

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области «Школа-интернат для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья с.Малый Толкай».

«Утверждаю»:
к использованию в образовательном процессе
директор школы-интерната:
Самойлова Т.И.
Приказ № 59/1 от 30.08. 2021г

«Рассмотрено»:
на заседании МО
Протокол № 1
от 25.08.2021г

«Согласовано»
зам. директора по УВР
Станина Л.В.
от 30.08. 2021 г.

«Принято»:
решением педагогического
совета ГБОУ с. Малый Толкай
Протокол №1 от 30.08.2021г

Рабочая программа по предмету

«Физическая культура»

Программу составила: учитель Ширшова Н.В.

Квалификационная категория: высшая

Класс: 3

В основу разработки рабочей программы по предмету положены:

Программы специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида подготовительный, 1 – 4классы. Под ред. В.В.Воронковой – Москва: Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС , 2014 год.

с.Малый Толкай
2021-2022 уч. год

I. Пояснительная записка

Рабочая программа учебного предмета «Физическая культура» разработана на основе следующих нормативных документов:

1. Закон РФ от 29 декабря 2012 г. №273 – ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
2. Приказ от 19 декабря 2013 г. № 1599 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).
3. Адаптированная основная общеобразовательная программа образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (АООП ОО УО 1 вариант) для 1-4 классов ГБОУ школы-интерната с.Малый Толкай.
4. Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования, утвержденным приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 22.03.2021 года №115.
5. Санитарные правила СП 2.4.3648-20- «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 .
6. Положение о рабочих программах отдельных учебных предметов (курсов), коррекционных курсов, внеурочной деятельности ГБОУ школы-интерната с.Малый Толкай . (приказ №59/16 от 30.08.2021г)
7. «Программы специальных (коррекционных) образовательных учреждений 8 вида. Подготовительный, 1-4 классы» - Под ред. В.В.Воронковой – Москва: Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС , 2014 год.
8. Приказ № 345 « О федеральном перечне учебников , рекомендованных к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования».
9. Учебный план ГБОУ школы-интерната с.Малый Толкай на 2021-2022 учебный год.

Рабочая программа по предмету «Физическая культура» предназначена для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (вариант 1) 3 класса.

Срок реализации программы по предмету - 2021-2022 учебный год.

Цель программы - укрепление здоровья, формирование основ здорового образа жизни, воспитание интереса к занятиям физической культурой.

Задачи программы:

- формировать двигательные умения и навыки
- развивать двигательные способности в процессе обучения;
- раскрыть возможные избирательные способности и интересы обучающихся для освоения доступных видов спортивно-физкультурной деятельности;
- формировать и воспитывать гигиенические навыки при выполнении физических упражнений;
- формировать установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни;
- воспитывать устойчивый интерес к занятиям физическими упражнениями;
- воспитывать нравственные, морально-волевые качества (настойчивость, смелость), навыки культурного поведения.

Поставленные задачи решаются только всей совокупностью урочной и внеурочной деятельности, приобретением опыта социального взаимодействия в процессе проведения массовых спортивных состязаний.

II. Общая характеристика учебного предмета

Физическая культура является одним из важнейших предметов учебного плана. Она решает широкий спектр задач, связанных не только с формированием жизненно важных движений в ходьбе, беге, прыжках, но и связана с укреплением здоровья и развитием возможностей систем организма ребенка с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

В основе обучения физическим упражнениям просматриваются следующие принципы: индивидуализация и дифференциация процесса обучения; коррекционная направленность обучения; комплексность обучения на основе прогрессивных психолого-педагогических и психологофизиологических теорий.

Особое внимание на уроках уделяется личностно-ориентированному, индивидуальному подходу в определении физической нагрузки для каждого обучающегося.

Уроки физической культуры проводятся в спортивном зале, на свежем воздухе при соблюдении санитарно-гигиенических требований.

III. Место учебного предмета в учебном плане

Учебный предмет «Физическая культура» входит в обязательную часть учебного плана для детей с интеллектуальными нарушениями в предметной области «Физическая культура».

В соответствии с годовым учебным планом образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) 3 класса, курс предмета «Физическая культура» рассчитан на 102 часа.

Количество часов в неделю, отводимых на изучение предмета «Физическая культура», определено недельным учебным планом образования обучающихся и составляет 3 часа в неделю.

IV. Планируемые результаты освоения учебного предмета

Личностные результаты

Обучающийся научится:

- пользоваться средствами укрепления здоровья, понимать значение личного здоровья для здоровья окружающих;
- владеть социально-бытовыми навыками, используемыми в повседневной жизни;
- владеть навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия;
- владеть навыками сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;
- принимать установку на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, бережному отношению к материальным и духовным ценностям;
- оценивать свое физическое состояние;
- положительно относиться к занятиям физической культурой;
- адекватно воспринимать оценку учителя.

Предметные результаты

Достаточный уровень

Обучающийся научится:

- выполнять различные упражнения в построении и перестроении, хорошо ориентироваться в пространстве;
- выполнять упражнения основной гимнастики на месте и в движении;
- выполнять комплексы упражнений ритмической гимнастики и силовой подготовки;
- свободно владеть мячом (разного диаметра), выполнять упражнения в метании на дальность и в цель;
- выполнять ранее изученные виды прыжков, включить их в самостоятельную деятельность;
- сохранять устойчивое равновесие на разновысоких опорах, при выполнении акробатических элементов;
- пользоваться в организованной и свободной деятельности элементами спортивных игр: баскетбола, волейбола, футбола, бадминтона;
- знать и выполнять правила подвижных игр, организовывать их самостоятельно

Минимальный уровень

Обучающийся научится:

- выполнять правила поведения в спортивном зале, на спортивной площадке;
- выполнять построение в колонну по одному, равнение в затылок;

- выполнять построение в одну шеренгу, равнение по разметке;
- выполнять размыкание на вытянутые руки в шеренге, в колонне;
- выполнять повороты по ориентирам;
- выполнять броски и ловлю мячей;
- выполнять метание малого мяча с места правой и левой рукой;
- выполнять прыжок в длину с места в ориентир;
- ударять мяч о пол и ловить его после отскока, подхватывая сначала снизу, затем сверху, ловить мяч поочередно каждой рукой отдельно, потом обеими руками;
- метать в цель, расположенную на высоте 1 м, 1,5 м, 2 м, мячи попеременно, то правой, то левой рукой.
- выполнять комплексы общеразвивающих и корригирующих упражнений с предметами и без предметов;
- выполнять упражнения в равновесии (ходьба по коридору, стойка на носках);

V.Содержание учебного предмета

Основы знаний

Правила поведения в спортзале, 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.

Гимнастика

Основная стойка.

Строевые упражнения

Построение в шеренгу и равнение по носкам по команде учителя. Выполнение команд: «Равняйся!», «Смирно!», «Вольно!», «На месте шагом марш!», «Шагом марш!», «Класс, стой!». Перестроение из колонны по одному в круг, двигаясь за учителем. Перестроение из колонны по одному в колонну по двое через середину, взявшись за руки.

Общеразвивающие упражнения без предметов.

Основные положения и движения рук и ног, туловища, головы, выполняемые на месте и в движении. Сочетание движений ног, туловища с одноимёнными и разноимёнными движениями рук.

Дыхательные упражнения и упражнения для формирования правильной осанки.

Простые комплексы общеразвивающих и корригирующих упражнений

Общеразвивающие и корригирующие упражнения с предметами.

Комплексы упражнений с гимнастическими палками, флажками, малыми обручами, большими и малыми мячами. Комплексы упражнений со скакалками.

Элементы акробатических упражнений

Кувырок вперёд по наклонному мату, стойка на лопатках, согнув колени.

Лазанье

Лазанье по наклонной гимнастической скамейке (угол 20 градусов) одноимённым и разноимённым способами. Передвижение на четвереньках по полу и по кругу на скорость и с выполнением заданий (с толканием мяча). Перелезание со скамейки на скамейку произвольным способом.

Висы

В висе на гимнастической стенке сгибание и разгибание ног. Упор на гимнастической стенке в положении стоя, меняя рейки.

Равновесие

Ходьба по гимнастической скамейке с предметами (по выбору), на носках, с различным движением рук, боком, приставными шагами, по наклонной скамейке. Ходьба по полу по начерченной линии.

Ходьба

Ходьба с высоким подниманием бедра, в полуприседе, с различными положениями рук: на пояс, к плечам, перед грудью, за голову. Ходьба с перешагиванием через предмет (2 – 3 предмета), по размётке.

Бег

Бег на месте с высоким подниманием бедра, на носках (медленно), с преодолением простейших препятствий, бег на скорость до 30 м. Медленный бег до 2 минут.

Прыжки

Прыжки в длину и высоту с шага (с небольшого разбега, 3 – 4 м, в высоту с прямого разбега).

Метание

Метание малого мяча по горизонтальной и вертикальной цели с расстояния 2-6 м с места и на дальность. Броски большого мяча двумя руками из-за головы (в парах).

Лыжная подготовка

Переноска лыж. Ступающий шаг без палок и с палками. Скользящий шаг. Повороты на месте «переступанием» вокруг пяток лыж. Передвижение на лыжах до 600 м (за урок).

Коррекционные упражнения (для развития пространственной временной дифференцировки и точности движений).

Построение в шеренгу с изменением места построения по заданному ориентиру (черта, квадрат, круг). Движение в колонне с изменением направлений по установленным на полу ориентирам. Повороты к ориентирам без контроля зрением в момент поворота. Шаг вперёд, шаг назад, вправо в обозначенное место с открытыми и закрытыми глазами, лазанье по определённым ориентирам, изменение направления лазанья.

Подбрасывание мяча вверх до определённого ориентира. Выполнение исходных положений рук по словесной инструкции учителя. Выполнение различных упражнений без контроля и с контролем зрения.

Подвижные игры

«Отгадай по голосу», «Карусели», «Что изменилось?», «Волшебный мешочек».

Игры с элементами ОРУ

«Салки маршем», «Повторяй за мной», «Верёвочный круг», «Часовые и разведчики».

Игры с бегом и прыжками

«У ребят порядок строгий», «Кто быстрее?», «У медведя во бору», «Пустое место».

Игры с бросанием, ловлей и метанием

«Охотники и утки», «Кто дальше бросит?»

VI.Календарно-тематическое планирование

№	Содержание изучаемого материала	Кол-во часов	Дата	Планируемый результат	Средства обучения	Деятельность обучающихся	Направления коррекционно-развивающей работы
1 четверть – 25ч							
1	Инструктаж по ТБ. Ходьба под счет. Ходьба на носках, на пятках.	1	2.09	Уметь применять на практике знания о личной гигиене и режиме дня.		Повторяют правила поведения и безопасности во время занятий.	Коррекция процессов памяти на основе упражнений в запоминании.
2	Ходьба и бег.	1	3.09	Научится бегать на короткую дистанцию правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге.	Мяч, секундомер, свисток.	Повторяют правила ходьбы и бега.	Коррекция процессов памяти на основе упражнений в запоминании.
3	Разновидности ходьбы. Бег с ускорением. Бег на 30 м.	1	7.09	Бегать на короткую дистанцию	Метр, мел, рулетка.	Повторяют правила ходьбы и бега.	Развитие согласованности работы рук и ног.
4	Ходьба на носках, пятках. Обычный бег. Бег с ускорением.	1	9.09	Ходить под счёт правильно выполнять основные	Метр, мел, рулетка.	Выполняют основные движения в ходьбе и беге.	Развитие двигательной активности

				движения в ходьбе и беге.			
5	Бег с ускорением. Бег 60 м. Подвижная игра «Вызов номера».	1	10.09	Ходить под счёт. Бегать на короткую дистанцию с ускорением правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге; бегать с максимальной скоростью до 60 м.	Мяч, секундомер, свисток	Выполняют бег с ускорением	Развитие навыков пространственной ориентировки.
6	Прыжки на одной ноге, на двух на месте. Прыжки с поворотом на 180 градусов.	1	14.09	Научится выполнять прыжки, соблюдая технику выполнения		Выполняют прыжки.	Развитие согласованности работы рук и ног.
7	Прыжок в длину с разбега. ОРУ. Игра «К своим флажкам»; эстафеты;; челночный бег.	1	16.09	Правильно выполнять основные движения в прыжках; правильно выполнять приземление в	Метр, мел, рулетка.	Выполняют прыжок в длину с разбега, играют в подвижные игры, соблюдая	Развитие согласованности работы рук и ног.

				яму на две ноги		правила.	
8	Прыжок с высоты (до 40 см) Игра «Прыгающие воробушки»	1	21.09	Научится правильно выполнять основные движения в прыжках; правильно выполнять приземление	Метр, мел, рулетка.	Выполняют прыжок с высоты, играют в подвижные игры, соблюдая правила.	Развитие согласованности работы рук и ног.
9-10	Эстафеты. Бег с ускорением. Игра «Быстро в круг». ОРУ.	2	23,24.09	Научится правильно выполнять основные движения	Мячи по кол-ву уч-ся, метр, мел, рулетка	Выполняют основные движения, упражнения на внимание	Развитие слухового восприятия и координации
11-12	Метание малого мяча из положения стоя грудью в направление метания. Подвижная игра «К своим флажкам».	2	28,30.09	Научится правильно выполнять основные движения в метании; метать различные предметы и мячи на дальность с места из различных положений	Мячи по кол-ву обучающихся, метр, мел, рулетка	Метают мячи на дальность с места из различных положений	Развитие общей моторики
13	Метание малого мяча	1	1.10	Научится	Мячи по кол-ву	Метают мячи	Развитие общей

	из положения стоя грудью в направлении метания на заданное расстояние. Подвижная игра «Попади в цель».			правильно выполнять основные движения в метании.	уч-ся, метр, мел, рулетка	на дальность с места из различных положений.	моторики
14	Метание малого мяча в горизонтальную и вертикальную цель с расстояния 4-5м.	1	5.10	Научится правильно выполнять основные движения в метании	Метр, мел, мячи		Развитие зрительного восприятия
15	Прыжок в длину с места, с разбега, с отталкиванием одной и приземлением на две..	1	7.10	Научится правильно выполнять основные движения в прыжках.	Метр, мел	Прыгает в длину с места, с разбега. Выполняет эстафеты в соответствии с правилами	Развитие пространственной ориентировки.
16-17	Бег по пересеченной местности	2	8,12.10	Бегать в равномерном темпе (10 мин.); чередовать ходьбу с бегом.			Развитие умения передвигаться в заданном направлении и в заданном темпе.
18-21	Подвижные игры с баскетбольным мячом. Подвижная игра «Передал-садись».	4	14,15,19,21.10	Научится двигаться с мячом, вести мяч на месте и в движении	Мячи		Развитие зрительного восприятия.

22-25	Подвижные игры с баскетбольным мячом. Подвижная игра «Не давай мяча водящему».	4	22,26, 28,29. 10		Мячи		Развитие двигательных способностей, общей моторики
2 четверть – 22ч							
26	Инструктаж по ТБ. Акробатика. Строевые упражнения.	1	9.11	Выполнять строевые команды.		Выполняют акробатические элементы отдельно и в комбинации	Развитие двигательных способностей
27-28	Акробатика . Строевые упражнения.	2	11,12. 11	Выполнять строевые команды, выполнять акробатические элементы отдельно и в комбинации.		Выполняют размыкание и смыкание приставными шагами.	Развитие пространственной ориентировки
29-30	Акробатика . Строевые упражнения. Стойка на лопатках.	2	16,18. 11	Выполнять стойку на лопатках.	Маты	Выполняют стойку на лопатках, согнув ноги.	Развитие пространственной ориентировки.
31-32	Способы передвижения: ходьба, бег, прыжки,	2	19,23. 11	Уметь выявлять различия в основных		Выполняют разные способы передвижения	Развитие пространственной ориентировки.

	лазанье, ползание.			способах передвижения человека.			
33-35	Висы. Строевые упражнения	3	25,26, 30.11	Уметь проявлять качества координации при выполнении упражнений.	Шведская стенка	Делают стойку на носках на одной ноге (на полу и гимнастической скамейке)	Развитие двигательных способностей, общей моторики
36-38	Преодоление полосы препятствий с элементами лазанья и перелезания.	3	2,3,7. 12	Уметь преодолевать полосы препятствия с элементами лазанья и перелезания.	Гимнастическая скамейка, шведская стенка	Преодолевают полосы	Развитие скоростных и координационных способностей
39-41	Акробатические комбинации. Висы. Строевые упражнения	3	9,10, 14.12	Демонстрировать умение выполнять акробатические комбинации.	Гимнастические палки	Демонстрируют умение выполнять акробатические комбинации.	Развитие пространственной ориентировки.
42-44	Опорный прыжок, лазанье.	3	16,17, 21.12	Освоить выполнение опорного прыжка, лазание по канату	Канат	Выполняют опорный прыжок, лазание по	Развитие координационных способностей

						канату.	
45-46	Гимнастика с элементами акробатики .	2	23,24.12	Уметь выполнять элементы акробатики		Демонстрируют умение выполнять акробатические комбинации.	Развитие двигательных способностей, общей моторики
47.	Урок – игра. Игры на быстроту, выносливость.	1	28.12	Играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием, лазанием, перелазанием.	Обручи, мячи, скакалки	Играют в подвижные игры	Развитие зрительно-двигательных взаимодействий.
3 четверть – 28ч							
48-49	Техника безопасности при занятиях на лыжах. Инструктаж по ТБ. Подбор, переноска и надевание лыж.	2	11,13.01	Запомнить правила безопасности		Повторяют правила поведения и безопасности во время занятий.	Развитие мышечно-суставного восприятия.
50-53	Передвижение ступающим шагом без палок.	4	14,18,20,21.01	Моделировать технику базовых способов передвижения на лыжах	Лыжи	Выполняют разученный способ передвижения.	Развитие мышечно-суставного восприятия.

54-55	Передвижение скользящим шагом. Игра «Салки на марше».	2	25,27.01	Уметь передвигаться скользящим шагом на лыжах.	Лыжи, палки	Играют в игру «Салки на марше»	Развитие двигательно-пространственной ориентировки
56-57	Передвижение на лыжах ступающим и скользящим шагом. Игра «На буксире».	2	28.01.1.02		Лыжи, палки	Демонстрируют технику передвижения на лыжах ступающим шагом.	Развитие двигательно-пространственной .
58-59	Передвижение на лыжах ступающим и скользящим шагом, подъём лесенкой.	2	3,4.02	Уметь передвигаться скользящим и ступающим шагом на лыжах.		Выполняют разученный способ передвижения.	Развитие координационных способностей.
60-61	Передвижение на лыжах ступающим и скользящим шагом,	2	8,10.02	Уметь передвигаться шагом на лыжах.	Лыжи, палки	Демонстрируют технику передвижения на лыжах скользящим шагом.	Развитие глазодвигательной функции.
62-63	Передвижение на лыжах скользящим шагом с палками Игра «Проехать через ворота	2	11,15.02	Уметь передвигаться скользящим шагом с палками на лыжах	Лыжи, палки	Демонстрируют технику передвижения на лыжах скользящим шагом.	Развитие координационных способностей
64-	Передвижение на	3	17,18,	Выполнять	Лыжи, палки	Выполняют	Развитие двигательно-

66	лыжах ступающим и скользящим шагом, подъём лесенкой, спуск в высокой стойке		22.02	повороты переступанием на месте.		разученный способ.	пространственной ориентировки
67-69	Передвижение на лыжах ступающим и скользящим шагом.	3	24,25.02 1.03	Уметь передвигаться скользящим и ступающим шагом на лыжах.	Лыжи, палки		Развитие умения передвигаться в заданном направлении
70-73	Игры на свежем воздухе.	4	3,4,10,11.03	Уметь бесконфликтно играть в подвижные игры, кататься с горки на санках. Выполнять правила безопасности.	Санки	Играют в зимние игры	Развитие координационных способностей
74	Техника безопасности на уроках в спортивном зале.Броски и ловля мяча в парах .	1	15.03		Мячи		Развитие эмоционально-волевой сферы
75-76	Ведение мяча на месте и в движении	2	17,18.03		Мячи		Развитие глазодвигательной функции

77-79	Подвижные игры на основе баскетбола. Игра «Передача мяча в колоннах». Эстафеты	3	22,24, 25.03	Владеть мячом: держать, передавать, выполнять на расстояние ловлю, ведение, броски в процессе подвижных игр.	Мячи	Играют в подвижные игры на основе баскетбола	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах.
4 четверть – 23ч							
80	Техника безопасности на уроках легкой атлетики.	1	5.04	Выполнять правила безопасности во время выполнения упражнений	Тетрадь инструктажей	Слушают инструкции	Развитие слухового восприятия.
81-82	Прыжок в высоту с прямого разбега	2	7,8. 04	Выполнять технику прыжка в высоту с разбега.		Выполняют прыжок в высоту с прямого разбега.	Развитие мышечно-суставного восприятия.
83-84	Прыжок в высоту с разбега.	2	12,14. 04	Прыгать в высоту с разбега.		Выполняют прыжок в высоту с разбега.	Развитие координационных способностей.
85-86	Бег в чередовании с ходьбой. Кроссовая подготовка.	2	15,19. 04	Бегать в равномерном темпе.		Выполняют бег в чередовании с ходьбой.	Развитие пространственной

							ориентировки.
87-88	Преодоление полосы препятствий.	2	21,22.04	Уметь правильно распределять силы по дистанции.			Способствовать развитию физических качеств.
89	Высокий старт. Бег 30 метров –	1	26.04	Выполнять бег на короткие дистанции.		Выполняют бег на короткие дистанции.	Развитие координационных способностей.
90-91	Старты из различных исходных положений.	2	28,29.04	Выполнять старты из различных исходных положений		Выполняют старты из различных исходных положений	Развитие координационных способностей.
92-93	Эстафеты с предметами	2	5,6.05	Выполнять эстафеты с предметами	Мячи, кегли, скакалки		Развитие двигательных способностей, общей моторики
94-95	Строевые упражнения. Ходьба в чередовании с бегом (15м- 15м).	2	12,13.05	Уметь чередовать бег и ходьбу			Развитие эмоционально-волевой сферы
96-97	Метание мяча в вертикальную цель.	2	17,19.05	Выполнять метание мяча в вертикальную	Малые мячи	Выполняют метание мяча в вертикальную цель.	Развитие прослеживающей функции глаза.

				цель.			
98-99	Метание мяча с разбега.	2	20,24.05	Выполнять метание мяча с разбега.	Малые мячи	Выполняют метание мяча с разбега.	Коррекция глазомера на основе упражнений на ориентировку в пространстве.
100	Подвижные игры с бегом и прыжками	1	26.05	Выполнять действия в соответствии с правилами игры.		Играют в подвижные игры, соблюдая правила.	Коррекция эмоционально-волевой сферы воспитанников.
101-102.	Подвижные игры с мячом на свежем воздухе.	2	27,31.05	Выполнять действия в соответствии с правилами игры.	Мячи	Играют в подвижные игры с мячом.	Коррекция эмоционально-волевой сферы воспитанников.

*** В графе «Планируемый результат» отражен только достаточный уровень усвоения темы урока.**

VII. Материально-техническое обеспечение образовательного процесса

Учебно-методическое обеспечение:

Программы специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида подготовительный, 1 – 4 классы.

Под ред. В.В.Воронковой – Москва: Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС , 2014 год.

Аксенова О. Э. Адаптивная физическая культура в школе. Начальная школа/ О. Э. Аксенова, С. П. Евсеев// Под общей редакцией С. П. Евсеева, СПб ГАФК им. П. Ф. Лесгафта. СПб. 2003.

Григорьев Д. В. Совершенствование двигательных способностей школьников в условиях общеобразовательной школы. — СПб.: Наука-Питер, 2005.

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

Коррекционные подвижные игры и упражнения для детей с нарушениями развития/ Под общей редакцией проф. Л. В. Шапковой, М.: Советский спорт, 2002

Учебно-практическое обеспечение:

- Мячи
- Скакалки
- Кегли
- Гимнастические палки
- Обручи
- Маты

VIII. Контрольно-измерительный материал

Виды упражнений	Показатели физической подготовленности	
	Мальчики	Девочки
Бег 30 м с высокого старта	7 – 6,5 с	7,5 – 6,4 с
Прыжок в длину с места	110 – 160 см	100 – 150 см
Прыжок в длину с разбега	Без учета результатов	
Метание малого мяча на дальность	Без учета результатов	
Ходьба на лыжах (500 м)	Без учета результатов	

