**АННОТАЦИЯ К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ**

**«АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»**

**Вариант 1.2**

**5-9 (10) КЛАССЫ**

Программы разработаны на основе требований Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования обучающихся с ОВЗ, в соответствии с Примерной адаптированной образовательной программы основного общего образования глухих обучающихся (вариант 1.2)

Рабочая программа учебного предмета «Адаптивная физическая культура» адресована глухим обучающимся на уровне основного общего образования составлена в соответствии с Федеральной образовательной программой «Адаптивная физическая культура», на основе требований к результатам освоения ООП ООО, представленных в ФГОС ООО, а также Федеральной программы воспитания, с учётом Концепции преподавания адаптивной физической культуры в Российской Федерации (утверждённой распоряжением Правительства Российской Федерации от 9 апреля 2016 г. №  637-р) и подлежит непосредственному применению при реализации обязательной части ООП ООО.

**УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКИЙ КОМПЛЕКС (УМК**):

1.Шапкова, Л.В. Частные методики адаптивной физической культуры: Учебное пособие /Под ред. Л. В. Шапковой. — 2003. — 464 с, ил.).

2. Патриков А.Ю.. Поурочные разработки по физической культуре: для учащихся 5-9 кл. К УМК В.И. Ляха. Школа России. ФГОС, 2014.

3. Аршамин, Б.А. Теория и методики физического воспитания: Учеб. для ТЗЗ студентов фак. физ. культуры пед. ин-тов по спец. 03.03 «Физ. культура»/Б. А. Ашмарин, Ю. А. Виноградов, 3. Н. Вяткина и др.; Под ред. Б. А. Ашмарина.— М.: Просвещение.

4. Лях В.И. Координационные способности школьников.  Физическая культура в школе, 2000.

5. Лях, В.И., Зданевич, А.А.. Комплексная программа физического воспитания учащихся. Волгоград, Учитель, 2013 с использованием материалов Л.И. Плаксиной, Б.В. Сермеева из программы по физическому воспитанию специальных (коррекционных) образова-тельных учреждений IVвида. М., Просвещение, 1997.

6. Аршамин, Б.А. Теория и методики физического воспитания: Учеб. для ТЗЗ студентов фак. физ. культуры пед. ин-тов по спец. 03.03 «Физ. культура»/Б. А. Ашмарин, Ю. А. Виноградов, 3. Н. Вяткина и др.; Под ред. Б. А. Ашмарина.— М.: Просвещение.

7. Л.И. Плаксина, Б.В. Сермеев. Программа по физическому воспитанию специальных (коррекционных) образовательных учреждений IV вида. М., Просвещение, 1997.

8. Григорович М. В. Личностная рефлексия как фактор развития личности подростка /М.В. Григорович/ Молодой ученый. — 2011. — № 6.

Интернет-ресурсы:

1. В. М. Монахов. Педагогическая технология. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://megaobuchalka.ru/2/10754.html, свободный.

2. В. В. Гузеев. Образовательная технология. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://current\_pedagogy.academic.ru/1100/, свободный.

3. В. Д. Сонькин. Здоровьесберегающая технология . [Электронный ресурс]. – Режим до-ступа: http://ext.spb.ru/2011-03-29-09-03-14/131-edu-tech/10174, свободный.

4. И. С. Якиманская. Личностно-ориентированное обучение. [Электронный ресурс]. – Ре-жим доступа: http://koi.tspu.ru/koi\_books/nikolskaya2/rtloo.htm, свободный

**Учебный план (количество часов):**

5 класс – 2 часа в неделю, 68 часов в год.

6 класс - 2 часа в неделю, 68 часов в год.

7 класс – 2 часа в неделю, 68 часов в год.

8 класс – 2 часа в неделю, 68 часов в год.

9 класс – 2 часа в неделю, 68 часов в год.

10 класс – 2 часа в неделю, 68 часов в год.

***Цель*** реализации программы заключается в обеспечении овладения обучающимися с нарушениями слуха необходимым (определяемым стандартом) уровнем подготовки в области физической культуры в единстве с компенсацией нарушения физического развития, формированием устойчивой потребности в физическом совершенствовании, целостном развитии физических и психических качеств личности для наиболее полноценной жизни в обществе.

Данная цель конкретизируется через основные ***задачи*** изучения учебного предмета:

- укрепление здоровья, повышение функциональных и адаптивных

возможностей основных жизнеобеспечивающих систем организма, развитие физических качеств;

- формирование правильной осанки и рационального дыхания, умений организовывать самостоятельные занятия физической культурой с оздоровительной направленностью;

- повышение культуры движений, обогащение двигательного опыта упражнениями базовых видов спорта (гимнастика, лёгкая атлетика, спортивные игры), а также формирование умений использовать их в условиях учебной деятельности, организации активного отдыха и досуга;

- содействие освоению комплекса знаний о физической культуре, её истории и формах организации, связи с культурой здоровья; воспитание волевых, нравственных и этических качеств личности;

- профилактика возникновения вторичных отклонений в состоянии

здоровья.

*Специфические задачи (коррекционные, компенсаторные, профилактические):*

- коррекция нарушений двигательных функций и опорно-двигательного аппарата (сколиозы, плоскостопия, нарушение осанки);

- коррекция и компенсация нарушений психомоторики;

- коррекция и развитие способности к пространственной ориентации;

- коррекция и развитие общей и мелкой моторики;

- коррекция и развитие способности к дифференцированию временных, силовых, пространственных параметров движения;

- коррекция и развитие способности к быстрому реагированию;

- коррекция и развитие способности к усвоению ритма движений;

- коррекция нарушений скоростно-силовых и силовых качеств;

- формирование двигательных навыков под воздействием регулирующей функции речи;

- создание на базе развивающегося речевого слуха слухо - зрительной основы восприятия устной речи;

- воспитания сосредоточенности, трудолюбия, самоконтроля в процессе выполнения физических упражнений;

- развитие умений осуществлять самоконтроль произносительной стороны устной речи, использовать в речевом общении естественные невербальные средства коммуникации (соответствующее выражение лица, позу, пластику и другое);

- развитие разных видов мышления (наглядно-образного, словесно - логичного);

- восприятие на слуховой/слухо - зрительной основе обращённой речи учителя, понимание содержания вопроса;

- умение дифференцировать пространственные и мышечные усилия, координировать речь с движением;

- обогащение активного словаря обучающихся, осмысление значения новых слов, уточнение значений знакомых слов.

***Личностные результаты:***

- воспитание гражданской идентичности: патриотизма, уважения к Отечеству, прошлого и настоящего многонационального народа Донбасса;

- осознание своей этнической принадлежности, знание истории, языка, культуры своего народа, своего края, основ культурного наследия народа Донецкой Народной Республики и человечества;

- усвоение гуманистических, демократических и традиционных ценностей нашего многонационального государства; воспитание чувства ответственности и долга перед Родиной;

- формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию, осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентирования в мире профессий и профессиональных предпочтений, с учётом устойчивых познавательных интересов, а также на основе формирования уважительного отношения к труду, развития опыта участия в социально значимом труде;

- формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, учитывающего социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира;

- формирование осознанного, уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку, его мнению, мировоззрению, культуре, языку, вере, гражданской позиции, к истории, культуре, религии, традициям, языкам, ценностям народа Донбасса и народов мира; готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нём взаимопонимания;

- освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества; участие в школьном самоуправлении и общественной жизни в пределах возрастных компетенций;

- развитие морального сознания и компетентности в решении моральных проблем на основе личностного выбора, формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;

- формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, детьми старшего и младшего возраста, взрослыми в процессе образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности;

- формирование ценности здорового и безопасного образа жизни;

- формирование основ экологической культуры соответствующей современному уровню экологического мышления, развитие опыта экологически ориентированной рефлексивно-оценочной и практической деятельности в жизненных ситуациях;

- осознание значения семьи в жизни человека и общества, принятие ценности семейной жизни, уважительное и заботливое отношение к членам своей семьи.

***Метапредметные результаты***

*-* умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;

*-* умение самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;

*-* умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований;

*-* умение оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности её решения;

*-* владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;

*-* умение определять понятия, делать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии для классификации, устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное и по аналогии) и делать выводы;

- умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учёта интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение;

- умение осознанно использовать речевые средства в соответствии с задачей коммуникации для выражения своих чувств, мыслей и потребностей; планирования и регуляции своей деятельности; владение устной и письменной речью, монологической контекстной речью; наполнение словарного запаса спортивной терминологией;

- формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий.

***Предметные результаты***

- рассматривать адаптивную физическую культуру как подсистему общей физической культуры, выделять исторические этапы ее развития, характеризовать основные направления и формы ее организации в современном обществе;

- характеризовать содержательные основы здорового образа жизни, раскрывать его взаимосвязь со здоровьем, гармоничным физическим развитием и физической подготовленностью, формированием качеств личности и профилактикой вредных привычек;

- раскрывать базовые понятия и термины физической культуры, применять их в процессе совместных занятий физическими упражнениями со своими сверстниками, излагать с их помощью особенности техники двигательных действий и физических упражнений, развития физических качеств;

- разрабатывать содержание самостоятельных занятий с физическими упражнениями, определять их направленность и формулировать задачи, рационально планировать режим дня и учебной недели;

руководствоваться правилами профилактики травматизма и подготовки мест занятий, правильного выбора обуви и формы одежды в зависимости от времени года и погодных условий;

- руководствоваться правилами оказания первой помощи при травмах и ушибах во время самостоятельных занятий физическими упражнениями; использовать занятия физической культурой, спортивные игры и спортивные соревнования для организации индивидуального отдыха и досуга, укрепления собственного здоровья, повышения уровня физических кондиций;

- обеспечивать сохранность индивидуального слухового аппарата и/или речевого процессора (для кохлеарно имплантированных обучающихся) на уроках адаптивной физической культуры и во внеурочной деятельности, в частности, при выполнении физических упражнений, на занятиях спортом в свободное от образовательно-коррекционного процесса; оберегать процессор кохлеарного импланта и / или слуховой аппарат от ударов, пыли, влаги;

- руководствоваться рекомендациями врача при выборе видов спорта и на этом основании осуществлять осознанный отказ от тех видов спорта, которые противопоказаны лицам с кохлеарными имплантами (например, отдельные контактные виды спорта, в т.ч. связанные с ударами по голове);

- составлять комплексы физических упражнений оздоровительной, тренирующей и корригирующей направленности, подбирать индивидуальную нагрузку с учетом функциональных особенностей и возможностей собственного организма;

- классифицировать физические упражнения по их функциональной направленности, планировать их последовательность и дозировку в процессе самостоятельных занятий по укреплению здоровья и развитию физических качеств;

- проводить самостоятельно занятия по обучению двигательным действиям, анализировать особенности их выполнения, выявлять ошибки и своевременно устранять их;

- тестировать показатели физического развития и основных физических качеств, сравнивать их с возрастными стандартами, контролировать особенности их динамики в процессе самостоятельных занятий физической подготовкой;

- выполнять комплексы упражнений по профилактике утомления и перенапряжения организма, повышению его работоспособности в процессе трудовой и учебной деятельности;

- выполнять общеразвивающие упражнения, целенаправленно воздействующие на развитие основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости и координации движений);

- выполнять акробатические комбинации из числа хорошо освоенных упражнений;

- выполнять гимнастические комбинации на спортивных снарядах из числа хорошо освоенных упражнений;

- выполнять легкоатлетические упражнения в беге, метании и в прыжках (в длину и высоту);

- выполнять основные технические действия и приемы игры (для 2-х спортивных игр по выбору: футбол, волейбол, баскетбол) в условиях учебной и игровой деятельности;

- выполнять тестовые упражнения для оценки уровня индивидуального развития основных физических качеств;

- сообщать основные сведения из истории Паралимпийских игр, о цели Паралимпийского движения, о Сурдлимпийских играх.

**5 класс**

* Мониторинг физического развития обучающихся (12ч)
* Лёгкая атлетика (20ч).
* Самостраховка на основе вида спорта дзюдо (8ч)
* Гимнастика с основами акробатики (8 ч).
* Спортивные игры (20ч).

**6 класс**

* Мониторинг физического развития обучающихся (12ч)
* Лёгкая атлетика (20ч).
* Самостраховка на основе вида спорта дзюдо (8ч)
* Гимнастика с основами акробатики (8 ч).
* Спортивные игры (20ч).

**7 класс**

* Мониторинг физического развития обучающихся (12ч)
* Лёгкая атлетика (20ч).
* Самостраховка на основе вида спорта дзюдо (8ч)
* Гимнастика с основами акробатики (8 ч).
* Спортивные игры (20ч).

**8 класс**

* Мониторинг физического развития обучающихся (12ч)
* Лёгкая атлетика (20ч).
* Самостраховка на основе вида спорта дзюдо (8ч)
* Гимнастика с основами акробатики (8 ч).
* Спортивные игры (20ч).

**9 класс**

* Мониторинг физического развития обучающихся (12ч)
* Лёгкая атлетика (20ч).
* Самостраховка на основе вида спорта дзюдо (8ч)
* Гимнастика с основами акробатики (8 ч).
* Спортивные игры (20ч).

**10 класс**

* Мониторинг физического развития обучающихся (12ч)
* Лёгкая атлетика (20ч).
* Самостраховка на основе вида спорта дзюдо (8ч)
* Гимнастика с основами акробатики (8 ч).
* Спортивные игры (20ч).

**ФОРМЫ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ**

Механизмом оценки результатов, получаемых в ходе реализации программы, является контроль программных умений и навыков (УиН) и общих учебных умений и навыков (ОУУиН).

       Уровень сформированности программных умений и навыков (УиН) и качество освоения УиН определяются в рамках текущего контроля, промежуточной аттестации и аттестации по завершении реализации программы.

       Виды контроля по определению уровня сформированности программных умений и навыков (УиН) и качества освоения УиН:

•        начальный контроль – проводится в начале освоения программы и на последующих годах обучения с 15 по 25 сентября;

•        промежуточная аттестация – с 20 по 26 декабря; с 12 по 19 мая;

•        аттестация по завершению реализации программы – в конце освоения программы, с 12 по 19 мая.

        Текущий контроль проводится систематически на занятиях в процессе всего периода обучения по программе.

        Контроль программных УиН осуществляется по следующим критериям: владение практическими умениями и навыками, специальной терминологией, креативность выполнения практических заданий, владение коммуникативной культурой.

        Оценка программных УиН осуществляется по 5-балльной системе (от 2 - 5 баллов).

        Начальный контроль проводится в форме: опрос, наблюдение, анализ.

Используемые методы: беседа, опрос, наблюдение.

        Промежуточная аттестация - в форме контрольного занятия.

Используемые методы -  практическое занятие, опрос, наблюдение.

        Аттестация по завершении реализации программы проводится в форме контрольного занятия.

Используемые методы - наблюдение, устный опрос, сдача контрольных нормативов.

        Содержание программы начального контроля, промежуточной аттестации определяется на основании содержания дополнительной общеразвивающей программы и в соответствии с ее прогнозируемыми результатами.

        Результаты начального контроля, промежуточной аттестации фиксируются в протоколах. Копии протоколов аттестации по завершении реализации программы вкладываются в журналы учета работы педагога.

        Для повышения мотивации к урокам физической культуры целесообразно проводить мониторинг, который предполагает не единый сбор информации, а постоянный по одним и тем же показателям с целью выявления динамики изменений.

Задачи мониторинга:

1. Соотнести предметные результаты обучения физической культуре в школе для детей с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) с предметными результатами, предусмотренными федеральными государственными стандартами (ФГОС).

2. Планировать деятельность учителя физической культуры для осуществления им индивидуального и дифференцированного подхода к каждому обучающемуся.

3. Целенаправленно проводить работу по коррекции и компенсации нарушений в физическом развитии учащихся.

Чтобы выявить динамику уровня развития физических качеств в конце каждого учебного года проводится тестирование, которое выступает, как один из инструментов комплекса процедур мониторинга (сбор, обработка, анализ информации).