

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования Иркутской области

Иркутское районное муниципальное образование

МОУ ИРМО "Никольская СОШ"

РАССМОТРЕНО

Методист

Лепешкина О.Б.
Протокол №1
от «26» августа 2024 г.

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по
УВР

Погодаева А.Н.
Протокол №1
от «30» августа 2024г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор МОУ ИРМО
"Никольская СОШ"

Куликова И.Н.
Приказ № 219
от «29» августа 2024 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

учебного предмета «Адаптивная физическая культура» 4 класс

для Железняка Алексея (обучение на дому), АООП (вариант 2)

Никольск 2024

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Адаптивная физическая культура рассматривается, как часть общей культуры, подсистема физической культуры, одна из сфер социальной деятельности, направленная на удовлетворение потребностей лиц с ограниченными возможностями в двигательной активности, восстановлении, укреплении и поддержании здоровья, личностного развития, самореализации физических и духовных сил в целях улучшения качества жизни, социализации и интеграции в общество. Отличительной особенностью любой культуры является творческое начало. Следовательно, с полным правом можно сказать, что адаптивная физическая культура, как новая учебная дисциплина представляет творческую деятельность по преобразованию человеческой природы, «окультуриванию» тела, его оздоровления, формирования интересов, мотивов, потребностей, привычек, развития высших психических функций, воспитания и самовоспитания личности, самореализации индивидуальных способностей.

Специфичность понятия "адаптивная физическая культура" выражается в дополняющем определении "адаптивная", что подчеркивает ее предназначение для детей с нарушениями, и в данном случае для детей с умеренной, тяжелой умственной отсталостью, множественными нарушениями. Это предполагает, что физическая культура во всех ее проявлениях должна стимулировать позитивные реакции в системах и функциях организма, формируя тем самым необходимые двигательные координации, физические качества и способности, направленные на жизнеобеспечение, развитие и совершенствование организма учащегося. Методика адаптивной физической культуры имеет существенные отличия, обусловленные аномальным развитием физической и психической сферы ребенка.

Именно эти базовые положения, касающиеся медико-физиологических и психологических особенностей детей разных нозологических групп, типичных и специфических нарушений двигательной сферы, специально-методические принципы работы с данной категорией детей, коррекционная направленность педагогического процесса определяют концептуальные подходы к построению и содержанию частных методик адаптивной физической культуры.

Актуальность программы:

Определяется ее направленностью на создание условий для сохранения и укрепления здоровья детей.

Цель программы:

Оптимизации физического состояния и развития ребенка.

Задачи:

1. Образовательные:

- развитие двигательных функций (способности к самостоятельному передвижению);
- формирование фонда жизненно важных движений и игровой деятельности.

2. Воспитательные:

- общее развитие и предупреждение вторичных эмоциональных и поведенческих расстройств, преодоление страхов;
- воспитание настойчивости, смелости, позитивного отношения к себе и окружающим.

3. Коррекционно-компенсаторные:

- преодоление двигательных нарушений, нормализация мышечного тонуса.

4. Лечебно-оздоровительные и профилактические:

охранение здоровья, повышение физиологической активности органов и систем профилактика осложняющих расстройств (стойких вегетативно-сосудистых и соматических нарушений).

5. Развивающие:

- повышение толерантности к нагрузке;
- развитие физических способностей;
- расширение объема мышечно-двигательных представлений и двигательной памяти.

1.1. Учёт воспитательного потенциала уроков

Воспитательный потенциал предмета «Адаптивная физическая культура» реализуется через:

- побуждение обучающихся соблюдать на уроке общепринятые нормы поведения, правила общения со старшими (педагогическими работниками) и сверстниками (обучающимися),

принципы учебной дисциплины и самоорганизации;

- включение в урок игровых процедур, которые помогают поддержать мотивацию обучающихся к получению знаний, налаживанию позитивных межличностных отношений в классе, помогают установлению доброжелательной атмосферы во время урока;
- применение на уроке интерактивных форм работы, стимулирующих познавательную мотивацию обучающихся;
- применение групповой работы или работы в парах, которые способствуют развитию навыков командной работы и взаимодействию с другими обучающимися;
- выбор и использование на уроках методов, методик, технологий, оказывающих воспитательное воздействие на личность в соответствии с воспитательным идеалом, целью и задачами воспитания;
- инициирование и поддержка исследовательской деятельности школьников в форме включения в урок различных исследовательских заданий;
- установление уважительных, доверительных, неформальных отношений между учителем и учениками, создание на уроках эмоционально-комфортной среды.

1.2. Психолого-педагогическая характеристика обучающихся

Особенности психофизического развития Алексея определяет специфику его потребностей и занимается по программе медицинской группы. У Алексея **основная группа**.

Медицинская группа	Характеристика групп
Основная группа	К ней относятся: обучающиеся без отклонений в состоянии здоровья и физическом развитии, имеющие хорошее функциональное состояние и соответствующую возрасту физическую подготовленность; учащиеся с незначительными (чаще функциональными) отклонениями, но не отстающие от сверстников в физическом развитии и физической подготовленности

1.3. Место предмета в учебном плане

В соответствии с недельным учебным планом общего образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) на предмет «адаптивная физическая культура» в 4 классе отводится 1 час в неделю 34 учебных недели (34 ч/в год).

2. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

2.1. Краткая характеристика содержания учебного предмета

Реализация программа осуществляется при создании специальных условий на занятиях адаптивной физической культурой.

Специальные условия создаются путём применения средств адаптивной физической культуры, специальных (коррекционных) приёмов, использования системы поощрения, формирования и поддержания мотивации у обучающихся к занятиям и выполнению физических упражнений с учётом их индивидуальных возможностей, уровня психофизического развития и особых образовательных потребностей.

Средства адаптивной физической культуры для занятий с обучающимися с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями):

Средствами адаптивной физической культуры являются физические упражнения, естественно-средовые силы природы и гигиенические факторы.

Разделы программы по адаптивной физической культуре включают многочисленные физические упражнения, позволяющие воздействовать на различные звенья опорно-двигательного аппарата, мышечные группы, вегетативные системы, корректировать недостатки физического развития, психики и поведения. В соответствии с педагогическими задачами используемые на занятиях адаптивной физической культурой упражнения можно объединить в следующие группы:

1. Упражнения, связанные с перемещением тела в пространстве: ходьба, прыжки, ползание, передвижение на лыжах, на коньках.

2. Общеразвивающие упражнения:

- без предметов;
- с предметами (флажками, лентами, гимнастическими палками, обручами, малыми и большими мячами и др.);
- на снарядах (гимнастической стенке, кольцах, гимнастической

скамейке, лестнице, тренажерах).

3. Упражнения на развитие силовых, скоростных, координационных способностей, выносливости и гибкости.

4. Упражнения на коррекцию и развитие координационных способностей: согласованности движений рук, ног, головы, туловища; согласованности движений с дыханием, ориентировки в пространстве, равновесия, дифференцировки усилий, времени и пространства, ритмичности движений, расслабления.

5. Упражнения на коррекцию осанки, сводов стопы, телосложения, укрепления мышц спины, живота, рук и плечевого пояса, ног

6. Упражнения лечебного и профилактического воздействия: восстановление функций мышц, опороспособности, подвижности в суставах, профилактика нарушений зрения.

7. Упражнения на развитие мелкой моторики кистей и пальцев рук.

8. Художественно-музыкальные упражнения: ритмика, базовые танцевальные движения, элементы хореографии и ритмопластики.

9. Упражнения с речитативами, стихами, загадками, счетом и т.п., активизирующие познавательную деятельность.

10. Упражнения, направленные на развитие и коррекцию восприятия, мышления, воображения, зрительной и слуховой памяти, внимания и других психических процессов.

К естественно-средовым факторам относятся воздушные, солнечные ванны и водные процедуры. Они применяются для укрепления состояния здоровья, профилактики простудных заболеваний, закаливания организма.

Специальные условия

- показ учителем образца выполнения физического упражнения с объяснением способа выполнения действий (операций);
- дополнительный неоднократный показ образца выполнения физического упражнения в замедленном темпе в сопровождении с пояснением;
- дополнительная индивидуальная инструкция, задающая поэтапность (пошаговость) выполнения физического упражнения;
- адаптация (адекватность в соответствии с развитием обучающегося) инструкции к упражнению;
- предъявление мнестических опор: наглядных схем, визуальных алгоритмов, последовательности действий при выполнении физических упражнений;
- наличие зрительно-пространственных ориентиров (разметка, флажки, конусы и др.);
- варьирование видов помощи с учётом индивидуальных возможностей и потребности в помощи у обучающихся: физическая помощь (совместные действия с педагогом); обучающая помощь (выполнение упражнений на основе одновременного показа учителя); пошаговый контроль правильности выполнения упражнений;
- предоставление дифференцированной помощи обучающимся: стимулирующей (одобрение, эмоциональная поддержка), организующей (привлечение внимания, концентрирование на выполнении физического упражнения, напоминание о необходимости самоконтроля), направляющей (повторение и разъяснение инструкции);
- учёт темпа деятельности обучающихся: увеличение времени на выполнение физических упражнений; допустимо выполнение упражнений в индивидуальном темпе;
- профилактика физических и эмоциональных перегрузок: выполнение упражнений наименьшее количество раз, смена видов деятельности, организация перерыва при нарастании в поведении обучающегося проявлений утомления, истощения;
- при определении физической нагрузки учёт соматического состояния обучающегося, уровня физической подготовленности, степени развития физических качеств;
- специальное обучение играм по правилам;
- использование приёмов, направленных на формирование и поддержание интереса и мотивации к правильному выполнению физических упражнений (похвала, одобрение, игровые, сенсорные поощрения и др.);
- контроль выполнения физических упражнений с корректировкой и, при необходимости, оказание индивидуальной помощи обучающимся.

Основное содержание учебного предмета «Адаптивная физическая культура» состоит из 4 разделов:

1. Я и мое тело
2. Я и мои движения
3. Я и мое самочувствие
4. Адаптивные ситуации.

из 6 направлений:

1. Построение и ходьба
2. Захват предметов - метание
3. Бег и прыжки
4. Ползание, лазание и перелезание
5. Общеразвивающие упражнения (с предметами, без предметов, правильная осанка, равновесие)
6. Подвижные и коррекционные игры

Основное содержание этих разделов построено с учетом закономерностей формирования двигательных умений у детей с тяжелыми множественными нарушениями развития:

- первый этап - **ознакомление** с двигательным действием на этом этапе используются словесные методы (рассказ, описание, объяснение, разбор) и наглядные методы (непосредственный, опосредованный, замедленный показ).
- второй этап - **начальное разучивание** используется метод упражнения, контактный метод обучения в сочетании со словесным, метод физического сопровождения и т.д.
- третий этап - **углубленное разучивание** применяются словесные, наглядные методы и их сочетание, вспомогательные методы (направляющая помощь педагога по ходу выполнения движения, фиксация положения тела, принудительное ограничение движения) и т.п.
- четвертый этап - **повторение** используются словесный метод (задание, указание и др.), целостный метод с отработкой отдельных частей по ходу выполнения упражнения, игровой.
- пятый этап - **закрепление** используются игровой метод, целостный и т.д.

РАЗДЕЛЫ	«Я и мое тело»	«Я и мои движения»	«Я и мое самочувствие»	«Адаптивные ситуации»
Задачи:	- практически совершенствовать представления о возможностях собственного тела: в процессе решения двигательных задач: в играх с мячом (удерживать и бросать мяч в цель; ловить мячи разного размера, передавать или бросать в руки партнеру) в положениях стоя или сидя (на скамейках, на полу, в ряд, в круге, друг против друга); в процессе ползания, лазания и перелезание (по/через дорожку, по/через скамейку, между скамейками или дорожками и т.д.);	- совершенствовать навык ходьбы по звуковому сигналу, по инструкции, или по подражанию, или по показу, или совместными движениями в разных ситуациях: от объекта к объекту, вдоль объекта, по кругу, друг за другом, в парах, на носках, на пятках (с изменением положения рук); с удержанием равновесия (ходьба по скамейке, вдоль каната с поднятыми руками и т.д.); - совершенствовать умение построения: в ряд, в шеренгу, вдоль каната, в круг; совершенствовать навык бега: от объекта к объекту, друг за другом,	- формировать чувствительность к психофизическим нагрузкам в процессе подвижных и статических игр, учить выражать свое самочувствие доступным обучающемуся способом (вербально, невербально, альтернативно).	- включать обучающихся и вызывать интерес к коллективным спортивным и игровым мероприятиям: играм общеразвивающего характера (с предметами, без предметов), подвижным играм, спартакиадам, плавание (при созданных условиях), туристическим походам, соляным комнатам (при созданных условиях без противопоказаний).

	выполнять движения и действия по инструкции, или по показу, или по подражанию, или совместно со взрослым.	малой группой, с остановками по сигналу; совершенствовать прыжки: на двух ногах, на одной ноге, на месте, друг за другом, через препятствие (не выше 10-15 см), вдоль каната, спрыгивание, на батуте, взявшись за руки в паре с партнером.		
--	---	--	--	--

НАПРАВЛЕНИЕ 1 Захват предметов - метание 6 часов				
	Правильный захват различных по величине и форме предметов	Передача мяча в руки учителя по его просьбе.	Проявление эмоциональной реакции на взаимодействие с учителем, на физическую нагрузку.	Подвижные игры, спартакиады, общеразвивающие игры на захват и метание предметов.
НАПРАВЛЕНИЕ 2 Построение и ходьба 4 часов				
	Построение в шеренгу, в колонну, в круг.	Ходьба небольшими группами. ходьба с остановкой по сигналу учителя, ходьба с перешагиванием через шнуры.	Оценивание собственных достижений. Проявление эмоциональной реакции на взаимодействие с учителем, двигательную активность.	Подвижные игры, спартакиады, общеразвивающие игры на построения и перестроения, ходьбу.
НАПРАВЛЕНИЕ 3 Бег и прыжки 7 часов				
	Перепрыгивание через шнур. Спрыгивание со скамейки (10 см). Прыжки на корточках. Переползание через шнур.	Бег небольшими группами в прямом направлении за учителем. Прыжки на двух ногах на месте. Прыжки в длину с места (10 см).	Оценивание собственных достижений. Проявление эмоциональной реакции на взаимодействие с учителем, двигательную активность.	Подвижные игры, спартакиады, общеразвивающие игры на бег и прыжки.
НАПРАВЛЕНИЕ 4 Ползание, лазание и перелезание 6 часов				
	Одноименное и разноименное выполнение упражнений на ползание, лазанье и перелезание. Подлезание под шнур. Ползанье на четвереньках на ладонях и коленях. Пролезание в обруч.	Ползанье на четвереньках на ладонях и коленях. Подлезание под шнур на ладонях и коленях	Проявление эмоциональной реакции на взаимодействие с учителем, двигательную активность.	Подвижные игры, спартакиады, общеразвивающие игры с использованием упражнений на ползание, лазание и перелезание.
НАПРАВЛЕНИЕ 5 Общеразвивающие упражнения (с предметами, без предметов, правильная осанка, равновесие) 6 часов				
	Комплексы упражнений на укрепление мышц спины и формирование правильной осанки.	Ходьба между двумя линиями. Ходьба по доске, положенной на пол	Оценивание собственных достижений. Проявление эмоциональной реакции на взаимодействие с	Игры общеразвивающего характера, подвижные игры, спартакиады.

			учителем, двигательную активность.	
НАПРАВЛЕНИЕ 6 Подвижные игры 4 часов				
	Подвижные игры с мячом, подвижные игры на ползание, лазанье, перелезание	Подвижные игры на ходьбу, бег, построение и перестроение, прыжки.	Проявление эмоциональной реакции на взаимодействие с учителем, двигательную активность.	Подвижные игры общеразвивающего характера, спартакиады.
Динамический контроль 1 часа				
Виды деятельности обучающихся на уроках				
	1 гр.			
В направлении 1 Захват предметов - метание.	Правильный захват различных по величине и форме предметов одной и двумя руками, удерживание мячей разных размеров, катание мячей друг другу (расстояние 1 м), ловить мяч, брошенный учителем, бросание мяча (от груди, снизу), бросание мяча через шнур двумя руками, бросание мяча о землю и ловля его двумя руками, бросание мяча в верх и ловля его двумя руками, бросание мяча вдаль двумя руками (от груди, из-за головы), бросание мяча в горизонтальную цель (ящик, корзина) с расстояния 2 м, бросание мяча вдаль правой и левой рукой. Отбивать мяч рукой об пол, продвигаясь вперед шагом или бегом, отбивать мяч одной рукой с продвижением по кругу, отбивание мяча, передача мячей, флажков, палок в шеренге, по кругу, в колонне, меняя направление, перенос гимнастической скамейки вчетвером.			
В направлении 2 Построение и ходьба.	Построение в шеренгу, в колонну, в круг. Ходьба небольшими группами в прямом направлении за учителем, ходьба всей группой в прямом направлении за учителем, ходьба в колонне по одному небольшими группами, ходьба в колонне по одному всей группой, ходьба по кругу, ходьба с остановкой по сигналу учителя, ходьба с переходом на бег и обратно, ходьба в колонне по одному с изменением направления движения, ходьба врассыпную, ходьба парами, перешагивание гимнастические палки, ходьба змейкой, ходьба со сменой темпа, ходьба на носочках, на пяточках, перекатом с пятки на носок			
В направлении 3 Бег и прыжки.	Перепрыгивание через шнур, положенный на пол, прыжки в обруч и из обруча, лежащего на полу. Спрыгивание со скамейки (10 см). Прыжки на корточках с продвижением вперед. Бег небольшими группами в прямом направлении за учителем, бег всей группой в прямом направлении за учителем, бег в колонне по одному небольшими группами, бег в колонне по одному всей группой, бег по кругу, бег с остановкой по сигналу учителя, ходьба с переходом на бег и обратно, бег в колонне по одному с изменением направления движения, бег врассыпную. Прыжки на двух ногах на месте. Пряжки в длину с места(10-15 см).			
В направлении 4 Ползание, лазание и перелезание.	Ползание на четвереньках на ладонях и коленях. Подлезание под шнур на ладонях и коленях (высота 50 см), подлезание под шнур, не касаясь руками пола, пролезание в обруч, не касаясь руками пола, ползание по гимнастической скамейке на ладонях и на коленях, влезание на наклонную лесенку, влезание на гимнастическую стенку (не выше 1 м).			

В направлении 5 Общеразвивающие упражнения (с предметами, Без предметов, правильная осанка, равновесие).	Укрепление мышц спины и формирование правильной осанки. Ходьба между двумя линиями (ширина 25 см) с предметами и без, бег между двумя линиями (ширина 25 см), ходьба по доске, положенной на пол (ширина 20 см) с предметами и без, ходьба по шнуру, положенному на пол, ходьба по гимнастической скамейке (высота 20 см, ширина 25 см), ходьба по доске, положенной наклонно (высота 30 см), ходьба по бревну, ходьба с мешочком на голове.
В направлении 6 Подвижные игры.	Подвижные игры с мячом, подвижные игры на ползание, лазанье, перелезание (по/через дорожку, по/через скамейку, между скамейками или дорожками и т.д.). Подвижные игры на ходьбу, бег, построение и перестроение, прыжки.

Рабочая программа для 4 класса рассчитана на учебный год, общая трудоемкость 34 часа в год, количество часов в неделю - 1.

Реализация программы осуществляется путем сочетания практических, наглядных и словесных методов обучения, использования игровых приемов, специальных средств адаптивной физкультуры.

2.2. Ключевые темы в их взаимосвязи, преемственность по годам изучения.

Большинство разделов программы по предмету «Адаптивная физическая культура» изучается ежегодно с 1 дополнительного класса по 4 класс, благодаря чему программа обеспечивает необходимую систематизацию знаний.

3. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Учебный предмет «Адаптивная физкультура» в 4 классе осваивают обучающиеся (с умеренной, тяжелой и глубокой умственной отсталостью, с тяжелыми и множественными нарушениями в развитии). Учащиеся, отнесенные по состоянию здоровья к подготовительной медицинской группе, от общих занятий не освобождаются, а занимаются на уроке со всеми. К ним применяется индивидуальный подход.

3.1. Обучающимися с умеренной умственной отсталостью (1 группа)

Личностные:

- проявление интереса к адаптивным ситуациям для реализации своих образовательных потребностей;
- положительное взаимодействие со сверстниками в разных адаптивных ситуациях.
- владение алгоритмом действий и правилам поведения в учебной ситуации

Предметные:

- выполнение движений и действий по речевой инструкции, или по показу взрослого самостоятельно или с помощью взрослого;
- выполнение действий с мячом: броски мячей разного размера; прокатывание мяча одной, двумя руками;
- ходьба по ровной дорожке (или по скамейке), друг за другом, в паре, с руками на поясе;
- умение ориентировки в зале по конкретным ориентирам (вход, выход, стены, потолок, пол, углы);
- умение выполнения простейших исходных положений при выполнении общеукрепляющих упражнений и движений в различных пространственных направлениях;
- овладение приемами правильного дыхания (по показу учителя) и выполнение простейших заданий по словесной инструкции учителя;
- овладение навыками координации толчка двумя ногами в различных видах прыжков и умение мягко приземляться в прыжке;
- умение прыгать, навыков правильного захвата различных предметов, передача и переноски их;
- умение преодолевать различные препятствия.

Предметные:

- выполнять действия с мячом: бросать (удерживать или отдавать) в руки взрослому мячи разного размера;
- эмоционально и двигательно реагировать на совместные доступные разминочные упражнения

3.4. Виды деятельности обучающихся, направленные на достижение планируемых результатов

Обучение двигательным умениям является лишь необходимой базовой основой повышения двигательной активности для обучающихся с интеллектуальными нарушениями. Главная задача состоит в том, чтобы результаты этой деятельности нашли применение в жизни, быту, спорте, стали потребностью человека. Для этого процесс обучения должен быть эмоционально насыщенным, разнообразным, мобилизующим адаптационные резервы организма и личностные качества занимающихся.

В практической деятельности это может быть достигнуто следующими методами и методическими приемами:

- сочетанием различных физических упражнений:
- стандартных, упрощенных и усложненных;
- упражнений-образов с ориентировочной основой действий, дробного выполнения упражнений, имитационных, подводящих, на тренажерах и др.;
- вариативностью техники физических упражнений: исходного положения, темпа, ритма, усилий, скорости, направления, амплитуды и т. п.;
- разнообразием вербальных и невербальных методов и методических приемов, словесных и наглядных способов воздействия, музыки, внушения, медитации, психотренингов, активизирующих все органы чувств.

3.5. Организация проектной и учебно-исследовательской деятельности обучающихся

Учащиеся, имеющие особые образовательные возможности здоровья, не похожи друг на друга, и даже дети с одним и тем же диагнозом имеют различные степени тяжести заболевания. В силу индивидуальных особенностей (уровня психического, психологического и физического развития) такие дети - особенные, у них слабая память, недостаточная полнота и точность восприятия, неустойчивое внимание. В связи с этим цели, задачи, организационные формы, предполагаемые результаты должны быть адаптируемы, исходя из особенностей ученика. Темы проектов должны основываться на воспроизведении ближайшего окружения детей (семья, дом, друзья, изученный материал).

Таким образом, при проектной деятельности в работе с обучающимися (с умеренной, тяжелой и глубокой умственной отсталостью) необходим индивидуальный подход и постоянная корректирующая помощь учителя.

3.6. Система оценки достижения планируемых результатов *Система оценки личностных результатов*

Оценка личностных результатов предполагает оценку продвижения ребенка в овладении социальными (жизненными) компетенциями. Во время обучения целесообразно всячески поощрять и стимулировать работу учеников, используя только качественную оценку. Во время обучения центральным результатом является появление значимых предпосылок учебной деятельности, одной из которых является способность ее осуществления не только под прямым и непосредственным руководством и контролем учителя, но и с определенной долей самостоятельности во взаимодействии с учителем и одноклассниками.

Оценивание проводится по результату наличия динамики в развитии обучающегося, при этом заполняется «Лист наблюдений за развитием учащегося» с помощью следующих критериев: **положительная динамика, незначительная динамика, отсутствие динамики.**

Результаты анализа представляются в форме оценки, характеризующей наличный уровень жизненной компетенции.

3.7. Система оценки предметных результатов.

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

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

Динамика усвоения знаний по предмету

Критерии оценки динамики усвоения программы:

Уровни самостоятельности при выполнении заданий	
- не выполняет задание	-
- выполняет задание со значительной помощью	зп
- выполняет задание с частичной помощью	чп
- выполняет задание по подражанию	п
- выполняет задание по образцу	о
- выполняет задание самостоятельно, но допускает ошибки	сш
- выполняет задание самостоятельно (без ошибок)	+

Реакция на воздействия	
- негативная реакция	нгр
- нейтральная реакция	нр
- положительная реакция	пр

Отметки во 4 классе не выставляются. Отслеживается продвижение обучающихся относительно самих себя, без сравнения результатов со сверстниками.

Примечание: в случае затруднений в оценке сформированности действий, представлений в связи с отсутствием видимых изменений, обусловленных тяжестью имеющихся у ребенка нарушений, следует оценивать его другие возможные личностные результаты

Сроки проведения промежуточной аттестации устанавливаются дополнительным приказом по школе.

4. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Тема	Кол-во часов	Дата
Построение и ходьба 4 часов			
1.	Построение в шеренгу, в колонну, парами, в круг.	1	5.09
2.	Ходьба по кругу. Ходьба с остановкой по сигналу учителя	1	12.09
3.	Ходьба с переходом на бег и обратно. Ходьба на носочках, на пяточках, перекатом с пятки на носок	1	19.09
4.	Ходьба «змейкой»	1	26.09
Захват предметов - метание 5 часов			
5.	Бросание мяча в горизонтальную цель (ящик, корзина) с расстояния 2 м.	1	03.10
6.	Бросание мяча в горизонтальную цель (ящик, корзина) с расстояния 2 м.	1	10.10
7.	Бросание мяча вдаль правой и левой рукой (расстояние 2 м, щит 1*1 м).	1	17.10
8.	Бросание мяча вдаль правой и левой рукой (расстояние 2 м, щит 1*1 м).	1	24.10
9.	Отбивание мяча рукой об пол на месте и с продвижением	1	07.11
10.	Динамический контроль	1	14.11
Бег и прыжки 7 часов			
11.	Бег в прямом направлении за учителем	1	21.11
12.	Бег по кругу	1	28.11
13.	Бег с остановкой по сигналу учителя	1	05.12
14.	Бег с переходом на ходьбу и обратно	1	12.12
15.	Бег «змейкой»	1	19.12
16.	Прыжки на двух ногах на месте.	1	26.12
17.	Прыжки на двух с продвижением вперед. Прыжки в длину с места (10-15 см).	1	09.01
Общеразвивающие упражнения (с предметами, без предметов, правильная осанка, равновесие) 6 часов			
18.	Укрепление мышц спины и формирование правильной осанки	1	16.01
19.	Ходьба между двумя линиями (ширина 25 см) с предметами и без. Ходьба по доске, положенной наклонно (высота 30 см)	2	20.01
20.	Бег между двумя линиями (ширина 25 см)	1	27.02
21.	Ходьба с мешочком на голове. Ходьба по шнуру, положенному на пол.	1	07.02
22.	Перешагивание через гимнастические палки. Перешагивание через гимнастическую скамью	1	14.02
23.	Ходьба по гимнастической скамейке (высота 20 см, ширина 25 см)	1	21.03
Ползание, лазание и перелезание 6 часов			
24.	Ползание на четвереньках на ладонях и коленях по коридору 20-25 см	1	28.02
25.	Подлезание под шнур (высота 50 см). Подлезание под шнур не касаясь руками пола	1	07.03
26.	Пролезание в обруч не касаясь руками пола	1	14.03
27.	Ползание по гимнастической скамейке на ладонях и на коленях	1	21.03
28.	Влезание на наклонную доску	1	04.04
29.	Влезание на гимнастическую стенку с доставанием игрушки		11.04
Подвижные игры 4 часа			
30.	«Коршун и воробушки». «Птички и домик»	1	18.04
31.	«У медведя во бору»	1	25.04
32.	«Лиса и зайцы»	1	02.05
33.	«Друг за другом»	1	16.05
34.	Динамический контроль	1	23.05
ВСЕГО: 34 часа			

