

ГБОУ ООШ №23
РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ
ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 5-9 КЛАССОВ

Программа по физической культуре для учащихся, имеющих временное (от 2-х недель до 6-ти месяцев) освобождение от уроков физкультуры по состоянию здоровья (период выздоровления после перенесённого острого заболевания, период восстановления после травмы или оперативного лечения, обострение имеющегося хронического заболевания, временное освобождение у девушек).

Программа составлена Ермиловой А.Ю. (специалист АФК), Косьяненко И.М.(врач лечебной физкультуры).

• **ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

- Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. N 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации
- Письмо Министерства образования и науки РФ от 19.04.2011 г. №03-255 "О введении федерального государственного образовательного стандарта общего образования";
- Письмо Минобразования России от 31 октября 2003 г. № 13-51-263/123 «Об оценивании и аттестации учащихся, отнесенных по состоянию здоровья к специальной медицинской группе для занятий физической культурой»
- Методические рекомендации №51 Департамента образования г.Москвы, 2002 «Оценка медицинской группы для занятий физической культурой учащихся с отклонениями в состоянии здоровья»
- Инструктивно-методическое письмо «Организация занятий и итоговая аттестация по физической культуре учащихся, имеющих отклонения в

состоянии здоровья» ЦОМОФВ Департамента образования г. Москвы, Департамент образования г. Москвы 2005 г

- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) от 14 февраля 2014 г. N 115 г. Москва "Об утверждении Порядка заполнения, учета и выдачи аттестатов об основном общем и среднем общем образовании и их дубликатов"
- Методические рекомендации Департамента здравоохранения г.Москвы №23, 2003г «Экспресс-оценка физического здоровья у практически здоровых школьников.
- Основная образовательная программа основного общего образования ГБОУ ООШ № 23 на 2014/2015-2016/2017уч.г;
- Методических рекомендаций при подготовке учебных программ по предмету «Физическая культура» (приказ Министерства образования и науки России от 29.07.2011 № 1560);
- СанПиН 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях».

Поводом к созданию программы адаптивной физической культуры послужили многие нормативно-правовые документы. Так, например, **Итоговая аттестация обучающихся с проблемами в состоянии здоровья является обязательной, в порядке и форме установленной №273 – ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».**

Оценка медицинской группы для занятий физической культурой учащихся с отклонениями в состоянии здоровья осуществляется с учетом Методические рекомендации Комитета здравоохранения города Москвы № 51 от 2002 г, и .В соответствии с письмом Минобрнауки России от 31 октября 2003 г. № 13-51-263/123 «Об оценивании и аттестации учащихся, отнесенных по состоянию здоровья к специальной медицинской группе для занятий физической культурой» все обучающиеся, в том числе с ограниченными возможностями здоровья,

должны посещать занятия по физической культуре, для чего необходимо создавать по медицинским показаниям основную, подготовительную и специальную медицинскую группы обучения. При этом общеобразовательные учреждения самостоятельно решают возможность деления обучающихся на три группы. Занятия в этих группах должны отличаться учебными программами, объемом и структурой физической нагрузки, требованиями к уровню освоения учебного материала и соответствующим оцениванием. Таким образом, с учетом не только результатов освоения учебного материала, но и индивидуальных возможностей и личных достижений обучающегося должны выставляться отметки по физкультуре. На основе **Приказа Министерства образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) от 14 февраля 2014 г. N 115 г. Москва "Об утверждении Порядка заполнения, учета и выдачи аттестатов об основном общем и среднем общем образовании и их дубликатов"** (извлечение) - Записи "зачтено", "не изучал" не допускаются.

ТАКИМ ОБРАЗОМ: Итоговая аттестация обучающихся с проблемами в состоянии здоровья является обязательной.

Физическая нагрузка составляет суть любой программы по физическому воспитанию, но в зависимости от целей, достижение которых предусматривается конкретной программой, может быть различной: спортивной, оздоровительной или прикладной. Данная программа, создана для учащихся, функциональные резервы здоровья которых снижены предшествующим заболеванием или травмой, но уже достаточны для начала активной учебной деятельности и использует физическую нагрузку с целью укрепления их здоровья, и подготовки к школьной деятельности (умственному труду). При этом ребёнок постепенно возвращается и к прежнему уровню физических нагрузок, который, позже восстановит уже на

основных уроках физкультуры. Таким образом, наряду с **общей задачей** курса физической культуры в школе – содействовать всестороннему и гармоничному физическому развитию учащихся, программа курса ставит своей **приоритетной целью** ускорение периода адаптации ребёнка к школьной деятельности, восстановление диапазона функциональных возможностей основных физиологических систем организма, накопление физических ресурсов, требуемых для успешной образовательной деятельности обеспечивающих эту адаптацию.

Основные задачи физического воспитания учащихся, отнесенных к СМГ:

- укрепление здоровья, ликвидация или стойкая компенсация нарушений, вызванных заболеванием;
- улучшение показателей физического развития;
- освоение жизненно важных двигательных умений, навыков и качеств;
- постепенная адаптация организма к воздействию физических нагрузок, расширение диапазона функциональных возможностей физиологических систем организма;
- закаливание и повышение сопротивляемости защитных сил организма;
- формирование волевых качеств личности и интереса к регулярным занятиям физической культурой;
- воспитание сознательного и активного отношения к ценности здоровья и здоровому образу жизни;
- овладение комплексами упражнений, благоприятно воздействующими на состояние организма обучающегося, с учетом имеющегося у него заболевания;
- обучение правилам подбора, выполнения и самостоятельного формирования комплекса упражнений утренней гигиенической гимнастики с учетом рекомендаций врача и педагога;

- обучение способам самоконтроля при выполнении физических нагрузок различного характера;
- соблюдение правил личной гигиены, рационального режима труда и отдыха, полноценного и рационального питания.

Задачи образовательной программы:

Обучающие

- Обучить основам базовых видов двигательных действий;
- Сформировать понятийный аппарат предмета физическая культура;
- Сформировать систему знаний, умений, навыков по основным видам оздоровительной деятельности: закаливание, восстановительные и специальные упражнения, корригирующая и дыхательная гимнастика, с предметами и без;
- Формировать основу знаний о личной гигиене, о влиянии занятий физическими упражнениями на основные системы организма;
- Выработать представление о физической культуре личности, обучить основам психической саморегуляции и приёмам самоконтроля и аутотренинга;

Развивающие

- Содействовать гармоничному физическому развитию, закрепление навыков правильной осанки, развитие устойчивости организма к неблагоприятным условиям внешней среды, воспитание ценностных ориентаций на здоровый образ жизни и привычки соблюдения личной гигиены;
- Совершенствовать функциональные возможности организма, содействовать развитию и функциональному совершенствованию органов дыхания, кровообращения, сердечно-сосудистой, опорно-двигательной и нервной систем;

- Повысить работоспособность, двигательную активность и совершенствовать основные физические качества, развивать мышечную силу, выносливость, быстроту, гибкость и координационные способности;

Воспитательные

- Совершенствовать психомоторные способности, повысить эмоциональный уровень, воспитать позитивное отношение к движению,
- Формировать правильную осанку;
- Воспитывать высокие волевые и нравственные качества, чувство ответственности и товарищества, взаимопомощи;
- Воспитывать привычку к самостоятельным занятиям физическими упражнениями и избранной двигательной активностью в свободное время;
- Соблюдать правил техники безопасности во время занятий физическими упражнениями;
- Формировать адекватную оценку собственных физических возможностей.
- Воспитывать инициативность, самостоятельность, взаимопомощь, дисциплинированность, чувство ответственности;
- Содействовать развитию психических процессов.

Принимая во внимание главную цель развития отечественной системы школьного образования и необходимость решения вышеназванных задач образования учащихся 5—11 классов в области физической культуры, основными принципами, идеями и подходами при формировании данной программы являются : демократизация и гуманизация педагогического процесса, педагогика сотрудничества, деятельностный подход; интенсификация и оптимизация; соблюдение дидактических правил; расширение межпредметных связей.

Ориентируясь на решение задач образования школьников, данная программа в своем содержании направлена на:

- реализацию принципа вариативности, который заложен в планировании учебного материала в соответствии возрастными особенностями учащихся, – материально-технической оснащённостью учебного процесса
- реализацию принципа достаточности сообразности, определяющего распределение содержания учебного материала в конструкции основных компонентов двигательной (физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной) деятельности, особенностей формирования познавательной и предметной активности учащихся
- соблюдению дидактических правил от известного к неизвестному и от простого к сложному,
- расширение межпредметных связей, ориентирующих учителя физической культуры во время планирования учебного материала на то, чтобы учитывать задачу формирования целостного мировоззрения учащихся, всестороннее раскрытие взаимосвязи и взаимообусловленности изучаемых явлений и процессов;
- усиление оздоровительного эффекта, достигаемого в ходе активного использования обучающимися освоенных знаний, способов и специальных физических упражнений в физкультурно-оздоровительных мероприятиях, режиме дня, самостоятельных занятиях.

II. Общая характеристика учебного курса.

Программа курса предусматривает практическую часть - выполнение учащимися физических упражнений, элементов аутотренинга и самомассажа, направленных на укрепление органов дыхания и кровообращения, снятие напряжения с глазных мышц, улучшающих определённые функции головного мозга, регуляцию психоэмоционального тонуса (восстановление физиологической базы, обеспечивающей эффективную умственную деятельность), выполнение учащимися индивидуальных комплексов специальных физических упражнений, направленных на устранение последствий болезни и восстановление функций ослабленных болезнью функциональных систем, а так же блок теоретических знаний о влиянии

физической культуры на здоровье и работоспособность человека, о современных оздоровительных методиках, правилах составления индивидуальной «программы здоровья».

Знания и умения: учащиеся получают интегрированные знания о социальных, биологических, физиологических, гигиенических, медицинских и педагогических основах физической культуры; учатся применять полученные знания в самостоятельной работе - выборе упражнений, составлении комплексов, регулировании нагрузки, применении различных способов самоконтроля, проведении исследований особенностей собственного организма, влияния на него физической активности.

Особенности организации образовательного процесса:

- индивидуализация обучения, организация работы групповым методом (группы формируются по сходным нозологическим формам и срокам восстановительного периода),
- снижена моторная плотность урока за счёт расширения теоретической части урока,
- двигательные режимы целесообразно выдерживать в диапазоне пульса 120-130 ударов в минуту; для учащихся, постоянно занимающихся в группе, допустима ЧСС 140-150 ударов в минуту через месяц постоянных занятий,
- для составления индивидуальных комплексов используются дополнительные занятия в форме консультаций,
- расширен арсенал способов самоконтроля, включающий кроме традиционного подсчета ЧСС, ведение дневника нагрузок и самочувствия, использование функциональных тестов и тестов с дозированной стандартной нагрузкой (в основном для учащихся, занимающихся более 2-х недель).
- с целью обеспечения достаточного двигательного режима, закрепления и расширения полученных знаний, умений и навыков, учащимся

предлагаются дополнительные занятия по выбору – уроки здоровья, корригирующая гимнастика, ОФП и др.

При планировании уроков реабилитационного курса физического воспитания было учтено, что стандартные сроки освобождения от основных уроков физкультуры следующие:

- 2 недели после острых респираторных заболеваний,
- 1-3-6 месяцев после обострения хронических заболеваний, некоторых травм, оперативных вмешательств.

Следовательно, курс должен быть разбит на блоки продолжительностью в 2 недели (6 уроков), которые содержат все основные элементы восстановительной программы: знакомство с правилами применения средств физической культуры в восстановительном периоде (закаливание, физические упражнения – дыхательные, общеразвивающие, в растягивании, в расслаблении), комплекс восстанавливающих физических упражнений, знания и навыки владения приёмами самоконтроля. Причём, в зависимости от сезона и предшествовавшего заболевания основного контингента учащихся, комплекс восстанавливающих упражнений может иметь различную направленность. Например, в осенний и зимне-весенний период увеличения острой респираторной заболеваемости, целесообразно сделать акцент на дыхательную гимнастику, тогда, как в остальное время упражнениями выбора будут элементы корригирующей гимнастики. Для улучшения психо-эмоционального состояния учащихся и повышения их интереса к занятиям, в программу включаются разнообразные игры, для быстрого восстановления резервов здоровья - элементы самомассажа и аутотренинга.

Даже минимальная продолжительность курса для отдельных учащихся – 2 недели (6 уроков) не препятствует достижению положительного результата, так как тренировочный эффект восстановительных нагрузок, направленных на ускорение адаптации учащегося к школьной деятельности, проявляется

непосредственно во время занятия и после повторения нагрузок. А кратковременная адаптация к физической нагрузке начинает складываться, как раз после двух недель занятий. Главная задачей преподавателя так организовать учебный процесс в рамках заданной программы, чтобы к концу реабилитационного курса суммарная физическая нагрузка, для каждого учащегося носила чётко выраженный активизирующий характер.

Иновация: реализация принципа дифференциации, доступность физической нагрузки и соответствие её собственному состоянию здоровья, наглядность исследовательских данных направлены на осознание учащимися оздоравливающего действия физической активности на организм, взаимосвязи физических и психических возможностей человека, корреляции уровня здоровья и работоспособности организма, и, в конечном итоге, формирование ценностного отношения учащегося к своему здоровью, как залогоу успешной жизни. Отсутствие освобождения от урока физической культуры должно побудить ребёнка рассматривать физическую активность не как прерогативу здоровых людей, а как основное средство и цель собственного жизненного стиля.

Методика отслеживания результатов – стандартная.

Раздел программы	Количество часов
Теоретическая подготовка по технике безопасности	<i>3 часа</i>
Дыхательная гимнастика	<i>70 часов</i>
Корригирующая гимнастика	<i>29 часов</i>
ИТОГО	102 часа

III. Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения программы

• **Личностные результаты** отражаются в индивидуальных качественных свойствах учащихся, которые они должны приобрести в процессе освоения данного курса, а именно:

- формирование мотивов учебной деятельности и личностного смысла учения;
- овладение навыками сотрудничества со взрослыми и сверстниками;
- формирование этических чувств доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- формирование умения использовать знания об индивидуальных особенностях – физического развития и физической подготовленности, о соответствии их возрастным и половым нормативам;
- владение знаниями о функциональных возможностях организма,
- проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявление дисциплинированности, внимательности, трудолюбия и упорства в достижении поставленных целей;

2. Метапредметные результаты характеризуют уровень сформированности универсальных учебных действий учащихся, проявляющихся в познавательной и практической деятельности, и отражают:

- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления в современных видах физической деятельности;
- определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- формирование умения понимать причины успеха или неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха;
- продуктивное сотрудничество (общение, взаимодействие) со сверстниками при решении задач на уроках и во внеурочной и внешкольной физической деятельности;

- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества, умением вести дискуссию, обсуждать содержание и результаты совместной деятельности, находить компромиссы при принятии общих решений;
- умение осуществлять информационную, познавательную и практическую деятельность с использованием различных средств информации и коммуникации;
- формирование понимания красоты телосложения и осанки человека в соответствии с культурными образцами и эстетическими канонами, формирование физической красоты с позиции укрепления и сохранения здоровья.
- умение выстроить индивидуальную траекторию развития, учитывая свои сильные и слабые стороны, на основании этого построить свою личную профессиональную перспективу

3. Предметные результаты изучения программы отражают опыт учащихся в физкультурной деятельности:

- формирование знаний о роли физической культуры в укреплении здоровья, ее положительном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное),
- овладение умениями организовывать здоровьесберегающую и здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, самостоятельные занятия.);
- формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок
- обнаружение ошибок при выполнении учебных заданий, отбор способов их исправления;
- развитие основных физических качеств;
- оказание посильной помощи и моральной поддержки сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательное и уважительное отношение при объяснении ошибок и способов их устранения;

- подготовка собственных программ (комплексов) и показательных выступлений на базе изученных комплексов физических упражнений;
- анализ и объективная оценка результатов собственного труда, поиск возможностей и способов их улучшения;

IV. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

обучающиеся должны уметь:

- самостоятельно организовывать и проводить занятия по дыхательной и корригирующей гимнастики, с предметами и без;
- использовать навыки самоконтроля по внешним и внутренним признакам
- уметь использовать основы аутотренинга, массажа, восстановительных процедур и закаливания для повышения адаптационных свойств организма;
- взаимодействовать со сверстниками при проведении занятий педагогом и самостоятельных занятий;
- объяснять в доступной форме технику выполнения упражнений, входящих в комплексы;
- находить, анализировать типичные и не типичные ошибки в технике выполнения упражнений и уметь исправлять их;

учащиеся должны знать/понимать:

- влияние индивидуально подобранной (адаптивной) физической культуры на укрепление здоровья, профилактику заболеваний и вредных привычек;
- способы контроля и оценки физической подготовленности при занятиях физическими упражнениями;
- правила и способы планирования занятий физическими упражнениями с учетом индивидуальных особенностей своего организма;

Уметь:

- составлять и выполнять комплексы упражнений зарядки, дыхательной, корригирующей и восстановительной гимнастики;
- выполнять простейшие элементы стретчинга и восстановления после нагрузки;

- осуществлять творческое сотрудничество в коллективных формах при проведении комплексов упражнений и оздоровительных элементов;

использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для:

- повышения работоспособности, адаптационных возможностей организма, укрепления и сохранения здоровья;

- организации и проведении индивидуального, коллективного отдыха, участия в физкультурно-оздоровительных мероприятиях;

- активной творческой жизнедеятельности, выбора и формирования здорового образа жизни.

Техническая подготовленность

Уметь выполнять базовые комплексы физических упражнений различных видов оздоровительной и восстановительной гимнастики

Критерии оценки технического выполнения:

- разнообразие элементов;
- технически правильное положение головы, рук, ног и стоп;
- контроль осанки;
- теоретическое подкрепление правильности выполнения физических упражнений;
- включение в комплекс самостоятельно подобранных/найденных в литературе или открытых источниках упражнений
- так же необходимо учитывать заинтересованность, прилежание, активность и мотивированность обучающихся.

V. Критерии оценивания

(Извлечение из Письма Министерства образования Российской Федерации от 31 октября 2003 г. N 13-51-263/123 "Об оценивании и аттестации учащихся,

отнесенных по состоянию здоровья к специальной медицинской группе для занятий «Физической культурой»)

1. **Общую выносливость** обучающегося можно оценить при беге (ходьбе) в течение шести минут. Тестируемый выполняет упражнение в удобном для него темпе, переходя с бега на ходьбу и обратно в соответствии с его самочувствием. Тест выполняется на беговой дорожке стадиона или в спортивном зале образовательного учреждения. Результатом теста является расстояние, пройденное обучающимся.

2. **Оценку скоростно-силовых качеств, силы мышц обучающегося можно проводить при прыжке в длину с места.** Прыжок проводится на нескользкой поверхности. Сделав взмах руками назад, обучающийся резко выносит их вперед и, толкнувшись обеими ногами, прыгает как можно дальше. Результатом является максимальная длина прыжка, которая засчитывается из трех попыток.

3. **Силу мышц рук и плечевого пояса** можно оценить с помощью сгибания и разгибания рук в упоре лежа (при выпрямленном туловище). Выполняя упражнения, обучающийся опирается на выпрямленные в локтях руки и носки ног (во время сгибания рук живот не должен касаться пола). Засчитывается количество выполненных упражнений.

4. Броски и ловля теннисного мяча двумя руками с расстояния 1 метра от стенки в течение 30 секунд в максимальном темпе могут свидетельствовать о **координации движений**, ловкости, быстроте двигательной реакции. Засчитывается количество пойманных мячей.

5. **Прыжки через скакалку на двух ногах** помогают судить о координации движений, ловкости, быстроте двигательной реакции, скоростной выносливости, силе мышц ног. Засчитывается количество прыжков с одной попытки до момента отказа тестируемого.

6. Приседания, выполненные в произвольном темпе до утомления, позволяют оценить **силовую выносливость**. Засчитывается количество выполненных упражнений до момента отказа тестируемого.

Тесты физической подготовленности для учащихся первого года обучения в составе СМГ проводятся в декабре и апреле, для второго и последующих лет обучения - в сентябре, декабре и апреле.

Текущая, промежуточная и итоговая аттестация обучающихся происходит по 5-балльной системе.

Обучающиеся, отнесенные по состоянию здоровья к специальной медицинской группе, аттестуются по результатам выполнения требований учебной адаптированной программы по СМГ.

В соответствии с письмом Минобразования России органам управления образованием от 31.10.2003 г. № 13-51-263/13 «Об оценивании и аттестации учащихся, отнесенных по состоянию здоровья к специальной медицинской группе для занятий физической культурой» рекомендуется:

итоговую оценку по физической культуре выставлять с учетом теоретических и практических знаний (двигательных умений и навыков, умений осуществлять физкультурно-оздоровительную и спортивно-оздоровительную деятельность);

основной акцент в оценивании должен быть сделан на стойкую мотивацию учащихся к занятиям физическими упражнениями, динамике их физических возможностей и прилежании ;

положительная оценка должна быть выставлена также обучающемуся, который не продемонстрировал существенных сдвигов в формировании навыков, умений и развитии физических качеств, но регулярно посещал занятия, старательно выполнял задания учителя, овладел доступными ему навыками самостоятельных занятий оздоровительной и корригирующей гимнастики, необходимыми знаниями в области физической культуры.

В аттестаты об основном общем образовании и среднем общем образовании обязательно выставляется отметка по физической культуре.

Учащиеся оцениваются на уроках физической культуры на оценку – **5 (отлично)**, в зависимости от следующих конкретных условий: - имеет с собой спортивную форму в полном соответствии с погодными условиями, видом спортивного занятия или урока; - выполняет все требования техники безопасности и правила поведения в спортивных залах и на спортивных площадках; - соблюдает гигиенические правила и охрану труда при выполнении спортивных упражнений занятий; при этом стойко мотивирован к занятиям физическими упражнениями; есть существенные положительные изменения в физических возможностях обучающихся, которые замечены учителем; занимается самостоятельно; - постоянно на уроках демонстрирует существенные сдвиги в формировании навыков, умений и в развитии физических или морально-волевых качеств в течение четверти или полугодия; успешно выполняет все требуемые на уроках нормативы по физической культуре для своего возраста и с учетом ограничений; - выполняет все теоретические или иные задания учителя, овладел доступными ему навыками самостоятельных занятий оздоровительной или корригирующей гимнастики, оказывает посильную помощь в судействе школьных соревнований между классами или организации классных спортивных мероприятий, владеет необходимыми навыками, теоретическими и практическими знаниями в области физической культуры.

Учащиеся оцениваются на уроках физической культуры на оценку – **4(хорошо)**, в зависимости от следующих конкретных условий: - имеет с собой спортивную форму в полном соответствии с погодными условиями, видом спортивного занятия или урока; - выполняет все требованиям техники безопасности и правила поведения в спортивных залах и на стадионе; соблюдает гигиенические требования и охрану труда при выполнении спортивных упражнений занятий, при этом мотивирован к занятиям

физическими упражнениями; есть положительные изменения в физических возможностях обучающихся, которые замечены учителем; - постоянно на уроках демонстрирует существенные сдвиги в формировании навыков, умений и в развитии физических или морально-волевых качеств в течение четверти или полугодия; успешно выполняет 80% всех нормативов по физической культуре, для своего возраста и с учетом ограничений; - выполняет все теоретические или иные задания учителя, овладел доступными ему навыками самостоятельных занятий оздоровительной или корригирующей гимнастики, оказывает посильную помощь в судействе или организации урока, владеет также необходимыми теоретическими и практическими знаниями в области физической культуры.

Учащиеся оцениваются на уроках физической культуры на оценку – **3 (удовлетворительно)**, в зависимости от следующих конкретных условий: - имеет с собой спортивную форму не в полном соответствии с погодными условиями, видом спортивного занятия или урока; - выполняет все требованиям техники безопасности и правила поведения в спортивных залах и на спортивных площадках; соблюдает гигиенические требования и охрану труда при выполнении спортивных упражнений занятий; - при этом старателен, мотивирован к занятиям физическими упражнениями, есть незначительные, но положительные изменения в физических возможностях обучающегося, которые могут быть замечены учителем физической культуры; - продемонстрировал несущественные сдвиги в формировании навыков, умений и в развитии физических или морально-волевых качеств в течение четверти и/или полугодия; - частично выполняет все теоретические или иные задания учителя, овладел доступными ему навыками самостоятельных занятий оздоровительной или корригирующей гимнастики, необходимыми теоретическими и практическими знаниями в области физической культуры.

Учащиеся оцениваются на уроках физической культуры на оценку - **2 (неудовлетворительно)**, в зависимости от следующих конкретных условий:

- не имеет с собой спортивной формы в соответствии с погодными условиями, видом спортивного занятия или урока; - не выполняет требования техники безопасности и охраны труда на уроках физической культуры; не имеет стойкой мотивации к занятиям физическими упражнениями и динамике их физических возможностей, нет положительных изменений в физических возможностях обучающегося, которые должны быть замечены учителем; - не продемонстрировал существенных сдвигов в формировании навыков, умений и в развитии физических или морально-волевых качеств; - не выполнял теоретические или иные задания учителя, не овладел доступными ему навыками самостоятельных занятий оздоровительной или корригирующей гимнастики, необходимыми теоретическими и практическими знаниями в области физической культуры.

Итоговое оценивание происходит на основе текущих оценок, полученных учеником в течение четверти (полугодия). Количество текущих оценок для выставления итоговой оценки – не менее 5 .

Литература:

1. Вайнбаум Я.С. Дозирование физических нагрузок школьников.- М.: Просвещение, 1991 г.
2. Коданёва Л.Н., Шуть М.А. методика физкультурных занятий в специальной медицинской группе общеобразовательного

- учреждения: Практическое пособие/под общ. ред. В.Н.Фурсовой. – М.: АРКТИ, 2006. – 64 с. (Школьное образование)
3. Программа для учащихся специальной медицинской группы общеобразовательных учреждений/ А.П. Матвеев, Т.В. Петрова, Л.В. Каверкина. – М.: Дрофа, 2004 г.
 4. Ефимова Н.С. «Психология физического воспитания и спорта»/методическое пособие для педагогов физической культуры/ Московский институт открытого образования/ кафедра физической культуры, Москва 2006
 5. Вайнер Э. Как сохранить здоровье учеников: методические разработки для учителей/ Эдуард вайнер, Ирина Растворцева – М.: Чистые пруды, 2006. – 32 с. – (Библиотечка «Первого сентября», серия «Здоровье детей». Вып.2 (8).
 6. Инструктивно-методическое письмо «Организация занятий и итоговая аттестация по физической культуре учащихся, имеющих отклонения в состоянии здоровья» ЦОМОФВ Департамента образования г. Москвы, Департамент образования г. Москвы 2005 г
 7. Методические рекомендации «Об организации и аттестации по физической культуре обучающихся, имеющих отклонения в состоянии здоровья.