

Утверждаю
Директор государственного бюджетного
образовательного учреждения
Уфимская коррекционная школа-интернат №59
для обучающихся с ограниченными
возможностями здоровья



Ю. К. Амекачев

№ 59/2022 от 11.08.2022 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

предмет «Физическая культура»

Рекомендуется для обучающихся 12а класса
Срок реализации программы 1 год

Разработчик программы:
Хисамов Ирек Мавлютович
учитель высшей категории
ГБОУ Уфимская КШИ № 59

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая учебная программа предмета «Физическая культура» в 12а классе является обязательным компонентом содержательного раздела основной общеобразовательной программы (ООП) (вариант 1) государственного бюджетного общеобразовательного учреждения Уфимская коррекционная школа – интернат № 59 для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья.

Актуальность. Физическая культура в специальном образовательном учреждении для обучающихся с умеренной и тяжелой степенью умственной отсталости является составной частью всей системы работы с обучающимися с ограниченными возможностями здоровья. Умеренно и глубоко умственно отсталые дети имеют интеллектуальный дефект и значительные отклонения в физическом и двигательном развитии, что сказывается на содержании и методике уроков физической культуры. Физическое воспитание рассматривается и реализуется комплексно, и находится в тесной связи с умственным, нравственным, эстетическим, трудовым обучением. Особенностью физической культуры как учебного предмета для обучающихся с умеренной и глубокой степенью умственной отсталости является ее коррекционная направленность. Помимо уроков физической культуры как ведущей формы организации обучения, используются физкультурно-оздоровительные занятия в режиме учебного дня и учебной недели, спортивно-массовые мероприятия и педагогически организованные формы занятий после уроков (спортивные соревнования, спортивные праздники, спортивные кружки, занятия лечебной физической культурой).

Целью рабочей программы является: коррекция дефектов физического развития и моторики у обучающихся с умеренной и глубокой степенью умственной отсталости; укрепление здоровья; выработка жизненно необходимых двигательных умений и навыков.

Задачи рабочей программы:

- формирование навыков и умений в выполнении физических упражнений различной педагогической направленности, связанных с профилактикой здоровья, коррекцией телосложения, правильной осанкой и культурой движения;
- формирование практических умений, посредством подвижных игр и элементов соревнования.

Описание ценностных ориентиров содержания учебного предмета «Физическая культура»:

- ценность трудолюбия, творческого отношения к учению, труду, жизни, уважение к труду; творчество и созидание; стремление к познанию и истине; целеустремлённость и настойчивость; трудолюбие;
- ценность здоровья – здоровье, сохранение здоровья, здоровый образ жизни, безопасное поведение.

Срок реализации программы - 1 год.

Структурно и содержательно программа составлена таким образом, что весь период обучения в 12а классе рассчитана **на 68 часов, 2 часа в неделю, 34 учебных недели.**

Библиографический список программ, на основе которых разработана рабочая программа:

1. И. Ю. Горская, Т. В. Синельникова.- Омск, Сиб ГАФК, 1999 год.
Григорьев Д. В. Совершенствование двигательных способностей школьников в условиях общеобразовательной школы. — СПб.: Наука-Питер, 2005 год.
2. Забрамная С. Д., Исаева Т. Н. Психолого-педагогическая дифференциация детей с умеренной и тяжелой умственной отсталостью // Воспитание и обучение детей с нарушениями развития. — 2009 год. — № 1. — С. 49-53.

В тексте программы используется система **условных обозначений:**

ОРУ – общеразвивающие упражнения;

м. – метр;

см. – сантиметр;

мин. – минута;

сек. - секунда.

2. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

Цели предмета «Физическая культура»: коррекция и укрепление здоровья; формирование, развитие и совершенствование двигательных умений и навыков; развитие жизненно важных двигательных умений и навыков, формирование опыта двигательной деятельности; овладение корригирующими физическими упражнениями, умениями их использовать в режиме учебного дня, активного отдыха и досуга;

Задачи предмета «Физическая культура»:

оздоровительные – профилактика заболеваний сердечно-сосудистой, дыхательной систем, эндокринной патологии и опорно-двигательного аппарата; коррекция;

образовательные – освоение двигательных навыков и умений, необходимых для жизнедеятельности; формирование систем элементарных знаний о здоровом образе жизни;

воспитательные – формирование физических и морально-волевых качеств личности;

коррекционные – исправление диспластичности развития посредством коррекционных и специальных упражнений.

Технологии обучения:

- игровые;
- здоровьесберегающие;
- личностно-ориентированные;
- технологии разноуровневого и дифференцированного обучения.

Методы обучения:

- словесные – инструктаж, рассказ, объяснение, беседа, работа с периодической печатью, указания, команды, разбор задания;
- наглядные – наблюдение, демонстрация, показ, плакаты, рисунки и схемы, зарисовки, предметные пособия и кинофильмы;
- практические – выполнения упражнений, команд;

- стимулирования и мотивации.

Основной формой работы по физической культуре является **урок**.

Урок по физической культуре должен планироваться в соответствии с основными **дидактическими требованиями**:

- постепенным повышением нагрузки в упражнениях и переходом в конце урока к успокоительным упражнениям;
- чередованием различных видов упражнений, подбором упражнений, соответствующим возможностям обучающихся.

Урок целесообразно строить из четырёх частей (вводной, подготовительной, основной, заключительной), которые должны быть методически связаны между собой.

Технологии обучения:

- игровые;
- здоровьесберегающие;
- личностно-ориентированные;
- технологии разноуровневого и дифференцированного обучения.

Методы обучения:

- словесные – инструктаж, рассказ, объяснение, беседа, работа с периодической печатью, указания, команды, разбор задания;
- наглядные – наблюдение, демонстрация, показ, плакаты, рисунки и схемы, зарисовки, предметные пособия и кинофильмы;
- практические – выполнения упражнений, команд;
- стимулирования и мотивации.

Логические связи предмета «Физическая культура» с остальными предметами (разделами) учебного плана. При организации целостного образовательного процесса в начальной школе особое значение приобретают межпредметные связи: содержание физической культуры соотносится с содержанием таких учебных предметов, как **окружающий мир** (игра «Летает – не летает», «Съедобное – не съедобное», наблюдение за погодой и выбор одежды для занятий спортом), **развитие речи** (заучивание считалок), **математика** (счет во время выполнения упражнений).

3. РЕЗУЛЬТАТЫ И СИСТЕМА ОЦЕНКИ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

Программа определяет два уровня овладения: *первый и второй*.

Первый уровень:

Обучающиеся должны **знать**:

- как правильно выполнить дыхание в положении лежа, грудное и брюшное дыхание;
- как ходить с правильной осанкой с грузом на голове;
- как выполнять простейшие движения в ритме со словами и без слов;
- как избежать травм при выполнении лазанья и прыжка;
- правила передачи эстафетной палочки во встречной эстафете.

Обучающиеся должны **уметь**:

- соблюдать дистанцию в движении;

- выполнять прыжки в глубину, прыжки в длину с 2-3 шагов, прыжок в высоту «согнув ноги» с 2-3 шагов, прыжок в длину толчком одной ноги с приземлением на две через «ров»;

- выполнять основные движения с правильным удерживанием малого мяча, переключением его из руки в руку;

- сохранять равновесие в упражнениях;

- преодолевать подряд несколько препятствий с включением перелезания, лазанья;

- выполнять построения и перестроения: размыкание на вытянутые руки в стороны, поворот кругом с показом направления учителем, команды: «Равняйся!», «Смирно!», «Вольно!»;

- выполнять бег на скорость с высокого старта на 30 метров по команде учителя;

- выполнять прыжок в высоту «согнув ноги» с 2-3 шагов, прыжок в длину толчком одной ноги с приземлением на две через «ров»;

- выполнять броски малого мяча на дальность, подбрасывание и ловлю палки в горизонтальном положении, поочередные перехваты вертикальной палки;

- выполнять лазание по гимнастической стенке вверх, вниз, в сторону ранее изученными способами,

- выполнять подлезание под препятствие с предметом,

- выполнять перелезание через препятствие высотой до 1 метра,

Выполнять вис на рейке гимнастической стенки на руках до 1-2 сек.,

- уметь ходить по гимнастической скамейке с перешагиванием через предмет высотой 10-15 см.

- выполнять расхождение вдвоем на гимнастической скамейке.

- уметь ходить по гимнастической скамейке с опусканием на одно колено.

Обучающиеся должны **владеть:**

- правильно выполнять комплексы физических упражнений на развитие координации, ловкости, на формирование правильной осанки,

- **знать правила 5-6 подвижных игр.**

Второй уровень:

Обучающиеся должны **знать:**

- как правильно выполнить дыхание в положении лежа,

- как ходить с правильной осанкой с грузом на голове;

- как выполнять простейшие движений в ритме со словами и без слов;

Обучающиеся должны **уметь:**

- соблюдать дистанцию в движении;

- выполнять прыжки в глубину,

- выполнять основные движения с правильным удерживанием малого мяча, переключением его из руки в руку;

- выполнять бег на скорость с высокого старта на 30 метров по команде учителя;

- выполнять броски малого мяча на дальность, подбрасывание и ловлю палки в горизонтальном положении,

- выполнять броски мяча вверх и ловля его после отскока,

- выполнять броски большого мяча друг другу из-за головы,

- выполнять удары мяча об пол правой и левой рукой,

Обучающиеся должны **владеть:**

Знать правила 2-3 подвижных игр.

Оценка успеваемости на уроках физкультуры в 8а классе складывается из трех показателей:

- отношение ученика к уроку;
- степень овладения физическими упражнениями;
- качество выполнения упражнений.

Контрольные упражнения для всех должны быть одинаковы, но требования к выполнению – разные. Оценка будет сугубо индивидуальна.

Желательно, чтобы при прохождении каждого раздела программы обучающийся был оценен по всем трем показателям.

3 балла – навык формируется, при выполнении требуется помощь, 4 балла – навык частично сформирован, при выполнении требуется контроль, 5 баллов – навык сформирован, при выполнении требуется частичный контроль.

Система оценки освоения учебного предмета

Оценка «5» обучающийся полностью справляется с поставленной целью урока; правильно излагает изученный материал и умеет применить полученные знания на практике; без ошибок выполняет физическое упражнение, не допускает ошибок в спортивных играх.

Оценка «4» обучающийся полностью овладел программным материалом, но при изложении и показе его допускает неточности второстепенного характера; не совсем точно выполняет физическое упражнение, допускает некоторые ошибки в спортивных играх.

Оценка «3» обучающийся слабо справляется с поставленной целью урока; допускает неточность в изложении изученного материала, не справляется самостоятельно с выполнением физического упражнения, не может овладеть основными правилами спортивных игр, часто допускает ошибки.

Оценка «2» не ставится.

4. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

В основу программы положена система простейших физических упражнений, направленных на коррекцию дефектов физического развития и моторики, укрепление здоровья, выработку жизненно необходимых двигательных умений и навыков.

Разделы программы:

1. общеразвивающие и корригирующие упражнения,
2. прикладные упражнения, способствующие развитию прикладных умений и навыков,
3. игры и игровые упражнения,
4. общеразвивающие и корригирующие упражнения

Дыхательные упражнения:

1. Дыхание в положении лежа.
2. Грудное и брюшное дыхание.

Основные положения и движения:

Повторение и закрепление основных движений данных в предыдущих классах, усложняя их согласованием с движениями рук из различных исходных положений, выполняя в разном темпе.

Упражнения на осанку:

1. Стоя у вертикальной плоскости в положении правильной осанки, приседания на носках с прямой спиной.

2. Ходьба с правильной осанкой с грузом на голове.

Ритмические упражнения

1. Выполнение простейших движений в ритме со словами.

2. Восприятие перемены темпа музыки.

Прикладные упражнения

Построения, перестроения

1. Размыкание на вытянутые руки в стороны.

2. Поворот кругом с показом направления учителем.

3. Выполнение команд: «Равняйся!», «Смирно!», «Вольно!».

Ходьба и бег

1. Ходьба в разном темпе (быстро, медленно).

2. Ходьба и бег в медленном темпе с сохранением интервала.

3. Бег на скорость с высокого старта на 30 метров по команде учителя.

Прыжки

1. Прыжки в глубину.

2. Прыжки в длину с 2-3 шагов.

3. Прыжок в высоту «согнув ноги» с 2-3 шагов.

4. Прыжок в длину толчком одной ноги с приземлением на две через «ров».

Броски, ловля, передача предметов, переноска груза

1. Выполнение основных движений с правильным удерживанием малого мяча, переключением его из руки в руку.

2. Броски мяча вверх и ловля его после отскока.

3. Броски большого мяча друг другу из-за головы.

4. Удары мяча об пол правой и левой рукой.

5. Броски малого мяча в вертикальную цель.

6. Броски малого мяча на дальность.

7. Подбрасывание и ловля палки в горизонтальном положении.

8. Поочередные перехваты вертикальной палки.

9. Переноска гимнастической скамейки – 2 человека, мата – 1 человек, коня – 6 человек – на руках.

10. Переноска различных предметов разными способами: на руках, волоком, катанием, толканием.

Лазание, подлезание, перелезание

1. Лазание по гимнастической стенке вверх, вниз, в сторону ранее изученными способами.

2. Подлезание под препятствие с предметом.

3. Перелезание через препятствие высотой до 1 метра.

4. Вис на рейке гимнастической стенки на руках до 1-2 сек.

Равновесие

1. Ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием через предмет высотой 10-15 см.

2. Расхождение вдвоем на гимнастической скамейке.

3. Ходьба по гимнастической скамейке с опусканием на одно колено.

Игры

1. «Запрещенное движение»,

2. «Узнай на ощупь»,

3. «Пчелки»,

4. «Лови, бросай, упасть не давай»,

5. «Построение в круг»,

6. «Броски мяча друг другу»,

7. «Кто быстрее»,

8. «Мы веселые ребята».

5. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ПО ПРЕДМЕТУ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА» 12 КЛАСС

№ п/п	Раздел, тема урока	Кол- во часов	Жизненные представления	Вид контроля	Дата	
					план	факт
I четверть Общее количество часов: 16 Контрольные нормативы: 1 Легкая атлетика.						
1	Вводной инструктаж по охране труда. Значение физических упражнений в жизни человека. Повторение специальных беговых упражнений.	1	Понимать и выполнять правила техники безопасности на уроках и в повседневной жизни.	Текущий		
2	Повторение техники бега на короткие дистанции. Обучение техники низкого старта.	1	Контролировать и оценивать свои действия и действия других людей. Соблюдение правил поведения. Ориентироваться в пространстве. Вести здоровый образ жизни.	Текущий		
3	Повторение техники низкого старта. Бег на короткие дистанции (20, 30, 50 м).	1		Текущий		
4	Совершенствование техники низкого старта. Основной вариант старта.	1		Текущий		
5	Техника спринтерского бега. Стартовый разгон. Игры на координацию.	1		Текущий		
6	Бег с преодолением препятствий. Метание мяча на дальность. Прыжки в длину с места.	1	Ходить с сохранением правильной осанки. Планировать занятия, режим дня и досуг с использованием средств физической культуры.	Текущий		
7	Переменный бег до 800 метров. Линейная эстафета.	1		Текущий		
8	Техника длительного бега. Распределение сил по дистанции. Игра в футбол.	1		Текущий		
9	Метание мяча по горизонтальной и вертикальной цели. Игра Пионербол.	1	Ставить цели перед собой. Способность преодолевать физические нагрузки. Контролировать свои движения	Текущий		
10	Специальные беговые упражнения. Челночный бег на 4х9 метров. Игры.	1		Текущий		
11	Переменный бег до 800 метров. Развитие выносливости. Игры.	1		Текущий		
12	Техника финиширования в беге на короткие дистанции. Низкий старт.	1		Текущий		

13	Повторение техники низкого старта. (соревновательный вариант).	1	Сотрудничество, работа в команде, коммуникативные навыки. Укрепление физического здоровья	Текущий		
14	Повторение техники эстафетного бега.	1		Текущий		
15	Совершенствование техники передачи эстафетной палки. Строевые упражнения.	1		Текущий		
16	Развитие выносливости. Бег в среднем темпе до 700 метров.	1	Ориентироваться в пространстве. Вести здоровый образ жизни.	Итоговый		
II четверть Общее количество часов: 16 Контрольные нормативы: 1 Гимнастика. Подвижные игры.						
1	Беседа по технике безопасности на уроках гимнастики. Строевые упражнения, команды.	1	Понимать и выполнять правила техники безопасности на уроках и в повседневной жизни.	Текущий		
2	Повторение техники кувырка вперед. Стойка на лопатках. Игра «Охотники и утки».	1	Контролировать и оценивать свои действия и действия других людей. Соблюдение правил поведения. Ориентироваться в пространстве. Вести здоровый образ жизни.	Текущий		
3	Совершенствование техники кувырка вперед. Равновесия. Игра «Пионербол».	1		Текущий		
4	Акробатические соединения: кувырок, стойка на лопатках. Игра в футбол.	1		Текущий		
5	Перестроения в движении в колонне. Кувырок вперед через препятствие в прыжке. Игра «Вышибалы».	1		Текущий		
6	Развитие гибкости. Длинный кувырок. Игра «Снайпер».	1	Ходить с сохранением правильной осанки. Планировать занятия, режим дня и досуг с использованием средств физической культуры.	Текущий		
7	Общая физическая подготовка. Игра «Пионербол».	1		Текущий		
8	Повторение техники лазания по канату в три приема. Игра в футбол.	1		Текущий		
9	Совершенствование техники лазания. Лазание по канату в два приема. Игры.	1		Текущий		
10	Упражнения, укрепляющие осанку. Совершенствование техники лазания по канату в два приема.	1	Ставить цели перед собой. Способность преодолевать физические нагрузки. Контролировать свои движения	Текущий		
11	Спортивная ходьба. Эстафета встречная.	1		Текущий		
12	Упражнения на равновесие. Лазание по гимнастической лестнице. Игра в футбол.	1		Текущий		
13	Гимнастический элемент «мост». Игра «Вышибалы».	1		Текущий		
14	Совершенствование техники лазания по канату и лестнице. Игры с обручем.	1	Сотрудничество, работа в команде, коммуникативные навыки.	Текущий		

15	Опорный прыжок боком через козла. Эстафеты с мячами.	1	Укрепление физического здоровья	Текущий		
16	Соревновательная игра «Пионербол». Итог четверти.			Итоговый		
III четверть						
Общее количество часов: 20						
Контрольные нормативы: 1						
Лыжная подготовка. Спортивные игры.						
1	Беседа по технике безопасности на уроках по лыжной подготовке. Занятие на лыжах как средство закаливания организма. Стили лыжных ходов.	1	Понимать и выполнять правила техники безопасности на уроках и в повседневной жизни.	Текущий		
2	Попеременный двухшажный ход. Совершенствование скользящего шага. Игры.	1	Ходить с сохранением правильной осанки. Планировать занятия, режим дня и досуг с использованием средств физической культуры.	Текущий		
3	Ходьба попеременным двухшажным ходом до 600 метров. Игра «Снайпер».	1		Текущий		
4	Повторение техники одновременного бесшажного хода с палками. Повороты на месте.	1		Текущий		
5	Совершенствование техники попеременного двухшажного хода без палок. Спуски с горы.	1		Текущий		
6	Обучение технике одновременного одношажного хода. Стойка лыжника при спуске.	1	Контролировать и оценивать свои действия и действия других людей. Соблюдение правил поведения. Ориентироваться в пространстве. Вести здоровый образ жизни.	Текущий		
7	Бег до 600 метров. Совершенствование техники спуска.	1		Текущий		
8	Обучение подъему на горку «лесенкой». Переменный бег до 500 метров.	1		Текущий		
9	Подъем на горку «елочкой». Торможение плугом.	1		Текущий		
10	Спуск с горки, подъем на горку. Торможение «плугом».	1	Ставить цели перед собой. Способность преодолевать физические нагрузки. Контролировать свои движения	Текущий		
11	Волейбол. Ловля и передачи мяча в парах. Стойка волейболиста.	1		Текущий		
12	Передачи мяча снизу.	1		Текущий		
13	Повторение техники передачи мяча снизу, от стенки, в парах. Игра в пионербол.	1		Текущий		
14	Передачи мяча сверху. Игра в пионербол.	1	Сотрудничество, работа в команде, коммуникативные навыки. Укрепление физического здоровья	Текущий		
15	Совершенствование техники передачи мяча сверху. Передачи мяча через сетку.	1		Текущий.		
16	Баскетбол. Повторение техники передач одной и двумя руками. Игры эстафеты.	1		Текущий		

17	Стойка баскетболиста Передачи мяча с отскоком от пола.	1	Контролировать и оценивать свои действия и действия других людей. Соблюдение правил поведения. Ориентироваться в пространстве. Вести здоровый образ жизни.	Текущий		
18	Повторение техники ведения мяча на месте и в движении.	1		Текущий		
19	Обучение технике броска мяча в корзину. Общая физическая подготовка.	1		Текущий		
20	Соревновательная упрощенная игра в баскетбол.	1	Ориентироваться в пространстве. Вести здоровый образ жизни.	Итоговый		
IV четверть Общее количество часов: 16 Контрольные нормативы: 1 Легкая атлетика. Подвижные игры.						
1	Беседа по технике безопасности при подвижных играх. Игра в баскетбол.	1	Понимать и выполнять правила техники безопасности на уроках и в повседневной жизни.	Текущий		
2	Повторение техники выполнения высокого старта и скоростного бега. Игра «Снайпер».	1	Ставить цели перед собой. Способность преодолевать физические нагрузки. Контролировать свои движения	Текущий		
3	Прыжок в длину с места. Низкий старт. Стартовый разгон. Игра «Вышибалы».	1		Текущий		
4	Бег 100 метров. Метание мяча на дальность. Игра в футбол.	1		Текущий		
5	Строевые упражнения, построение и перестроение, повороты. Игра «Волки и овцы».	1	Контролировать и оценивать свои действия и действия других людей. Соблюдение правил поведения. Ориентироваться в пространстве. Вести здоровый образ жизни.	Текущий		
6	Бег равномерный до 800 метров. Специальные беговые упражнения. Игра «Пионербол».	1		Текущий		
7	Метание малого мяча в цель. Челночный бег 3х9 метров. Игра «Снайпер».	1		Текущий		
8	Общая физическая подготовка. Игра «Красное знамя».	1		Текущий		
9	Повторение комплекса упражнений утренней зарядки. Игра в футбол.	1	Ходить с сохранением правильной осанки. Планировать занятия, режим дня и досуг с использованием средств физической культуры.	Текущий		
10	Эстафета 4х100 метров. Совершенствование техники передач эстафеты.	1		Текущий		
11	Бег равномерный до 700 метров. Игра «Граница».	1		Текущий		
12	Общая физическая подготовка. Упражнения в висе на	1	Ставить цели перед собой.	Текущий		

	перекладине. Эстафета со скакалкой.		Способность преодолевать физические нагрузки.			
13	Совершенствование техники передачи и броска мяча в кольцо. Игра в баскетбол.	1	Контролировать свои движения	Текущий		
14	Повторение техники прыжка в высоту с разбега способом ножницы. Общая физическая подготовка.	1		Итоговый		
15	Совершенствование прыжка в высоту с разбега. Игра «Третий-лишний».	1		Текущий		
16	Развитие выносливости. Бег до 800 метров рваном темпе. Игра в пионербол.	1	Контролировать и оценивать свои действия и действия других людей. Соблюдение правил поведения. Ориентироваться в пространстве. Вести здоровый образ жизни.	Итоговый		

6. ОПИСАНИЕ УЧЕБНО - МЕТОДИЧЕСКОГО И МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

Основной список литературы

1. Горская И. Ю. Координационные способности школьников с нарушением интеллекта. Учебное пособие / И. Ю. Горская, Т. В. Синельникова.- Омск, Сиб ГАФК, 1999 год. Григорьев Д. В. Совершенствование двигательных способностей школьников в условиях общеобразовательной школы. — СПб.: Наука-Питер, 2005 год.

2. Забрамная С. Д., Исаева Т. Н. Психолого-педагогическая дифференциация детей с умеренной и тяжелой умственной отсталостью // Воспитание и обучение детей с нарушениями развития. — 2009 год. — № 1. — С. 49-53.

Дополнительный список литературы

1. Дмитриев А. А. Физическая культура в специальном образовании: Учебное пособие для студ. Высш. Пед. Учеб. Заведений/ А. А. Дмитриев.- М.: Академия, 2002 год.

2. Евсеев С.Т., Шапкова Л. В. Адаптивная физическая культура. — М.: Советский спорт, 2000 год.

3. Основные направления и содержание обучения детей и подростком особыми образовательными потребностями в ЛПЦ г. Псков Под ред. С. В. Андреевой. — Псков, 2000 год.

Описание материально-технического обеспечения образовательного процесса

Материально-техническое обеспечение образовательного процесса соответствует действующим санитарным и противопожарным нормам, нормам охраны труда.

Материально-техническое и информационное оснащение образовательного процесса обеспечивает возможность:

- создания и использования информации;
- физического развития;
- планирования учебной деятельности, фиксирования его реализации в целом и отдельных этапов (выступлений, защиты проектов, творческих работ);
- размещения материалов и работ в информационной среде организации;
- организация отдыха и питания.

Пространство, в котором осуществляется обучение обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), соответствует общим требованиям, предъявляемым к организациям, в области:

- соблюдения санитарно-гигиенических норм организации образовательной деятельности;
- обеспечения санитарно-бытовых и социально-бытовых условий;
- соблюдения пожарной и электробезопасности;
- соблюдения требований охраны труда.

Технические средства обучения

1. Стойки баскетбольные, щит баскетбольный, фанера.
2. Скамейка гимнастическая.
3. Турник для силовых упражнений.

4. Стойка для прыжков в высоту.
5. Гантели.
6. Гири разные.
7. Канат.
8. Мяч баскетбольный.
9. Мяч волейбольный.
10. Мяч футбольный.

11. Сетка волейбольная.

Компьютерные технологии

Экранно-звуковые пособия: музыкальные композиции.

Интернет – ресурсы

1. <http://infourok.ru/>,

2. <http://nsportal.ru/>,

3. <http://pedsovet.su/>,

4. <http://www.uchportal.ru/>,

5. <http://www.proshkolu.ru/>,

6. <http://www.myshared.ru/>