

ГБОУ школа-интернат № 111 г.о. Самара

РАССМОТРЕНО	ПРОВЕРЕНО	УТВЕРЖДАЮ
на заседании мо	Зам. директора по УВР	Директор ГБОУ
<i>Сев</i> Е. Ю. Старухина	<i>А</i> Е. А. Терехина	школы-интерната № 111 <i>Солов</i> С. В. Соловых
протокол № <i>1</i>		
от « <i>27</i> » <i>августа</i> 2018 г.	« <i>07</i> » <i>09</i> 2018 г.	« <i>28</i> » <i>08</i> 2018 г.



АОП
РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по армянской культуре
5-9 класс
на 2018-2019 учебный год

Составил: *Ушоева*
армянской культуры
Заварзина
Анна Заварзина

Самара, 2018г.

Содержание

1. Пояснительная записка (цель, специфика предмета).....
2. Общая характеристика предмета особенности освоения обучающимися
3. Описание места предмета в учебном плане.....
4. Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения конкретного учебного предмета, курса.....
5. Содержание учебного предмета.....
6. Тематическое планирование с определением основных видов учебной деятельности обучающихся
- Календарно - тематическое планирование 5 класс.....
- Календарно - тематическое планирование 6 класс.....
- Календарно - тематическое планирование 7 класс.....
- Календарно - тематическое планирование 8 класс.....
- Календарно - тематическое планирование 9 класс.....
7. Описание учебно-методического и материально-технического обеспечения образовательного процесса.....

Рабочая программа по физической культуре составлена на основе следующих нормативно-правовых документов:

- Закон «Об образовании в Российской Федерации».
- Приказа Министерства образования и науки Российской Федерации от 10.04.2002 № 29/2065 – п «Об утверждении учебных планов специальных(коррекционных) образовательных учреждений для обучающихся, воспитанников с отклонениями в развитии»;
- Программ специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида: 5-9 кл. В 2 сб./Под.ред В.В.Воронковой .-М.:Просвещение, 2006.
- Приказа Министерства образования и науки Российской Федерации от 31.03.2014 г. №253 « Об утверждении федеральных перечней учебников, рекомендованных (допущенных) к использованию в образовательном процессе в образовательных учреждениях, реализующих образовательные программы общего образования и имеющих государственную аккредитацию на 2015-2017 учебный год».
- Годового учебного календарного графика на 2016-2017 учебный год.

Согласно приказу Министерства образования Российской Федерации от 30.08.2010 № 889 «О внесении изменений в федеральный базисный учебный план и примерные учебные планы для образовательных учреждений Российской Федерации, реализующих программы общего образования, утвержденные приказом Министерства образования Российской Федерации от 9.03.2004 года №1312 " Об утверждении федерального базисного учебного плана и примерных учебных планов для образовательных учреждений Российской Федерации, реализующих программы общего образования" в объем недельной учебной нагрузки образовательных учреждений всех видов и типов вводится 3 час физической культуры.

В данной программе учтены особенности региона, муниципального образования, образовательного учреждения.

Физическое воспитание — неотъемлемая часть комплексной системы учебно-воспитательной работы в школе в которой обучаются дети с ограниченными возможностями здоровья. 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 ограниченными возможностями здоровья к самостоятельной жизни и производственному труду. Физическое воспитание способствует формированию положительных личностных качеств, является одним из средств успешной социальной интеграции детей в общество.

Характерной особенностью детей с ограниченными возможностями здоровья является наличие у них разнообразных нарушений психического и физического развития, обусловленных органическим поражением центральной нервной системы различной этиологии, возникающих на разных возрастных этапах индивидуального развития.

Снижение тонуса коры головного мозга ведет к усилению позотонических рефлексов, что затрудняет выполнение двигательных действий, приводит к неравномерному распределению силы мышц, создает скованность в движениях и статических позах.

У многих обучающихся отмечаются нарушения со стороны сердечно-сосудистой, дыхательной, вегетативной, эндокринной систем. Наблюдается слабость миокарда, аритмия; дыхание нарушено по частоте, глубине, ритму; нарушена согласованность дыхательного акта с двигательной нагрузкой. У многих детей замечено отставание в росте, весе от показателей возрастной нормы, непропорциональное телосложение, различные отклонения в осанке.

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 обучающихся VIII вида 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.

Цель физического воспитания в школе (для детей с ограниченными возможностями здоровья) заключается во всестороннем развитии личности обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) в процессе приобщения их к физической культуре, коррекции недостатков психофизического развития, расширении индивидуальных двигательных возможностей, социальной адаптации.

Конкретными учебными и коррекционно-воспитательными задачами физического воспитания в школе для детей с ограниченными возможностями здоровья являются:

- укрепление здоровья и закаливание организма, формирование правильной осанки;
- формирование и совершенствование разнообразных двигательных умений и навыков, таких как сила, быстрота, выносливость, ловкость и др.;
- коррекция нарушений общего физического развития психомоторики, воспитание культуры санитарно-гигиенических навыков, поддержание устойчивой физической работоспособности на достигнутом уровне;
- формирование познавательных, эстетических, нравственных интересов на материале физической культуры и спорта;
- воспитание устойчивых морально-волевых качеств: настойчивости, смелости, умения преодолевать трудности;
- содействие военно-патриотической подготовке.

Структура документа

Рабочая программа включает 7 разделов: пояснительную записку; общую характеристику учебного предмета; описание места учебного предмета, курса в учебном плане; личностные, метапредметные и предметные результаты освоения конкретного учебного предмета, курса; содержание учебного предмета, курса; тематическое планирование с определением основных видов учебной деятельности обучающихся; описание учебно-методического и материально-технического обеспечения образовательного процесса; календарно - тематическое планирование. В программе по физкультуре под редакцией доктора педагогических наук В.В. Воронковой программный материал делится на две части – базовую и вариативную и большого количества подготовительных, подводящих и коррекционных упражнений. В базовую часть входит материал в соответствии с федеральным компонентом учебного плана, региональный компонент (лыжная подготовка). Базовая часть выполняет обязательный минимум образования по предмету

«Физическая культура». Вариативная часть включает в себя программный материал по подвижным играм на основе игры в баскетбол в 5-9 классе.

Программный материал усложняется по разделам каждый год за счет увеличения сложности элементов на базе ранее пройденных.

Общая характеристика учебного предмета.

Программа по физкультуре для 5 - 9 классов VIII вида структурно состоит из следующих разделов: гимнастика, легкая атлетика, лыжная подготовка, спортивные и подвижные игры.

Такое распределение материала позволяет охватить основные направления физкультуры как учебного предмета в школе с учетом климатических условий. Вместе с тем предлагаемая структура и содержание разделов не ограничивают учителя физкультуры в том, чтобы дополнить или изменить содержание программы в тех или иных ее разделах. При внесении изменений или дополнений в программу учителю следует тщательно продумать весь комплекс учебно-методических задач для каждого этапа обучения в 5 - 9 классах, имея в виду прежде всего охрану жизни и здоровья учащихся, коррекционную направленность обучения, а также материально-техническое оснащение школы, в частности уроков физкультуры. Изменения, вносимые в программу, требуют согласования с врачом и администрацией, они должны быть утверждены пед. советом школы.

В раздел «Гимнастика» включены физические упражнения, которые позволяют корригировать различные звенья опорно-двигательного аппарата, мышечные группы.

На занятиях учащиеся должны овладеть доступными им простейшими видами построений. Построения и перестроения трудны для данной категории детей из-за нарушений ориентировки в пространстве.

Несмотря на трудность усвоения пространственно-двигательных упражнений, они должны быть обязательным элементом каждого урока.

Упражнения общеразвивающего и корригирующего характера дают возможность воздействовать не только на весь организм ребенка, но и на ослабленные группы мышц. Наряду с упражнениями в исходных положениях сидя — стоя даются упражнения в исходных положениях лежа для разгрузки позвоночника и более избирательного воздействия на мышцы туловища.

Упражнения такого рода оказывают положительное влияние на сердечно-сосудистую, дыхательную и нервную системы. Они помогают учащимся овладевать комплексом движений, выполнять их с данной амплитудой, в соответствующем направлении, темпе, ритме. Учитель должен постоянно регулировать физическую нагрузку подбором упражнений, изменением исходных положений, числом повторений, интенсивностью и последовательностью их выполнений. С учетом физического развития детей и специальных задач обучения в программе есть самостоятельный раздел с перечнем упражнений, направленных на коррекцию дыхания, моторики, осанки и др.

В связи с затруднениями в пространственно-временной ориентировке и значительными нарушениями точности движений обучающихся в программу включены также упражнения с предметами: гимнастические палки, флажки, малые и большие обручи и скакалки.

На уроках с элементами гимнастики дети с ОВЗ должны овладеть навыками лазанья и пере лазания.

Упражнения в лазанье и перелазании — эффективное средство для развития силы и ловкости, совершенствования навыков координации и равновесия. Эти упражнения оказывают положительное влияние на преодоление страхов высоты, пространства, помогают развитию положительной самооценки, регулируют эмоциональные и поведенческие реакции детей.

Упражнения в поднимании и переноске грузов включаются в урок с целью обучения детей навыкам подхода к предмету с нужной стороны, правильному захвату его для

переноски, умениям нести, точно и мягко опускать предметы. Такими предметами могут быть мячи, гимнастические палки, обручи, скамейки, маты и др.

Раздел «Легкая атлетика» традиционно включает ходьбу, бег, прыжки, метание. Занятия легкой атлетикой помогают формированию таких жизненно важных двигательных навыков, как правильная ходьба, бег, прыжки и метание. Обучение элементам легкой атлетики и их совершенствование должно осуществляться на основе развития у детей быстроты, ловкости, гибкости, силы, выносливости, быстроты реакции.

Упражнения в ходьбе и беге широко используются на уроках физкультуры не только в коррекционных, но и в оздоровительно-лечебных целях.

Особое место в данном разделе уделено метанию, так как при выполнении упражнений в метании у детей развиваются точность, ловкость действий с предметами, глазомер. Школьники учатся правильному захвату мяча (равномерно и с достаточной силой), умению технически правильно выполнять бросок, распределять внимание на захват мяча, на соизмерение полета мяча с ориентиром.

Раздел «Лыжная подготовка» позволяют укрепить здоровье детей в зимний период, сократить количество заболеваний, характерных для этого времени года. Кроме того, лыжная подготовка включает весь необходимый комплекс для развития движений, осанки, дыхания, координации, моторики и др.

Одним из важнейших разделов программы является раздел **«Спортивные игры»**. На данный раздел в программе предусмотрено 42 часа. В него включены подвижные игры, направленные на развитие двигательных и физических навыков детей. Благодаря играм у детей развиваются такие психические свойства, как внимание и внимательность, сообразительность, инициативность. Игры способствуют коллективным действиям, благоприятно сказываются на эмоциональных отношениях детей друг с другом, между группами детей.

Обязательным в программе является примерный перечень знаний, умений и навыков, которыми должны овладеть учащиеся на уроках физической культуры: о значении самоконтроля, о влиянии физических упражнений на организм человека, об основах спортивной техники изучаемых упражнений.

В школе для детей с ограниченными возможностями здоровья основной формой организации занятий по физической культуре является урок. Так же как и на других предметных уроках, учитель использует такие приемы, как объяснение, показ, упражнение, закрепление (в форме тренировочных занятий), оценку (похвалу, поощрение, порицание) с учетом конкретного содержания и целей проводимых уроков. Желательно, чтобы каждый урок включал элементы игры, занимательности, состязательности, что значительно стимулирует интерес детей к урокам физкультуры. Названные выше приемы и элементы особенно необходимы детям с более сложной структурой интеллектуального недоразвития. Здесь важен пример самого учителя, его сотрудничество с ребенком, умелое коммуникативное взаимодействие сильных и слабых учащихся так, чтобы все дети были охвачены вниманием и помощью педагога.

Место предмета в учебном плане:

Программа рассчитана на 102 часа в 5 - 9 классах из расчета 3 часа в неделю.

Содержание предмета:

класс	Всего часов	гимнастика	Легкая атлетика	Лыжная подготовка	Подвижные и спортивные игры
--------------	--------------------	-------------------	------------------------	--------------------------	------------------------------------

5	102	18	21	21	42
6	102	18	21	21	42
7	102	18	21	21	42
8	102	18	21	21	42
9	102	18	21	21	42

Таблица содержания основных тем в 5-9 классах

Вид программного материала	Количество часов (уроков)
Базовая часть	
Основы знаний по физической культуре	В процессе урока
Спортивные игры	22
Гимнастика с элементами акробатики	18
Легкая атлетика и кросс	21
Лыжная подготовка	21
Вариативная часть	
Подвижные игры	20

Таблица содержания основных тем по четвертям в 5 классе.

№	Тема раздела	четверть				Итого:
		1	2	3	4	
1.	Легкая атлетика	11			10	21
2.	Гимнастика и акробатика		18			18
3.	Лыжная подготовка			21		21
4.	Подвижные и спортивные игры	13	6	9	14	42
	Итого:	24	24	30	24	102

Таблица содержания основных тем по четвертям в 6 классе.

№	Тема раздела	четверть				Итого:
		1	2	3	4	
1.	Легкая атлетика	11			10	21
2.	Гимнастика и акробатика		18			18
3.	Лыжная подготовка			21		21
4.	Подвижные и спортивные игры	13	6	9	14	42
	Итого:	24	24	30	24	102

Таблица содержания основных тем по четвертям в 7 классе.

№	Тема раздела	четверть				Итого:
		1	2	3	4	
1.	Легкая атлетика	11			10	21
2.	Гимнастика и акробатика		18			18
3.	Лыжная подготовка			21		21
4.	Подвижные и спортивные игры	13	6	9	14	42
	Итого:	24	24	30	24	102

Таблица содержания основных тем по четвертям в 8 классе.

№	Тема раздела	четверть				Итого:
		1	2	3	4	

1.	Легкая атлетика	11			10	21
2.	Гимнастика и акробатика		18			18
3.	Лыжная подготовка			21		21
4.	Подвижные и спортивные игры	13	6	9	14	42
	Итого:	24	24	30	24	102

Таблица содержания основных тем по четвертям в 9 классе.

№	Тема раздела	четверть				Итого:
		1	2	3	4	
1.	Легкая атлетика	11			10	21
2.	Гимнастика и акробатика		18			18
3.	Лыжная подготовка			21		21
4.	Подвижные и спортивные игры	13	6	9	14	42
	Итого:	24	24	30	24	102

Требования к знаниям, умениям и навыкам обучающихся

В результате освоения Обязательного минимума содержания учебного предмета «Физическая культура» учащиеся должны достигнуть следующего уровня развития физической культуры.

Знать:

- педагогические, физиологические и психологические основы обучения двигательным действиям и воспитание физических качеств, современные формы построения занятий и систем, занятий физическими упражнениями с разной функциональной направленностью;
- содержание физических упражнений общеразвивающей и корригирующей направленности;
- физиологические основы деятельности систем дыхания, кровообращения и энергообеспечения при мышечных нагрузках, возможности их развития и совершенствования средствами физической культуры в разные возрастные периоды;
- возрастные особенности развития ведущих психических процессов и физических качеств;
- правила личной гигиены, профилактики травматизма и оказание доврачебной помощи при занятиях физическими упражнениями.

Уметь:

- технически правильно осуществлять двигательные действия избранного вида спортивной специализации, использовать их в условиях соревновательной деятельности и организации собственного досуга;
- проводить самостоятельные занятия по развитию основных физических способностей, коррекции осанки и телосложения;
- разрабатывать индивидуальный двигательный режим;
- контролировать и регулировать функциональное состояние организма при выполнении физических упражнений;
- управлять своими эмоциями;
- соблюдать правила безопасности и профилактики травматизма на занятиях физическим упражнениями, оказывать первую помощь при травмах и несчастных случаях;
- пользоваться современным спортивным инвентарём и оборудованием.

Демонстрировать:

- координационные способности не ниже среднего уровня;
- двигательные умения, навыки и способности в метаниях на дальность и на меткость, в гимнастических и акробатических упражнениях, в спортивных играх.

Основные требования к знаниям и умениям учащихся 5 класса

Раздел программы	1-й уровень (Базовый)	2-й уровень (Минимальный)
Легкая атлетика.	Знать: как правильно дышать во время бега и ходьбы. Правила поведения на уроке легкой атлетика. Уметь: не задерживать дыхание при выполнении упражнений; метать мячи; отталкиваться одной ногой в прыжках и приземляться при прыжках в длину на заданный ориентир.	Знать: как правильно бегать в колонне по одному друг за другом Уметь: правильно брать мяч в руку, метать мяч с места, прыгать вперед в длину с места.
Гимнастика.	Знать: свое место в строю; как выполняются команды: «Равняйся!», «Смирно!»; кто какие «направляющий» и «замыкающий». Правила поведения на уроке гимнастики. Как правильно дышать во время бега и ходьбы. Уметь: строится в шеренгу, колонну, круг, поворачиваться на право, налево, показать, где низ, где верх.	Знать: для чего нужны гимнастические упражнения. Уметь: восстановить дыхание после нагрузки.
Лыжная подготовка.	Знать: свое место в строю; как выполняется команды: «Становись!», «Разойдись!»; как подготовиться к занятиям на лыжах. Уметь: прикреплять лыжи к обуви и снимать их; выполнять поворот на месте переступанием вокруг носков лыж в правую сторону.	Знать: как одеваться на занятия по лыжам. Уметь: подобрать себе лыжи, выполнять приставные шаги на лыжах.
Подвижные и спортивные игры	Знать: правила игр. Уметь: выполнять правила общественного порядка и правила игры.	Знать: правила 1-2 игр. Уметь: рассказать правила игры. Играть по упрощенным правилам.

Пионербол	<p>Знать: технику безопасности на уроке.</p> <p>Уметь: принимать стойку волейболиста; перемещаться в стойке; выполнять ловлю и передачу двумя руками выполнять остановку шагом; передачу мяча от груди и ловлю двумя руками.</p>	<p>Знать: элементарные передвижения по площадке.</p> <p>Уметь: выполнять передачу мяча двумя руками; выполнять бросок, передачу мяча, играть по упрощенным правилам</p>

Основные требования к знаниям и умениям учащихся 6 класса.

Раздел программы	Первый уровень (базовый)	Второй уровень (минимальный)
Гимнастика	<p>Знать: Как правильно выполнить перестроение из колонны по одному в колонну по два; как избежать травм при выполнении лазанья и опорного прыжка;</p> <p>Уметь: подавать команды при выполнении общеразвивающих упражнений, соблюдать дистанцию в движении; выполнять прыжок через козла способом «ноги врозь»; сохранять равновесие в упражнениях на гимнастическом бревне; преодолевать подряд несколько препятствий с включением перелазания, лазания; лазать по канату в три приема.</p>	<p>Знать: почему нужна утренняя гимнастика.</p> <p>Уметь: восстановить дыхание после нагрузки.</p>
Легкая атлетика	<p>Знать: фазы прыжка в высоту с разбега способом «перешагивание»; правила передачи эстафетной палочки во встречной эстафете,</p> <p>Уметь: ходить спортивной ходьбой; пробегать в медленном равномерном темпе 5 минут; правильно финишировать в беге на 60 м.; правильно отталкиваться в прыжках в длину с разбега способом «согнув ноги»;</p>	<p>Знать: для чего необходимы упражнения на движение.</p> <p>Уметь: бегать на 30 м.; выполнять прыжок с места; метать мяч в цель.</p>

	метать малый мяч в цель из различных исходных положений.	
Лыжная подготовка	<p>Знать: для чего применяются лыжные мази, как накладывать мазь на лыжи.</p> <p>Уметь: правильно смазать лыжи; координировать движение туловища, рук, ног в одновременном одношажном ходе; проходить в быстром темпе 100 -150 м. любым ходом; спускаться с наклонов в низкой стойке; преодолевать на лыжах дистанцию в 2 км. девочки и 3 км. мальчики.</p>	<p>Знать: основные способы ходов.</p> <p>Уметь: передвигаться на лыжах.</p>
Подвижные и спортивные игры	<p>Знать: расстановку и перемещение игроков на площадке; как влияют занятия баскетболом на организм учащихся. Разновидности ударов в теннисе.</p> <p>Уметь: принимать стойку волейболиста; перемещаться в стойке; выполнять передачу двумя руками сверху; нижнюю подачу; выполнять остановку шагом; передачу мяча от груди и ловлю двумя руками;</p>	<p>Знать: виды спортивных игр; уметь перемещаться по площадке;</p> <p>Уметь: выполнять передачу мяча двумя руками; выполнять нападающий дар.</p>

Основные требования к знаниям и умениям учащихся 7 класса

Раздел программы	Первый уровень (базовый)	Второй уровень (минимальный)
гимнастика	<p>Знать: как правильно выполнять размыкание уступами; как перестроиться из колонны по одному в колонну по два; как осуществлять страховку при выполнении упражнений на бревне;</p> <p>Уметь: различать и правильно выполнять строевые команды; выполнять опорный прыжок «согнув ноги» через коня; различать фазы опорного прыжка; удерживать равновесие на бревне; лазать по канату в два и три приема; выполнять простейшие комбинации на</p>	<p>Знать: строевые упражнения и команды.</p> <p>Уметь: держать равновесие на гимнастической скамейке.</p>

	бревне.	
Легкая атлетика	<p>Знать: значение ходьбы для здоровья человека; основы кроссового бега; бег по виражу.</p> <p>Уметь: пройти 20-30 мин. в быстром темпе; выполнять стартовый разгон с переходом в бег; выполнять полет в группировке, в прыжках в длину с разбега способом «согнув ноги»; выполнять переход через планку в прыжках в высоту с разбега способом «перешагивание»; выполнять метание мяча с разбега; выполнять толкание набивного мяча.</p>	<p>Знать: значение ходьбы для укрепления здоровья человека.</p> <p>Уметь: бежать с переменной скоростью 5 минут, равномерно медленном темпе 8 минут.</p>
Лыжная подготовка	<p>Знать: правила соревнований.</p> <p>Уметь: координировать движения рук, ног, туловища в одновременном двухшажном ходе на отрезках 40-60 м.; пройти в быстром темпе 160 – 200 м одновременными ходами; тормозить одновременно палками и лыжами; проходить дистанцию 2 км.девочки и 3 км. мальчики.</p>	<p>Знать: как влияют занятия лыжами на трудовую деятельность учащихся.</p> <p>Уметь: координировать движения.</p>
Подвижные и спортивные игры	<p>Знать: права и обязанности игроков; тактику одиночных игр;</p> <p>Уметь: Выполнять прием и передачу мяча.</p>	<p>Знать: как избежать травматизма. Тактику одиночных игр.</p> <p>Уметь: выполнять прямую подачу, играть по прощенным правилам(волейбол)</p>

Основные требования к знаниям и умениям учащихся 8 класса.

Уроки физической культуры в 8 – 9 классах имеют тренировочный характер. При проведении занятий необходимо обучать детей самостоятельно составлять и применять комплексы физических упражнений тренировочной направленности. Накопление подобного опыта поможет выпускнику школы поддерживать состояние своего здоровья, организовывать активный досуг.

Разделы программы	Первый уровень (базовый)	Второй уровень (минимальный)
--------------------------	---------------------------------	-------------------------------------

<p>гимнастика</p>	<p>Знать: что такое фигурная маршировка; требования к строевому шагу; как перенести одного ученика двумя различными способами; фазы опорного прыжка. Уметь: соблюдать интервал и дистанцию при выполнении упражнений в ходьбе; выполнять движения и воспроизводить их с заданной амплитудой без контроля зрения; изменять направление движения по команде; выполнять опорный прыжок способом «согнув ноги» и «ноги врозь».</p>	<p>Знать: требования к строевому шагу. Уметь: выполнять упражнения во время ходьбы.</p>
<p>Легкая атлетика</p>	<p>Знать: простейшие правила судейства бега, прыжков, метания; схему техники прыжка способом «перекат», «перекидной»; правила передачи эстафетной палочки; как контролировать состояние организма с помощью измерений частоты пульса. Уметь: проходить небольшие отрезки с максимальной скоростью; бежать с переменной скоростью 6 минут; в равномерном темпе 10-12 минут; прыгать с разбега способом «согнув ноги» в длину и «перешагивание» в высоту.; подбирать разбег для прыжка; метать мяч с разбега; выполнять толкание набивного мяча.</p>	<p>Знать: простейшие правила судейства бега, прыжков, метания. Правила передачи эстафетной палочки. Уметь: проходить небольшие участки с максимальной скоростью; бежать в медленном темпе 5 минут; выполнять прыжки с места в длину; метать мяч в цель.</p>
<p>Лыжная подготовка</p>	<p>Знать: как правильно проложить учебную лыжню; температурные нормы для занятий на лыжах. Уметь: выполнять поворот «упором»; сочетать попеременные ходы с одновременными; проходить в быстром темпе 150-200 м девушки, 200-300 м. юноши; преодолевать на лыжах 2,5 км. девушки, 3,5 км. юноши.</p>	<p>Знать: одновременные и попеременные ходы. Уметь: сочетать одновременные и попеременные ходы.</p>
<p>Спортивные игры</p>	<p>Знать: наказания при нарушении правил игры в баскетбол, волейбол; правила соревнований одиночных игр (теннис); Уметь: выполнять ловлю и передачу мяча в парах и движении в баскетболе; вести мяч бегом по прямой; бросать мяч в корзину; принимать и передавать мяч сверху</p>	<p>Знать: наказания при нарушении правил при игре в баскетбол, волейбол, теннис. Уметь: передвигаться по площадке с мячом, играть по упрощенным правилам (волейбол).</p>

	и снизу в парах после перемещений (волейбол).	
--	---	--

Основные требования к знаниям и умениям учащихся 9 класса.

Разделы программы	Первый уровень (базовый)	Второй уровень (минимальный)
гимнастика	<p>Знать: основные способы и средства гимнастики для подготовки организма к трудовой деятельности, поддержание работоспособности, снятия напряжения после трудовой деятельности.</p> <p>Уметь: выполнять все виды лазания, акробатических упражнений, равновесий; составлять комбинацию из 6-8 вольных упражнений.</p>	<p>Знать: требования к строевому шагу.</p> <p>Уметь: выполнять упражнения во время ходьбы.</p>
Легкая атлетика	<p>Знать: как самостоятельно проводить легкоатлетическую разминку; как поддерживать состояние здоровья средствами легкой атлетики после окончания школы.</p> <p>Уметь: бегать в медленном темпе 12-15 минут; бегать на короткие дистанции, средние и длинные дистанции на время; прыгать в длину и высоту с разбега; метать мяч на дальность; толкать ядро: бежать кросс на 2000 м.</p>	<p>Знать: простейшие правила судейства бега, прыжков, метания. Правила передачи эстафетной палочки.</p> <p>Уметь: проходить небольшие участки с максимальной скоростью; бежать в медленном темпе 5 минут; выполнять прыжки с места в длину; метать мяч в цель.</p>
Лыжная подготовка	<p>Знать: как правильно проложить учебную лыжню; температурные нормы для занятий на лыжах; виды лыжного спорта; технику лыжных ходов.</p> <p>Уметь: выполнять поворот на параллельных лыжах; сочетать попеременные ходы с одновременными; проходить в быстром темпе 200-300 м девушки, 400-500 м. юноши; преодолевать на лыжах 3 км. девушки, 4 км. юноши.</p>	<p>Знать: одновременные и попеременные ходы.</p> <p>Уметь: сочетать одновременные и попеременные ходы.</p>
Спортивные игры	<p>Знать: правила игры в баскетбол, волейбол, теннис; как организовать любительскую команду с целью проведения активного отдыха</p> <p>Уметь: выполнять ловлю и передачу мяча в парах и движении</p>	<p>Знать: наказания при нарушении правил при игре в баскетбол, волейбол.</p> <p>Уметь: передвигаться по площадке с мячом, играть по прощенным правилам</p>

	в баскетболе; вести мяч бегом по прямой; бросать мяч в корзину; принимать и передавать мяч сверху и снизу в парах после перемещений (волейбол).	волейбол, баскетбол
--	---	---------------------

Нормы оценки обучающегося 5 - 9 классов VIII вида

Оценка по предмету «Физическая культура» определяется в зависимости от степени овладения учащимися двигательными умениями (качество) и результатом, строго индивидуально.

Критерии оценки техники владения двигательными действиями, умениями и навыками:

Все занятия по физкультуре должны проводиться при соблюдении санитарно – гигиенических требований. В целях контроля проводится два раза в год (сентябре и мае) учет двигательных возможностей и подготовленности учащихся по бегу на 30 метров, прыжкам в длину с места и метанию мяча на дальность.

Оценка по предмету «Физическая культура» определяется в зависимости от степени овладения учащимися двигательными умениями (качество) и результатом, строго индивидуально.

«5» — двигательное действие выполнено правильно (заданным способом), точно в надлежащем темпе, легко и четко; учащиеся по заданию учителя используют их в нестандартных условиях;

«4» — двигательное действие выполнено правильно, но недостаточно легко и четко, наблюдается некоторая скованность движений;

«3» — двигательное действие выполнено в основном правильно, но допущена одна грубая или несколько мелких ошибок, приведших к неуверенному или напряженному выполнению. Учащийся по заданию учителя не может выполнить его в нестандартных и сложных в сравнении с уроком условиях.

Материально-техническое обеспечение учебного предмета «Физическая культура»

Материально-техническое оснащение учебного предмета предусматривает как обычное для спортивных залов школ оборудование и инвентарь, так и специальное адаптированное (ассистивное) оборудование для детей с различными нарушениями развития, включая тренажеры, специальные велосипеды (с ортопедическими средствами) инвентарь для подвижных и спортивных игр и др.

Материально-техническое обеспечение учебного предмета «Физическая культура» включает:

печатные пособия: таблицы, схемы, плакаты с классификацией видов спорта, спортивных упражнений, последовательностью выполнения упражнений;
дидактический раздаточный материал: карточки по физкультурной грамоте;
информационно-коммуникативные средства: мультимедийные обучающие материалы, программы;
технические средства обучения;
экранно-звуковые пособия: видеофильмы и презентации по Олимпийскому, Паралимпийскому образованию; спортивным праздникам, национальным спортивным играм;
учебно-практическое оборудование: спортивный инвентарь и оборудование;
спортивные тренажеры;
модули: набивные мячи, гантели; гимнастическое оборудование;
скакалки, обручи, ленты; баскетбольные, волейбольные, футбольные мячи;
сетки, флажки, кегли; тренажерное оборудование.

Учебно - методическое обеспечение

- Программа специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида: 5-9 кл. В 2 сб./Под.редВ.В.Воронковой .-М.:Просвещение, 2006
- Программа для общеобразовательных учреждений VIII вида по физическому воспитанию под редакцией Мозгового В.М. «Владос», 2000 г.
- Рабочие программы 5-11 класс – А.П. Матвеев, «Просвещение», 2012 г.
- Спортивные и подвижные игры – профессор Ю.Д. Железняк, ФиС, 1984 г.
- Физическая культура – И.П. Залетаев, В.П. Шеянов и др., высш. Шк., 1984 г.
- Оценка техники движений на уроках физической культуры – Г.Б. Мейксон и Г.П. Богданов. М., «Просвещение», 1975 г.
- Наглядность в работе учителя физической культуры – Е.С. Черник. М., «Просвещение», 1971 г.
- Технические средства обучения на уроках физической культуры – В.Н. Верхлин. М., «Просвещение», 1990 г.
- Методика физического воспитания школьников – Д.А. Аросьев, Л.В. Бавина, Г.А. Баранчукова и др. М., «Просвещение», 1989г.
- Дозировка физических нагрузок школьников – Я.С. Вайнбаум. М., «Просвещение», 1991г.
- Физкультура без травм – В.К. Велитченко. М., «Просвещение», 1993г.
- Самостоятельные занятия учащихся по физической культуре – Г.Б. Мейксон, В.Н. Шаулин, Е.Б. Шаулина. М., «Просвещение», 1986г.
- Профессионально-производственная направленность ФВ школьников – П.З. Сирис, В.А. Кабачков. М., «Просвещение», 1988г.

