ловли, инициативы,

		<p>передней частью подъема; -применение разученных приемов в условиях игры.</p> <p>Пионербол с элементами волейбола: -упрощенные правила игры в волейбол; -стойка игрока, передвижения, прием и передача мяча; -подвижные игры и эстафеты с мячом; -учебная игра по упрощенным правилам.</p> <p>Настольный теннис -правила игры в настольный теннис; -накат закрытой ракеткой (справа). Топ-спин справа; -накат закрытой ракеткой (слева). Топ-спин слева; -учебная игра.</p>	<p>-знает правила игры; -ловит мяч, летящий в ворота; -выбивает мяч с земли; -выполняет удары по катящемуся мячу; -выполняет подачи и передачи. -знает правила игры в настольный теннис; -выполняет подачи.</p>	<p>выдержки, последовательности, скорости во время выполнения двигательных задач.</p> <p>Совершенствование глазомера, точности пространственно-силовых и временных дифференцирований (двигательные ощущения и восприятия имеют наибольшее значение для управления движениями); развитие мелкой моторики.</p>
5	6	<p>Подвижные игры, эстафеты -для совершенствования координационных способностей «Шапки», «Орешки», «Бездомная лиса», «Не давай мяч ведущему»; -эстафеты с элементами бега, прыжков, метания, с переносом тяжестей, с преодолением препятствий; -подготовительные игры к разделу «спортивные игры».</p>	<p>-знает значение подвижных игр в организации активного отдыха; правила безопасности на занятиях подвижными играми; названия и правила нескольких игр; -хочет во время игр быть ведущим; -выбирает оптимальное решение двигательных задач; -использует нестандартные игровые ситуации; -перестраивает свою деятельность согласно непостоянным обстоятельствам.</p>	<p>Формирование форм мышления (анализ, сравнение, обобщение) во время подвижных игр. Развитие эмоциональной сферы в плане формирования соответствия переживания ситуации, урегулирование слишком сильных эмоций, как негативного, так и положительного плана, зрительных и слуховых видов представлений. Развитие координационных способностей через упражнения с мячом, содействие развитию интеллектуально-речевых функций.</p>
<p>Требования к обучающемуся:</p> <p>-знать правила поведения на занятиях физической культуры; -уметь выполнять строевые команды; -уметь составить комплекс утренней гимнастики;</p>				

- уметь из любого исходного положения принять правильную осанку с контролем и без контроля зрения;
- уметь определить на глаз приблизительное расстояние и направление;
- уметь организовать и провести подвижную игру.

8 класс (68 ч., 2 часа в неделю)

№	кол-во часов	Содержание учебного материала	Учебные достижения обучающихся	Направленность коррекционно-развивающей работы и ожидаемые результаты
1	5	<p>Теоретические знания. Обеспечение безопасности занятий. Правила безопасного поведения на уроках. Предупреждение возможного травматизма во время самостоятельных занятий физическими упражнениями. Правила поведения во время массовых спортивных и зрелищных мероприятий. Оказание первой доврачебной помощи.</p> <p>Гигиенические знания. Профилактика умственного перенапряжения средствами физической культуры. Комплексы физических упражнений, повышающие умственную работоспособность. Воздушные и водные процедуры как средство закаливания в различные периоды года. Гигиена тела, одежды и обуви учащегося.</p> <p>Правила самостоятельных занятий.</p> <p>Здоровый образ жизни: -профилактика простудных заболеваний; -повышение защитных свойств организма средствами физической культуры.</p> <p>Параолимпийские игры.</p>	<p>-понимает влияние общей физической подготовки на физическую и умственную работоспособность учащегося; -определяет понятие и задачи физической подготовки; понятие учебного задания -называет структурные компоненты здорового образа жизни; двигательный режим дня учащегося в различные периоды года; физкультурные занятия в режиме учебного и выходного дня; -понимает значение профилактики умственного перенапряжения средствами физической культуры; -объясняет регулирование нагрузки в процессе самостоятельных занятий; -соблюдает правила безопасного поведения на уроках лёгкой атлетики, гимнастики, спортивных игр.</p>	<p>Формирование разных видов памяти, оперативного мышления, мотивации относительно заботливого отношения к собственному здоровью, стремлению вести здоровый образ жизни. Развитие умения удерживать информацию на протяжении длительного времени.</p>
2	23	<p align="center">Гимнастика</p> <p>Теоретические сведения: Двигательный режим обучающегося.</p>	<p>-знает двигательный режим обучающегося 8-го класса; -знает значение</p>	<p>Формирование целостного восприятия, коммуникативных способностей, воспитание сдержанности. Совершенств-</p>

		<p>Значение гимнастики для трудовой деятельности. Восстановительно-профилактические упражнения и их влияние на организм человека.</p> <p>Выполнение строевых команд: «Становись!», «Равняйся!», «Смирно!», «Вольно!», «Шире шаг!», «Короче шаг!».</p>	<p>профилактических и восстанавливающих упражнений;</p> <p>-умеет провести комплекс общеразвивающих упражнений с классом.</p>	<p>зование координационных возможностей, автоматическое соблюдение правильной осанки. Содействие развитию способности согласовывать движения различными частями тела при выполнении элементов и связок; Ориентация в последовательности элементов при выполнении целостного действия; Развитие способности к сохранению равновесия, ориентировке в пространстве, содействие развитию функций вестибулярного аппарата.</p>
		<p>Построения и перестроения:</p> <p>-походный строй в колонне по два;</p> <p>-повторение всех видов перестроений, поворотов.</p>	<p>-знает, как правильно перестраиваться;</p> <p>-умеет размыкаться на заданную дистанцию;</p> <p>-умеет правильно выполнять команды.</p>	<p>Формирование у обучающегося точного выполнения указаний учителя. Развитие внимания; умение удерживать информацию на протяжении длительного времени.</p>
		<p>Общеразвивающие и корригирующие упражнения:</p> <p>-усовершенствование изученных упражнений.</p> <p>-составление простых комплексов упражнений для утренней гимнастики;</p> <p>-восстановительно-профилактические упражнения</p>	<p>-умеет выполнять упражнения с предметами согласно своим индивидуальным возможностям;</p> <p>-умеет самостоятельно составить и выполнить комплекс с 6-8 упражнений.</p>	<p>Развитие процессов познавательной деятельности - внимания, памяти, мышления. Формирование у обучающегося точного выполнения указаний учителя. Развитие внимания; умение удерживать информацию на протяжении длительного времени.</p>
		<p>Упражнения с сопротивлением:</p> <p>-перетягивание каната группами;</p> <p>-сопротивление в парах (отведение, сгибание, разгибание).</p>	<p>-умеет оказывать сопротивление партнеру.</p>	<p>Синергизм движения рук и ног.</p>
		<p>Акробатика:</p> <p>-повторение упражнений, изученных в предыдущих классах.</p>	<p>-умеет выполнять простейшие акробатические и гимнастические упражнения согласно своим возможностям.</p>	<p>Развитие координационных способностей.</p>

		<p>Висы и упоры: -висы на согнутых руках, лежа; -разновидности хвата.</p>	<p>-умеет выполнять висы и упоры; -знает разновидности хвата.</p>	<p>Развитие процессов познавательной деятельности - внимания, памяти, мышления. Формирование у обучающегося точного выполнения указаний учителя.</p>
		<p>Упражнения на формирование пространственных представлений -повторение ранее изученных упражнений.</p>	<p>-умеет выполнять упражнения с контролем и без контроля зрения.</p>	<p>Формирование положительного психоэмоционального состояния, эстетичное воспитание. Формирование представлений и умений пространственной ориентации, процессов мышления (умозаключение, определение понятий).</p>
		<p>Равновесие: -простые комбинации на гимнастической скамейке; -повторение ранее изученных упражнений.</p>	<p>-выполняет сложные упражнения на равновесие, согласно своим индивидуальным возможностям.</p>	<p>Развитие ловкости движений, координационных способностей.</p>
		<p>Дыхательные упражнения: -регулировка дыхания во время переноса тяжестей, в упражнениях с преодолением препятствий. -правильное дыхание при выполнении упражнений.</p>	<p>-может регулировать дыхание согласно нагрузке; -умеет выполнять дыхание изученными способами.</p>	<p>Формирование темпо-ритмической структуры движений, усовершенствование привычек одновременного дыхания, движения и речи.</p>
3	16	<p>Элементы легкой атлетики Правила соревнований и судейство. -метание малого мяча на дальность в коридоре 10 м; -толкание набивного мяча (2 кг) на дальность; -специальные беговые упражнения; -ходьба, бег, с преодолением препятствий; -челночный бег 4х9; -эстафетный бег; -марш-бросок 300 м.</p>	<p>-знает правила соревнований и судейства в легкой атлетике; -знает значение ходьбы для укрепления здоровья; -адекватно воспринимает замечание учителя и исправляет свои ошибки при выполнении движений; -ориентируется в последовательности элементов при выполнении целостного действия.</p>	<p>Развитие скорости, ловкости, способности принимать быстрые решения, координации, формирование кинестатических ощущений (ощущение положения отдельных частей тела) и навыков броска и ловли, инициативы, выдержки, последовательности, скорости во время выполнения двигательных задач.</p>

4	18	<p align="center">Элементы спортивных игр</p> <p>Основные правила игры в баскетбол, волейбол, футбол. Наказания за нарушения. Правила судейства.</p> <p align="center">Баскетбол:</p> <ul style="list-style-type: none"> -ведение мяча с обводкой препятствий; -штрафные броски; -игровые эстафеты с ведением мяча и броском в стену, в корзину. -применение разученных приемов в условиях игры. <p align="center">Футбол:</p> <ul style="list-style-type: none"> -удары носком, пяткой; -удары на точность; -вбрасывание мяча из-за боковой линии; -«пенальти»; -применение разученных приемов в условиях игры. <p align="center">Пионербол с элементами волейбола:</p> <ul style="list-style-type: none"> -броски мяча через сетку с 3-мя шагами; -подвижные игры и эстафеты с элементами волейбола; -учебная игра по упрощенным правилам. <p align="center">Настольный теннис</p> <ul style="list-style-type: none"> -подачи; -смена игрового ритма; -учебная игра. 	<ul style="list-style-type: none"> -знает правила безопасности занятий на уроках спортивных игр; -правила соревнований по спортивным играм; -умеет выполнить ведение мяча шагом; -ориентируется в последовательности элементов при выполнении целостного действия; -адекватно воспринимает замечание учителя и исправляет свои ошибки при выполнении движений; -ориентируется в последовательности элементов при выполнении целостного действия -ловит мяч, летящий в ворота; -выбивает мяч с земли; -знает правила игры; -выполняет подачи и передачи. -знает правила игры в настольный теннис; -выполняет подачи. 	<p>Формирование мышления (понятие, суждение, умозаключение) во время тактико-технических действий в спортивных играх. Развитие эмоциональной сферы в плане формирования соответствия переживаний ситуации, урегулирование слишком сильных эмоций, как негативного, так и положительного плана. Совершенствование глазомера, точности пространственно-силовых и временных дифференцировок. Развитие скорости, ловкости, способности принимать быстрые решения, координации, формирование кинестатических ощущений (ощущение положения отдельных частей тела) и навыков броска и ловли, инициативы, выдержки, последовательности, скорости во время выполнения двигательных задач. Совершенствование глазомера, точности пространственно-силовых и временных дифференцировок (двигательные ощущения и восприятия имеют наибольшее значение для управления движениями); развитие мелкой моторики.</p>
5	6	<p align="center">Подвижные игры, эстафеты</p> <p>-для совершенствования координационных способностей 2Два, третий лишний», «Стороны света», «Вытолкни из круга», «Вызов номеров», «Перетягивание через линию»;</p>	<ul style="list-style-type: none"> -знает значение подвижных игр в организации активного отдыха; правила безопасности на занятиях подвижными играми; названия и правила нескольких игр; 	<p>Формирование форм мышления (анализ, сравнение, обобщение) во время подвижных игр. Развитие эмоциональной сферы в плане формирования соответствия переживания ситуации, урегулирование</p>

		-народные игры с элементами бега, прыжков, метания, с преодолением препятствий, переносом тяжестей; -эстафеты; -подготовительные игры к разделу «спортивные игры».	-хочет во время игр быть ведущим; -выбирает оптимальное решение двигательных задач; -использует нестандартные игровые ситуации; -перестраивает свою деятельность согласно непостоянным обстоятельствам.	слишком сильных эмоций, как негативного, так и положительного плана, зрительных и слуховых видов представлений. Развитие координационных способностей через упражнения с мячом, содействие развитию интеллектуально-речевых функций.
Требования к обучающемуся:				
<ul style="list-style-type: none"> -знать правила поведения на занятиях физической культуры; -уметь выполнять строевые команды; -уметь составить комплекс утренней гимнастики; -уметь из любого исходного положения принять правильную осанку с контролем и без контроля зрения; -уметь определить на глаз приблизительное расстояние и направление; -уметь организовать и провести подвижную игру. 				

9 класс (68 ч., 2 часа в неделю)

№ п/п	К-во часов	Содержание учебного материала	Учебные достижения обучающихся	Направленность коррекционно-развивающей работы и ожидаемые результаты
1	5	<p style="text-align: center;">Теоретические знания.</p> <p>Подготовка мест для безопасных занятий физическими упражнениями. Правила поведения во время массовых спортивных и зрелищных мероприятий. Гигиенические знания. Влияние активного режима на динамику умственной работоспособности учащихся. Профилактика простудных заболеваний. Виды закаливания. Здоровый образ жизни.</p>	<ul style="list-style-type: none"> -понимает влияние активного двигательного режима на динамику умственной работоспособности обучающихся; -знает профилактику простудных заболеваний; -знает виды закаливания; -определяет понятие гиподинамии, гипердинамии, оптимальной двигательной 	Формирование разных видов памяти, оперативного мышления, мотивации относительно заботливого отношения к собственному здоровью, стремлению вести здоровый образ жизни. Развитие умения удерживать информацию на протяжении длительного времени.

		<p>Способы преодоления вредных привычек. Двигательный режим учащихся в различные периоды года. Правила самостоятельных занятий. Олимпизм и олимпийское движение. Влияние олимпийских идеалов на формирование нравственного отношения учащихся к физическому и духовному самосовершенствованию. Спортивная слава ДНР.</p>	<p>активности; -знает способы преодоления вредных привычек; -знает об индивидуальном двигательном режиме в периоды года; -называет основные ценности олимпизма, провозглашенные в олимпийской хартии; -знает о влиянии олимпийских идеалов на формирование нравственного отношения обучающихся к физическому и духовному самосовершенствованию; -соблюдает страховку; взаимопомощь при выполнении физических упражнений; -знает правила поведения во время массовых спортивных и зрелищных мероприятий.-</p>	
2	22	<p align="center">Модуль Гимнастика <i>Теоретические сведения:</i> Виды гимнастики: спортивная, художественная. Двигательный режим обучающегося 9-го класса. Влияние гимнастических упражнений на организм человека. Выполнение строевых команд: «Становись!», «Равняйся!», «Смирно!», «Вольно!», «Шире шаг!», «Короче шаг!».</p>	<p>-знает названия гимнастических снарядов и предметов; -знает виды гимнастических упражнений в разных видах гимнастики.</p>	<p>Формирование целостного восприятия, коммуникативных способностей, воспитание сдержанности. Совершенствование координационных возможностей, автоматическое соблюдение правильной осанки. Содействие развитию способности согласовывать движения различными частями тела при выполнении элементов и связок; Ориентация в последовательности элементов при выполнении целостного действия; Развитие способности к сохранению</p>

				равновесия, ориентировке в пространстве, содействии развитию функций вестибулярного аппарата.
		<p>Построения и перестроения:</p> <ul style="list-style-type: none"> -перестроение из одной шеренги в две; -Повороты налево, направо во время ходьбы на месте; -размыкание в движении на заданную дистанцию; -повороты направо, налево по время ходьбы; -строевой шаг. 	<ul style="list-style-type: none"> -знает, как правильно перестраиваться; -умеет размыкаться на заданную дистанцию; -умеет правильно выполнять команды. 	Формирование у обучающегося точного выполнения указаний учителя. Развитие внимания; умение удерживать информацию на протяжении длительного времени.
		<p>Общеразвивающие и корригирующие упражнения:</p> <ul style="list-style-type: none"> -комплексы упражнений с предметами (обручами, гимнастическими палками, флажками, набивными мячами, гантелями, малыми и большими мячами и др.); -комплексы упражнений без предметов (в движении, стоя, сидя на гимнастической скамейке; лежа на гимнастических матах); усовершенствование изученных упражнений. -составление простых комплексов упражнений для утренней гимнастики; -упражнения на гибкость. 	<ul style="list-style-type: none"> -умеет выполнять упражнения с предметами согласно своим индивидуальным возможностям; -умеет самостоятельно составить и выполнить комплекс с 6-8 упражнений; -умеет выполнять упражнения на гибкость. 	Развитие процессов познавательной деятельности - внимания, памяти, мышления. Формирование у обучающегося точного выполнения указаний учителя. Развитие внимания; умение удерживать информацию на протяжении длительного времени.
		<p>Упражнения с сопротивлением:</p> <ul style="list-style-type: none"> -перетягивание каната группами; -сопротивление в парах (отведение, сгибание, разгибание). 	<ul style="list-style-type: none"> -умеет оказывать сопротивление партнеру. 	Синергизм движения рук и ног.
		<p>Акробатика:</p> <ul style="list-style-type: none"> -полушпагат; -стойка на лопатках, согнув ноги; -«мост» из положения лежа. 	<ul style="list-style-type: none"> -умеет выполнять простейшие акробатические и гимнастические упражнения согласно своим возможностям. 	Развитие координационных способностей.

		<p>Висы и упоры: -висы на согнутых руках, лежа; -разновидности хвата.</p>	<p>-умеет выполнять висы и упоры; -знает разновидности хвата.</p>	<p>Развитие процессов познавательной деятельности - внимания, памяти, мышления. Формирование у обучающегося точного выполнения указаний учителя.</p>
		<p>Упражнения на формирование пространственных представлений -выполнение исходных положений без контроля зрения по словесному заданию учителя; -ходьба, бег с определением времени.</p>	<p>-умеет выполнять упражнения с контролем и без контроля зрения.</p>	<p>Формирование положительного психоэмоционального состояния, эстетичное воспитание. Формирование представлений и умений пространственной ориентации, процессов мышления (умозаключение, определение понятий).</p>
		<p>Равновесие: -ходьба по гимнастической скамейке с подниманием с пола разных предметов, сохраняя равновесие; -простые комбинации на гимнастической скамейке.</p>	<p>-выполняет сложные упражнения на равновесие, согласно своим индивидуальным возможностям.</p>	<p>Развитие ловкости движений, координационных способностей.</p>
		<p>Дыхательные упражнения: -регулировка дыхания во время переноса тяжестей, в упражнениях с преодолением препятствий. -правильное дыхание при выполнении упражнений.</p>	<p>-может регулировать дыхание согласно нагрузке; -умеет выполнять дыхание изученными способами.</p>	<p>Формирование темпо-ритмической структуры движений, усовершенствование привычек одновременного дыхания, движения и речи.</p>
3	16	<p>Элементы легкой атлетики Правила соревнований и судейство. -метание малого мяча на дальность в коридоре 10 м; -метание малого мяча из разных положений; -толкание набивного мяча (2 кг) на дальность; -ходьба с переходом на бег; -ходьба, бег, с преодолением препятствий; -равномерный бег до 3-х мин.;</p>	<p>-знает правила соревнований и судейства в легкой атлетике; -знает значение ходьбы для укрепления здоровья; -умеет выполнять стартовый разгон с переходом в бег; -адекватно воспринимает замечание учителя и исправляет свои ошибки при выполнении движений;</p>	<p>Развитие скорости, ловкости, способности принимать быстрые решения, координации, формирование кинестатических ощущений (ощущение положения отдельных частей тела) и навыков броска и ловли, инициативы, выдержки, последовательности, скорости во время выполнения двигательных задач.</p>

		<ul style="list-style-type: none"> -челночный бег 4х9; -эстафетный бег; -передача эстафетной палочки в коридоре; 	<ul style="list-style-type: none"> -ориентируется в последовательности элементов при выполнении целостного действия. 	
4	19	<p style="text-align: center;">Элементы спортивных игр</p> <p>Основные правила игры в баскетбол, волейбол, футбол. Наказания за нарушения. Правила судейства.</p> <p style="text-align: center;">Баскетбол:</p> <ul style="list-style-type: none"> -упрощенные правила игры в баскетбол -двойной шаг; -передачи мяча двумя руками в парах в движении; -ведение мяча с обводкой препятствий; -штрафные броски; -игровые эстафеты с ведением мяча и броском в стену, в корзину. -применение разученных приемов в условиях игры. <p style="text-align: center;">Футбол:</p> <ul style="list-style-type: none"> -удары на точность; -ведение мяча с разной скоростью и изменением направления; -вбрасывание мяча из-за боковой линии; -применение разученных приемов в условиях игры. <p style="text-align: center;">Пионербол с элементами волейбола:</p> <ul style="list-style-type: none"> -стойка игрока, передвижения, прием и передача мяча; -подвижные игры и эстафеты с элементами волейбола; -учебная игра по упрощенным правилам. <p style="text-align: center;">Настольный теннис</p> <ul style="list-style-type: none"> -накат закрытой ракеткой (справа). Топ- 	<ul style="list-style-type: none"> -знает правила безопасности занятий на уроках спортивных игр; -правила соревнований по спортивным играм; -умеет выполнить ведение мяча шагом; -ориентируется в последовательности элементов при выполнении целостного действия; -адекватно воспринимает замечание учителя и исправляет свои ошибки при выполнении движений; -ориентируется в последовательности элементов при выполнении целостного действия -знает правила игры; -ловит мяч, летящий в ворота; -выбивает мяч с земли; -знает правила игры; -выполняет подачи и передачи. -знает правила игры в настольный теннис; -выполняет подачи. 	<p>Формирование мышления (понятие, суждение, умозаключение) во время тактико-технических действий в спортивных играх. Развитие эмоциональной сферы в плане формирования соответствия переживаний ситуации, урегулирование слишком сильных эмоций, как негативного, так и положительного плана. Совершенствование глазомера, точности пространственно-силовых и временных дифференцирований. Развитие скорости, ловкости, способности принимать быстрые решения, координации, формирование кинестатических ощущений (ощущение положения отдельных частей тела) и навыков броска и ловли, инициативы, выдержки, последовательности, скорости во время выполнения двигательных задач. Развитие координационных способностей через упражнения с мячом, содействие развитию интеллектуально-речевых функций. Совершенствование глазомера, точности пространственно-силовых и временных дифференцирований (двигательные ощущения и восприятия имеют наибольшее значение для</p>

		<p>спин справа; -накат закрытой ракеткой (слева). Топ-спин слева; -срезка слева, срезка справа; -парная игра; -учебная игра.</p>		<p>управления движениями); развитие мелкой моторики.</p>
5	6	<p>Подвижные игры, эстафеты -для совершенствования координационных способностей «Стороны света», «Вытолкни из круга», «Вызов номеров», «Перетягивание через линию»; -эстафеты с элементами бега, прыжков, метания, с переносом тяжестей, с преодолением препятствий.</p>	<p>-знает значение подвижных игр в организации активного отдыха; правила безопасности на занятиях подвижными играми; названия и правила нескольких игр; -хочет во время игр быть ведущим; -выбирает оптимальное решение двигательных задач; -использует нестандартные игровые ситуации; -перестраивает свою деятельность согласно обстоятельствам.</p>	<p>Формирование форм мышления (анализ, сравнение, обобщение) во время подвижных игр. Развитие эмоциональной сферы в плане формирования соответствия переживания ситуации, урегулирование слишком сильных эмоций, как негативного, так и положительного плана, зрительных и слуховых видов представлений. Развитие координационных способностей через упражнения с мячом, содействие развитию интеллектуально-речевых функций.</p>
<p>Требования к обучающемуся:</p> <p>-знать правила поведения на занятиях физической культуры; -уметь выполнять строевые команды; -уметь составить комплекс утренней гимнастики; -уметь из любого исходного положения принять правильную осанку с контролем и без контроля зрения; -уметь определить на глаз приблизительное расстояние и направление; -уметь организовать и провести подвижную игру.</p>				

5. Форма оценивания предметных результатов

Достижения обучающихся с НОДА с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)(вариант 1) по учебному предмету «Адаптивная физическая культура» оцениваются по 5 бальной системе.

При выставлении оценки учитывается старание обучающегося, его физическая подготовка, способности, особенности заболевания, двигательные ограничения.

Основной акцент в оценивании должен быть сделан на стойкую мотивацию обучающихся к занятиям физическими упражнениями и динамике их физических возможностей (положительная мотивация фиксируется учителем, если обучающийся даже не продемонстрировал существенных сдвигов в формировании навыков, умений и развитии физических качеств, но регулярно посещал уроки, старательно выполнял задания учителя, овладел доступными ему навыками самостоятельных занятий оздоровительной и корригирующей гимнастикой, необходимыми знаниями в области адаптированной физической культуры).

Текущая и промежуточная аттестация обучения по 5 бальной системе включает в себя:

- поурочное оценивание по 5 бальной системе, которое фиксируется учителем в дневнике обучающегося и/или личных записях учителя;
- тематическое оценивание по 5 бальной системе, которое фиксируется учителем в журнале в форме записи оценки;
- четвертное оценивание с выставлением результата в журнале в формате оценки;
- годовое оценивание с выставлением результата в журнале в форме оценки, учитывая результаты по четвертям.

Положительную оценку по АФК обучающийся с НОДА с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) получает при выполнении следующих условий:

- систематически посещает занятия;
- выполняет правила безопасного поведения в спортивном зале, на спортивной площадке и в бассейне;
- соблюдает гигиенические правила и правила безопасности при выполнении спортивных упражнений на уроке;
- на уроках демонстрирует положительные сдвиги в формировании навыков, умений и в развитии физических или морально-волевых качеств в течение четверти;
- владеет необходимыми навыками, теоретическими и практическими (в зависимости от особенностей двигательного развития) знаниями в области адаптивной физической культуры.

Отрицательную оценку по АФК обучающийся с НОДА с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) получает в зависимости от следующих условий:

- систематически допускает пропуски уроков без уважительной причины (более 60% от фактически проведенных занятий) как проявление сознательного отказа от занятий АФК;
- не демонстрирует положительных сдвигов в формировании навыков (с учетом индивидуальных особенностей обучающегося).

6. Описание материально-технического и учебно-методического обеспечения

Условия реализации программы включают в себя особенности материально-техническое обеспечение и учебно-методическое обеспечение.

Материально-техническое обеспечение включает в себя оборудование учебного кабинета с учетом особенностей учебного процесса в начальной школе и специфики содержания учебного предмета АФК.

Наименование объектов и средств материально-технического оснащения

- Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования;
- Примерные рабочие программы по адаптивной физической культуре;
- Учебно-методические пособия и рекомендации, в том числе с учетом специфики обучающихся с НОДА с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями);

Технические средства обучения

- Музыкальный центр;

Экранно-звуковые пособия

- Аудиозаписи;

Учебно-практическое оборудование

- Перекладина гимнастическая (пристеночная);
- Стенка гимнастическая;
- Скамейка гимнастическая жесткая (2 м);
- Комплект навесного оборудования (перекладина, мишени для метания, тренировочные баскетбольные щиты);
- Мячи: набивные 1 и 2 кг, малый (теннисный), малый (мягкий), баскетбольные, волейбольные, футбольные;
- Канат;
- Палка гимнастическая;
- Мат гимнастический;
- Коврики: гимнастические, массажные;
- Кегли;

- Обруч пластиковый детский;
- Флажки: разметочные с опорой, стартовые;
- Лента финишная;
- Сетка для переноса и хранения мячей;

Игры и игрушки

- Стол для игры в настольный теннис;
- Сетка и ракетки для игры в настольный теннис;
- Футбол;
- Шахматы (с доской);
- Шашки (с доской);

Специальное оборудование

- Гимнастические маты;
- Мячи гимнастические;
- Фитболы;
- Утяжелители;
- Мешки с песком (0,5–2 кг);
- Эластичные ленты;
- Мягкие модули различной формы и размера;
- Степ-платформы;
- Мячи (футбольный, волейбольный, баскетбольный);
- Вертикализаторы (динамические);
- Опоры для сидения, приспособления для укладок.

Учебно-методическое обеспечение включает в себя комплект УМК по физической культуре для начальной школы, который включен в Федеральный перечень учебников, рекомендованных к использованию в общеобразовательных организациях. Адаптация материала учебника и рабочей тетради производится учителем АФК с учетом индивидуальных особенностей развития обучающегося с НОДА с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

Учебно-методическое обеспечение включает минимально допустимый перечень библиотечного фонда (книгопечатной продукции), печатных пособий, технических компьютерных и других информационных средств обучения, учебно-лабораторного оборудования и натуральных объектов.

Список литературы:

1. Адаптированная основная образовательная программа «Физическая культура для специальных (коррекционных) образовательных организаций VIII вида подготовительный, 1-9 класс» г. Донецк 2021 г.
2. Адаптированная основная образовательная программа «Физическая культура для специальных общеобразовательных организаций VI вида (для детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата) 1-9 классы» г. Донецк 2018 г.
3. Лечебная физическая культура: Справочник под ред. проф. В.А. Епифанова. М.: Медицина, 2004.
4. Литош Н.Л. Адаптивная физическая культура. Психолого-педагогическая характеристика детей с нарушениями в развитии: Учебное пособие. - М.: Спорт Академ Пресс, 2002.
5. Рабочая программа «Физическая культура 5-9 классы». Учебно-методическое пособие. Г. И. Погадаев. Серия: Вертикаль (Дрофа), 2013.
6. Страковская В.Л. «300 подвижных игр для оздоровления детей от 1 года до 14 лет» М. Новая школа, 1994.
7. Физическая культура. Учебное пособие для общеобразовательных организаций. 7 класс / сост. Михайлюк С.И., Овчинникова С.В., Рожкова А.Е., Вотинцев И.А., Тарасова И.А., Шкляревич О.А., Огнева О.А., Пуха А.В., Ребро З.А. Суровень.О.Е.– Донецк: ГОУ ДПО «Донецкий РИДПО», 2019.
8. Физическая культура. Учебное пособие для общеобразовательных учебных организаций. 5 класс / сост. Михайлюк С.И., Овчинникова С.В., Рожкова А.Е., Копейка С.М., Тарасова И.А., Шкляревич О.А., Огнева О.А., Пуха А.В., Ребро З.А., Савченко – Зражевская Н.Н., – Донецк: ГОУ ДПО «Донецкий РИДПО», 2018.
9. Физическая культура. Учебное пособие для общеобразовательных учебных организаций. 6 класс / сост. Михайлюк С.И., Овчинникова С.В., Рожкова А.Е., Копейка С.М., Тарасова И.А., Шкляревич О.А., Огнева О.А., Пуха А.В., Ребро З.А., Савченко – Зражевская Н.Н., – Донецк: ГОУ ДПО «Донецкий РИДПО», 2018.
10. Харламов И.Ф. Педагогика. - М., 1997. 1. С.В. Алехина, Н.Я. Семаго, А.К. Фадина «Инклюзивное образование». Выпуск 1. М.: Центр «Школьная книга», 2010.

Цифровые ресурсы:

1. <http://sport-dinsk.ru/programmy/61-rabochaya-programma-po-adaptivnoj-fizkulture>
2. <http://www.universalinternetlibrary.ru/book/14376/ogl.shtml>
3. <http://fatalenergy.com.ru/Book/dvorkin/55.php>
4. <http://undersport.ru/fizkult/bodybuilding/29-shoulders.html>.
5. http://pedlib.ru/Books/1/0269/1_0269-1.shtml
6. http://pedlib.ru/Books/1/0453/1_0453-1.shtml

7. <https://mybook.ru/author/olga-rudik/korrekcionnaya-rabota-s-autichnym-rebenkom/>