

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 № 43 от «29» 08 2020 г.

«Рассмотрено»:
на заседании МО
Протокол № 1
от «27» 08 2020 г.
М.И.И.

«Согласовано»
зам. директора по УВР
Л.В.С. /Станина Л. В./
от «29» 08 2020 г.

«Принято»:
решением педагогического
совета ГБОУ с. Малый
Толкай
Протокол № 1
от «28» 08 2020 г.

**Рабочая программа
по предмету:
«Физическая культура»**

Программу составила:
учитель начальных классов
Самко Полина Сергеевна
Класс: 1

В основу разработки рабочей программы по предмету «Физическая культура» положена «Программы специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждений VIII вида. Подготовительный класс. 1 – 4 классы». Авторы: А. А. Айдарбекова, В. М. Белов, В. В. Воронкова. - под ред. В. В. Воронковой, Москва, Просвещение, 2014 г.

с. Малый Толкай
2020 – 2021 учебный год

Структура рабочей программы.

1. Пояснительная записка.
2. Общая характеристика учебного предмета.
3. Место учебного предмета в учебном плане.
4. Планируемые результаты освоения рабочей программы.
5. Содержание учебного предмета.
6. Календарно – тематическое планирование.
7. Описание материально – технического оснащения.
8. Приложения. Учебно – методическая литература.

1. Пояснительная записка

1.1. Рабочая программа по физической культуре для 1 класса составлена на основании следующих нормативно – правовых документов:

1. Федерального закона Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»

2. Приказа от 30 августа 2013г. № 1015 « Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным образовательным программам – образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования».

3. Приказа Министерства образования и науки РФ №1599 «Об утверждении ФГОС образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) от 19 декабря 2014 года.

4. Учебного плана ГБОУ школы-интерната с. Малый Толкай на 2020-2021 учебный год.

5. АООП образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (вариант 1).

6. Положение о рабочих программах отдельных учебных предметов (курсов), коррекционных курсов, внеурочной деятельности государственного бюджетного общеобразовательного учреждения Самарской области «Школа – интернат для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья с. Малый Толкай, утвержденное приказом №58/20 от 01.09.2016 г.

1.2. Целевая аудитория.

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

1.3. Срок реализации рабочей программы: 1 год (2020 – 2021 учебный год).

1.4. Цели образования с учетом специфики учебного предмета.

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

Задачи:

- овладение техникой основных движений в ходьбе, беге, прыжках, метаниях, гимнастических, легкоатлетических упражнениях и подвижных играх;
- формирование основ гигиенических знаний, знаний о технике безопасности на занятиях физической культурой и технике выполнения физических упражнений;

- формирование устойчивого интереса к физической культуре и воспитание нравственных качеств и свойств личности;
- развитие физических способностей ребенка: координационных, скоростных, силовых, общей выносливости, гибкости;
- развитие возможности систем организма и направлены на профилактику и коррекцию соматических заболеваний и нарушений здоровья.

2. 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).

Одним из ведущих требований к проведению уроков физкультуры является широкое использование дифференцированного и индивидуального подхода к обучающимся.

Оценки по предмету «Физическая культура» в 1 классе не выставляются. В соответствии с требованиями Стандарта для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) оценке подлежат личностные и предметные результаты.

В 1 классе в конце первого полугодия и в конце учебного года проводится мониторинг БУД

Программа оценивания включает полный перечень результатов, прописанных в тексте ФГОС, которые выступают в качестве критериев оценки учащихся.

Система бальной оценки результатов : 0 баллов — нет фиксируемой динамики; 1 балл — минимальная динамика; 2 балла — удовлетворительная динамика; 3 балла — значительная динамика.

Особенности организации учебного процесса.

Учебный процесс организуется в форме урока. Продолжительность урока установлена календарным графиком – 35 минут.

Основные формы проверки: практическое занятие, беседа. В начале учебного года проводится диагностическая беседа, которая позволяет выявить уровень сохранности ЗУН (знаний, умений и навыков) за летний период. Задания для данной диагностической беседы совпадают с заданиями итоговой беседы предшествующего года обучения. Результаты данной диагностики позволяют учителю определить запас знаний и умений обучающихся, выявить пробелы, затруднения и откорректировать календарно – тематическое планирование, правильно выбрав темы для повторения ранее изученного. В конце изучения раздела, темы, в конце каждой четверти и года проводятся уроки – закрепления материала. Объем и содержание данных работ определяет сам учитель,

учитывая при этом индивидуальные особенности обучающихся. Кроме этого учитель в начале года заполняет программу индивидуальной коррекционной работы на каждого обучающегося, где прописывает направления коррекционной работы и прогнозируемые результаты, которые тесно связаны с данной рабочей программой. В конце учебного года подводится итог, определяется достижение поставленных целей.

Комментарии к разделам рабочей программы.

Основными разделами для изучения в 1 классе являются следующие: «Основы знаний», «Гимнастика», «Строевые упражнения», «Общеразвивающие упражнения с предметами», «Общеразвивающие и корригирующие упражнения с предметами», «Элементы акробатических упражнений», «Лазанье», «Равновесие», «Ходьба», «Бег», «Прыжки», «Метание», «Общая физическая подготовка», «Коррекционные упражнения», «Игры».

3. 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».

Согласно учебного плана ГБОУ школы – интерната с. Малый Толкай на 2020 – 2021 учебный год на реализацию рабочей программы по предмету «Физическая культура» в 1 классе выделено 3 часа в неделю.

Количество учебных недель, согласно календарного графика - 33.

Срок изучения – 1 год (2020 – 2021 учебный год).

Общее количество часов в год - 100 часов, из них:

в I четверти – 24 часа;

во II четверти – 23 часа;

в III четверти – 27 часов;

в IV четверти - 26 часов.

4. Планируемые результаты освоения рабочей программы.

Планируемые личностные результаты обучения:

- овладение социально-бытовыми навыками, используемыми в повседневной жизни;
- владение навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия;
- овладение навыками сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;

- принятие установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, бережному отношению к материальным и духовным ценностям;
- умение оценивать свое физическое состояние;
- положительное отношение к занятиям физической культурой.

Планируемые предметные результаты обучения

В результате изучения предмета «Физическая культура» обучающийся 1 класса научится:

Минимальный уровень	Достаточный уровень
-выполнять комплекс утренней гимнастики под руководством учителя	- выполнять элементы гимнастики, легкой атлетики, спортивных и подвижных игр
-выполнять основные правила поведения на уроках физической культуры	- выполнять комплекс упражнений для формирования правильной осанки и развития мышц туловища
- выполнять несложные упражнения по словесной инструкции	- выполнять основные двигательные действия в соответствии с заданием учителя: бег, ходьба, прыжки и др.
- взаимодействовать со сверстниками в организации и проведении подвижных игр, элементов соревнований; участвовать в подвижных играх и эстафетах под руководством учителя	- подавать и выполнять строевые команды, вести подсчёта при выполнении общеразвивающих упражнений
- выполнять правила бережного обращения с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности в процессе участия в физкультурно-спортивных мероприятиях.	- участвовать со сверстниками в подвижных играх и эстафетах; - оказывать посильную помощь и поддержку сверстникам в процессе участия в подвижных играх и соревнованиях
	- использовать различный спортивный инвентарь в основных видах двигательной активности и применять его в практической деятельности
	-применять правила бережного обращения с инвентарём и оборудованием в повседневной жизни
	- соблюдать требования техники безопасности в процессе участия в физкультурно-спортивных мероприятиях

В календарно – тематическом планировании в графе «планируемые результаты» прописан достаточный уровень.

5. Содержание учебного предмета.

1. Основы знаний.

Правила поведения в физкультурном зале, на спортивной площадке.

Название снарядов и гимнастических элементов, понятие о правильной осанке, ходьбе, беге, метании, прыжках.

Правила безопасности при занятиях физическими упражнениями.

2. Гимнастика.

Основная стойка.

3. Строевые упражнения.

Построение в колонну по одному, равнение в затылок.

Построение в одну шеренгу, равнение по разметке.

Перестроение из одной шеренги в круг, взявшись за руки.

Размыкание на вытянутые руки в шеренге, в колонне.

Повороты по ориентирам.

Выполнение команд: «Встать!», «Сесть!», «Пошли!», «Побежали!», «Остановились!».

4. Общеразвивающие упражнения без предметов.

Основные положения и движения рук, ног, туловища, головы, выполняемые на месте и в движении.

Сочетание движений ног, туловища с одноименными и разноименными движениями рук.

Дыхательные упражнения и упражнения для формирования правильной осанки.

Простые комплексы общеразвивающих и корригирующих упражнений.

5. Общеразвивающие и корригирующие упражнения с предметами.

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

6. Элементы акробатических упражнений.

Группировка лежа на спине, в упоре стоя на коленях. Перекаты в положении лежа в разные стороны.

7. Лазанье.

Передвижение на четвереньках по коридору шириной 20—25 см, по гимнастической скамейке.

Произвольное лазанье по гимнастической стенке, не пропуская реек.

Подлезание под препятствие и перелезание через горку матов и гимнастическую скамейку.

8. Равновесие.

Ходьба по коридору шириной 20 см. Стойка на носках (3—4 с). Ходьба по гимнастической скамейке с различным положением рук. Кружение на месте и в движении.

9. Ходьба.

Ходьба по заданным направлениям в медленном темпе. Ходьба парами, взявшись за руки. Ходьба с сохранением правильной осанки, на носках, на пятках, на внутреннем и внешнем своде стопы. Ходьба в чередовании с

бегом.

10.Бег.

Медленный бег с сохранением осанки, в колонне за учителем с изменением направлений. Перебежки группами и по одному. Чередование бега с ходьбой до 30 м (15м — бег, 15м — ходьба).

11.Прыжки.

Прыжки в длину с места (с широким использованием подводящих, различных по форме прыжков).

12.Метание.

Подготовка кистей рук к метанию. Упражнения на правильный захват мяча, своевременное освобождение (выпуск) его. Броски и ловля мячей. Метание малого мяча с места правой и левой рукой.

13.Общая физическая подготовка.

Специальные и коррекционные упражнения, направленные на формирование правильной осанки, профилактику нарушения зрения, развитие систем дыхания и кровообращения, на развитие физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости, координации).

Упражнения общей физической направленности на развитие физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости).

Занятия на тренажерах.

14.Коррекционные упражнения (для развития пространственно-временной дифференцировки и точности движений).

Построение в обозначенном месте (в кругах, в квадратах).

Построение в колонну с интервалом на вытянутые руки.

Построение в круг по ориентиру.

Увеличение и уменьшение круга движением вперед, назад, на ориентир, предложенный учителем.

Шаг вперед, назад, в сторону и воспроизведение его с закрытыми глазами.

Ходьба по ориентирам, начертанным на полу.

Прыжок в длину с места в ориентир.

15.Игры

6. Календарно – тематическое планирование по предмету «Физическая культура», 1 класс

№	Содержание изучаемого материала	Кол-во часов	Дата	Планируемый результат	Средства обучения	Деятельность обучающихся	Направления коррекционно-развивающей работы
1 четверть (24ч)							
1.	Техника безопасности на уроках физкультуры. Построение в одну шеренгу.	1ч	2.09	Запомнят правила безопасности во время занятий.	Мел, свисток	Слушают инструкции, учатся построению	Коррекция процессов памяти на основе упражнений в запоминании
2.	Перестроение из одной шеренги в круг, взявшись за руки.	1ч	3.09	Научатся перестраиваться из шеренги в круг.	Мел, свисток	Выполняют ОРУ, перестраиваются из шеренги в круг.	Коррекция глазомера на основе упражнений на ориентировку в пространстве
3.	Медленный бег с сохранением осанки. Игра «Слушай сигнал».	1ч	4.09	Научатся бегу с сохранением осанки.	Мел, свисток	Выполняют ОРУ, бегают, участвуют в игре.	Коррекция памяти на основе упражнений в воспроизведении
4-5.	Перебежки группами и по одному. Прыжки в длину с места.	2ч	9, 10.09	Научатся перебежкам.	Мячи, скакалки	Выполняют ОРУ, учатся перебежкам, прыгают в длину	Развитие точности восприятия на основе упражнений в

						с места.	координации движений
6.	Медленный бег. Игра «Запомни порядок».	1ч	16.09	Научатся медленному бегу.	Мячи, кегли	Выполняют ОРУ, слушают объяснение, бегают, играют.	Коррекция памяти на основе упражнений в воспроизведении
7-8.	Ходьба с сохранением правильной осанки на носках, на пятках.	2ч	17, 18.09	Научатся ходьбе с сохранением осанки.	Мячи, кегли	Выполняют ОРУ, держат правильную осанку при ходьбе.	Коррекция процессов памяти на основе упражнений в запоминании
9-10	Чередование ходьбы и бега.	2ч	23, 24.09	Научатся чередовать бег и ходьбу.	Свисток	Выполняют ОРУ, слушают объяснение, чередуют ходьбу и бег.	Коррекция внимания на основе упражнений на сравнение и узнавание
11.	Медленный бег с сохранением осанки в колонне. Прыжки в длину с места.	1ч	25.09	Научатся медленному бегу, прыжкам в длину с места.	Гимнастические скамейки	Выполняют ОРУ, слушают объяснение, выполняют бег, прыгают в длину с места.	Коррекция памяти на основе упражнений в воспроизведении
12-13	Чередование ходьбы и бега. Прыжки в длину с места.	2ч	30.09 1.10	Научатся чередовать ходьбу и бег.	Мел, свисток	Выполняют ОРУ, чередуют бег, ходьбу, прыгают в длину с места.	Коррекция внимания на основе упражнений на сравнение и

							узнавании
14-15	Размыкание на вытянутые руки в колонне, в шеренге. Подвижные игры с мячом.	2ч	2, 7.10	Научатся размыкать руки в шеренге, колонне.	Мячи	Выполняют ОРУ, выполняют упражнения на размыкание на вытянутые руки	Развитие точности восприятия на основе упражнений в координации движений
16-17	Прыжки в длину с места. Игра «Космонавты».	2ч	8, 9.10	Научатся прыгать в длину с места	Мячи	Выполняют ОРУ, прыжки в длину с места.	Развитие точности восприятия на основе упражнений в координации движений
18-19	Метание м/мяч с места правой и левой рукой.	2ч	14, 15.10	Научатся метать м/мяч.	Малые мячи	Выполняют ОРУ, слушают объяснение, метают мяч.	Коррекция памяти на основе упражнений в воспроизведении
20-21	Повороты по ориентирам. Ходьба по заданным ориентирам в медленном темпе.	2ч	16, 21.10	Научатся ходить по заданным ориентирам.	Кегли	Выполняют ОРУ, повороты, ходят по заданным ориентирам.	Коррекция глазомера на основе упражнений на ориентировку в пространстве
22-23	Эстафеты с предметами.	2ч	22, 23.10	Научатся участвовать в эстафетах.	Скамейки, кегли, скакалки, маты.	Выполняют ОРУ, участвуют в эстафетах.	Развитие навыков коммуникативного общения

24.	Построение в колонну по одному, равнение в затылок. Перебежки группами.	1ч	5.11	Научатся строиться в колонну по одному.		Выполняют ОРУ, построение в колонну по одному.	Коррекция пространственных отношений на основе упражнений в координации движений
2 четверть (23ч)							
25	Построение в колонну по одному, равнение в затылок. Перебежки группами.	1ч	6.11	Научатся строиться в колонну по одному.	Кегли	Выполняют ОРУ, построение в колонну по одному.	Развитие навыков коммуникативного общения
26-27	Перестроение из одной шеренги в круг, взявшись за руки. Прыжки в длину с места.	2ч	11, 12.11	Научатся перестраиваться из шеренги в круг.	Скакалки	Выполняют ОРУ, перестроение из одной шеренги в круг	Коррекция образной памяти на основе упражнений в установлении логических связей
28	Бег 30м. Подвижные игры с мячом.	1ч	13.11	Научатся бегать на расстояние 30м.	Мячи	Выполняют ОРУ, бег на 30м, участвуют в игре.	Коррекция памяти на основе упражнений в воспроизведении
29	Эстафеты с предметами.	1ч	18.11	Научатся участвовать в эстафетах.	Скамейки, кегли, скакалки, маты	Выполняют ОРУ, участвуют в эстафетах.	Развитие навыков коммуникативного общения

30-31	Выполнение команд «Встать», «Сесть», «Пошли», «Побежали».	2ч	19, 20.11	Научатся выполнять команды.	Кегли, скакалки, маты	Выполняют ОРУ, команды.	Коррекция слухового внимания
32	Передвижение на четвереньках. Игры на внимание.	1ч	25.11	Научатся передвигаться на четвереньках.	Маты	Выполняют ОРУ, передвигаются на четвереньках, участвуют в игре.	Коррекция пространственных отношений на основе упражнений в координации движений
33-34	Перестроение из 1 шеренги в круг, взявшись за руки. Комплекс упражнений с м/мячами.	2ч	26, 27.11	Повторят перестраивание из шеренги в круг.	Малые мячи	Выполняют ОРУ, перестраиваются из шеренги в круг.	Коррекция процессов памяти на основе упражнений в запоминании
35-36	Упражнения на осанку. Подлезание под препятствие	2ч	2.12 3.12	Научатся выполнять упражнения.	Гимнастические скамейки	Выполняют ОРУ, подлезают под гимнастическую скамейку, стул.	Развитие общей моторики
37	Размыкание на вытянутые руки в шеренге, в колонне. Подвижные игры с бегом и прыжками.	1ч	4.12	Научатся размыканию на вытянутые руки	Мячи	Выполняют ОРУ, выполняют упражнения на размыкание на	Развитие пространственных представлений

						вытянутые руки.	
38-39	Повороты по ориентирам. Подлезание под препятствие.	2ч	9.12 10.12	Закрепят умение поворотам по ориентирам.	Кегли, скамейки	Выполняют ОРУ, повороты по ориентирам, подлезают под препятствия.	Коррекция внимания на основе упражнений на различение
40	Строевые упражнения. Чередование бега и ходьбы.	1ч	11.12	Научатся выполнять строевые упражнения.	Кегли, скакалки, маты	Выполняют ОРУ, бегают, ходят, выполняют строевые упражнения.	Коррекция внимания на основе упражнений на сравнение
41	Медленный бег с сохранением осанки, в колонне за учителем.	1ч	16.12	Закрепят умение бегать с сохранением осанки.	Кегли, скакалки, маты	Выполняют ОРУ, бегают с сохранением осанки.	Коррекция пространственных отношений на основе упражнений в координации движений
42	Размыкание на вытянутые руки в шеренге, в колонне. Подвижные игры с мячом	1ч	17.12	Закрепят умение размыкать на вытянутые руки в колонне, шеренге.	Мячи	Выполняют ОРУ, выполняют упражнения на размыкание на вытянутые руки в шеренге, колонне.	Коррекция процессов памяти на основе упражнений в запоминании

43-44	ОРУ с гимнастическими палками. Лазание по гимнастической скамейке.	2ч	18, 23.12	Научатся выполнять ОРУ.	Гимнастические палки	Выполняют ОРУ, лазают по гимнастической скамейке.	Коррекция пространственных отношений на основе упражнений в координации движений
45-46.	Строевые упражнения. Занятие с большими мячами.	2ч	24, 25.12	Научатся выполнять строевые упражнения.		Выполняют ОРУ, прыгают на мячах	Коррекция памяти на основе упражнений в воспроизведении
47	Подлезание под препятствие. Игра «Петрушка»	1ч	13.01	Научатся подлезать под препятствия.	Гимнастические палки, мячи, кегли, скакалки	Выполняют ОРУ, подлезают под гимнастическую скамейку.	Коррекция пространственных отношений на основе упражнений в координации движений
3 четверть (27ч)							
48-49.	Передвижение на четвереньках по гимнастической скамейке. Занятия на тренажерах	2ч	14, 15.01	Научатся передвигаться на четвереньках по скамейке.	Скамейки, тренажеры.	Передвигаются на четвереньках, занимаются на тренажерах.	Коррекция пространственных отношений
50.	Лазание по скамейке. Перелезание через скамейку с опорой	1ч	20.01	Научатся лазать по скамейке.	Скамейки	Лазают по скамейке, перелезают через неё.	Коррекция пространственных отношений на основе

	на одну руку.						упражнений в координации движений
51.	Построение в колонну по одному, равнение в затылок. Подвижные игры с мячом.	1ч	21.01	Научатся строиться в колонну.	Мячи	Строятся в колонну, участвуют в игре.	Коррекция процессов памяти на основе упражнений в запоминании
52-54	Занятия на тренажерах.	3ч	22, 27, 28.01	Усвоят правила занятий на тренажерах.	Тренажеры	Занимаются на тренажерах.	Коррекция пространственных отношений на основе упражнений в координации движений
55-56	Перекаты в положении лежа в разные стороны.	2ч	29.01 3.02	Научатся выполнять перекаты.	Маты	Выполняют перекаты	Коррекция процессов памяти на основе упражнений в запоминании
57-58	Эстафеты с предметами	2ч	4.02 5.02	Закрепят умение участвовать в эстафетах	Кегли, мячи, скакалки	Участвуют в эстафетах	Развитие навыков коммуникативного общения
59.	. Ходьба по скамейке с различным положением рук.	1ч	17.02	Закрепят умение ходить по скамейке.	Скамейки	Ходят по скамейке, участвуют в играх.	Развитие точности восприятия на основе упражнений в координации

							движений
60	Подвижные игры с мячом.	1ч	18.02	Закрепят умение играть в игры с мячом.	Мячи	Участвуют в играх с мячом.	Развитие навыков коммуникативного общения
61.	Эстафеты с предметами.	1ч	19.02	Закрепят умение участвовать в эстафетах	Кегли, мячи, скакалки	Участвуют в эстафетах	Развитие навыков коммуникативного общения
62	Ходьба парами, взявшись за руки. Перебежки группами.	1ч	24.02	Закрепят умение ходить парами.		Ходят парами, выполняют перебежки.	Коррекция памяти на основе упражнений в воспроизведении
63-64	Эстафеты с преодолением препятствий	2ч	25.02 26.02	Закрепят умение участвовать в эстафетах	Кегли, мячи, скакалки, скамейки, обручи	Участвуют в эстафетах.	Развитие общей и мелкой моторики
65-66	Равновесие на гимнастической скамейке. Упражнения с м/мячами	2ч	3.03 4.03	Научатся ходить по скамейке, удерживая равновесие.	Скамейки. мячи	Ходят по скамейке, выполняют упражнения с мячами.	Развитие двигательной активности
67-68.	Прыжки со скакалкой. Подвижные игры.	2ч	5.03 10.03	Научатся прыгать через скакалку	Скакалки	Прыгают через скакалку, участвуют в играх.	Коррекция образной памяти на основе упражнений в установлении логических связей
69.	Строевые упражнения.	1ч	11.03	Научатся выполнять	Скамейки. мячи	Выполняют ОРУ, строевые	Коррекция вестибулярной

				строевые упражнения.		упражнения.	устойчивости на основе упражнений в равновесии
70.	Эстафеты с мячами.	1ч	12.03	Закрепят умение участвовать в эстафетах.	Мячи	Участвуют в эстафетах, выполняют ОРУ.	Развитие эмоционально-волевой сферы
71.	Стойка на носках (3-4с).	1ч	17.03	Научатся выполнять стойку на носках.	Мячи	Выполняют ОРУ, стойку на носках.	Коррекция процессов памяти на основе упражнений в запоминании
72.	Эстафеты с предметами.	1ч	18.03	Закрепят умение участвовать в эстафетах.	Кегли, мячи, скакалки, скамейки, обручи	Участвуют в эстафетах.	Развитие навыков коммуникативного общения
73-74.	Ходьба по заданным направлениям в медленном темпе.	2ч	19.03 31.03	Научатся ходить по заданным направлениям.	Скамейки. мячи	Выполняют ОРУ, ходят по заданным направлениям по залу.	Развитие пространственного восприятия
4 четверть (26ч)							
75.	Медленный бег с сохранением осанки.	1ч	1.04	Закрепят умение выполнять бег.	Гимнастические палки	Выполняют ОРУ, бегают, участвуют в игре.	Развитие двигательных способностей, общей моторики
76	Перебежки группами и по	1ч	2.04	Закрепят умение выполнять	Мячи	Выполняют ОРУ, бегают,	Развитие навыков коммуникативного

	одному.			перебежки		участвуют в игре.	общения
77-78	Строевые упражнения. Ходьба в чередовании с бегом (15м- 15м).	2ч	7.04 8.04	Закрепят умение выполнять строевые упражнения	Гимнастические палки	Выполняют ОРУ, бегают, чередуют ходьбу и бег.	Развитие пространственного восприятия
79-80	Прыжки в длину с места.	2ч	9.04 14.04	Научатся прыгать с места		Выполняют ОРУ, прыгают с места.	Развитие общей моторики
81	Медленный бег с сохранением осанки, в колонне за учителем с изменением направлений. Прыжки в длину с места.	1ч	15.04	Научатся бегу в колонне за учителем.	Гимнастические палки, скакалки	Выполняют ОРУ, бегают, чередуют ходьбу и бег, прыгают.	Развитие точности восприятия на основе упражнений в координации движений
82-83	Метание м/мяча с места правой и левой рукой.	2ч	16.04 21.04	Научатся метанию малого мяча.	Мячи	Выполняют ОРУ, бегают, метают мяч.	Коррекция памяти на основе упражнений в запоминании
84.	Чередование бега с ходьбой до 30м.	1ч	22.04	Закрепят умение чередовать бег и ходьбу.	Гимнастические палки, скакалки	Выполняют ОРУ, бегают, чередуют ходьбу и бег.	Коррекция памяти на основе упражнений в воспроизведении
85	Бег на 30м	1ч	23.04	Научатся бегу на 30м.		Выполняют ОРУ, бегают.	Развитие эмоционально-

							волевой сферы
86-87	Эстафеты с элементами лазанья и перелезання	2ч	28.04 29.04	Закрепят умение лазать и перелезать	Гимнастические палки, скакалки	Выполняют ОРУ, бегают, участвуют в эстафетах.	Развитие общей моторики
88-89	Прыжки в длину с места	2ч	30.04 5.05	Закрепят умение прыгать в длину с места.		Выполняют ОРУ, бегают, прыгают в длину с места.	Развитие точности восприятия на основе упражнений в координации движений
90-91	Эстафеты с предметами	2ч	6.05 7.05	Закрепят умение участвовать в эстафетах.	Кегли, мячи, скакалки, скамейки, обручи	Выполняют ОРУ, бегают, участвуют в эстафетах.	Развитие навыков коммуникативного общения
92	Ходьба по заданным направлениям в медленном темпе.	1ч	12.05	Закрепят умение ходить по заданным направлениям	Кегли, скакалки	Выполняют ОРУ, бегают, ходят по заданным направлениям	Развитие концентрации и распределения внимания
93.	Медленный бег с сохранением осанки, в колонне за учителем с изменением направлений.	1ч	13.05	Закрепят умение бегать в колонне за учителем	Гимнастические палки, скакалки	Выполняют ОРУ, бегают по направлениям, заданным учителем.	Развитие пространственной ориентации
94-95	Строевые упражнения.	2ч	14.05 19.05	Закрепят умение выполнять	Кегли	Выполняют ОРУ, бегают,	Коррекция памяти на основе

	Ходьба в чередовании с бегом (15м- 15м).			строевые упражнения		чередуют ходьбу и бег.	упражнений в воспроизведении
96-100	Подвижные игры.	5ч	20, 21, 26, 27, 28.05		Подвижные игры	Участвуют в играх	Развитие навыков коммуникативного общения

8.Приложения. Учебно – методическая литература.

8.1.Печатные пособия для учителя и обучающихся:

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.

Андрющенко Н. В.Монтессори-педагогика и Монтессори-терапия. — СПб.: Речь, 2010.

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

Евсеев С.ТТ., Шапкова Л. В.Адаптивная физическая культура. — М.: Советский спорт, 2000.

Забрамная С. Д., Исаева Т. Н.Психолого-педагогическая дифференциация детей с умеренной и тяжелой умственной отсталостью // Воспитание и обучение детей с нарушениями развития. — 2009. — № 1. — С. 49-53.

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

Музыкальная гимнастика для пальчиков / Сост. М. Ковалевская, худ. А. Веселов. — СПб.: Союз художников, 2007.

Обучение детей с выраженным недоразвитием интеллекта: Программно-методические материалы / Под ред. И. М. Бгажноковой. — М.: ВЛАДОС, 2010.

8.2.Оборудование и технические средства обучения:

В ресурсное обеспечение программы предполагается использование следующего оборудования:

1. -Ноутбук Lenovo
2. -Мячи;
3. - Скакалки;
4. - Кегли;
5. - Гимнастические палки;
6. - Обручи