

Государственное казенное общеобразовательное учреждение Удмуртской Республики
«Новомултанская школа-интернат»

Рассмотрена на заседании ШМО
учителей начальных классов
протокол № 1
от «28» августа 2024г.

Утверждаю
Директор
_____ Л.А.Бушкова
приказ № 63
от «29» августа 2024г.

Принята на заседании
педагогического совета
протокол № 1
от «29» августа 2024г.

Рабочая программа
по адаптивной физической культуре
3 класс

Составитель:
учитель первой
квалификационной категории
Скобелев В.Ю.

с. Новый Мултан
2024 год

Пояснительная записка

Рабочая программа по предмету «адаптивная физическая культура» составлена на основе адаптированной основной общеобразовательной программы ГКОУ УР «Новомултанская школа – интернат».

Основная цель изучения данного предмета заключается во всестороннем развитии личности обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) в процессе приобщения их к физической культуре, коррекции недостатков психофизического развития, расширении индивидуальных двигательных возможностей, социальной адаптации.

Основные задачи изучения предмета:

Разнородность состава обучающихся начального звена по психическим, двигательным и физическим данным выдвигает ряд конкретных задач физического воспитания:

- коррекция нарушений физического развития;
- формирование двигательных умений и навыков;
- развитие двигательных способностей в процессе обучения;
- воспитание устойчивого интереса к занятиям физическими упражнениями;
- формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни.

Общая характеристика учебного предмета

Предметом обучения физической культуре в начальной школе является двигательная активность человека с общеразвивающей направленностью. В процессе овладения этой деятельностью укрепляется здоровье, совершенствуются физические качества, осваиваются определённые двигательные действия, активно развиваются мышление, творчество и самостоятельность. Важнейшим требованием проведения современного урока по физической культуре является обеспечение дифференцированного и индивидуального подхода к учащимся с учетом состояния здоровья, пола, физического развития, двигательной подготовленности, особенностей развития психических свойств и качеств, соблюдения гигиенических норм.

Физическая культура является составной частью образовательного процесса обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями). Она решает образовательные, воспитательные, коррекционно-развивающие и лечебно-оздоровительные задачи. Физическое воспитание рассматривается и реализуется комплексно и находится в тесной связи с умственным, нравственным, эстетическим, трудовым обучением; занимает одно из важнейших мест в подготовке этой категории обучающихся к самостоятельной жизни, производительному труду, воспитывает положительные качества личности, способствует социальной интеграции школьников в общество.

Данная программа состоит из 6 разделов: легкая атлетика, подвижные игры, гимнастика с основами акробатики, лыжная подготовка, подвижные игры с элементами спортивных игр, коррекционные упражнения (для развития пространственно-временной дифференцировки и точности движений).

Место предмета в учебном плане:

На изучение программного материала в 3 классе по учебному плану выделено 3 часа в неделю, 102 часа в год.

Планируемые результаты обучения

Личностные учебные действия:

1. понимание личной ответственности за свои поступки на основе представлений о этических нормах и правилах поведения в современном обществе;
2. положительное отношение к окружающей действительности.

Регулятивные БУД:

1. принимать цели и произвольно включаться в деятельность, следовать предложенному плану и работать в общем темпе;
2. контролировать и оценивать свои действия и действия одноклассников;
3. ориентироваться в пространстве класса (зала, учебного помещения);

Коммуникативные БУД:

1. вступать в контакт и работать в коллективе (учитель-ученик, ученик-ученик, ученик-класс, учитель-класс);
2. сотрудничать со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;
3. обращаться за помощью и принимать помощь.

Познавательные БУД:

1. слушать и понимать инструкцию к учебному заданию в разных видах деятельности;
2. использовать принятые ритуалы социального взаимодействия с одноклассниками и учителем;
3. формирование знаний о личной гигиене, режиме дня, влиянии физических упражнений на состояние здоровья, работоспособности и развитие двигательных способностей.

Предметные учебные действия:

1. взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр;
2. выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;
3. представлять физическую культуру как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека.

Минимальный уровень знаний:

1. представления о физической культуре как средстве укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
2. знание основных правил поведения на уроках физической культуры и осознанное их применение;
3. знание основных строевых команд;
4. участие в подвижных играх и эстафетах под руководством учителя;
6. знание правил бережного обращения с инвентарём и оборудованием, соблюдение требований техники безопасности в процессе участия в физкультурно-спортивных мероприятиях.

Достаточный уровень знаний:

1. практическое освоение элементов гимнастики, легкой атлетики, лыжной подготовки, спортивных и подвижных игр и других видов физической культуры;
2. владение комплексами упражнений для формирования правильной осанки и развития мышц туловища;
3. знание правил и техники выполнения двигательных действий, применение усвоенных правил при выполнении двигательных действий под руководством учителя;
4. соблюдение требований техники безопасности в процессе участия в физкультурно-спортивных мероприятиях.

Содержание учебного предмета

Основы знаний: Правила поведения в физкультурном зале, на спортивной площадке. Подготовка спортивной формы к занятиям, переодевание. Название снарядов и гимнастических элементов, понятие о правильной осанке, ходьбе, беге, метании, прыжках. Значение утренней зарядки. Правила безопасности при занятиях физическими упражнениями. Ознакомление учащихся с правилами дыхания во время ходьбы и бега. Понятие о правильной осанке, ходьбе, беге, метании, прыжках.

Легкая атлетика: Инструктаж по ТБ. Ходьба через препятствия. Высокий старт. Бег 30м. Бег 60м. Прыжок в длину с места. «Челночный бег 3х10м». Бег по кругу 600м.

Медленный бег до 3 мин. Фигурная ходьба. Прыжки с ноги на ногу с продвижением вперед до 20м. Бег 1000м. Метание малого мяча с места в

вертикальную и горизонтальную цель. Метание малого мяча с места, разбега на дальность. Бег с чередованием с ходьбой до 100м. Метание набивного мяча на заданное расстояние. Бег из различных исходных положений. Ходьба с изменением скорости. Метание набивного мяча вперед-вверх на дальность и на заданное расстояние. Преодоление небольших препятствий. Бег 30м с высокого старта. Бег в равномерном темпе до 5 мин. Прыжки в длину с 2-3 шагов. Бег 800м.

Подвижные игры: Инструктаж по ТБ. Подвижные игры «Цапля», «Поймай мяч». «Салочки», «Подвижная цель». «У медведя во бору...», «Запрещённое движение».

«Мышеловка», «Метко в цель». «Удочка», «Сбей кеглю!». «Пустое место», «Рыбаки и рыбки». «Коршун и наседка», «Два мороза». «Кошки и мышки». Эстафеты.

Подвижные игры с элементами спортивных игр: Подвижная игра «Не давай мяч водящему!», «Перестрелка». Ведение мяча. Подвижная игра «С кочки на кочку». Броски мяча в кольцо. Подвижная игра «Перестрелка». Броски мяча через волейбольную сетку. Подвижная игра «Салки». Ловля и передача мяча на месте. Подвижная игра «Стрельба в мишень». Бросок и ловля теннисного мяча. Подвижная игра «Подвижная цель».

Гимнастика с элементами акробатики: Инструктаж по ТБ. Выполнение строевых команд. Повороты направо, налево, кругом. Сочетание движений ног, туловища с одноимёнными и разноимёнными движениями рук. Выполнять команды: «Шире шаг!», «Чаще шаг!», «Реже!», «На первый второй рассчитайся!». Перекаты и группировка. Кувырок вперед. Группировка. 2-3 кувырка вперед. Кувырок в сторону. Стойка на лопатках, согнув ноги. Подтягивание в висе. Лежа на животе подтягивание на гимнастической скамейке. Равновесие на одной ноге на рейке скамейки. Лазание по гимнастической стенке вверх, вниз, приставными шагами. Упражнения в упоре лежа и стоя на коленях и в упоре на гимнастической скамейке. Перелезание через гимнастического козла.

Коррекционные упражнения (для развития пространственно-временной дифференцировки и точности движений): Перестроение из круга в квадрат по ориентирам. Ходьба до различных ориентиров. Повороты направо, налево без контроля зрения. Принятие исходных положений рук с закрытыми глазами по команде учителя. Шаг вперед, назад, вправо в обозначенное место с открытыми и закрытыми глазами.

Дозирование силы удара мяча об пол таким образом, чтобы он отскочил на заданную высоту: до колен, до пояса, до плеч. Прыжок в высоту до определённого ориентира. Подбрасывание мяча вверх до определенного ориентира. Выполнение и.п. рук по словесной инструкции учителя. Выполнение различных упражнений без контроля и с контролем зрения.

Лыжная подготовка: Инструктаж по ТБ. Ознакомление и подбор лыжного инвентаря. Передвижение ступающим шагом с палками и без палок. Передвижение на лыжах до 400м, 600м. Повороты на месте «переступанием» вокруг пяток лыж. Передвижение скользящим шагом с палками. Подъем ступающим шагом. Спуски с пологих склонов.

Тематическое планирование

№	Наименование раздела	Кол-во часов		Вид учебной деятельности обучающихся
		Всего	Практических	
1.	Основы знаний.	В процессе урока		Определяют и кратко характеризуют физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. Выявляют различия в основных способах передвижения человека. Определяют ситуации, требующие применения правил предупреждения травматизма. Определяют состав спортивной одежды в зависимости от времени года и погодных условий. Знакомятся с правилами поведения в спортивном зале. Определяют назначение физкультурно-оздоровительных занятий, их роль и значение в режиме дня.
2.	Легкая атлетика.	26	26	Описывают технику беговых упражнений. Выявляют характерные ошибки в технике выполнения беговых и прыжковых упражнений. Осваивают технику бега различными способами. Осваивают универсальные умения по взаимодействию в парах и группах при разучивании и выполнении беговых упражнений. Проявляют качества силы, быстроты, выносливости и координации при выполнении беговых и прыжковых упражнений. Соблюдают правила техники безопасности при выполнении беговых и прыжковых упражнений. Осваивают технику метания малого мяча, набивного мяча на дальность. Различают основные способы передвижения человека. Осваивают ходьбу под счет. Сочетают различные виды ходьбы. Моделируют ситуации, требующие перехода от одних действий к другим. Осваивают технику бега различными способами, умение использовать положение рук и длину шага во время ходьбы. Осваивают технику выполнения прыжка в длину с места. Осваивают навыки по самостоятельному выполнению упражнений дыхательной гимнастики. Применяют прыжковые упражнения для развития физических качеств. Проявляют качества силы, быстроты, выносливости и координации при выполнении бросков и метаний.
3.	Подвижные игры.	13	13	Играют в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием. Излагают правила и условия проведения подвижных игр. Осваивают двигательные действия, составляющие содержание подвижных игр, универсальные умения управлять эмоциями в процессе учебной и игровой деятельности. Взаимодействуют в парах и группах при выполнении технических действий в подвижных играх. Моделируют технические действия в игровой деятельности. Соблюдают правила техники безопасности. Проявляют быстроту и ловкость во время подвижных игр. Моделируют технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач.

4.	Гимнастика с основами акробатики.	16	16	<p>Осваивают технику акробатических упражнений и акробатических комбинаций. Осваивают универсальные умения по взаимодействию в парах и группах при разучивании акробатических упражнений. Выявляют характерные ошибки при выполнении акробатических упражнений. Соблюдают правила техники безопасности при выполнении акробатических упражнений. Проявляют качества силы, координации и выносливости при выполнении акробатических упражнений и комбинаций. Осваивают технику физических упражнений прикладной направленности. Осваивают универсальные умения, связанные с выполнением организующих упражнений. Соблюдают правила техники безопасности. Различают и выполняют строевые команды: «Смирно!», «Вольно!», «Шагом марш!», «На месте!», «Равняйся!», «Стой». Соблюдают дисциплину и четко взаимодействуют с товарищами при выполнении строевых упражнений. Выполняют технику разученных стоек, сидя, упоров, приседов, положений лежа на спине, перекатов, группировок из положения стоя и лежа на спине. Оказывают помощь сверстникам в освоении новых гимнастических упражнениях.</p>
5.	Коррекционные упражнения (для развития пространственно-временной дифференцировки и точности движений).	8	8	<p>Соблюдают правила техники безопасности. Осваивают точность движений. Выполняют различные упражнения без контроля и с контролем зрения.</p>
6.	Лыжная подготовка.	27	27	<p>Соблюдают правила техники безопасности. Оказывают помощь сверстникам в освоении лыжных шагов. Осваивают технику: скользящего шага без палок, поворотов переступанием на месте, спусков и подъемов. Выполняют технику ступающего и скользящего шага без палок. Моделируют технику базовых способов передвижения на лыжах. Проявляют выносливость при прохождении тренировочных дистанций разученными способами передвижения. Применяют правила подбора одежды для занятий лыжной подготовкой.</p>
7.	Подвижные игры с элементами спортивных игр.	12	12	<p>Моделируют технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач. Проявляют быстроту и ловкость во время подвижных игр. Соблюдают дисциплину и правила техники безопасности во время подвижных игр. Осваивают технические действия из спортивных игр. Моделируют технические действия в игровой деятельности. Соблюдают дисциплину и правила техники безопасности в условиях учебной и игровой деятельности. Развивают физические качества. Владеют мячом (держать, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски) в процессе подвижных игр. Соблюдают правила техники безопасности. Осваивают технические действия из спортивных игр. Осваивают двигательные действия, составляющие содержание подвижных игр. Взаимодействуют в парах и группах при выполнении технических действий в подвижных играх. Осваивают универсальные умения управлять эмоциями во время учебной и игровой деятельности. Проявляют быстроту и ловкость во время подвижных игр.</p>
	Всего:	102	102	

Календарно-тематическое планирование

№	Раздел, тема урока	Кол-во часов	Дата
Легкая атлетика			
1	Инструктаж по ТБ. Ходьба через препятствия.	1	
2	Высокий старт. Бег 30м.	1	
3	Бег 60м.	1	
4	Прыжок в длину с места. «Челночный бег 3х10м».	1	
5	Бег по кругу 600м.	1	
6	Медленный бег до 3 мин.	1	
7	Фигурная ходьба.	1	
8	Прыжки с ноги на ногу с продвижением вперед до 20м.	1	
9	Бег 1000м.	1	
10	Метание малого мяча с места в вертикальную и горизонтальную цель.	1	
11, 12	Метание малого мяча с места, разбега на дальность.	2	
13	Бег с чередованием с ходьбой до 100м.	1	
14	Метание набивного мяча на заданное расстояние.	1	
Подвижные игры			
15, 16	Инструктаж по ТБ. Подвижные игры «Цапля», «Поймай мяч».	2	
17, 18	Подвижные игры «Салочки», «Подвижная цель».	2	
19, 20	Подвижная игра «У медведя во бору...», «Запрещённое движение».	2	
21, 22	Подвижная игра «Мышеловка», «Метко в цель».	2	
23, 24	Подвижная игра «Удочка», «Сбей кеглю!».	2	
Гимнастика с основами акробатики			
25	Инструктаж по ТБ. Выполнение строевых команд. Повороты направо, налево, кругом.	1	
26	Сочетание движений ног, туловища с одноимёнными и разноимёнными движениями рук.	1	
27	Выполнять команды: «Шире шаг!», «Чаще шаг!», «Реже!», «На первый второй рассчитайся!».	1	
28	Перекаты и группировка.	1	
29	Кувырок вперед.	1	
30, 31	Группировка. 2-3 кувырка вперед.	2	
32	Кувырок в сторону.	1	
33, 34	Стойка на лопатках, согнув ноги.	2	
35	Подтягивание в висе.	1	
36	Лежа на животе подтягивание на гимнастической скамейке.	1	
37	Равновесие на одной ноге на рейке скамейки.	1	
38	Лазание по гимнастической стенке вверх, вниз, приставными шагами.	1	

39	Упражнения в упоре лежа и стоя на коленях и в упоре на гимнастической скамейке.	1	
40	Перелезание через гимнастического козла.	1	
Коррекционные упражнения (для развития пространственно-временной дифференцировки и точности движений)			
41	Перестроение из круга в квадрат по ориентирам. Ходьба до различных ориентиров.	1	
42	Повороты направо, налево без контроля зрения. Принятие исходных положений рук с закрытыми глазами по команде учителя.	1	
43	Дозирование силы удара мяча об пол таким образом, чтобы он отскочил на заданную высоту: до колен, до пояса, до плеч.	1	
44	Шаг вперед, назад, вправо в обозначенное место с открытыми и закрытыми глазами.	1	
45	Прыжок в высоту до определённого ориентира.	1	
46	Подбрасывание мяча вверх до определенного ориентира.	1	
47	Выполнение и.п. рук по словесной инструкции учителя.	1	
48	Выполнение различных упражнений без контроля и с контролем зрения.	1	
Лыжная подготовка			
49	Инструктаж по ТБ. Ознакомление и подбор лыжного инвентаря.	1	
50-52	Передвижение ступающим шагом с палками.	3	
53-55	Передвижение ступающим шагом без палок.	3	
56	Передвижение на лыжах до 400м.	1	
57-59	Повороты на месте «переступанием» вокруг пяток лыж.	3	
60, 61	Передвижение скользящим шагом с палками.	2	
62-64	Подъем ступающим шагом.	3	
65-68	Спуски с пологих склонов.	4	
69	Передвижение на лыжах до 600м.	1	
70-72	Правильное техническое выполнение попеременного двухшажного хода.	3	
73, 74	Игры на лыжах.	2	
75	Передвижение на лыжах до 1000м.	1	
Подвижные игры			
76	Инструктаж по ТБ. Подвижная игра «Пустое место», «Рыбаки и рыбки».	1	
77	Подвижная игра «Коршун и насекомая», «Два мороза».	1	
78	Подвижная игра «Кошки и мышки». Эстафеты.	1	
Подвижные игры с элементами спортивных игр			
79, 80	Подвижная игра «Не давай мяч водящему!», «Перестрелка».	2	
81, 82	Ведение мяча. Подвижная игра «С кочки на кочку».	2	
83, 84	Броски мяча в кольцо. Подвижная игра «Перестрелка».	2	
85, 86	Ловля и передача мяча на месте. Подвижная игра «Стрельба в мишень».	2	
87, 88	Броски мяча через волейбольную сетку. Подвижная игра «Салки».	2	
89, 90	Бросок и ловля теннисного мяча. Подвижная игра «Подвижная цель».	2	

Легкая атлетика			
91	Инструктаж по ТБ. Бег из различных исходных положений.	1	
92	Ходьба с изменением скорости.	1	
93	Бег 30м с высокого старта.	1	
94	Метание набивного мяча вперед-вверх на дальность и на заданное расстояние.	1	
95	Преодоление небольших препятствий.	1	
96	Бег в равномерном темпе до 5 мин.	1	
97	Бег 800м.	1	
98, 99	Метание малого мяча на дальность.	2	
100, 101	Прыжки в длину с 2-3 шагов.	2	
102	Бег 1000м.	1	

Описание материально-технического обеспечения образовательной деятельности

- футбольные ворота-2 шт.;
- баскетбольные мячи-10 шт.;
- баскетбольные кольца-2 шт.;
- скакалки-12 шт.;
- мячи футбольные-10 шт.;
- стойки (кегли)-10 шт.;
- теннисные ракетки-6 шт.;
- ракетки для бадминтона-5 пар;
- мячи для метания-5 шт.;
- обручи-10 шт.;
- гантели-1 комплект;
- гимнастические палки-10 шт.;
- гимнастические маты-6 шт.
- **дидактический материал**: изображения (картинки, фото, пиктограммы) спортивного инвентаря;

Литература для педагога:

1. А.Ю.Патрикеев, С.Г.Арзуманов. Физическая культура. 3 класс: Учитель, 2013.
2. Егоров Б.Б., Пересадына Ю.Е. Физическая культура. 1-4 классы. Методические рекомендации для учителя.-М.: Баласс, 2012.
3. Справочник учителя физической культуры\авт.-сост. П.А.Киселев, С.Б.Кисилева.- Волгоград: Учитель, 2011.
4. Степанова О.А. Подвижные игры и физминутки в начальной школе. методическое пособие.-М.: баласс, 2012.
5. Физкультурно-массовые и спортивно-оздоровительные мероприятия в школе в соответствии с ФГОС. Содержание, методика, сценарии.- Волгоград: Учитель

Литература для обучающихся:

1. Федорова Н.А. Физическая культура: подвижные игры: 1-4 классы. ФГОС/Н.А.Федорова.-М.: Издательство «Экзамен», 2016.

Контрольно-измерительные материалы к рабочей программе «адаптивная физическая культура» 3 класс

Пояснительная записка

Тестирование проводится в начале года (сентябрь-октябрь) – для того, чтобы узнать физическую подготовленность учеников, и в конце года (апрель-май) – для того, чтобы увидеть произошедшие изменения в физической подготовленности учеников. Опирался на литературу: Справочник учителя физической культуры / авт.-сост. П.А.Киселев, С.Б.Киселева.-Волгоград: Учитель, 2011.-251с.

Цель и задачи:

1. Укрепление здоровья и закаливание организма, формирование правильной осанки;
2. Формирование и совершенствование разнообразных двигательных умений и навыков, таких как сила, быстрота, выносливость, ловкость и др.;
3. Воспитание устойчивых морально-волевых качеств: настойчивости, смелости, умения преодолевать трудности;

Учебные нормативы по физической культуре для 3 класса

№	Упражнение	Юноши			Девушки		
		«5»	«4»	«3»	«5»	«4»	«3»
1.	Бег 30 м/с.	6,2	6,5	6,8	6,5	6,8	7,0
2.	Бег 1000 м.	без учета времени					
3.	Прыжок в длину с места.	150	130	110	140	135	130
4.	Подтягивание: на высокой перекладине (Ю), на низкой (Д).	5	4	3	12	8	5
5.	Метание мяча на дальность.	20	15	10	15	10	5
7.	Подъем туловища за 1 мин. в положении лежа (кол-во раз).	25	23	21	30	28	26
8.	Ходьба на лыжах 1 км.	8.30	9.00	9.30	9.00	9.30	10.00
9.	Прыжки через скакалку за 1 мин.	80	70	60	90	80	70
10.	«Челночный бег 3х10м.»	9,7	10,0	10,2	10,3	10,5	10,8
11.	Метание в цель с 6 м.	3	2	1	3	2	1

Критерии оценивания

При оценивании успеваемости учитываются индивидуальные возможности, уровень физического развития и двигательные возможности, последствия заболеваний учащихся.

Классификация ошибок и недочетов, влияющих на снижение оценки:

Мелкими ошибками считаются такие, которые не влияют на качество и результат выполнения. К мелким ошибкам в основном относятся неточность отталкивания, нарушение ритма, неправильное исходное положение, «заступ» при приземлении.

Значительные ошибки – это такие, которые не вызывают особого искажения структуры движений, но влияют на качество выполнения, хотя количественный показатель ниже предполагаемого ненамного. К значительным ошибкам

относятся: старт не из требуемого положения; отталкивание далеко при выполнении прыжков в длину; бросок мяча в кольцо, метание в цель с наличием дополнительных движений; несинхронность выполнения упражнения.

Грубые ошибки – это такие, которые искажают технику движения, влияют на качество и результат выполнения упражнения.

Основная группа

«5» ставится если обучающийся без ошибок, самостоятельно выполняет упражнения, показывает осознанное усвоение программного материала.

«4» обучающийся в основном показывает усвоение изучаемого материала, умеет применять полученные знания и умения при незначительной помощи учителя.

«3» обучающийся обнаруживает недостаточное понимание изучаемому материалу, затрудняется выполнять двигательные действия, физические упражнения выполняет с полной помощью учителя.

«2» выставляется, если упражнение просто не выполнено. Причиной невыполнения является наличие грубых ошибок.

Подготовительная группа

В нее включают детей и подростков, имеющих незначительные отклонения в физическом развитии и состоянии здоровья, а также недостаточную физическую подготовленность. В данной группе можно использовать те же обязательные виды занятий, но при условии постепенного освоения упражнений, предъявляющих повышение требования к организму.

Перед учащимися подготовительной группы ставят задачи:

- улучшить свою общую физическую подготовленность;
- овладеть учебными нормативами школьной программы;
- добиться перевода их в основную медицинскую группу.

Занятия физической культурой в подготовительной группе проводятся совместно с основной группой по учебной программе; обе группы сдают установленные контрольные нормативы. При этом дети и подростки, отнесенные к подготовительной медицинской группе, нуждаются в некоторых ограничениях нагрузок и постепенном освоении комплекса двигательных навыков и умений.

Основной акцент в оценивании учебных достижений по физической культуре учащихся, имеющих отклонения в состоянии здоровья, должен быть сделан на стойкой их мотивации к занятиям физическими упражнениями и динамике их физических возможностей. В таких случаях учитель оценивает активность на уроке, готовность заниматься и другие параметры в рамках урока. В силу вышеназванных причин оценивать достижения обучающихся подготовительной группы, которые используются для выставления отметки основной группы обучающихся, нельзя. Для обучающихся подготовительной группы необходимо оценить их успехи в формировании навыков здорового образа жизни и рационального двигательного режима.

Специальная группа

Обучающиеся оцениваются исходя из индивидуальных особенностей.