Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области «Школа-интернат для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья с.Малый Толкай».

Подписан цифровой подписью: Самойлова Т.И.
DN: O=ГБОУ школа-интернат с. Малый Толкай, CN=Самойлова Т.И., E= so_svu_maltol_gscou_internat@samara.edu.ru
Дата: 2023.10.12 15:31:42+04'00'

«Утверждаю»:
к использованию в образовательном процессе
директор школы-интерната:
Самойлова Т.И.
Приказ № 50/1от 31.08. 2023г

«Рассмотрено»
на заседании МО
Протокол № 1
от 29.08.2023г

«Согласовано»
зам. директора по УВР
Станина Л.В.
от 30.08. 2023 г.

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

Рабочая программа по предмету

«Адаптированная физическая культура»

Программу составила: учитель Левашкина Л.В.
Класс: 3

В основу разработки рабочей программы по предмету положены:

Программы специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида подготовительный, 1 – 4классы. Под ред. В.В.Воронковой – Москва: Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС , 2014 год.

с.Малый Толкай

2023-2024 уч. год

I. Пояснительная записка

Рабочая программа учебного предмета «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.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 .
6. 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)
7. «Программы специальных (коррекционных) образовательных учреждений 8 вида. Подготовительный, 1-4 классы» - Под ред. В.В.Воронковой – Москва: Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС , 2014 год.
8.Учебный план ГБОУ школы-интерната с Малый Толкай на 2023-2024 учебный год.
9.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"

Рабочая программа по предмету «Физическая культура» предназначена для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (вариант 1) 3 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.

Задачи программы:

- формировать двигательные умения и навыки

- развивать двигательные способности в процессе обучения;

- раскрыть возможные избирательные способности и интересы обучающихся для освоения доступных видов спортивно-физкультурной деятельности;

- формировать и воспитывать гигиенические навыки при выполнении физических упражнений;

- формировать установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни;

- воспитывать устойчивый интерес к занятиям физическими упражнениями;

- воспитывать нравственные, морально-волевые качества(настойчивость, смелость), навыки культурного поведения.

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

II.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). Обучающиеся 3 класса распределены по специально – медицинским группам здоровья II основная(Женя К.), III-А специальная (Настя К.,), III подготовительная (Захар. З.), III основная (Диана С., Валя М.), IV специальная (Андрей Р.), IV-Б специальная (Андрей К.), IV подготовительная(Ульяна К., Дима Н.). V специальная (Алена С.)

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 3 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.

Результаты освоения предмета «ЛФК» для группы обучающихся «Б» отражены в минимальных уровнях освоения предмета.

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

Оценки по предмету «Физическая культура» в 3 классе выставляются с начала учебного года.

В основе обучения физическим упражнениям просматриваются следующие принципы: индивидуализация и дифференциация процесса обучения; коррекционная направленность обучения; комплексность обучения на основе прогрессивных психолого-педагогических и психолого-физиологических теорий.

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

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

III.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) 3 класса, курс предмета «Физическая культура» рассчитан на 99 часа.

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

IV. Планируемые результаты освоения учебного предмета

Личностные результаты

Обучающийся научится:

- пользоваться средствами укрепления здоровья, понимать значение личного здоровья для здоровья окружающих;
- владеть социально-бытовыми навыками, используемыми в повседневной жизни;
- владеть навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия;
-владеть навыками сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;
-принимать установку на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, бережному отношению к материальным и духовным ценностям;
- оценивать свое физическое состояние;
- положительно относиться к занятиям физической культурой;
- адекватно воспринимать оценку учителя.

Предметные результаты

Достаточный уровень

Обучающийся научится:

- выполнять различные упражнения в построении и перестроении, хорошо ориентируясь в пространстве;
- выполнять упражнения основной гимнастики на месте и в движении;
- выполнять комплексы упражнений ритмической гимнастики и силовой подготовки;
- свободно владеть мячом (разного диаметра), выполнять упражнения в метании на дальность и в цель;
- выполнять ранее изученные виды прыжков, включить их в самостоятельную деятельность;
- сохранять устойчивое равновесие на разновысоких опорах, при выполнении акробатических элементов;
- пользоваться в организованной и свободной деятельности элементами спортивных игр: баскетбола, волейбола, футбола, бадминтона;
- знать и выполнять правила подвижных игр, организовывать их самостоятельно

Минимальный уровень

Обучающийся научится:

- выполнять правила поведения в спортивном зале, на спортивной площадке;
- выполнять построение в колонну по одному, равнение в затылок;

- выполнять построение в одну шеренгу, равнение по разметке;
- выполнять размыкание на вытянутые руки в шеренге, в колонне;
- выполнять повороты по ориентирам;
- выполнять броски и ловлю мячей;
- выполнять метание малого мяча с места правой и левой рукой;
- выполнять прыжок в длину с места в ориентир;
- ударять мяч о пол и ловить его после отскока, подхватывая сначала снизу, затем сверху, ловить мяч поочередно каждой рукой отдельно, потом обеими руками;
-метать в цель, расположенную на высоте 1 м, 1,5 м, 2 м, мячи попеременно, то правой, то левой рукой.
- выполнять комплексы общеразвивающих и корригирующих упражнений с предметами и без предметов;
- выполнять упражнения в равновесии (ходьба по коридору, стойка на носках);

V.Содержание учебного предмета

Основы знаний

Правила поведения в спортзале, на спортивной площадке. Подготовка спортивной формы к занятиям, переодевание.
Название снарядов и гимнастических элементов, понятие о правильной осанке, ходьбе, беге, метании, прыжках.
Значение утренней зарядки. Правила безопасности при занятиях физическими упражнениями.

Гимнастика

Основная стойка.

Строевые упражнения

Построение в шеренгу и равнение по носкам по команде учителя. Выполнение команд: «Равняйсь!», «Смирно!», «Вольно!», «На месте шагом марш!», «Шагом марш!», «Класс, стой!». Перестроение из колонны по одному в круг, двигаясь за учителем. Перестроение из колонны по одному в колонну по двое через середину, взявшись за руки.

Общеразвивающие упражнения без предметов.

Основные положения и движения рук и ног, туловища, головы, выполняемые на месте и в движении. Сочетание движений ног, туловища с одноимёнными и разноимёнными движениями рук.

Дыхательные упражнения и упражнения для формирования правильной осанки.

Простые комплексы общеразвивающих и корригирующих упражнений

Общеразвивающие и корригирующие упражнения с предметами.

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

Элементы акробатических упражнений

Кувырок вперёд по наклонному мату, стойка на лопатках, согнув колени.

Лазанье

Лазанье по наклонной гимнастической скамейке (угол 20 градусов) одноимённым и разноимённым способами. Передвижение на четвереньках по полу и по кругу на скорость и с выполнением заданий (с толканием мяча). Перелезание со скамейки на скамейку произвольным способом.

Висы

В висе на гимнастической стенке сгибание и разгибание ног. Упор на гимнастической стенке в положении стоя, меняя рейки.

Равновесие

Ходьба по гимнастической скамейке с предметами (по выбору), на носках, с различным движением рук, боком, приставными шагами, по наклонной скамейке. Ходьба по полу по начерченной линии.

Ходьба

Ходьба с высоким подниманием бедра, в полуприсиде, с различными положениями рук: на пояс, к плечам, перед грудью, за голову. Ходьба с перешагиванием через предмет (2 – 3 предмета), по разметке.

Бег

Бег на месте с высоким подниманием бедра, на носках (медленно), с преодолением простейших препятствий, бег на скорость до 30 м. Медленный бег до 2 минут.

Прыжки

Прыжки в длину и высоту с шага (с небольшого разбега, 3 – 4 м, в высоту с прямого разбега).

Метание

Метание малого мяча по горизонтальной и вертикальной цели с расстояния 2-6 м с места и на дальность. Броски большого мяча двумя руками из-за головы (в парах).

Лыжная подготовка

Переноска лыж. Ступающий шаг без палок и с палками. Скользящий шаг. Повороты на месте «переступанием» вокруг пяток лыж. Передвижение на лыжах до 600 м (за урок).

Коррекционные упражнения (для развития пространственной временной дифференцировки и точности движений).

Построение в шеренгу с изменением места построения по заданному ориентиру (черта, квадрат, круг). Движение в колонне с изменением направлений по установленным на полу ориентирам. Повороты к ориентирам без контроля зрением в момент поворота. Шаг вперёд, шаг назад, вправо в обозначенное место с открытыми и закрытыми глазами, лазанье по определённым ориентирам, изменение направления лазанья.

Подбрасывание мяча вверх до определённого ориентира. Выполнение исходных положений рук по словесной инструкции учителя. Выполнение различных упражнений без контроля и с контролем зрения.

Подвижные игры

«Отгадай по голосу», «Карусели», «Что изменилось?», «Волшебный мешочек».

Игры с элементами ОРУ

«Салки маршем», «Повторяй за мной», «Верёвочный круг», «Часовые и разведчики».

Игры с бегом и прыжками

«У ребят порядок строгий», «Кто быстрее?», «У медведя во бору», «Пустое место».

Игры с бросанием, ловлей и метанием

«Охотники и утки», «Кто дальше бросит?»

VI.Календарно-тематическое планирование

№	Содержание изучаемого материала	Кол-во часов	Дата	Планируемый результат	Средства обучения	Деятельность обучающихся	Направления коррекционно-развивающей работы
1 четверть – 24ч							
1	Инструктаж по ТБ. Ходьба под счет. Ходьба на носках, на пятках.	1	1.09	Умеют применять на практике знания о личной гигиене и режиме дня.		Повторяют правила поведения и безопасности во время занятий.	Коррекция процессов памяти на основе упражнений в запоминании.
2	Ходьба и бег.	1	6.09	Умеют бегать на короткую дистанцию правильно выполняют основные движения в ходьбе и беге.	секундомер, свисток.	Повторяют правила ходьбы и бега.	Коррекция процессов памяти на основе упражнений в запоминании.
3	Разновидности ходьбы. Бег с ускорением. Бег на 30 м.	1	7.09	Умеют бегать на короткую дистанцию	Метр, мел, рулетка.	Бегают на короткую дистанцию	Развитие согласованности работы рук и ног.
4	Ходьба на носках, пятках. Обычный бег. Бег с ускорением.	1	13.09	Умеют ходить под счёт, правильно выполнять	Метр, мел, рулетка.	Выполняют основные движения в ходьбе и беге.	Развитие двигательной активности

				основные движения в ходьбе и беге.			
5	Бег с ускорением. Бег 60 м. Подвижная игра «Вызов номера».	1	14.09	Умеют ходить под счёт. Бегать на короткую дистанцию с ускорением правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге; бегать с максимальной скоростью до 60 м.	Мяч, секундомер, свисток	Выполняют бег с ускорением	Развитие навыков пространственной ориентировки.
6	Прыжки на одной ноге, на двух на месте. Прыжки с поворотом на 180 градусов.	1	15.09	Выполняют прыжки , соблюдая технику выполнения	Метр, мел, рулетка.	Выполняют прыжки.	Развитие согласованности работы рук и ног.
7	Прыжок в длину с разбега. ОРУ. Игра «К своим флажкам»; эстафеты,; челночный бег.	1	20.09	Умеют правильно выполнять основные движения в прыжках; правильно выполняют	Метр, мел, рулетка.	Выполняют прыжок в длину с разбега, играют в подвижные игры, соблюдая	Развитие согласованности работы рук и ног.

				приземление в яму на две ноги		правила.	
8	Прыжок с высоты (до 40 см) Игра «Прыгающие воробушки»	1	21.09	Умеют правильно выполнять основные движения в прыжках; правильно выполняют приземление	Метр, мел, рулетка.	Выполняют прыжок с высоты, играют в подвижные игры, соблюдая правила.	Развитие согласованности работы рук и ног.
9-10	Эстафеты. Бег с ускорением. Игра «Быстро в круг». ОРУ.	2	22,27.09	Умеют правильно выполнять основные движения	Мячи по кол-ву уч-ся, метр, мел, рулетка	Выполняют основные движения, упражнения на внимание	Развитие слухового восприятия и координации
11-12	Метание малого мяча из положения стоя грудью в направление метания. Подвижная игра «К своим флажкам».	2	28,29.09	Умеют правильно выполнять основные движения в метании; метают различные предметы и мячи на дальность с места из различных положений	Мячи по кол-ву обучающихся, метр, мел, рулетка	Метают мячи на дальность с места из различных положений	Развитие общей моторики
13	Метание малого мяча из положения стоя	1	4.10	Умеют правильно выполнять	Мячи по кол-ву уч-ся, метр, мел,	Метают мячи на дальность с	Развитие общей

	грудью в направлении метания на заданное расстояние. Подвижная игра «Попади в цель».			основные движения в метании.	рулетка	места из различных положений.	моторики
14	Метание малого мяча в горизонтальную и вертикальную цель с расстояния 4-5м.	1	5.10	Умеют правильно выполнять основные движения в метании	Метр, мел, мячи	Метают мячи на дальность с места из различных положений	Развитие зрительного восприятия
15	Прыжок в длину с места, с разбега, с отталкиванием одной и приземлением на две..	1	6.10	Умеют правильно выполнять основные движения в прыжках.	Метр, мел	Прыгают в длину с места, с разбега. Выполняют эстафеты в соответствии с правилами	Развитие пространственной ориентировки.
16-17	Бег по пересеченной местности	2	11,12.10	Умеют бегать в равномерном темпе (10 мин.); чередовать ходьбу с бегом.		Бегают в равномерном темпе (10 мин.); чередуют ходьбу с бегом.	Развитие умения передвигаться в заданном направлении и в заданном темпе.
18-21	Подвижные игры с баскетбольным мячом. Подвижная игра «Передал-садись».	4	13,18, 19,20.10	Умеют двигаться с мячом, ведут мяч на месте и в движении	Мячи	Двигаются с мячом, ведут мяч на месте и в движении	Развитие зрительного восприятия.
22-	Подвижные игры с	3	25,26	Умеют двигаться	Мячи	Двигаются с	Развитие двигательных

24	баскетбольным мячом. Подвижная игра «Не давай мяча водящему».		27.10	с мячом, ведут мяч на месте и в движении		мячом, ведут мяч на месте и в движении	способностей, общей моторики
2 четверть – 23ч							
25	Инструктаж по ТБ. Акробатика. Строевые упражнения.	1	8.11	Умеют выполнять строевые команды.		Выполняют акробатические элементы раздельно и в комбинации, строевые упражнения	Развитие двигательных способностей
26-27	Акробатика . Строевые упражнения.	2	9,10.11	Умеют выполнять строевые команды, выполнять акробатические элементы раздельно и в комбинации.		Выполняют размыкание и смыкание приставными шагами.	Развитие пространственной ориентировки
28-29	Акробатика . Строевые упражнения. Стойка на лопатках.	2	15,16.11	Умеют выполнять стойку на лопатках.	Маты	Выполняют стойку на лопатках, согнув ноги.	Развитие пространственной ориентировки.
30-31	Способы передвижения: ходьба, бег, прыжки,	2	17,22.11	Умеют выявлять различия в		Выполняют разные способы передвижения	Развитие пространственной ориентировки.

	лазанье, ползанье.			основных способах передвижения человека.			
32-33-34	Висы. Строевые упражнения	3	23,24, 29.11	Умеют проявлять качества координации при выполнении упражнений.	Шведская стенка	Делают стойку на носках на одной ноге (на полу и гимнастической скамейке)	Развитие двигательных способностей, общей моторики
35-36-37	Преодоление полосы препятствий с элементами лазанья и перелезания.	3	30.11 1,6.12	Умеют преодолевать полосы препятствия с элементами лазанья и перелезания.	Гимнастическая скамейка, шведская стенка	Преодолевают полосы	Развитие скоростных и координационных способностей
38-39-40	Акробатические комбинации. Висы. Строевые упражнения	3	7,8,13 .12	Умеют выполнять акробатические комбинации.	Гимнастические палки	Демонстрируют умение выполнять акробатические комбинации.	Развитие пространственной ориентировки.
41-42-43	Опорный прыжок, лазанье.	3	14,15,20 .12	Умеют выполять опорный прыжок, лазание по канату	Канат	Выполняют опорный прыжок, лазание по	Развитие координационных способностей

						канату.	
44-45-46	Гимнастика с элементами акробатики .	3	21,22 27.12	Умеют выполнять элементы акробатики		Демонстрируют умение выполнять акробатические комбинации.	Развитие двигательных способностей, общей моторики
47.	Урок – игра. Игры на быстроту, выносливость.	1	28.12	Умеют играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием, лазанием, перелазанием.	Обручи, мячи, скакалки	Играют в подвижные игры	Развитие зрительно-двигательных взаимодействий.
3 четверть – 31ч							
48-49	Техника безопасности при занятиях на лыжах. Инструктаж по ТБ. Подбор, переноска и надевание лыж.	2	10,11. 01	Запоминают правила безопасности		Повторяют правила поведения и безопасности во время занятий.	Развитие мышечно-суставного восприятия.
50-53	Передвижение ступающим шагом без палок.	4	12,17, 18,19. 01	Моделируют технику базовых способов передвижения на лыжах	Лыжи	Выполняют разученный способ передвижения.	Развитие мышечно-суставного восприятия.

54-55	Передвижение скользящим шагом. Игра «Салки на марше».	2	24,25.01	Умеют передвигаться скользящим шагом на лыжах.	Лыжи, палки	Играют в игру «Салки на марше»	Развитие двигательно-пространственной ориентировки
56-57	Передвижение на лыжах ступающим и скользящим шагом. Игра «На буксире».	2	26,31.01	Умеют передвигаться скользящим шагом на лыжах	Лыжи, палки	Демонстрируют технику передвижения на лыжах ступающим шагом.	Развитие двигательно-пространственной .
58-59	Передвижение на лыжах ступающим и скользящим шагом, подъём лесенкой.	2	1,2.02	Умеют передвигаться скользящим и ступающим шагом на лыжах.		Выполняют разученный способ передвижения.	Развитие координационных способностей.
60-61	Передвижение на лыжах ступающим и скользящим шагом,	2	7,8.02	Умеют передвигаться шагом на лыжах.	Лыжи, палки	Демонстрируют технику передвижения на лыжах скользящим шагом.	Развитие глазодвигательной функции.
62-63	Передвижение на лыжах скользящим шагом с палками Игра «Проехать через ворота	2	9,14.02	Умеют передвигаться скользящим шагом с палками на лыжах	Лыжи, палки	Демонстрируют технику передвижения на лыжах скользящим шагом.	Развитие координационных способностей
64-	Передвижение на	3	15,16,	Выполняют	Лыжи, палки	Выполняют	Развитие двигательно-

66	лыжах ступающим и скользящим шагом, подъём лесенкой, спуск в высокой стойке		21.02	повороты переступанием на месте.		разученный способ.	пространственной ориентировки
67-69	Передвижение на лыжах ступающим и скользящим шагом.	3	22,28,29.02	Умеют передвигаться скользящим и ступающим шагом на лыжах.	Лыжи, палки	Демонстрируют технику передвижения на лыжах скользящим шагом.	Развитие умения передвигаться в заданном направлении
70-73	Игры на свежем воздухе.	4	1,6, 7,13. 03	Умеют бесконфликтно играть в подвижные гры, кататься с горки на санках. Выполнять правила безопасности.	Санки	Играют в зимние игры	Развитие координационных способностей
74	Техника безопасности на уроках в спортивном зале. Броски и ловля мяча в парах .	1	14.03	Умеют бросать и ловить мяч в парах	Мячи	Бросают и ловят мяч в парах	Развитие эмоционально-волевой сферы
75-76	Ведение мяча на месте и в движении	2	15,20. 03	Умеют водить мяч на месте и в движении	Мячи	Водят мяч на месте и движении	Развитие глазодвигательной функции

77-78	Подвижные игры на основе баскетбола. Игра «Передача мяча в колоннах». Эстафеты	2	21,22 .03	Умеют владеть мячом: держать, передавать, выполнять на расстояние ловлю, ведение, броски в процессе подвижных игр.	Мячи	Играют в подвижные игры на основе баскетбола	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах.
4 четверть – 21ч							
79	Техника безопасности на уроках легкой атлетики.	1	3.04	Умеют выполнять правила безопасности во время выполнения упражнений	Тетрадь инструктажей	Слушают инструкции, выполняют их	Развитие слухового восприятия.
80-81	Прыжок в высоту с прямого разбега	2	4,5. 04	Умеют выполнять технику прыжка в высоту с разбега.		Выполняют прыжок в высоту с прямого разбега.	Развитие мышечно-суставного восприятия.
82-83	Прыжок в высоту с разбега.	2	10,11. 04	Умеют прыгать в высоту с разбега.		Выполняют прыжок в высоту с разбега.	Развитие координационных способностей.
84-	Бег в чередовании с	2	12,17.	Умеют бегать в		Выполняют бег	Развитие

85	ходьбой. Кроссовая подготовка.		04	равномерном темпе.		в чередовании с ходьбой.	пространственной ориентировки.
86-87	Преодоление полосы препятствий.	2	18,19.04	Умеют правильно распределять силы по дистанции.		Бегают правильно распределяя силы по дистанции	Способствовать развитию физических качеств.
88	Высокий старт. Бег 30 метров –	1	24.04	Умеют выполнять бег на короткие дистанции.		Выполняют бег на короткие дистанции.	Развитие координационных способностей.
89-90	Старты из различных исходных положений.	2	25,26.04	Умеют выполнять старты из различных исходных положений		Выполняют старты из различных исходных положений	Развитие координационных способностей.
91-92	Эстафеты с предметами	2	2,3.05	Умеют выполнять эстафеты с предметами	Мячи, кегли, скакалки	Выполняют эстафеты с предметами	Развитие двигательных способностей, общей моторики
93-94	Строевые упражнения. Ходьба в чередовании с бегом (15м- 15м).	2	8,15.05	Умеют чередовать бег и ходьбу		Бегают, чередуют бег и ходьбу	Развитие эмоционально-волевой сферы
95-	Метание мяча в	2	16,17.	Умеют	Малые мячи	Выполняют	Развитие

96	вертикальную цель.		05	выполнять метание мяча в вертикальную цель.		метание мяча в вертикальную цель.	прослеживающей функции глаза.
97-98	Метание мяча с разбега.	2	22,23.05	Умеют выполнять метание мяча с разбега.	Малые мячи	Выполняют метание мяча с разбега.	Коррекция глазомера на основе упражнений на ориентировку в пространстве.
99	Подвижные игры с бегом и прыжками	1	24.05	Умеют выполнять действия в соответствии с правилами игры.		Играют в подвижные игры, соблюдая правила.	Коррекция эмоционально-волевой сферы воспитанников.

* В графе «Планируемый результат» отражен только достаточный уровень усвоения темы урока.

VII.Материально-техническое обеспечение образовательного процесса

Учебно-методическое обеспечение:

Программы специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида подготовительный, 1 – 4классы.
Под ред. В.В.Воронковой – Москва: Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС , 2014 год.

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. СП. 2003.
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
Коррекционные подвижные игры и упражнения для детей с нарушениями развития/ Под общей редакцией проф. Л. В. Шапковой, М.: Советский спорт, 2002

Учебно-практическое обеспечение:

-Мячи

- Скакалки

- Кегли

- Гимнастические палки

- Обручи

- Маты

VIII. Контрольно-измерительный материал

Виды упражнений	Показатели физической подготовленности	
	Мальчики	**Девочки**
Бег 30 м с высокого старта	7 – 6,5 с	7,5 – 6,4 с
Прыжок в длину с места	110 – 160 см	100 – 150 см

Прыжок в длину с разбега	Без учета результатов
Метание малого мяча на дальность	Без учета результатов
Ходьба на лыжах (500 м)	Без учета результатов