


МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Министерство образования Иркутской области
Управление образования Тайшетского района
МКОУ Бузыккановская СОШ

РАССМОТРЕНО
На заседании ШМС



Протокол № 1
от «26» 08 2024 г.

СОГЛАСОВАНО
Заместитель директора по
УВР



Пилипенко Н.В.
от «26» 08 2024 г.

УТВЕРЖДЕНО
Директор МКОУ
Бузыккановская СОШ

Ковалева Е.В.
Приказ № 170
от «26» 08 2024 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

учебного предмета «Адаптивная физическая культура» по АООП
для обучающихся 4 класса

с. Бузыкканово 2024 г.

I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа по учебному предмету «Адаптивная физическая культура» в 4 классе составлена на основе Федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) далее ФАООП УО (вариант 1), утвержденной приказом Министерства просвещения России от 24.11.2022г. № 1026.

ФАООП УО (вариант 1) адресована обучающимся с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) с учетом реализации их особых образовательных потребностей, а также индивидуальных особенностей и возможностей.

Федеральная адаптированная основная общеобразовательная программа определяет цель и задачи учебного предмета «Адаптивная физическая культура».

Цель учебного предмета - всестороннее развитие личности обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) в процессе приобщения их к физической культуре, коррекция недостатков психофизического развития, расширение индивидуальных двигательных возможностей, социальной адаптации.

Задачи обучения:

- коррекция нарушений физического развития;
- формирование двигательных умений и навыков;
- развитие двигательных способностей в процессе обучения;
- укрепление здоровья и закаливание организма, формирование правильной осанки;
- раскрытие возможных избирательных способностей и интересов обучающихся для освоения доступных видов спортивно- физкультурной деятельности;
- формирование и воспитание гигиенических навыков при выполнении физических упражнений;
- формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни;
- поддержание устойчивой физической работоспособности на достигнутом уровне;
- формирование познавательных интересов, сообщение доступных теоретических сведений по физической культуре;
- воспитание устойчивого интереса к занятиям физическими упражнениями;
- воспитание нравственных, морально- волевых качеств (настойчивости, смелости), навыков культурного поведения.

Рабочая программа по учебному предмету «Адаптивная физическая культура» в 4 классе определяет следующие задачи:

Задачи учебного предмета:

- формирование элементарных знаний о распорядке дня, личной гигиене;
- формирование умения выполнять комплекс утренней гимнастики;
- формирование умения подавать команды при сдаче рапорта, выполнять все изученные команды в строю, соблюдать дистанцию при перестроениях;
- формирование умения принимать правильную осанку;
- формирование умения ходить в различном темпе с различными исходными положениями рук;
- формирование умения перелезть через препятствия и подлезать под них различными способами в зависимости от высоты;
- формирование умения переносить несколько набивных мячей;
- формирование умения сохранять равновесие на гимнастической скамейке в упражнениях с предметами и в парах, выполнять вис на канате,
- формирование умения координировать движения рук и ног в попеременном двухшажном ходе;
- формирование умения преодолевать спуск в высокой стойке на склоне, преодолевать на лыжах дистанцию до 0,8 км;

- воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, честности, отзывчивости, смелости во время выполнения физических упражнений.

Планируемые результаты освоения рабочей программы по учебному предмету «Адаптивная физическая культура» в 4 классе

Личностные результаты:

- принятие, освоение социальной роли обучающегося и мотивирование на занятие физической культурой, посещение кружков и участие в спортивно-оздоровительных мероприятиях в школе;
- сформированность навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в соревновательной и игровой деятельности;
- проявление социально значимых мотивов учебной деятельности.

Уровни достижения предметных результатов по учебному предмету «Адаптивная физическая культура» в 4 классе

Минимальный уровень:

- иметь представления о физической культуре как средстве укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- выполнять комплексы утренней гимнастики под руководством учителя;
- знать основные правила поведения на уроках физической культуры и осознанно их применять;
- выполнять несложные упражнения по словесной инструкции при выполнении строевых команд;
- иметь представления о двигательных действиях;
- знать основные строевые команды;
- производить подсчёт при выполнении общеразвивающих упражнений;
- ходить в различном темпе с различными исходными положениями;
- взаимодействовать со сверстниками в организации и проведении подвижных игр, элементов соревнований;
- участвовать в подвижных играх и эстафетах под руководством учителя;
- знать правила бережного обращения с инвентарём и оборудованием;
- соблюдать требования техники безопасности в процессе участия в физкультурно-спортивных мероприятиях.

Достаточный уровень:

- практически осваивать элементы гимнастики, лёгкой атлетики, лыжной подготовки, спортивных и подвижных игр и других видов физической культуры;
- самостоятельно выполнять комплексы утренней гимнастики;
- владеть комплексами упражнений для формирования правильной осанки и развития мышц туловища;
- участвовать в оздоровительных занятиях в режиме дня (физкультминутки);
- выполнять основные двигательные действия в соответствии с заданием учителя: бег, ходьба, прыжки и др.;
- подавать и выполнять строевые команды, вести подсчёт при выполнении общеразвивающих упражнений;
- совместно участвовать со сверстниками в подвижных играх и эстафетах;
- оказывать посильную помощь и поддержку сверстникам в процессе участия в подвижных играх и соревнованиях;
- знать спортивные традиции своего народа и других народов;
- знать способы использования различного спортивного инвентаря в основных видах двигательной активности и применять их в практической деятельности;
- знать правила и технику выполнения двигательных действий, применять усвоенные правила при выполнении двигательных действий под руководством учителя;
- знать и применять правила бережного обращения с инвентарём и оборудованием в повседневной жизни;

- соблюдать требования техники безопасности в процессе участия в физкультурно-спортивных мероприятиях.

Система оценки достижения обучающимися с умственной отсталостью планируемых результатов освоения рабочей программы по учебному предмету

«Адаптивная физическая культура» в 4 классе

Оценка личностных результатов предполагает, прежде всего, оценку продвижения обучающегося в овладении социальными (жизненными) компетенциями, может быть представлена в условных единицах:

- 0 баллов - нет фиксируемой динамики;
- 1 балл - минимальная динамика;
- 2 балла - удовлетворительная динамика;
- 3 балла - значительная динамика.

Критерии оценки предметных результатов

Оценивается техника (правильность) выполнения упражнений: при построении, перестроении; выполнение строевых команд; в равновесии, ходьбе, лазанье; упражнения с элементами гимнастики и акробатики; передвижение на лыжах.

В беге, прыжках, метании и бросках учитываются секунды, количество, длина, высота.

При оценке предметных результатов учитель руководствуется следующими критериями:

Оценка «5» - ставится за верное выполнение задания. При этой оценке допускаются мелкие ошибки (не влияющие на качество и результат выполнения). К ним можно отнести неточность отталкивания, нарушение ритма, неправильное исходное положение, «заступ» при приземлении.

Оценка «4» - ставится, если обучающийся допускает несколько мелких или одну значительную ошибку при выполнении упражнения.

К значительным ошибкам относятся такие, которые не вызывают особого искажения структуры движений, но влияют на качество выполнения, хотя количественный показатель не на много ниже. Примеры значительных ошибок:

- старт не из требуемого положения;
- отталкивание далеко от планки при выполнении прыжков в высоту, длину;
- несинхронность выполнения движений.

Оценка «3» - ставится, если обучающийся ученик допустил не более одной значительной ошибки и несколько мелких. Также оценку «удовлетворительно» может получить ученик, совершивший несколько грубых ошибок, но при повторных попытках улучшивший результат. Грубые ошибки - разновидность ошибок, при которых искажается техника движения, а также влияют на качество и результат выполнения упражнения.

Оценка «2» - не ставится.

Оценка за технику ставится лишь при выполнении упражнений в равновесии, лазанье, с элементами акробатики, перестроениях, ходьбе.

В остальных видах (бег, прыжки, метание, броски, ходьба) необходимо учитывать количественный результат. Но так как возрастных нормативов для обучающихся с интеллектуальными нарушениями нет, учитель сам определяет результат, на который он будет ориентировать ученика в зависимости от его физических возможностей.

Не снижается оценка обучающемуся, допускающему мелкие, значительные или грубые ошибки, обусловленные его моторным развитием избежать которых он не может физически.

II. ОПИСАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Уроки «Адаптивной физической культуры» у обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) направлены на укрепление здоровья, физическое развитие, способствовали формированию правильной осанки, физических качеств и становлению школы движений.

Урочные занятия по «Адаптивной физической культуре» осуществляются при использовании различных методов:

- формирования знаний (методы слова (информация речевого воздействия) и методы наглядности (информация перцептивного воздействия);
- обучения двигательным действиям (дробление и последовательное освоение частей целостного упражнения);
- развития физических качеств и способностей (для развития скоростных качеств (быстроты) — повторный, игровой, вариативный (контрастный), сенсорный методы;
- для развития выносливости — равномерный, переменный, повторный, игровой методы;
- для развития координационных способностей- элементы новизны в изучаемом физическом упражнении (изменение исходного положения, направления, темпа, усилий, скорости, амплитуды, привычных условий и др.);
- симметричные и асимметричные движения;
- релаксационные упражнения, смена напряжения и расслабления мышц;
- упражнения на реагирующую способность (сигналы разной модальности на слуховой и зрительный аппарат);
- упражнения на раздражение вестибулярного аппарата (повороты, наклоны, вращения, внезапные остановки, упражнения на ограниченной, повышенной или подвижной опоре);
- упражнения на точность различения мышечных усилий, временных отрезков и расстояния (использование тренажеров для «прочувствования» всех параметров движения, предметных или символических ориентиров, указывающих направление, амплитуду, траекторию, время движения, длину и количество шагов);
- упражнения на дифференцировку зрительных и слуховых сигналов по силе, расстоянию, направлению;
- воспроизведение заданного ритма движений (под музыку, голос, хлопки и т. п.);
- пространственная ориентация на основе кинестетических, тактильных, зрительных, слуховых ощущений (в зависимости от сохранности сенсорных систем);
- упражнения на мелкую моторику кисти (жонглирование предметами, пальчиковая гимнастика и др.);
- парные и групповые упражнения, требующие согласованности совместных действий.

Эффективным методом комплексного развития физических качеств, координационных способностей, эмоционально-волевой и психической сферы лиц с ограниченными возможностями являются следующие методы:

- игровой
- воспитания личности;
- взаимодействия педагога и обучающихся.

Использование разнообразных средств и методов адаптивной физической культуры служат стимулятором повышения двигательной активности, здоровья и работоспособности, способом удовлетворения

потребности в эмоциях, движении, игре, общении, развития познавательных способностей, следовательно, являются фактором гармоничного развития личности, что создает реальные предпосылки социализации.

Учебный предмет «Адаптивная физическая культура» относится к предметной области «Физическая культура» и является обязательной частью учебного плана. В соответствии с учебным планом рабочая программа по учебному предмету «Адаптивная физическая культура» в 4 классе рассчитана на 34 учебные недели и составляет 102 часа в год (3 часа в неделю).

Содержание программного материала уроков состоит из базовых основ физической культуры и большого количества подготовительных, подводящих и коррекционных упражнений. Программа содержит следующие разделы (модули): знания о физической культуре, гимнастика, легкая атлетика, лыжная подготовка, игры, сюда же входит и региональный компонент (не менее 10% от общего количества часов).

Учебно-тематический план

№ п\п	Раздел программы	Год Количество часов
1.	Знания о физической культуре.	1
2.	Легкая атлетика	19
3.	Гимнастика.	34
4.	Лыжная подготовка.	20
5.	Игры.	28
Итого:		102

Содержание разделов

Знания о физической культуре. Характеристика основных способов регулирования физической нагрузки: по скорости и продолжительности выполнения упражнения, изменению величины отягощения. Правила предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями. Закаливание организма (воздушные и солнечные ванны, купание в естественных водоемах).

Гимнастика

Практический материал.

Гимнастические упражнения прикладного характера: опорный прыжок через гимнастического козла - с небольшого разбега толчком о гимнастический мостик прыжок в упор стоя на коленях, переход в упор присев и соскок вперед; из виса стоя присев толчком двумя ногами перемах, согнув ноги в вис сзади согнувшись, опускание назад в вис стоя и обратное движение через вис сзади согнувшись со сходом «вперед ноги».

- Построения и перестроения

Построение в колонну, шеренгу по инструкции. Выполнение команд: «Равняйся!», «Смирно!», «Вольно!». Расчет по порядку. Ходьба противоходом. Повороты на месте направо, налево. Команды: «На-пра-во!», «На-ле-во!». Поворот под счет «Раз, два!». Размыкание и смыкание приставными шагами. Перестроение из колонны по одному в колонну по два последовательными поворотами налево, направо по команде «Налево (направо) по два марш».

- Упражнения без предметов

Основные положения и движения рук, ног, туловища, головы. Движения рук вперед, вверх, в соединение на 4 счета. Круговые движения руками в лицевой и боковой плоскостях. Повороты туловища налево, направо, с отведением прямых рук назад. Наклоны к левой, правой ноге с поворотами туловища.

- Упражнения для укрепления мышц кистей рук и пальцев

Одновременное сгибание в кулак пальцев на одной руке и разгибание на другой в медленном темпе (по показу учителя). «Отведение» и «приведение» пальцев рук. Противопоставление пальцев одной руки пальцам другой одновременно и поочередно. Сжимание пальцами малого мяча. Круговые движения кистью вовнутрь, наружу.

- Упражнения в расслаблении мышц

Из исходного положения — наклон вперед, маховые движения расслабленными руками вперед, назад, в стороны. Маховые движения расслабленной ногой.

- Упражнения для формирования правильной осанки

- Упражнения для укрепления мышц

- Упражнения с предметами

- Лазанье и перелезание

Лазанье по гимнастической стенке вверх, вниз, «разноименными» и «одноименными» способами; попеременно приставляя сначала руку, затем ногу (например, начиная правой ногой и левой рукой, правой ногой и правой рукой). Лазанье по гимнастической стенке в стороны приставными шагами. Лазанье по наклонной гимнастической скамейке вверх и вниз с опорой на колени и держась руками за края скамейки с переходом на гимнастическую стенку (угол наклона скамейки 20—30 градусов). Лазанье с опорой на стопы и кисти рук. Подлезание под препятствие высотой 30—40 см (например, стул). Перелезание через препятствие высотой 30 см. Вис на канате — на узле с помощью рук и ног.

- Упражнения на равновесие

Лыжная подготовка

Передвижения на лыжах: одновременный одношажный ход; спуск с пологих склонов; чередование изученных ходов во время передвижения по дистанции.

Игры

Задания на координацию движений типа: «Веселые задачи», «Запрещенное движение» (с напряжением и расслаблением мышц звеньев тела).

На материале раздела «Легкая атлетика»: «*Подвижная цель*». На материале раздела «Лыжные гонки»: «*Куда укатись за два шага*». На материале спортивных игр:

Пионербол: бросок мяча двумя руками от груди; прием мяча; эстафеты с ведением бросками мяча, игра в «Пионербол».

III. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Тема урока	Кол-во часов	Дата проведения
Знание о физической культуре - 1 час			
1	Правила техники безопасности на уроках адаптивной физической культуры.	1	02.09.2024
Легкая атлетика - 10 часов			
2	Бег до 2 минут медленный, прыжки с ноги на ногу .	1	03.09.2024
3	Бег 30 м на скорость, прыжки с продвижением вперед.	1	04.09.2024
4	Чередование бега и ходьбы на дистанции 100 м.	1	09.09.2024
5	Чередование бега и ходьбы на дистанции 100 м.	1	10.09.2024
6	Бег с высоким подниманием бедра и захлестыванием голени.	1	11.09.2024
7	Повторный бег 30 м, прыжки в высоту.	1	16.09.2024
8	Прыжки в длину с места.	1	17.09.2024
9	Бег до 2 мин медленный, метание в даль.	1	18.09.2024
10	Бег высокого старта 30м, метание в цель.	1	23.09.2024
11	Передвижение по дистанции 100м: 30м-бег,20м-ходьба.	1	24.09.2024
Гимнастика- 9 часов			
12	Упражнения для укрепления мышц спины и живота.	1	25.09.2024
13	Упражнения для развития мышц рук и плечевого пояса.	1	30.09.2024
14	Перелазание через предметы.	1	01.10.2024
15	Перелазание через предметы.	1	02.10.2024
16	Упражнения для укрепления туловища.	1	07.10.2024
17	Лазание вверх и вниз по гимнастической стенке.	1	08.10.2024
18	Упражнения для формирования правильной осанки.	1	09.10.2024
19	Общеразвивающие упражнения с гимнастическими палками, упражнения на равновесие.	1	14.10.2024
20	Подлезание под препятствие.	1	15.10.2024
Игры – 10 часа			
21	Коррекционная игра «Собери картинку».	1	16.10.2024
22	Игра с бегом и прыжками «Пятнашки маршем».	1	21.10.2024
23	Игра с элементами общеразвивающих упражнений «Шишки, желуди, орехи».	1	22.10.2024
24	Игра с бросанием, метанием и ловлей мяча «Зоркий глаз».	1	23.10.2024
25	Коррекционная игра «Собери фигуру из брусков».	1	
26	Игра с бегом и прыжками «Точный прыжок».	1	
27	Игра с элементами общеразвивающих упражнений «Самые сильные».	1	
28	Игра с бросанием, метанием ловлей и мяча «Попади в цель».	1	
29	Игра с бегом и прыжками «Заячий прыжок».	1	

30	Игра с бросанием, метанием ловлей и мяча «Мяч в корзину».	1	
Гимнастика – 8 часов			
31	Лазание по наклонной гимнастической скамейке, упражнения на укрепление голеностопа.	1	
32	Лазанье по гимнастической стенке вверх, вниз, упражнения на равновесие.	1	
33	Лазание с опорой на стопы и кисти рук.	1	
34	Подлезание под препятствие.	1	
35	Лазание вверх и вниз по гимнастической стенке.	1	
36	Перелазание через препятствие.	1	
37	Лазание по гимнастической стенке в стороны приставными шагами.	1	
38	Подлезание под препятствие высотой 30см.	1	
Лыжная подготовка – 20 часов			
39	Ходьба на лыжах в медленном темпе.	1	
40	Повороты вправо ,влево вокруг пяток лыж.	1	
41	Передвижение на лыжах скользящим шагом, подъемы ступающим шагом.	1	
42	Подъем на лыжах ступающим шагом, спуски в основной стойке.	1	
43	Передвижение 500-1000м за урок.	1	
44	Передвижение 30-40м в быстром темпе.	1	
45	Подъемы и спуски в основной стойке.	1	
46	Повороты вправо ,влево вокруг пяток лыж.	1	
47	Повороты вправо ,влево вокруг пяток лыж.	1	
48	Передвижение 500-1000м за урок.	1	
49	Подъемы на лыжах ступающим шагом, спуски со склона в основной стойке.	1	
50	Скользящий шаг, ускорения на отрезках 30-40м.	1	
51	Передвижение 500-1000м за урок.	1	
52	Подъем на лыжах ступающим шагом, повороты переступанием.	1	
53	Спуски на лыжах со склона в основной стойке, ускорения на отрезках 40-60м.	1	
54	Передвижение до 1000м за урок скользящим шагом.	1	
55	Скользящий шаг.	1	
56	Передвижение до 1000м за урок скользящим шагом.	1	
Игры – 7 часов			
57	Коррекционная игра: «Найди свою пару»(по жетону).	1	
58	Игра с бегом и прыжками: «К своим флажкам».	1	
59	Игра с элементами общеразвивающих упражнений: «Мяч соседу».	1	
60	Игра с бросанием, метанием ловлей и мяча: «Мяч среднему».	1	
61	Игра с элементами общеразвивающих упражнений: «Перетягивание».	1	
62	Игра с бегом и прыжками: «Перелет птиц».	1	
Гимнастика- 17 часов			
63	Лазание по наклонной гимнастической скамейке.	1	
64	Лазанье по гимнастической стенке вверх, вниз.	1	

65	Лазание с опорой на стопы и кисти рук.	1	
66	Подлезание под препятствие.	1	
67	Лазание вверх и вниз по гимнастической стенке.	1	
68	Перелазание через препятствие.	1	
69	Перелазание через препятствие.	1	
70	Лазание по гимнастической стенке в стороны приставными шагами.	1	
71	Упражнения для развития пронстрансвенно-временной дифференцировки и точности движений.	1	
72	Лазание по гимнастической стенке в стороны приставными шагами.	1	
73	Лазание по наклонной гимнастической скамейке.	1	
74	Лазание по гимнастической стенке вверх, вниз, упражнения на равновесие.	1	
75	Лазание с опорой на стопы и кисти рук.	1	
76	Подлезание под препятствие.	1	
77	Лазание вверх и вниз по гимнастической стенке.	1	
78	Лазание по гимнастической стенке в стороны приставными шагами.	1	
79	Упражнения для развития пронстрансвенно-временной дифференцировки и точности движений.	1	
Игры - 4 часа			
80	Коррекционные игры «Собери картинку, Найди свою пару».	1	
81	Игры с бегом и прыжками «Точный прыжок, К своим флажкам».	1	
82	Игры с элементами общеразвивающих упражнений «Самые сильные, Мяч соседу».	1	
83	Игры с бросанием, метанием и ловлей мяча «Зоркий глаз, Попади в цель».	1	
Легкая атлетика- 9 часов			
84	Бег до 2 минут медленный, прыжки с ноги на ногу .	1	
85	Бег 30 м на скорость, прыжки с продвижением вперед.	1	
86	Чередование бега и ходьбы 100 м, прыжки в длину с разбега	1	
87	Бег с высоким подниманием бедра и захлестыванием голени, метание малого мяча.	1	
88	Повторный бег на дистанции 30 м, прыжки в высоту.	1	
89	Бег в чередовании с ходьбой на дистанции 100 м., прыжки в длину с места.	1	
90	Бег 30 м на скорость, прыжки с продвижением вперед.	1	
91	Передвижение по дистанции 100м: 30м-бег,20м-ходьба, прыжки на скакалке.	1	
92	Бег до 2 минут медленный, прыжки с ноги на ногу .	1	
93	Бег 30 м на скорость, прыжки с продвижением вперед.	1	
94	Чередование бега и ходьбы на дистанции 100 м.	1	
95	Бег с высоким подниманием бедра и захлестыванием голени.	1	
96	Повторный бег 30 м, прыжки в высоту.	1	
97	Прыжки в длину с места.	1	
98	Бег до 2 мин медленный, метание в даль.	1	

99	Бег высокого старта 30м, метание в цель.	1	
100	Бег высокого старта 30м, метание в цель.	1	
101	Передвижение по дистанции 100м: 30м-бег,20м-ходьба.	1	
102	Итоговое занятие.	1	

Материально-технического обеспечения образовательной деятельности.

Место проведения:

- Спортивная площадка;
- Класс (для теоретических занятий);
- Спортивный зал.

Инвентарь: волейбольные мячи, волейбольные стойки, фишки, скакалки, теннисные мячи, малые мячи, футбольные мячи, баскетбольные мячи, гимнастическая стенка, гимнастические скамейки, лыжи, палочки лыжные щиты с кольцами, секундомер, гимнастические маты, обручи.

Техническое оснащение:

Аудиомагнитофон, интерактивная доска, наглядные пособия.

VII. Контрольно – измерительные материалы.

1. В сентябре проводится стартовый мониторинг с целью определения уровня физического развития учащихся и готовности к освоению программного материала.

2. В мае итоговый мониторинг с целью определения уровня физического развития учащихся и корректировки учебного материала на следующий учебный год. При сдаче нормативов каждый учащийся оценивается дифференцированно и индивидуально.

Виды испытаний: бег – 30 м., прыжок в длину с места, поднимание туловища за 30сек , челночный бег 3x10 м., упражнения на гибкость (наклоны туловища вперед из положения сидя .

Учебно-методическое обеспечение

1. Учебная литература

Учебник: Лях В.И. «Мой друг – физкультура» Просвещение 2013г.

2. Научно - методическая литература

1. Программы специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида. Авторы программ: Белов В.Н., Кувшинов В.С., Мозговой В.М. под ред. И.М. Бгажноковой., 2013 г.

2. Примерная программа по физической культуре для учащихся специальной медицинской группы 1-4, классы. Авторы-составители: Матвеев А.П., Петрова Т.В., Каверкина Л.В. «Дрофа», 2005 г

3. Программа для специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждений VIII вида по физическому воспитанию под редакцией Мозгового В.М. «Дрофа», 2009.

4. Настольная книга учителя физической культуры (2003 г.) В книге даны полные сведения необходимые учителю, программные и нормативные документы, материалы по обновлению содержания образования, по проведению итоговой аттестации, спортивно- оздоровительные мероприятия, рекомендации по организации занятий с учащимися специальной медицинской группы, образцы оформления документации по технике безопасности

5. Коррекционное обучение как основа личностного развития аномальных дошкольников./ Под ред. Л.П.Носковой – М.: Педагогика, 2007
6. Психологические вопросы коррекционной работы в коррекционной школе. / Под редакцией Ж.И. Шиф - М.: Педагогика, 2011.
7. Коррекционно – развивающая направленность обучения и воспитания умственно отсталых детей. Сборник научных трудов. – М.: Изд-во МГПИ им. В.И. Ленина, 2003.
8. Дик Н.Ф. Как сохранить и укрепить здоровье младших школьников [Текст] / Н.Ф. Дик. – М.: Феникс, 2008. – 311 с.
9. Дмитриев А.А. Проблемы укрепления здоровья и психофизического развития учащихся начальных классов специальных (коррекционных) школ VIII вида / А.А. Дмитриев, С.И. Веневцев // Диагностика, коррекция, валеология в специальном (коррекционном) образовании. - Красноярск: РИО КГПУ, 1999. - С. 30 - 44.
10. Екжанова Е.А. Коррекционно-развивающее обучение и воспитание [Текст] / Е.А. Екжанова, Е.А. Стребелева. – М.: Просвещение, 2005. – 272 с.
11. Здоровье и образование [Электронный ресурс]: www.valeo.edu.ru

Литература для учащихся

1. Сиканова Н.С. Коррекционно-развивающие занятия, направленные на формирование культуры здоровья и здорового образа жизни детей [Текст] / Н. С. Сиканова, Л. М. Тарасенко // Коррекционная педагогика. – 2010. - №5.- С. 82 - 86.
2. Сермеев, Б.В. Спортсменам о воспитании гибкости /Б.В. Сермеев// Здоровье нации: Сб. материалов Междунар. Науч. Конгр. - М., 1970.- С. 32.
3. Журнал физическая культура в школе. 2012 – 2013год.