

**Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
школа-интернат №37
Фрунзенского района Санкт-Петербурга**

Рабочая программа
по предмету «Адаптивная физическая культура»
для 3 класса (1-й вариант)

Санкт – Петербург

Содержание

1. Пояснительная записка
2. Планируемые результаты освоения программы
 - 2.1. Личностные результаты
 - 2.2. Предметные результаты
 - 2.3. Характеристика базовых учебных действий
3. Содержание учебного предмета
4. Система оценки достижения планируемых результатов
 - 4.1. Личностные результаты
 - 4.2. Предметные результаты
 - 4.3. Таблица оценки сформированности базовых учебных действий
5. Календарно-тематическое планирование (Приложение №1)

1. Пояснительная записка

Занятия физической культурой способствуют всестороннему развитию личности обучающихся с нарушением интеллекта, повышению уровня их психофизического развития, расширению индивидуальных двигательных возможностей, комплексной коррекции нарушений развития, социальной адаптации.

Учитывая особенности психофизического развития детей с нарушением интеллекта, программа по физическому воспитанию ориентируется на решение задач, стоящих перед школьной системой физического воспитания. Особенностью урочных занятий является углублённое и индивидуальное обучение базовым двигательным действиям, включая технику основных видов спорта: лёгкая атлетика, гимнастика, подвижные и спортивные игры.

Структурно и содержательно программа построена с учетом особенностей психофизического развития детей.

Цель : всестороннее развития школьников с ограниченными возможностями здоровья средствами физической культуры;

Задачи :

- воспитание интереса к физической культуре и спорту;
- коррекция недостатков познавательной сферы и психомоторного развития;
- развитие и совершенствование волевой сферы;
- формирование социально приемлемых форм поведения, предупреждение проявлений деструктивного поведения (крик, агрессия, самоагрессия, стереотипии и др.) в процессе уроков и во внеучебной деятельности;
- воспитание нравственных качеств и свойств личности;
- содействие военно-патриотической подготовке.

Физическое воспитание является неотъемлемой частью всей системы учебно-воспитательной работы коррекционного образовательного учреждения. Занятия физической культурой способствуют всестороннему развитию личности обучающихся с нарушением интеллекта, повышению уровня их психофизического развития, расширению индивидуальных двигательных возможностей, комплексной коррекции нарушений развития, социальной адаптации. Программный материал по физическому воспитанию предусматривает обучение школьников элементарным жизненно необходимым двигательным умениям и навыкам. Наблюдая за динамикой развития каждого школьника в течении всего времени обучения в школе и исходя возрастно-половых особенностей учащихся, степени освоенности ими физических упражнений, коррекционно-развивающих условий проведения физического воспитания, наличия спортивного инвентаря, можно определить его «зону ближайшего развития» и составить индивидуальное коррекционно-развивающее перспективное планирование.

Место предмета в учебном плане

В соответствии с недельным учебным планом.

Психолого-педагогическая характеристика обучающихся с ОВЗ

На физическое развитие, двигательные способности, обучаемость и приспособляемость к физической нагрузке оказывает влияние тяжесть интеллектуального дефекта, сопутствующие заболевания, вторичные нарушения, особенности психической и

эмоционально-волевой сферы детей. Психомоторное недоразвитие детей с нарушением интеллекта проявляется в замедленном темпе развития локомоторных функций, непродуктивности движений, двигательном беспокойстве и суетливости. Движения бедны, угловаты, недостаточно плавны. Особенно плохо сформированы тонкие и точные движения рук, предметная манипуляция, жестикуляция и мимика.

Нарушения физического развития:

- отставания в массе тела
- отставания в длине тела
- нарушения осанки
- нарушения в развитии стопы
- нарушения в развитии грудной клетки и снижение ее окружности
- парезы верхних конечностей
- парезы нижних конечностей
- отставания в показателях объема жизненной емкости легких
- деформации черепа
- дисплазии
- аномалии лицевого скелета

Нарушения в развитии двигательных способностей:

- 1) нарушение координационных способностей:
 - точности движений в пространстве
 - движений
 - ритма движений
 - дифференцировки мышечных усилий
 - пространственной ориентировки
 - точности движений во времени
 - равновесия
- 2) отставания от здоровых сверстников в развитии физических качеств:
 - силы основных групп мышц рук, ног, спины, живота на 15—30%
 - быстроты реакции, частоты движений рук, ног, скорости одиночного движения на 10—15%
 - выносливости к повторению быстрой динамической работы, к работе субмаксимальной мощности, к работе большой мощности, к работе умеренной мощности, к статическим усилиям различных мышечных групп на 20—40%
 - скоростно-силовых качеств в прыжках и метаниях на 15—30%
 - гибкости и подвижности в суставах на 10—20%.
- 3) Нарушения основных движений:
 - неточность движений в пространстве и времени
 - грубые ошибки при дифференцировании мышечных усилий
 - отсутствие ловкости и плавности движений
 - излишняя скованность и напряженность
 - ограничение амплитуды движений в ходьбе, беге, прыжках, метаниях.

Несмотря на то, что нарушение интеллекта — явление необратимое, это не значит, что она не поддается коррекции. Постепенность и доступность дидактического материала при занятиях физическими упражнениями создают предпосылки для овладения детьми разнообразными двигательными умениями, игровыми действиями, для развития физических качеств и способностей, необходимых в жизнедеятельности ребенка.

2. Планируемые результаты.

2.1. Личностные результаты включают овладение обучающимися социальными (жизненными) компетенциями, необходимыми для решения практико-ориентированных

задач и обеспечивающими формирование и развитие социальных отношений обучающихся в различных средах.

Программа оценки личностных результатов

Критерий	Параметры оценки	Индикаторы
Осознание себя как гражданина России; формирование чувства гордости за свою Родину	Сформированность навыков гражданского поведения	- способность бережно относиться к культурно-историческому наследию родного края и страны.
	Сформированность гражданско-патриотических чувств	- проявление положительного отношения к своему национальному языку и культуре
Развитие адекватных представлений о собственных возможностях, о насущно необходимом жизнеобеспечении	Сформированность адекватных представлений о себе, своих возможностях	- адекватная оценка собственного поведения и поведения окружающих
	Сформированность представлений о своих нуждах	- умение адекватно выбрать взрослого и обратиться к нему за помощью, точно описать возникшую проблему;
		- использование вещей в соответствии с их функциями, принятым порядком и характером наличной ситуации;
Овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире	Сформированность навыков получения информации	- умение пользоваться в деятельности межпредметными знаниями
	Сформированность навыков осуществления разных видов деятельности	- умение использовать готовые алгоритмы деятельности;
		- проявление способности устанавливать простейшие взаимосвязи и взаимозависимости;
Овладение социально-бытовыми умениями, используемыми в повседневной жизни	Сформированность навыков самообслуживания	- умение пользоваться средствами гигиены;
	Сформированность организационно-практических умений и навыков	- умение организовать рабочее место в соответствии с предстоящим видом деятельности;
		- умение принимать и сохранять цели и задачи решения типовых практических задач
Владение навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия (т.е. самой формой поведения, его социальным рисунком), в том числе с использованием	Сформированность навыков коммуникации со взрослыми	- способность инициировать и поддерживать коммуникацию со взрослыми
		- способность применять адекватные способы поведения в разных ситуациях
		- способность обращаться за помощью
	Сформированность навыков коммуникации со сверстниками	- способность инициировать и поддерживать коммуникацию со сверстниками

информационных технологий		- способность применять адекватные способы поведения в разных ситуациях
		- способность обращаться за помощью
	Владение средствами коммуникации	- способность использовать разнообразные средства коммуникации согласно ситуации
	Адекватность применения ритуалов социального взаимодействия	- способность правильно применить ритуалы социального взаимодействия согласно ситуации
Способность к осмыслению социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей	Сформированность представлений о социальных ролях, выполняемых человеком	- осознание себя в разных социальных ролях: члена семьи, друга, одноклассника и др.
	Владение навыками выполнения социальных ролей	- способность вести себя в соответствии с исполняемой социальной ролью
	Сформированность представлений о ценностях общества	- знание некоторых общечеловеческих (базовых) ценностей: совесть, счастье, добро, честь, долг, вера, ответственность, достоинство и т.д.
Принятие и освоение социальной роли обучающегося, формирование и развитие социально значимых мотивов учебной деятельности	Сформированность социальной роли обучающегося	- адекватность соблюдения ритуалов школьного поведения (поднимать руку, вставать и выходить из-за парты и т.д.);
		- бережное отношение к школьному имуществу, учебникам
		- адекватность учебного поведения во взаимоотношениях с учителем, учащимися
	Сформированность мотивов учебной деятельности	- проявление заинтересованности посещением школы, обучением, уроками
		- стремление получить положительную оценку учебной деятельности со стороны учителя
Развитие навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях	Сформированность представлений об особенностях поведения в разных социальных ситуациях	-ориентировка в социальных ролях
	Сформированность навыков коллективного взаимодействия	- умение обращаться за помощью и принимать помощь;
		-проявление доброжелательного отношения и сопереживания участникам взаимодействия
	Сформированность навыков поведения в конфликтных ситуациях	- умение договариваться с социальными партнерами

Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств	Сформированность эстетических чувств и понимания прекрасного	- проявление эмоционального отклика на произведения литературы, музыки, живописи и др.;
		- отрицательное отношение к некрасивым поступкам и неряшливости.
	Сформированность умения выражать прекрасное в деятельности	- стремление и умение создавать прекрасное (делать «красиво»);
		- стремление к опрятному внешнему виду
Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей	Сформированность основ морали	- понимание личной ответственности за свои поступки на основе представлений об этических нормах и правилах поведения в современном обществе;
		- наличие представлений о добре и зле, должном и недопустимом;
	Сформированность навыков морально-этического поведения	-умение соотносить собственные поступки и поступки других людей с принятыми этическими нормами;
		- способность давать элементарную нравственную оценку своим и чужим поступкам

2.2Предметные результаты

Минимальный и достаточный уровни

усвоения предметных результатов по предмету «Адаптивная физическая культура» на конец обучения в 3 классе

Учебный предмет	Минимальный уровень освоения	Достаточный уровень освоения
Адаптивная физическая культура	-знания о физической культуре -правила техники безопасности на уроках; -демонстрация правильной осанки; видов стилизованной ходьбы под музыку; осанки в движении, положений тела и его частей (в положении стоя); -выполнение общеразвивающих и корригирующих упражнений без предметов и с предметами -понимание влияния физических упражнений на физическое развитие и развитие физических качеств человека; -выбор спортивной одежды и обуви в зависимости от погодных условий и времени года;	знания о физической культуре как системе разнообразных форм занятий физическими упражнениями по укреплению здоровья, -соблюдения правил техники безопасности на уроках, -планирование занятий физическими упражнениями в режиме дня, организация отдыха и досуга с использованием средств физической культуры; -выполнение общеразвивающих и корригирующих упражнений без предметов и с предметами, ведение подсчёта при выполнении общеразвивающих упражнений -упражнения на осанку, на контроль осанки в движении, положений тела и

	-демонстрация жизненно важных способов передвижения человека (ходьба, бег, прыжки, лазанье, плавание); -участие со сверстниками в подвижных и спортивных играх; -взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований; -оказание посильной помощи сверстникам при выполнении учебных заданий; -применение спортивного инвентаря, тренажерных устройств на уроке физической культуры	его частей стоя, сидя, лёжа; комплексы упражнений для укрепления мышечного корсета; -выполнение строевых действий в шеренге и колонне; -участие в подвижных играх со сверстниками, осуществление их объективного судейства; -взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований; -доброжелательное и уважительное объяснение ошибок при выполнении заданий и предложение способов их устранения; -использование разметки спортивной площадки при выполнении физических упражнений; -пользование спортивным инвентарем и тренажерным оборудованием.
--	--	--

2.3. Характеристика базовых учебных действий

Группа БУД	Учебные действия и умения
Личностные учебные действия	-осознание себя как ученика, заинтересованного посещением школы, обучением, занятиями, осознание себя в роли члена семьи, одноклассника, друга; -способность к осмыслению социального окружения, своего места в нём, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей; -положительное отношение к окружающей действительности, готовность к организации взаимодействия с ней и эстетическому ее восприятию; -воспринимать мир целостно, социально ориентированно в единстве его природной и социальной части; -самостоятельность в выполнении учебных заданий, поручений, договоренностей; -понимание личной ответственности за свои поступки на основе представлений об этических нормах и правилах поведения в современном обществе; -готовность к безопасному и бережному поведению в природе и обществе

Коммуникативные учебные действия	-вступать в контакт и работать в коллективе («учитель – ученик», «ученик – ученик», «ученик – класс», «учитель – класс»); -использовать принятые ритуалы социального взаимодействия с одноклассниками и учителем; -обращаться за помощью и принимать помощь; -слушать и понимать инструкцию к учебному заданию в разных видах деятельности и быту; - сотрудничать с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях; - доброжелательно относиться, сопереживать, конструктивно взаимодействовать с людьми; -договариваться и изменять свое поведение в соответствии с объективным мнением большинства в конфликтных или иных ситуациях взаимодействия с окружающими
Регулятивные учебные действия	-соблюдать правила внутреннего распорядка (поднимать руку, вставать и выходить из-за парты); -выполнять учебный план, посещать предусмотренные учебным планом занятия; -осуществлять самостоятельную подготовку к занятиям, выполнять задания, данные педагогическими работниками в рамках образовательной программы; -активно участвовать в деятельности, контролировать и оценивать свои действия и действия других обучающихся; -соотносить свои действия и их результаты с заданными образцами, принимать оценку деятельности, оценивать её с учетом предложенных критериев, корректировать свою деятельность с учётом выявленных недочётов
Познавательные учебные действия	-выделять некоторые существенные, общие и отличительные свойства хорошо знакомых предметов; -устанавливать видо-родовые отношения предметов; -делать простейшие обобщения, сравнивать, классифицировать на наглядном материале; -пользоваться знаками, символами, предметами-заместителями; -читать; писать; выполнять практические действия; -наблюдать под руководством взрослого за предметами и явлениями окружающей действительности; -работать с несложной по содержанию и структуре информацией (понимать изображение, текст, устное высказывание, элементарное схематическое изображение, таблицу, предъявленных на бумажных и электронных и других носителях)

3. Содержание учебного предмета

Содержание программы отражено в следующих разделах: «Оздоровительная и корригирующая гимнастика», «Легкая атлетика», «Коррекционные подвижные игры». В каждом из разделов выделено два взаимосвязанных подраздела: «Теоретические сведения» и «Практический материал».

В разделе «Оздоровительная и корригирующая гимнастика» (подраздел «Практический материал») кроме построений и перестроений представлены два основных вида физических упражнений: с предметами и без предметов.

В раздел «Легкая атлетика» включены традиционные виды: ходьба, бег, прыжки, метание, которые способствуют развитию физических качеств обучающихся (силы, ловкости, быстроты и т.д.).

Особое место в системе уроков по физической культуре занимает раздел «Коррекционные подвижные игры», которые не только способствуют укреплению здоровья обучающихся и развитию у них необходимых физических качеств, но и формируют навыки коллективного взаимодействия.

Теоретические сведения

Личная гигиена, солнечные и воздушные ванны. Значение физических упражнений в жизни человека.

Подвижные игры. Значение физической культуры в жизни человека. Самостраховка и самоконтроль при выполнении физических упражнений.

Здоровый образ жизни и занятия спортом после окончания школы.

Оздоровительная и корригирующая гимнастика.

Теоретические сведения.

Развитие двигательных способностей и физических качеств с помощью средств гимнастики.

Практический материал:

Сдача рапорта. Поворот кругом переступанием. Перестроение из колонны по одному в колонну по два в движении с поворотом налево, из колонны по два в колонну по одному разведением и слиянием. Ходьба «змейкой». Расчет на первый, второй, третий, по порядку. Размыкание от середины вправо, влево, на вытянутые руки, приставными шагами. Упражнения без предметов, -упражнения на дыхание, на развитие кистей рук и пальцев, для формирования правильной осанки, для укрепления мышц голеностопных суставов и стоп, укрепления мышц туловища. Упражнения с предметами: гимнастическими палками, обручем, с малыми, большими и набивными мячами, лазанье и перелезание, прыжки, перенос грузов.

Легкая атлетика

Теоретические сведения.

Развитие двигательных способностей и физических качеств.

Практический материал:

Ходьба. Бег. Медленный бег до 3 мин. Низкий старт. Бег на скорости 40 м. Специальные беговые упражнения. Челночный бег. Бег с преодолением небольших препятствий на отрезках 30- 40

Прыжки: на одной ноге, прыжки с ноги на ногу, прыжки в высоту с прямого разбега, прыжки в длину с разбега «согнув ноги».

Метание: метание мяча в цель, метание теннисного мяча на дальность с одного шага, броски набивного мяча 1 кг двумя руками.

Коррекционные подвижные игры.

Теоретические сведения.

№	Название раздела	Содержание раздела
1	Легкая атлетика	<i>Теоретические сведения.</i> Понятия о ходьбе, беге, прыжках и метаниях. Правила поведения на уроках легкой атлетики. Правила дыхания во время ходьбы и бега. Значение правильной осанки при ходьбе. Развитие двигательных способностей и физических качеств средствами легкой атлетики.

		<i>Практический материал:</i> Ходьба. Ходьба по прямой линии, ходьба на носках, на пятках, на внутреннем и внешнем своде стопы. Ходьба в чередовании с бегом. Ходьба с различным положением рук: на пояс, к плечам, перед грудью, за голову. Ходьба шеренгой с открытыми и с закрытыми глазами. Бег. Медленный бег с сохранением правильной осанки, бег в колонне в заданном направлении. Чередование бега и ходьбы на расстоянии. Бег на носках. Бег с преодолением простейших препятствий (канавки, подлезание под сетку, обегание стойки и т. д.). Быстрый бег на скорость. Медленный бег. Высокий старт. Повторный бег на скорость. Прыжки. Прыжки на двух ногах на месте и с продвижением вперед, назад, вправо, влево. Прыжки с ноги на ногу. Прыжки в длину с места. Метание. Прием и передача мяча, флажков, палок в шеренге, по кругу, в колонне. Метание мячей с места в цель, метание мяча на дальность.
2	Оздоровительная и коррегирующая гимнастика.	<i>Теоретические сведения.</i> Элементарные сведения о гимнастических снарядах и предметах. Правила поведения на уроках гимнастики. Элементарные сведения о правильной осанке, равновесии. <i>Практический материал.</i> Упражнения без предметов (корректирующие и общеразвивающие упражнения): формирования правильной осанки; укрепления мышц туловища. Упражнения с предметами: с гимнастическими палками; малыми обручами; малыми мячами; упражнения на равновесие; лазанье и перелезание; упражнения для развития пространственно-временной дифференцировки и точности движений; прыжки
3	Коррекционные подвижные игры.	<i>Теоретические сведения.</i> Правила спортивных игр. Элементарные игровые технико-тактические взаимодействия (выбор места, взаимодействие с партнером, командой и соперником). <i>Практический материал.</i> Подвижные игры, коррекционные игры; игры с элементами общеразвивающих упражнений: игры с бегом; прыжками; лазанием. <i>Пионербол. Теоретические сведения.</i> Правила игр в пионербол. Элементарные игровые технико-тактические взаимодействия. <i>Практический материал.</i> Передача мяча двумя руками от груди, ловля мяча двумя руками на месте на уровне груди, подача мяча одной рукой с места, учебная игра через сетку.

Правила поведения на занятиях подвижными играми.

Практический материал.

Коррекционные игры; Игры с элементами общеразвивающих упражнений: игры с бегом; прыжками; с бросанием, ловлей и метанием. Спортивные игры – баскетбол, пионербол.

Пионербол.

Теоретические сведения.

Ознакомление с правилами игры пионербол. Правила поведения на занятиях подвижными играми.

Практический материал. Передача мяча двумя руками от груди, ловля мяча двумя руками на месте на уровне груди, подача мяча одной рукой с места, учебная игра через сетку.

4. Система оценки достижения планируемых результатов

4.1 Личностные результаты

Для оценки результатов развития жизненной компетенции используется метод экспертной группы. В ее состав входит родитель (законный представитель) ребенка, учитель, воспитатель, педагог-психолог и учитель-логопед.

Задачей экспертной группы является выработка согласованной оценки достижений ребенка в сфере жизненной компетенции.

Основой оценки служит анализ поведения ребенка и динамики его развития в повседневной жизни.

Критериальным аппаратом служит классификатор жизненных компетенций и разработанный на его основе индивидуальный перечень возможных результатов личностного развития.

Оценка достижений производится путем фиксации фактической способности к выполнению действия или операции, обозначенной в качестве возможного результата личностного развития по следующей шкале:

- 0 – не выполняет, помощь не принимает.
- 1 – выполняет совместно с педагогом при значительной тактильной помощи.
- 2 – выполняет совместно с педагогом с незначительной тактильной помощью или после частичного выполнения педагогом.
- 3 – выполняет самостоятельно по подражанию, показу, образцу.
- 4 – выполняет самостоятельно по словесной пооперациональной инструкции.
- 5 – выполняет самостоятельно по вербальному заданию.

Оценка достижений личностных результатов производится 1 раз в год.

На основании сравнения показателей текущей и предыдущей оценки экспертная группа делает вывод о динамике развития жизненной компетенции обучающегося с ОВЗ (нарушением интеллекта) за год по каждому показателю по следующей шкале:

- 0 – отсутствие динамики или регресс.
- 1 – динамика в освоении минимум одной операции, действия.
- 2 – минимальная динамика.
- 3 – средняя динамика.
- 4 – выраженная динамика.
- 5 – полное освоение действия.

Аналогичная оценка динамики производится ежегодно в мае относительно текущей оценки и данных входящей оценки личностного развития (октябрь 3 класс).

Оценка достижений и оценка динамики оформляется классным руководителем в форме характеристики личностного развития ребенка один раз в год.

Предметные результаты

В целом оценка достижения обучающимися с ОВЗ предметных результатов должна базироваться на принципах индивидуального и дифференцированного подходов. Усвоенные обучающимися даже незначительные по объему и элементарные по содержанию знания и умения должны выполнять коррекционно-развивающую функцию, поскольку они играют определенную роль в становлении личности ученика и овладении им социальным опытом.

Для преодоления формального подхода в оценивании предметных результатов освоения АООП обучающимися с ОВЗ (нарушение интеллекта) необходимо, чтобы балльная оценка отражала качество усвоенных знаний. В связи с этим основными критериями оценки планируемых результатов являются следующие:

соответствие/несоответствие науке и практике;
прочность усвоения (полнота и надежность).

Таким образом, усвоенные предметные результаты могут быть оценены с точки зрения достоверности как «верные» или «неверные». Критерий «верно» / «неверно» свидетельствует о частотности допущения тех или иных ошибок, возможных причинах их появления, способах предупреждения или преодоления. По критерию прочности могут оцениваться как удовлетворительные; хорошие и очень хорошие (отличные).

Чем больше верно выполненных заданий к общему объему, тем выше показатель надежности полученных результатов, что дает основание оценивать их как «удовлетворительные», «хорошие», «очень хорошие» (отличные). В текущей оценочной деятельности целесообразно соотносить результаты, продемонстрированные учеником, с оценками типа: «удовлетворительно» (зачёт), если обучающиеся верно выполняют от 35% до 50% заданий; «хорошо» — от 51% до 65% заданий; «очень хорошо» (отлично) свыше 65 % .

Для удобства проведения мониторинга обучающихся качественные характеристики навыков учебной деятельности были переведены в количественные характеристики, где

Навык сформирован полностью – **ПС =2**

Навык сформирован частично – **ЧС =1**

Навык не сформирован – **НС = 0.**

А каждому виду и характеру учебной деятельности соответствует буквенное обозначение.

Вид и характер учебной деятельности		Оценка сформированности (в баллах)		
		0	1	2
А	демонстрация правильной осанки; видов стилизованной ходьбы под музыку;			
Б	выбор спортивной одежды и обуви в зависимости от погодных условий и времени года			
В	демонстрация жизненно важных способов передвижения человека (ходьба, бег, прыжки, лазанье, плавание)			
Г	участие со сверстниками в подвижных и спортивных играх			
Д	взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований			
Е	оказание посильной помощи сверстникам при выполнении учебных заданий			
Ё	применение спортивного инвентаря, тренажерных устройств на уроке физической культуры			
Ж	выполнение общеразвивающих и корригирующих упражнений			
Максимум 16 балла				

Контрольные упражнения	уровень					
	высокий	средний	низкий	высокий	средний	низкий
	мальчики			девочки		
Прыжок в длину с места (см)	-120	111-115	100-110	116-118	113-115	95-112

Бег 30 м (с)	8,0-8,2	8,9-9,1	9,8-10,2	10,1-10,3	10,8-11,2	11,4-12,3
(м)Метание мяча на дальность	12-15	11-10	8-6	11-10	9-7	6-5
Метание мяча в цель(р)	2	1	0	2	1	0

Виды и формы контрольно-оценочных действий учащихся были определены следующие:

1 Входной контроль (стартовая работа)

Определяет актуальный уровень знаний, необходимый для продолжения обучения, а также намечает «зону ближайшего развития» и предметных знаний, организует коррекционную работу в зоне актуальных знаний. Фиксируется учителем в оценочном листе.

2. Диагностическая работа

Направлена на проверку пооперационного состава действия, которым необходимо овладеть учащимся в рамках данной учебной задачи. Результаты фиксируются отдельно по каждой отдельной операции (линеечки, лист умений).

3. Проверочная работа (контрольные упражнения)

Проверяется уровень освоения учащимися предметных способов действия и уровень физического развития.

4. Итоговая проверочная работа

Включает основные темы учебного года. Задания рассчитаны на проверку не только предметных, но и метапредметных результатов. Задания разного уровня сложности. Оценивание многобалльное, отдельно по уровням. Сравнение результатов стартовой и итоговой работы.

5. Включенное наблюдение.

4.2 БУД Таблица оценки сформированности базовых учебных действий

Перечень учебных действий	Оценка сформированности (в баллах)					
	0	1	2	3	4	5
Личностные						
Осознание себя как ученика, заинтересованного посещением школы, обучением, занятиями, осознание себя в роли члена семьи, одноклассника, друга.						
Способность к осмыслению социального окружения, своего места в нём, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей.						
Положительное отношение к окружающей действительности, готовность к организации взаимодействия с ней и эстетическому ее восприятию.						
Воспринимать мир целостно, социально ориентированно в единстве его природной и социальной части.						
Самостоятельность в выполнении учебных заданий, поручений, договоренностей.						

Понимание личной ответственности за свои поступки на основе представлений об этических нормах и правилах поведения в современном обществе.					
Готовность к безопасному и бережному поведению в природе и обществе.					
Максимум 35 баллов					

Коммуникативные					
Вступать в контакт и работать в коллективе («учитель – ученик», «ученик – ученик», «ученик – класс», «учитель – класс»).					
Использовать принятые ритуалы социального взаимодействия с одноклассниками и учителем.					
Обращаться за помощью и принимать помощь.					
Слушать и понимать инструкцию к учебному заданию в разных видах деятельности и быту.					
Сотрудничать с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях.					
Доброжелательно относиться, сопереживать, конструктивно взаимодействовать с людьми.					
Договариваться и изменять свое поведение в соответствии с объективным мнением большинства в конфликтных или иных ситуациях взаимодействия с окружающими.					
Максимум 25 баллов					

Регулятивные					
Соблюдать правила внутреннего распорядка (поднимать руку, вставать и выходить из-за парты).					
Выполнять учебный план, посещать предусмотренные учебным планом занятия.					
Осуществлять самостоятельную подготовку к занятиям, выполнять задания, данные педагогическими работниками в рамках образовательной программы.					
Активно участвовать в деятельности, контролировать и оценивать свои действия и действия других обучающихся.					
Соотносить свои действия и их результаты с заданными образцами, принимать оценку деятельности, оценивать её с учетом предложенных критериев, корректировать свою деятельность с учётом выявленных недочётов.					
Максимум 25 баллов					

Познавательные					
Выделять некоторые существенные, общие и отличительные свойства хорошо знакомых предметов.					
Устанавливать видо-родовые отношения предметов;					
Делать простейшие обобщения, сравнивать, классифицировать на наглядном материале.					
Пользоваться знаками, символами, предметами-заместителями.					

Читать; писать; выполнять арифметические действия.						
Наблюдать под руководством взрослого за предметами и явлениями окружающей действительности.						
Работать с несложной по содержанию и структуре информацией (понимать изображение, текст, устное высказывание, элементарное схематическое изображение, таблицу, предъявленных на бумажных и электронных и других носителях).						
<i>Максимум 35 баллов</i>						
Итого баллов						

Лист мониторинга оценки сформированности базовых учебных действий заполняется экспертной группой.

Результаты оценки сформированности базовых учебных действий заносятся в индивидуальную карту развития обучающегося. В соответствующие клетки таблицы вносятся результаты оценки каждого параметра.

В соответствующие графы вписывается количественное оценивание (цифры) от 0 до 5.

0 баллов — действие отсутствует, обучающийся не понимает его смысла, не включается в процесс выполнения вместе с учителем;

1 балл — смысл действия понимает, связывает с конкретной ситуацией, выполняет действие только по прямому указанию учителя, при необходимости требуется оказание помощи;

2 балла — преимущественно выполняет действие по указанию учителя, в отдельных ситуациях способен выполнить его самостоятельно;

3 балла — способен самостоятельно выполнять действие в определенных ситуациях, нередко допускает ошибки, которые исправляет по прямому указанию учителя;

4 балла — способен самостоятельно применять действие, но иногда допускает ошибки, которые исправляет по замечанию учителя;

5 баллов — самостоятельно применяет действие в любой ситуации

Уровень сформированности БУД

№ п/п	Уровень сформированности БУД	Умения	Кол-во баллов
1	Первый уровень сформированности БУД	Обучающийся понимает смысл действий, способен самостоятельно применять действия в любых ситуациях	100 - 130
2	Второй уровень сформированности БУД	Обучающийся понимает смысл действий, способен самостоятельно применять действия в знакомых ситуациях, в необычной ситуации допускает ошибки, но может исправить их по замечанию учителя	66 - 99
3	Третий уровень сформированности БУД	Смысл действий обучающийся связывает с конкретной ситуацией, в основном выполняет действия по указанию учителя	31 - 65
4	Четвертый уровень сформированности БУД	В некоторых ситуациях не понимает смысл действий, действия выполняет только по указанию учителя, в затруднительных ситуациях не может справиться с поставленной задачей	0 - 30

5.Календарно-тематическое планирование (приложение №1)

Лист корректировки рабочей программы
(календарно-тематического планирования (КТП) рабочей программы)

Предмет: **физическая культура**

Класс: 3-б

Учитель: Окунева Т.В.

2022/2023 учебный год

№ уро ка	Даты по осн. (КТП)	Даты проведен ия	Тема	Количество часов		Причина корректир овки	Способ корректировк и
				по план у	дано		
42	16.12.2022	16.12.2022	Гимнастика, упражнения с гимнастическими палками	1	1	Выходной	Уплотнение программы
43	19.12.2022		Гимнастика, упражнения с гимнастическими палками	1			
44	21.12.2022	19.12.2022	Гимнастика, преодоление полосы препятствий	1	1	Выходной	Уплотнение программы
45	23.12.2022		Гимнастика, преодоление полосы препятствий	1			
46	26.12.2022	22.03.2023	Гимнастика, переноска предметов	1	1	Выходной	Уплотнение программы
47	9.01.2023		Гимнастика, переноска предметов	1			
24	05.11.2022	09.11.2022	Гимнастика, преодоление полосы препятствий	1	1	Выходной	Объединение тем
25	09.11.2022		Гимнастика, преодоление полосы препятствий	1			
69	23.02.2023	25.02.2023	Пионербол, удары мяча в стенку, ловля двумя руками	1	1	Выходной	Уплотнение программы
70	25.02.2023		Пионербол, удары мяча в стенку, ловля двумя руками	1			
92	03.05.2023	05.05.2023	Легкая атлетика, прыжок в длину с разбега	1	1	Выходной	Уплотнение программы
93	05.05.2023		Легкая атлетика, прыжок в длину с разбега	1			
95	10.05.2023	12.05.2023	Легкая атлетика, метание малого мяча на дальность	1	1	Выходной	Уплотнение программы
96	12.05.2023		Легкая атлетика, метание малого мяча на дальность	1			
98	17.05.2023	17.05.2023	Легкая атлетика, кроссовый бег	1	1	Выходной	Уплотнение программы
99	19.05.2023		Легкая атлетика, кроссовый бег	1			

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по УВР

Е.С.Лепезина