

Рабочая программа по учебному предмету «Физическая культура» разработана с учетом нормативных документов, регламентирующих составление и реализацию рабочих программ:

- ▲ Федерального Закона от 29.12.2012г. № 273 - ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- ▲ приказа Министерства образования и науки Российской Федерации от 30.08.2013г. № 1015 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования»;
- ▲ приказа Министерства образования Российской Федерации от 10 апреля 2002 г. № 29/2065 – П «Об утверждении учебных планов специальных (коррекционных) образовательных учреждений для обучающихся, воспитанников с отклонениями в развитии»;
- ▲ приказ Министерства образования Российской Федерации от 19.15.2014г. № 1599 «Федеральный государственный образовательный стандарт образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)»;
- ▲ примерные программы специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида: 5-9 кл., Под ред. В.В.Воронковой. –М.: Гуманит.изд.центр ВЛАДОС, 2012. Допущено Министерством образования и науки Российской Федерации

**Цель:** укрепление здоровья учащихся, подготовка к производительной деятельности.

**Задачи** преподавания предмета состоят в том, чтобы:

- ▲ - укреплять здоровье, физическое развитие и повышать работоспособность учащихся;
- ▲ - развивать и совершенствовать двигательные умения и навыки;
- ▲ - способствовать приобретению знаний в области гигиены, теоретических сведений по физкультуре;
- ▲ - развивать чувства темпа и ритма, координацию движений;
- ▲ - формировать навыки правильной осанки в статических положениях и в движении;
- ▲ - способствовать усвоению учащимися речевого материала, используемого на уроках по физической культуре.

**Общая характеристика учебного предмета.**

Физическое воспитание – неотъемлемая часть комплексной системы учебно-воспитательной работы в общеобразовательной школе-интернате для детей с нарушениями интеллекта. Оно направлено на решение образовательных, воспитательных, коррекционно-компенсаторных и лечебно-оздоровительных задач.

Физическое воспитание осуществляется в тесной связи с умственным, нравственным, эстетическим воспитанием и трудовым обучением, занимает одно из ведущих мест в подготовке учащихся с нарушениями интеллекта к самостоятельной жизни и производственному труду. Физическое воспитание способствует формированию положительных личностных качеств, является одним из средств успешной социальной интеграции детей в общество. Нередко у детей встречаются стертые двигательные нарушения, которые могут быть незаметными в бытовых условиях, но проявляются при значительной физической нагрузке, в усложненных двигательных заданиях. Двигательная недостаточность учащихся особенно возрастает при выполнении точно дозированных мышечных усилий, при перекрестной координации движений, пространственно-временной организации моторного акта.

К характеристике физического развития добавляется недоразвитие интеллекта, в частности речи, что в свою очередь приводит к недостаточному осмыслению речевых инструкций и заданий, что требует дополнительного внимания учителя физкультуры как при организации учебной работы, так и спортивно-массовых внеклассных мероприятий с детьми. Следует отметить, что среди учащихся с нарушением интеллекта имеются дети с хорошо развитой моторикой. Это обуславливает необходимость учета и реализации строго дифференцированного и индивидуального подхода в обучении. Особого внимания требуют дети с эпилептическими припадками, с текущими заболеваниями ЦНС, хроническими соматическими заболеваниями. Такие дети нуждаются в особом охранительном режиме, они не могут выполнять задания и упражнения, требующие больших физических усилий, ведущих к чрезмерному возбуждению нервной системы. В процессе овладения физической деятельностью у школьников не только совершенствуются физические качества, но и активно развивается мышление и сознание, творческие способности и самостоятельность.

В основе обучения физическими упражнениями должны просматриваться следующие **принципы**:

- индивидуализация и дифференциация процесса обучения; - коррекционная направленность обучения; - оптимистическая перспектива; - комплексность обучения на основе прогрессивных психолого-педагогических и психолого-физиологических теорий.

Уроки физического воспитания направлены, в первую очередь, на развитие и совершенствование движения детей и, по возможности, проводятся в сентябре – октябре, мае на свежем воздухе.

На уроках используются нетрадиционные формы изучения программного материала, различные подвижные и ролевые игры и игровые ситуации, которые

имеют большое значение для укрепления здоровья детей, стимуляции интереса к занятиям.

### **Основные направления коррекционной работы:**

1. выработка правильной осанки;
2. точность движений в пространстве;
3. точность движений во времени;
4. развитие ритма движений;
5. - дифференцировка мышечных усилий;
6. - развитие координации движений;
7. развитие скоростно-силовых качеств;
8. - развитие гибкости и подвижности суставов;
9. - развитие прыгучести; -
10. развитие глазомера; -
11. развитие наглядно-образного и словесно-логического мышления;
12. - развитие морально-волевых качеств;
13. - коррекция индивидуальных пробелов в знаниях, умениях, навыках.

### **Основные технологии:**

- ♣ игровые;
- ♣ здоровьесберегающие;
- ♣ развивающее обучение;
- ♣ дифференцированное обучение;

Физическая культура реализуется в урочной деятельности, является входящей в общеобразовательную область искусство. Большая часть учебной нагрузки приходится на федеральный компонент, меньшая на школьный компонент. Распределение материала носит условный характер. Учитель имеет право изменять сетку часов с учетом климатических условий, региональной специфики. Рабочая программа рассчитана:

**в 5 классе на 68 часов в год, 2 часа в неделю,**

**в 6 классе на 68 часов в год, 2 часа в неделю,**

**в 7 классе на 68 часов в год, 2 часа в неделю,**

**в 8 классе на 68 часов в год, 2 часа в неделю,  
в 9 классе на 68 часов в год, 2 часа в неделю.**