

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 № 50/1 от 31.08.2023г.

«Рассмотрено»:
на заседании МО
Протокол № _1____
от 29.08.2023 г
руководитель МО _____

«Согласовано»
зам. директора по УВР
_____/Станина Л.В.
30.08.2023г.

«Принято»:
решением педагогического
совета ГБОУ с. Малый Толкай
Протокол №1 от 30.08.2023г.

**Рабочая программа
по предмету:
«Адаптивная физическая культура»**

Программу составила: учитель
Левашкина Вера Леонтьевна
Квалификационная категория: высшая
Класс: 1

В основу разработки рабочей программы по предмету «Физическая культура» положены Программы специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждений VIII вида под редакцией Воронковой В.В. 2014 года издания.

с.Малый Толкай
2023 -2024 учебный год

1. Пояснительная записка

Рабочая программа учебного предмета «Адаптивная физическая культура» разработана на основе:

1. Закон РФ от 29 декабря 2012 г. №273 – ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
2. Приказ от 19 декабря 2013 г. № 1599 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).
3. Адаптированная основная общеобразовательная программа образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (АООП ОО УО 1 вариант) для 1-4 классов ГБОУ школы-интерната с.Малый Толкай.
4. Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования, утвержденным приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 22.03.2021 года №115
5. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 11.02.2022 № 69 "О внесении изменений в Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования, утвержденный приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 22 марта 2021 г. № 115"
6. Санитарные правила СП 2.4.3648-20- «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 .
7. Положение о рабочих программах отдельных учебных предметов (курсов), коррекционных курсов, внеурочной деятельности ГБОУ школы-интерната с.Малый Толкай . (приказ №59/16 от 30.08.2021г)
8. «Программы специальных (коррекционных) образовательных учреждений 8 вида. Подготовительный, 1-4 классы» - Под ред. В.В.Воронковой – Москва: Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС , 2014 год.

9. Учебный план ГБОУ школы-интерната с.Малый Толкай на 2023-2024 учебный год.

Рабочая программа по предмету «Адаптивная физическая культура» предназначена для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (вариант 1) 1 класса.

Срок реализации программы по предмету - 2023-2024 учебный год.

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

Данная цель конкретизируется в виде последовательного решения следующих задач:

1. Образовательные задачи включают два основных аспекта:
 - 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.
2. Воспитательные задачи направлены на формирование устойчивого интереса к физической культуре и воспитание нравственных качеств и свойств личности.
3. Развивающие задачи концентрируются в области развития физических способностей ребенка: координационных, скоростных, силовых, общей выносливости, гибкости.
4. Оздоровительные задачи призваны развивать возможности систем организма и направлены на профилактику и коррекцию соматических заболеваний и нарушений здоровья.
5. Коррекционные задачи направлены на коррекцию двигательных нарушений и развитие волевой сферы.

Поставленные задачи могут быть решены только всей совокупностью урочной и внеурочной деятельности, приобретением опыта социального взаимодействия в процессе проведения массовых спортивных состязаний.

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.

Обучающиеся 1 класса распределены по специально – медицинским группам здоровья

1 класс			
Классный руководитель Левашкина Вера Леонтьевна			
1	Андреев Глеб	24.12.2014	III-спец.А
2	Иждеров Булат	01.09.2014	III-спец.А.
3	Пискунова Милана	17.02.2015	III-осн.
4	Плотников Илья	28.07.2014	III-осн.
5	Сульдина Анаит	28.09.2013	IV-спец.А
6	Кузьмин Дима	30.07.2014	III-спец.Б
7	Телегина Руслана	23.10.2014	III-осн
	Итого 7 человек		

Принадлежность к каждой из групп определяет режим занятий физической культурой, который наиболее соответствует их состоянию здоровья.

Каждая из групп предусматривает ограничение объема физической нагрузки, степень которой зависит от состояния здоровья данного ребенка, его заболевания и других критериев состояния организма

Знание особенности детей, относящихся к специальным группам, дает учителю возможность организовывать и строить урок удобным для детей способом.

Так, обучающиеся группы «А» и основной группы здоровья, осваивают программу по физической культуре для 1 класса. Обучающиеся группы «Б» занимаются совместно с классом, по программе ЛФК. Каждый урок физической

культуры для группы «Б» содержит упражнения для профилактики плоскостопия, формирования правильной осанки, упражнения на равновесие, упражнения на развитие и укрепление различных групп мышц, дыхательные упражнения

Поэтому особое внимание на уроках физической культуры уделяется личностно-ориентированному, индивидуальному подходу в определении физической нагрузки для каждого обучающегося.

Предусмотрены следующие виды работы и формы учебных занятий для всех групп здоровья:

- беседы о содержании и значении физических упражнений для повышения качества здоровья и коррекции нарушенных функций;
- выполнение физических упражнений на основе показа учителя;
- выполнение физических упражнений без зрительного сопровождения со словесной инструкцией учителя;
- самостоятельное выполнение упражнений;
- занятия в тренирующем режиме;
- развитие двигательных качеств на программном материале гимнастики, лёгкой атлетики, лыжной подготовки, формирование двигательных умений и навыков в процессе подвижных игр.

Уроки физической культуры проводятся в спортивном зале, на свежем воздухе при соблюдении санитарно-гигиенических требований.

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».

В соответствии с годовым учебным планом образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) 1 класса, курс предмета «Физическая культура» рассчитан на 97 часов.

1 четверть-24ч

2 четверть-23ч

3 четверть -29ч

4 четверть- 21ч

Количество часов в неделю, отводимых на изучение предмета «Физическая культура» в 1 классе определено недельным учебным планом образования обучающихся и составляет 3 часа в неделю.

4. Личностные и предметные результаты освоения предмета

Предметные результаты

Минимальный уровень:

имеет представления о физической культуре как средстве укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;

выполняет комплекс утренней гимнастики под руководством педагогического работника;

знает основные правила поведения на уроках физической культуры и осознанное их применение;

выполняет несложные упражнения по словесной инструкции при выполнении строевых команд;

знает основные строевые команды; подсчёт при выполнении общеразвивающих упражнений;

взаимодействует со сверстниками в организации и проведении подвижных игр, элементов соревнований; участие в подвижных играх и эстафетах под руководством педагогического работника;

знает правил бережного обращения с инвентарём и оборудованием, соблюдение требований техники безопасности в процессе участия в физкультурно-спортивных мероприятиях.

Достаточный уровень:

освоит элементы гимнастики, легкой атлетики, лыжной подготовки, спортивных и подвижных игр и других видов физической культуры; самостоятельное выполнение комплексов утренней гимнастики; владение комплексами упражнений для формирования правильной осанки и развития мышц туловища; участие в оздоровительных занятиях в режиме дня (физкультминутки);

выполняет основные двигательные действия в соответствии с заданием педагогического работника: бег, ходьба, прыжки;

выполнет строевые команды, ведение подсчёта при выполнении общеразвивающих упражнений.

участвует со сверстниками в подвижных играх и эстафетах;

оказывает посильную помощь и поддержку сверстникам в процессе участия в подвижных играх и соревнованиях;

знает спортивные традиции своего народа и других народов;;

знает правила и техники выполнения двигательных действий, применяет усвоенные правил при выполнении двигательных действий под руководством педагогического работника;

знает и применяет правила бережного обращения с инвентарём и оборудованием в повседневной жизни;

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

Базовые учебные действия, сформированные к концу реализации программы

Личностные учебные действия

Обучающийся научится:

- осознавать себя как ученика, заинтересованного посещением школы, обучением, занятиями, как члена семьи, одноклассника, друга;
- самостоятельности в выполнении учебных заданий, поручений, договорённостей;
- понимать личную ответственность за свои поступки на основе представлений об этических нормах и правилах поведения в современном обществе
- осознавать себя как гражданина России;
- владеть начальными навыками адаптации с использованием языковых средств;
- владеть социально-бытовыми навыками, используемыми в повседневной жизни, языковыми средствами;
- владеть навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия на уроках физической культуры;
- принимать социальную роль обучающегося, проявлять социально значимые мотивы учебной деятельности на уроках физической культуры;
- сотрудничать с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях на уроках физкультуры;
- проявлять доброжелательность, эмоционально-нравственную отзывчивость и взаимопомощь, проявлять сопереживание к чувствам других людей;

Коммуникативные учебные действия

Обучающийся научится:

- вступать в контакт и работать в коллективе (учитель–ученик, ученик–ученик, ученик–класс, учитель–класс);
- использовать принятые ритуалы социального взаимодействия с одноклассниками и учителем;
- обращаться за помощью и принимать помощь;
- слушать и понимать инструкцию к учебному заданию в разных видах деятельности и быту;
- сотрудничать с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;
- доброжелательно относиться, сопереживать, конструктивно взаимодействовать с людьми.

Регулятивные учебные действия

Обучающийся научится:

- адекватно соблюдать ритуалы школьного поведения (поднимать руку, вставать и выходить из-за парты и т. д.);
- принимать цели и произвольно включаться в деятельность, следовать предложенному плану и работать в общем темпе;
- активно участвовать в деятельности, контролировать и оценивать свои действия и действия одноклассников;

Познавательные учебные действия

Обучающийся научится:

- выделять некоторые существенные, общие и отличительные свойства хорошо знакомых предметов;
- устанавливать видо-родовые отношения предметов;
- делать простейшие обобщения, сравнивать, классифицировать на наглядном материале;
- пользоваться знаками, символами;
- наблюдать под руководством взрослого за предметами и явлениями окружающей действительности;

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 «Физкультура»

№	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	1.09	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	5.09	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	6.09	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	12, 13. 09	Научатся перебежкам.	Мячи, скакалки	Выполняют ОРУ, учатся перебежкам, прыгают в длину с места.	Развитие точности восприятия на основе упражнений в координации движений
6.	Медленный бег. Игра «Запомни порядок».	1ч	15.09	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	19,20. 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	22,26. 09	Научатся чередовать бег и ходьбу.	Свисток	Выполняют ОРУ, слушают объяснение, чередуют ходьбу и бег.	Коррекция внимания на основе упражнений на сравнение и узнавании
11.	Медленный бег с сохранением осанки в колонне. Прыжки	1ч	27.09	Научатся медленному бегу, прыжкам в длину	Гимнастические скамейки	Выполняют ОРУ, слушают объяснение, выполняют бег,	Коррекция памяти на основе упражнений в

	в длину с места.			с места.		прыгают в длину с места.	воспроизведении
12-13	Чередование ходьбы и бега. Прыжки в длину с места.	2ч	29, 3.10	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	4, 6.10	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	10,11.10	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	13,17. 10	Научатся метать м/мяч.	Малые мячи	Выполняют ОРУ, слушают объяснение,	Коррекция памяти на основе упражнений в воспроизведении

						метают мяч.	
20-21	Повороты по ориентирам. Ходьба по заданным ориентирам в медленном темпе.	2ч	18,20. 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	24,25. 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	27.10	Научатся строиться в колонну по одному.		Выполняют ОРУ, построение в колонну по одному.	Коррекция пространственных отношений на основе упражнений в координации движений
25	Построение в колонну по одному, равнение в затылок. Перебежки группами.	1ч	7.11	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	8,10.11	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	14.11	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	15.11	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	17,21.11	Научатся выполнять команды.	Кегли, скакалки, маты	Выполняют ОРУ, команды.	Коррекция слухового внимания
32	Передвижение на четвереньках. Игры на внимание.	1ч	22.11	Научатся передвигаться на четвереньках.	Маты	Выполняют ОРУ, передвигаются на четвереньках, участвуют в	Коррекция пространственных отношений на основе

						игре.	упражнений в координации движений
33-34	Перестроение из 1 шеренги в круг, взявшись за руки. Комплекс упражнений с м/мячами.	2ч	24,28.11	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	29.11.12	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	5.12	Научатся размыканию на вытянутые руки	Мячи	Выполняют ОРУ, выполняют упражнения на размыкание на вытянутые руки.	Развитие пространственных представлений
38-39	Повороты по ориентирам. Подлезание под препятствие.	2ч	6,8.12	Закрепят умение поворотам по ориентирам.	Кегли, скамейки	Выполняют ОРУ, повороты по ориентирам, подлезают под	Коррекция внимания на основе упражнений на различение

						препятствия.	
40	Строевые упражнения. Чередование бега и ходьбы.	1ч	12.12	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	13.12	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	15.12	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	2ч	19,20.12	Научатся выполнять ОРУ.	Гимнастические палки	Выполняют ОРУ, лазают по гимнастической	Коррекция пространственных отношений на основе

	скамейке.					скамейке.	упражнений в координации движений
45-46.	Строевые упражнения. Занятие с большими мячами.	2ч	22,26.12	Научатся выполнять строевые упражнения.		Выполняют ОРУ, прыгают на мячах	Коррекция памяти на основе упражнений в воспроизведении
47	Подлезание под препятствие. Игра «Петрушка	1ч	27.12	Научатся подлезать под препятствия.	Гимнастические палки, мячи, кегли, скакалки	Выполняют ОРУ, подлезают под гимнастическую скамейку.	Коррекция пространственных отношений на основе упражнений в координации движений
48-49.	Передвижение на четвереньках по гимнастической скамейке. Занятия на тренажерах	2ч	9.10.01	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	12.01	Научатся лазать по скамейке.	Скамейки	Лазают по скамейке, перелезают через	Коррекция пространственных отношений на основе

	на одну руку.					неё.	упражнений в координации движений
51.	Построение в колонну по одному, равнение в затылок. Подвижные игры с мячом.	1ч	16.01	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	17,19, 23.01	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	24,26.01	Научатся выполнять перекаты.	Маты	Выполняют перекаты	Коррекция процессов памяти на основе упражнений в запоминании
57-58	Эстафеты с предметами	2ч	30.01 31.01	Закрепят умение участвовать в эстафетах	Кегли, мячи, скакалки	Участвуют в эстафетах	Развитие навыков коммуникативного общения

59.	. Ходьба по скамейке с различным положением рук.	1ч	2.02	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	6..01	Закрепят умение играть в игры с мячом.	Мячи	Участвуют в играх с мячом.	Развитие навыков коммуникативного общения
61.	Эстафеты с предметами.	1ч	7.02	Закрепят умение участвовать в эстафетах	Кегли, мячи, скакалки	Участвуют в эстафетах	Развитие навыков коммуникативного общения
62	Ходьба парами, взявшись за руки. Перебежки группами.	1ч	9.02	Закрепят умение ходить парами.		Ходят парами, выполняют перебежки.	Коррекция памяти на основе упражнений в воспроизведении
63-64	Эстафеты с преодолением препятствий	2ч	13,14.02	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	2ч	16, 27.02	Научатся ходить по скамейке, удерживая	Скамейки. мячи	Ходят по скамейке, выполняют упражнения с	Развитие двигательной активности

	м/мячами			равновесие.		мячами.	
67-68.	Прыжки со скакалкой. Подвижные игры.	2ч	28.02 1.03	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	5.03	Научатся выполнять строевые упражнения.	Скамейки. мячи	Выполняют ОРУ, строевые упражнения.	Коррекция вестибулярной устойчивости на основе упражнений в равновесии
70.	Эстафеты с мячами.	1ч	6.03	Закрепят умение участвовать в эстафетах.	Мячи	Участвуют в эстафетах, выполняют ОРУ.	Развитие эмоционально-волевой сферы
71.	Стойка на носках (3-4с).	1ч	12.03	Научатся выполнять стойку на носках.	Мячи	Выполняют ОРУ, стойку на носках.	Коррекция процессов памяти на основе упражнений в запоминании
72.	Эстафеты с предметами.	1ч	13.03	Закрепят умение участвовать в	Кегли, мячи, скакалки, скамейки,	Участвуют в эстафетах.	Развитие навыков коммуникативного

				эстафетах.	обручи		общения	
73-74.	Ходьба по заданным направлениям в медленном темпе.	2ч	15, 19.03	Научатся ходить по заданным направлениям.	Скамейки. мячи	Выполняют ОРУ, ходят по заданным направлениям по залу.	Развитие пространственного восприятия	
75.	Медленный бег с сохранением осанки.	1ч	20.03		Гимнастические палки	Выполняют ОРУ, бегают, участвуют в игре.	Развитие двигательных способностей, общей моторики	
76	Перебежки группами и по одному.	1ч	22.03	Закрепят умение выполнять перебежки	Мячи	Выполняют ОРУ, бегают, участвуют в игре.	Развитие навыков коммуникативного общения	31.03
77-78	Строевые упражнения. Ходьба в чередовании с бегом (15м- 15м).	2ч	2,3.04	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	5.9.04	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	10.04	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	12,16.04	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	17.04	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	19.04	Научатся бегу на 30м.		Выполняют ОРУ, бегают.	Развитие эмоционально-волевой сферы
86-87	Эстафеты с элементами лазанья и перелезання	2ч	23,24.04	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	26,3.05	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	7.05 8.05	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	14.05	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	15.05	Закрепят умение бегать в колонне за учителем	Гимнастические палки, скакалки	Выполняют ОРУ, бегают по направлениям, заданным учителем.	Развитие пространственной ориентации
94-95	Строевые упражнения. Ходьба в чередовании с	2ч	17,21.05	Закрепят умение выполнять строевые упражнения	Кегли	Выполняют ОРУ, бегают, чередуют ходьбу и бег.	Коррекция памяти на основе упражнений в воспроизведении

	бегом (15м- 15м).						
96-97	Подвижные игры.	4ч	22,24 .05		Подвижные игры	Участвуют в играх	Развитие навыков коммуникативного общения

7. Учебно-методическое обеспечение:

- 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.

2. Учебно-практическое обеспечение:

- Мячи;
- Скакалки;
- Кегли;
- Гимнастические палки;
- Обручи