**ГКОУ школа №2124 (СП-30) г.Москвы**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| РАССМОТРЕНО на заседанииМО учителей …………………...протокол № ………«\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_\_г. |  | УТВЕРЖДАЮ Директор школы\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Л.Л.Рыжих«\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_\_г. |

**Рабочая программа**

**Название предмета:** Физкультура.

**Класс:** 6 «Д»

**Учебный год:** 2015-2016

**Общее кол-во часов:** 32 **, кол-во часов в неделю:** 2.

**Учитель** Терещенко Елена Валерьевна

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  |  | СОГЛАСОВАНОЗам.директора по УВР\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_«\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_г. |

**ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Рабочая программа по учебному предмету «*Физкультура*» составлена в соответствии с учебным планом ОУ на 2015-2016 учебный год, рассчитана на 68 часов (исходя из 34 учебных недель в году) для обучающихся, которым характерно интеллектуальное и психофизическое недоразвитие в умеренной, тяжелой или глубокой степени, которое может сочетаться с локальными или системными нарушениями зрения, слуха, опорно-двигательного аппарата, расстройствами аутистического спектра, эмоционально-волевой сферы, выраженными в различной степени тяжести. У некоторых обучающихся могут выявляться текущие психические и соматические заболевания.

Данная программа составлена на основе изучения и анализа научно-методической литературы, современных коррекционных технологий, программно-методических материалов, а также на основе педагогического наблюдения, изучения детей со сложной структурой дефекта и коррекционно-развивающей работы с детьми, имеющими тяжелую умственную отсталость, в условиях школы.

Обучение носит наглядно-действенный характер. На первом этапе учитель проявляет максимальную активность, демонстрируя ребенку игрушки, предметы, показывая ему способ действия с ними, сопровождая действия речью. Затем действия осуществляются совместно. Один из основных приемов обучения «рука в руке». При этом учитель постоянно комментирует выполняемые действия, используя свою речь в качестве стимулирующего средства для побуждения ученика к действиям. Далее педагог учит выполнять действия по подражанию. Следующим этапом является выполнение действия по образцу. Затем осуществляется выполнение задания по инструкции.

Программа направлена на достижение следующих целей:

- Коррекция и компенсация нарушений физического развития;

- Развитие у учащихся основных физических качеств, привития устойчивого отношения к занятиям по физкультуре;

- формирование интереса к уроку.

Содержание обучения направлено на социализацию, коррекцию эмоциональной сферы, личностного развития и познавательных возможностей учеников. Содержание обучения разнообразно, что определяется многообразием различных дефектов у обучающихся.

Задачи, которые решаются в процессе обучения учеников, следующие:

-Развитие двигательных возможностей в процессе обучения;

-Формирование, развитие и совершенствование двигательных умений и навыков;

-Укрепление здоровья, содействие нормальному физическому развитию.- учить устанавливать простейшие родственные отношения между людьми (папа, мама, я, бабушка, дедушка);

- Обеспечение развития и тренировки всех систем и функций организма ребёнка через оптимальные физические нагрузки

 - Формирование жизненно необходимых двигательных умений и навыков

-Содействие воспитанию нравственно-волевых качеств, развитию коммуникативной и познавательной деятельности

-Воспитание бережного отношения к своему здоровью, формирование потребности в систематических занятиях физическими упражнениями, устойчивой мотивации к здоровому образу жизни.

Данный предмет интегрируется с различными учебными предметами и направлениями коррекционно-развивающей работы.

В процессе обучения на уроках предусмотрены многократные упражнения на повторение умственных и практических действий заданного содержания. Обучение носит сугубо практическую направленность и не требует от учащихся соблюдения четких правил.

Требования к уровню подготовки учащихся и к результатам – ведущая составляющая ФГОС. Результаты освоения программы предполагают достижение предметных результатов, метапредметных и личностных.

**Предполагаемые результаты обучения.**

 **Предполагается то, что учащиеся будут знать:**

1. Как должен одеваться ученик на занятия физкультурой;
2. Название предметов одежды;
3. Что значит « шеренга», « колонна», « круг»;
4. Правила поведения в спортивном зале;
5. Что такое ходьба, бег, прыжки, метание;
6. Правила поведения во время подвижных игр;

**Предполагается то, что учащиеся будут  уметь:**

1. Выполнять команду « Становись!»;
2. Строиться в шеренгу, в колонну;
3. Держать мячи, обручи;
4. Выполнять инструкции и команды учителя;
5. Ходить в колонне по одному, строиться в одну шеренгу, ходить по гимнастической скамейке, выполнять ОРУ;

**Методическое обеспечение программы**

Дорожка-змейка из каната (длина 2,0 ***м,*** диаметр каната 6 ***см),***

Дорожки с различным покрытием (нашитые пуговицы, гладкая поверхность, меховая поверхность и др.).

Игрушки мелкие пластмассовые (рыбки, шарики, лягуш­ки) с магнитами.

Игрушки со съемными деталями.

Игрушки мелкие резиновые, пластмассовые.

Игрушки музыкальные.

Кубики, кегли и шары пластмассовые.

Кубы и кирпичи деревянные, из полимерных материа­лов.

Магнитофон, аудиокассеты и компакт-диски с записями различных мелодий и детских песен; а также музыкально-ритмических комплексов для гимнастики.

Массажные кольца, валики, мячи (диаметр 5, 6, 7, 8, 9, 10, 55, 65, 75 ***см).***

Материалы и приспособления для постановки правиль­ного дыхания.

Маты: детские напольные.

Мячи разного размера и цвета (большие, средние и ма­ленькие, легкие и тяжелые, в том числе набивные (сенсор­ные) трех размеров).

Обручи разных цветов и размеров.

Полифункциональное игровое оборудование (Наименование оборудования указано по каталогу ООО «ПКФ АЛЬМА», СПб): «Дидакти­ческая черепаха» с пятью чехлами, змейка, игровая до­рожка, «Пирамида», набор «Набрось колечко»; коврики «Гофр», «Топ-топ», со следочками; напольная дорожка «Гу­сеница», детская сенсорная дорожка, сухой бассейн, полифункциональный модульный набор «Гномик» («Радуга и др.), игровое панно «Ежик», игровой набор «Бросайка», «Лента- гусеница» (красная, желтая, синяя, зеленая), «Часики», «Весы напольные» и др.

Многофункциональные тренажеры.

Батут детский.

Шведская стенка.

Лавочки.

В зависимости от задач, стоящих перед учителем, мож­но использовать любое другое оборудование и материалы.

**Список литературы**

1. Программа образования учащихся с умеренной и тяжелой умственной отсталостью. (Под ред. Л.Б.Баряевой, Н.Н.Яковлевой). Санкт-Петербург, 2011
2. Программы специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида. **Подготовительный класс, 1—4 классы. (**Под редакцией доктора педагогических наук *В. В. Воронковой)*
3. Бгажнокова И.М. - Программы для 0-4 классов школы 8 вида (для детей с нарушениями интеллекта).
4. Научно-исследовательский институт дефектологии АПН СССР ПРОГРАММЫ ОБУЧЕНИЯ ГЛУБОКО УМСТВЕННО ОТСТАЛЫХ ДЕТЕЙ, Составитель-НИИ дефектологии АПН СССР. Под редакцией А.Р. Маллер, Г.В. Цикото. Москва,1983.
5. Шипицина Л.М. Коррекционно-образовательные программы для детей с глубоким нарушением интеллекта. СПб.: Образование, 1996.
6. Пензулаева Л.И. Физкультурные занятия в детском саду. Москва Мозаика-Синтез, 2009.
7. Парамонова Л.А. Развивающие занятия с детьми. Москва ОЛМА Медиа Групп, 2009.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Тема № | Тема | Цели | Виды работ | Оборудования |
| 1 | Правила поведения в спортивном зале. | Повторить и закрепить правила поведения. | Педагог рассказывает детям о правилах поведения в зале и соблюдении техники безопасности. | Спортивный зал |
| 2 | Упражнения на равновесие. | Учить детей держать равновесие | Начальный алгоритм урока.построение в одну шеренгу, упражнения на равновесие | Спортивный зал |
| 3 | Упражнения на построение. | Учить детей строится. | Начальный алгоритм урока.построение в одну шеренгу, в колонну ходьба в колонне | Обручи |
| 4 | Упражнения в прыжках. | Учить прыжкам. | Начальный алгоритм урока.Выполнение упражнений. | Мячи, гимнастические палки, шведская стенка. |
| 5 | Упражнения в метании. | Учить делать упражнения. | Начальный алгоритм урока.Выполнение упражнений. | Спортивные мячи. |
| 6 | Упражнение: «Быстро в колонну». | Развитие моторики и ловкости. | Начальный алгоритм урока, выполнение упражнений. |  |
| 7 | Упражнения «Не промахнись». | Развитие моторики и ловкости. | Начальный алгоритм урока, выполнение упражнений. | Мячи. |
| 8 | Упражнения в лазанье. | Развитие моторики и ловкости. | Начальный алгоритм урока, выполнение упражнений. | Шведская стенка. |
| 9 | Эстафета. |  | Обучение взаимодействию в команде. Выполнение подготовительных упражнений. Эстафета с оббеганием предметов. Эстафета с передачей предметов. | Шведская стенка, палочки, мячи. |
| 10 | Подвижная игра «Мышеловка». | Развитие мышц ног и рук. | Начальный алгоритм урока, выполнение упражнений | Спортивные мячи |
| 11 | Повороты. Вправо, влево. | Развитие координации движений, точности. | Начальный алгоритм урока, выполнение упражнений | Спортивные мячи. |
| 12 | Общеразвивающие упражнения с мячами. | Развитие координации движений, точности. | Начальный алгоритм урока, выполнение упражнений | Спортивные мячи. |
| 13 | Игра: «Точно в руки». | Развитие координации движений, точности. | Начальный алгоритм урока, выполнение упражнений | Спортивные мячи. |
| 14 | Игровые упражнения. | Развитие координации движений, точности. | Начальный алгоритм урока, выполнение упражнений | Кегли, мячи |