

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 №62/1-о/д от « 29 »08.2025г

«Рассмотрено»
на заседании МО
Протокол № 1_
от 28.08.2025 г

«Согласовано»
зам. директора по УВР
_____/Станина Л.В.
от 29.08.2025 г.

«Принято»:
решением педагогического
совета ГБОУ с. Малый Толкай
Протокол №1 от 29.08.2025г

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

Программу составила: учитель
Ширшова Наталья Витальевна
Квалификационная категория: высшая
Класс: 1

с. Малый Толкай
2025-2026 учебный год

I. Пояснительная записка

Рабочая программа учебного предмета «Адаптивная физическая культура» разработана на основе следующих нормативно-правовых документов:

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, приказ №51 от 1.09.2023г , с изменениями приказ №48/1 от 30.08.2024г
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. Учебный план ГБОУ школы-интерната с.Малый Толкай на 2025-2026 учебный год.
8. 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"
9. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 17 марта 2025 г. № 2 “О внесении изменений в санитарные правила и нормы СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 № 2”.

Рабочая программа по предмету «Адаптивная физическая культура» предназначена для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (вариант 1) 1 класса.
Срок реализации программы по предмету - 2025-2026 учебный год.

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

Задачи программы:

- формировать основные движения в ходьбе, беге, прыжках, метаниях, гимнастических, легкоатлетических упражнениях и подвижных играх;
- формировать основы гигиенических знаний, знаний о технике безопасности на занятиях физической культурой и технике выполнения физических упражнений.
- формировать устойчивый интерес к физической культуре;
- воспитывать нравственные качества и свойства личности.
- развивать физические способности ребенка: координационные, скоростные, силовые, общую выносливость, гибкость
- развивать возможности систем организма и направить их на профилактику и коррекцию соматических заболеваний и нарушений здоровья.
- корригировать двигательные нарушения и
- развивать волевую сферу.

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

II. Общая характеристика учебного предмета

Адаптивная 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).

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

Обязательно участие ребенка в физкультурно-оздоровительных мероприятиях в режиме учебного дня

Для занятий адаптивной физической культурой обучающиеся 1 класса распределены по специально – медицинским группам здоровья. Обучающиеся (Таисия В., Роман М.) распределены в V специальную группу здоровья.

Принадлежность к данной группе определяет режим занятий физической культурой, который наиболее соответствует их состоянию здоровья.

Принадлежность к V группе здоровья предусматривает ограничение объема физической нагрузки, степень которой зависит от состояния здоровья обучающихся.

Каждый урок адаптивной физической культуры для 1 класса содержит упражнения для профилактики плоскостопия, формирования правильной осанки, упражнения на равновесие, упражнения на развитие и укрепление различных групп мышц, дыхательные упражнения

Особое внимание на уроках адаптивной 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 адаптивной физической культуры проводятся в спортивном зале, на свежем воздухе при соблюдении санитарно-гигиенических требований.

Оценки по предмету «Адаптивная 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.

III. Место учебного предмета в учебном плане

Учебный предмет «Адаптивная 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 96 часов.

1 четверть-24ч, 2 четверть-24ч, 3 четверть-28ч, 4 четверть-20ч.

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.

IV Планируемые результаты освоения рабочей программы

4.1.Предметные результаты

Минимальный уровень

Обучающийся научится

- выполнять комплекс утренней гимнастики под руководством учителя;
- знать основные правила поведения на уроках физической культуры и их применение;
- выполнять несложные упражнения по словесной инструкции ;
- взаимодействовать со сверстниками в организации и проведении подвижных игр, элементов соревнований.

Достаточный уровень

Обучающийся научится:

- выполнять комплекс утренней гимнастики;
- владеть с направляющей помощью учителя 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.;
- участвовать со сверстниками в подвижных играх и эстафетах;
- знать способы использования различного спортивного инвентаря в основных видах двигательной активности и их применение в практической деятельности;
- знать и применять правила бережного обращения с инвентарём и оборудованием в повседневной жизни;

4.2.Базовые учебные действия, сформированные к концу реализации программы

Личностные учебные действия

Обучающийся научится:

- владеть социально-бытовыми навыками, используемыми в повседневной жизни;
- владеть навыками сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;
- оценивать свое физическое состояние;
- положительно относиться к занятиям физической культурой;
- адекватно воспринимать оценку учителя.

Коммуникативные учебные действия

Обучающийся научится:

- вступать в контакт и работать в коллективе (учитель–ученик, ученик–ученик, ученик–класс, учитель–класс);
- владеть навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия на уроках физической культуры;
- 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.

Регулятивные учебные действия

Обучающийся научится:

- адекватно соблюдать ритуалы школьного поведения во время уроков физической культуры;
- принимать цели и произвольно включаться в деятельность, следовать предложенному плану и работать в общем темпе;
- участвовать в деятельности, контролировать и оценивать свои действия и действия одноклассников;
- соотносить свои действия и их результаты с заданными образцами, принимать оценку деятельности, оценивать её с учётом предложенных критериев, корректировать свою деятельность с учётом выявленных недочётов.

Познавательные учебные действия

Обучающийся научится:

- выделять некоторые существенные, общие и отличительные свойства хорошо знакомых предметов;
- делать простейшие обобщения, сравнивать, классифицировать на наглядном материале;
- наблюдать под руководством взрослого за предметами и явлениями окружающей действительности;
- работать с несложной по содержанию и структуре информацией

V.Содержание учебного предмета

	Название раздела	Количество часов по четвертям				Проведено за год
		1ч	2ч	3ч	4ч	
1.	Гимнастика		2ч	4ч	4ч	10ч
2.	Строевые упражнения	4ч	5ч	3ч	2ч	14ч
3.	Общеразвивающие упражнения	3ч	6ч	8ч	2ч	19ч
4.	Лазанье		6ч	3ч		9ч

5.	Равновесие			3ч	2ч	5ч
6.	Ходьба	4ч	2ч	3ч	2ч	11ч
7.	Бег	7ч	3ч	2ч	3ч	15ч
8	Прыжки	4ч		2ч	3ч	9ч
9	Метание	2ч			2ч	4ч
	Итого:	24ч	24ч	28ч	20ч	96ч

VI. Календарно-тематическое планирование по предмету «Адаптивная физическая культура»

№	Содержание изучаемого материала	Кол-во часов	Дата	Планируемый результат	Средства обучения	Деятельность обучающихся	Направления коррекционной работы
1 четверть -24ч							
1.	Техника безопасности на уроках физкультуры. Построение в одну шеренгу.	1ч	1.09	Запомнят правила безопасности Научатся строиться в одну шеренгу		Слушают, запоминают, строятся в шеренгу.	Коррекция процессов памяти на основе упражнений в запоминании
2.	Перестроение из одной шеренги в круг.	1ч	3.09	Умеют с помощью перестраиваться из шеренги в круг	Свисток	Строятся в шеренгу, в круг	Коррекция глазомера на основе упражнений на ориентировку в пространстве
3-4	Медленный бег с сохранением осанки. Игра «Слушай сигнал	2ч	5,8.09	Умеют бегать по кругу за учителем и самостоятельно Выполняют правила безопасности во	Скакалки	Запоминают инструкцию, участвуют в игре	Коррекция памяти на основе упражнений в воспроизведении

				время игры.			
5.	Перебежки группами и по одному. Прыжки в длину с места.	1ч	10.09	Умеют выполнять перебежки, прыгать в длину с места.	Метр	Выполняют перебежки, прыжки.	Формирование устойчивого интереса к физической культуре
6	Медленный бег. Игра «Запомни порядок».	1ч	12.09	Запомнят понятие «медленный бег», выполняют бег.	Кегли, свисток	Бегают, участвуют в игре.	Развитие зрительного восприятия, двигательных способностей
7-8.	Ходьба с сохранением правильной осанки на носках, на пятках	2ч	15,17.09	Умеют ходить на носках, на пятках		Ходят на носках, пятках	Коррекция процессов памяти на основе упражнений в запоминании
9-10.	Чередование ходьбы и бега	2ч	19,22.09	Уметь чередовать бег и ходьбу	Свисток	Слушают и выполняют команды, делают зарядку, чередуют ходьбу и бег	Развитие слухового восприятия, общей моторики

11-12	Медленный бег с сохранением осанки в колонне. Прыжки в длину с места.	2ч	24,26.09	Умеют бежать в колонне	Метр	Бегают в колонне, выполняют прыжки	Коррекция памяти на основе упражнений в воспроизведении
13-14	Чередование ходьбы и бега. Прыжки в длину с места.	2ч	29.09 1.10	Умеют чередовать бег и ходьбу		Ходят, бегают, прыгают с места.	Развитие общей моторики, координации движений
15-16	Размыкание на вытянутые руки в колонне, в шеренге. Подвижные игры с мячом.	2ч	3,6.10	Умеют выполнять размыкание на вытянутые руки	Мяч	Выполняют размыкание на вытянутые руки, участвуют в играх.	Развитие общей моторики,
17-18	Прыжки в длину с места. Игра «Космонавты»	2ч	8,10.10	Умеют прыгать с места	Метр	Прыгают, участвуют в играх	Развитие общей моторики,
19-20	Метание м/мяч с места правой и левой рукой.	2ч	13,15.10	Умеют метать малый мяч	Малые мячи	Слушают и выполняют команды, делают зарядку, метают мяч	Коррекция познавательной деятельности на основе двигательной активности

21-22.	Повороты по ориентирам. Ходьба по заданным ориентирам в медленном темпе.	2ч	17,20. 10	Запомнят ориентиры, выполнять движение		Слушают и выполняют команды, делают зарядку, выполняют движение по ориентирам	Развитие пространственной ориентации
23-24.	Эстафеты с предметами	2ч	22,24. 10	Умеют соблюдать правила эстафет	Кегли, мячи малые и большие, скакалки	Запоминают правила, соблюдают их.	Развитие выносливости, двигательных способностей
2 четверть -24ч							
25.	Построение в колонну по одному, равнение в затылок. Перебежки группами.	1ч	5.11	Умеют строиться в колонну		Слушают и выполняют команды, делают зарядку, строятся в колонну по одному	Коррекция пространственных отношений на основе упражнений в координации движений
26.	Перестроение из одной шеренги в круг, взявшись за руки. Прыжки в длину с места.	1ч	7.11	Умеют перестроиться из шеренги в круг	Метр	Выполняют перестраивание, прыгают с места в длину.	Развитие двигательных способностей, общей моторики, слухового

							восприятия
27.	Бег 30м. Подвижные игры с мячом	1ч	10.11	Умеют бежать 30 м.	Мяч	Слушают и выполняют команды, делают зарядку, выполняют бег, участвуют в играх	Развитие двигательных способностей
28.	Эстафеты с предметами.	1ч	12.11	Умеют участвовать в эстафетах	Кегли, мячи малые и большие, скакалки	Слушают и выполняют команды, делают зарядку, участвуют в эстафетах	Развитие двигательных способностей, волевой сферы
29-30	Выполнение команд «Встать», «Сесть», «Пошли», «Побежали»	2ч	14,17.11	Умеют выполнять команды	Свисток	Слушают и выполняют команды, делают зарядку	Развитие концентрации и распределения внимания
31-32.	Передвижение на четвереньках. Игры на внимание.	2ч	19,21.11	Умеют передвигаться на четвереньках		Передвигаются на четвереньках, участвуют в играх.	Развитие двигательных способностей, общей моторики

33-34.	Перестроение из 1 шеренги в круг, взявшись за руки. Комплекс упражнений с м/мячами.	2ч	24,26.11	Умеют выполнять перестраивание.	Малые мячи	Слушают и выполняют команды, делают зарядку, учатся перестраиваться	Развитие силы, равновесия, пространственных отношений, координации движений
35-36.	Упражнения на осанку. Подлезание под препятствие	2ч	28.11.12	Умеют правильно выполнять упражнения	Скамейки, маты	Слушают и выполняют команды, делают зарядку выполняют упражнения	Развитие общей моторики, выносливости.
37.	Размыкание на вытянутые руки в шеренге, в колонне. Подвижные игры с бегом и прыжками	1ч	3.12	Умеют выполнять размыкание рук	Скакалки, мячи	Слушают и выполняют команды, делают зарядку перестраиваются, участвуют в играх	Развитие двигательных способностей.
38.	Повороты по ориентирам. Подлезание под препятствие.	1ч	5.12	Умеют выполнять повороты		Слушают и выполняют команды, делают зарядку, выполняют повороты	Развитие общей моторики, выносливости.

39.	Строевые упражнения. Чередование бега и ходьбы.	1ч	8.12	Умеют выполнять упражнения.		Выполняют упражнения, чередуют бег и ходьбу.	Коррекция памяти на основе упражнений в воспроизведении
40.	Медленный бег с сохранением осанки, в колонне за учителем. Занятия на тренажерах	1ч	10.12	Умеют выполнять бег, не выходить из колонны.	Тренажеры	Выполняют бег в колонне, упражняются на тренажерах.	Развитие общей моторики
41.	Размыкание на вытянутые руки в шеренге, в колонне. Подвижные игры с мячом.	1ч	12.12	Умеют выполнять размыкание на вытянутые руки.	Мяч	Выполняют размыкание, участвуют в играх.	Коррекция пространственных отношений на основе упражнений в координации движений
42.	ОРУ с гимнастическими палками. Лазание по гимнастической скамейке.	1ч	15.12	Запомнят ОРУ, научатся выполнять их .	Гимнастические палки	Выполняют ОРУ с гимнастическими палками, лазают по скамейке.	Развитие общей моторики, выносливости.
43	Строевые упражнения. Занятие с	1ч	17.12	Умеют выполнять строевые	Большие мячи	Выполняют строевые упражнения,	Развитие общей моторики,

	большими мячами.			упражнения		упражнения с мячами	выносливости
44.	Подлезание под препятствие. Игра «Петрушка».	1ч	19.12	Умеют подлезать под скамейкой, участвовать в игре	Гимнастические скамейки	Слушают и выполняют команды, делают зарядку, подлезают под скамейкой, участвуют в игре.	Коррекция процессов памяти на основе упражнений в запоминании
45-46.	Передвижение на четвереньках по гимнастической скамейке. Занятия на тренажерах	2ч	22,24.12	Умеют передвигаться по скамейке на четвереньках.	Гимнастические скамейки	Слушают и выполняют команды, делают зарядку, передвигаются по скамейке	Развитие выносливости, умения выполнять инструкции учителя.
47.	Лазание по скамейке. Перелезание через скамейку с опорой на одну руку.	1ч	26.12	Умеют лазать по скамейке, перелезать через скамейку.	Гимнастические скамейки	Слушают и выполняют команды, делают зарядку, лазают по скамейке, перелезают через скамейку.	Развитие выносливости, умения выполнять инструкции учителя.

48.	Построение в колонну по одному, равнение в затылок.	1ч	29.12	Умеют выполнять построение	Мяч	Слушают и выполняют команды, делают зарядку, выполняют построение	Развитие точности движений
3 четверть-28ч							
49-50.	Занятия на тренажерах.	2ч	12,14. .01	Умеют соблюдать правила безопасности при занятиях на тренажерах	Тренажеры	Слушают и выполняют команды, делают зарядку, занимаются на тренажерах.	Развитие двигательных способностей
51-52	Группировка лежа на спине, в упоре стоя на коленях.	2ч	16,19. 01	Умеют выполнять упражнения		Слушают и выполняют команды, делают зарядку, учатся группировке	Развитие двигательных способностей, пространственной ориентации.
53-54	Совершенствование группировки лежа на спине, в упоре стоя на коленях.	2ч	21,23. 01	Умеют выполнять упражнения	Скакалки, большие мячи	Слушают и выполняют команды, делают зарядку, учатся группировке	Развитие двигательных способностей

55	Перекаты в положении лежа в разные стороны.	1ч	26.01	Умеют выполнять перекаты		Выполняют перекаты в положении лежа	Развитие двигательных способностей, общей моторики, слухового восприятия
56	Эстафеты с предметами.	1ч	28.01	Умеют участвовать в эстафетах, не нарушать правила.	Мячи, кегли, скакалки, маты	Слушают и выполняют команды, делают зарядку, участвуют в эстафетах	Развитие концентрации и распределения внимания
57	Размыкание на вытянутые руки в шеренге, в колонне. Ходьба по скамейке с различным положением рук.	1ч	30.01	Умеют выполнять размыкание на вытянутые руки.		Слушают и выполняют команды, делают зарядку, выполняют размыкание на вытянутые руки, ходят по скамейке.	Развитие двигательных способностей.
58-59	Подвижные игры с мячом.	2ч	2,4.02	Умеют соблюдать правила игр	Мячи	Слушают и выполняют команды, делают зарядку,	Развитие силы, равновесия, пространственных отношений,

						участвуют в играх	координации движений.
60.	Эстафеты с предметами.	1ч	6.02	Умеют участвовать в эстафетах, не нарушать правил	Мячи, кегли, скакалки, маты	Слушают и выполняют команды, делают зарядку, участвуют в эстафетах	Развитие пространственной ориентации, координации движений.
61	Ходьба парами, взявшись за руки. Перебежки группами	1ч	9.02	Умеют ходить парами, выполнять перебежки.		Слушают и выполняют команды, делают зарядку, ходят парами, выполняют перебежки группами	Развитие пространственной ориентации, координации движений.
62-63	Эстафеты с преодолением препятствий.	2ч	11,13.02	Умеют участвовать в эстафетах, не нарушать правил	Мячи, кегли, скакалки, маты, обручи	Слушают и выполняют команды, делают зарядку участвуют в эстафетах, выполняют правила.	Развитие концентрации и распределения внимания, волевой сферы

64-65	Равновесие на гимнастической скамейке. Упражнения с мячами	2ч	25,27.02	Умеют ходить по скамейке, соблюдать равновесие.	Мячи	Слушают и выполняют команды, делают зарядку, ходят по скамейке, соблюдая равновесие.	Развитие концентрации и распределения внимания
66	Упражнения с мячами. Равновесие на скамейке.	1ч	2.03	Умеют выполнять упражнения с мячами.	Мячи	Ходят по скамейке, соблюдая равновесие, выполняют упражнения с мячами.	Развитие общей моторики, координации движений
67-68	Прыжки со скакалкой. Подвижные игры с бегом.	2ч	4,6.03	Умеют выполнять прыжки со скакалкой	Скакалки	Слушают и выполняют команды, делают зарядку, прыгают через скакалку, участвуют в играх.	Развитие силы, равновесия, пространственных отношений, координации движений.
69	Строевые упражнения. Ходьба по коридору	1ч	11.03	Умеют выполнять строевые упражнения		Слушают и выполняют команды, делают зарядку,	Развитие двигательных способностей

						выполняют строевые упражнения	
70-71	ОРУ через игру. Эстафеты с мячами.	2ч	13,16.03	Умеют выполнять ОРУ	Мячи	Выполняют ОРУ, участвуют в эстафетах.	Развитие умения действовать по инструкции
72.	Стойка на носках (3-4с).	1ч	18.03	Умеют выполнять стойку на носках.		Слушают и выполняют команды, делают зарядку, выполняют стойку.	Развитие силы, равновесия, пространственных отношений, координации движений
73-74	Эстафеты с предметами.	2ч	20,23.03		Мячи, кегли, скакалки, маты, обручи	Слушают и выполняют команды, делают зарядку, участвуют в эстафетах	Развитие концентрации и распределения внимания
75.	Ходьба по заданным направлениям в медленном темпе.	1ч	25.03	Умеют ходить по заданным ориентирам.		Слушают и выполняют команды, делают зарядку, ходят по заданным направлениям	Развитие пространственной ориентации

76.	Произвольное лазание по скамейке.	1ч	27.03	Умеют лазать по скамейке	Скамейки	Слушают и выполняют команды, делают зарядку, лазают произвольно по скамейке.	Развитие волевой сферы
4четверть -20ч							
77	Перебежки группами и по одному.	1ч	6.04	Умеют выполнять перебежки.		Слушают и выполняют команды, делают зарядку, выполняют перебежки	Развитие двигательных способностей, общей моторики.
78-79.	Строевые упражнения. Ходьба в чередовании с бегом (15м- 15м).	2ч	8,10.04	Умеют выполнять строевые упражнения		Выполняют упражнения, чередуют бег и ходьбу.	Развитие концентрации и распределения внимания
80.	Прыжки в длину с места.	1ч	13.04	Умеют прыгать в длину с места	Метровая линейка	Слушают и выполняют команды, делают зарядку, прыгают в длину с места	Развитие двигательных способностей, общей моторики.

81.	Медленный бег с сохранением осанки в колонне за учителем с изменением направлений. Прыжки в длину с места.	1ч	15.04	Умеют выполнять бег с изменением направлений		Слушают и выполняют команды, делают зарядку, выполняют бег за учителем, прыгают в длину с места.	Развитие волевой сферы
82-83	Метание м/мяча. Прыжки в длину с места.	2ч	17,20 04	Умеют метать малый мяч.		Метают мяч, прыгают в длину с места	Развитие силы рук, координации движений
84-85	Совершенствовать метание м/мяча с места правой и левой рукой.	2ч	22,24. 04	Умеют метать малый мяч с места.	Малые мячи	Метают мяч правой и левой рукой.	Развитие меткости и точности движений
86	Чередование бега с ходьбой до 30м.	1ч	27.04	Умеют чередовать бег и ходьбу		Слушают и выполняют команды, делают зарядку, чередуют бег и ходьбу	Развитие волевой сферы
87	Бег 30м .	1ч	29.04	Умеют бежать дистанцию в 30м		Слушают и выполняют команды, делают	Развитие волевой сферы

						зарядку, бегут дистанцию	
88-89	Эстафеты с элементами лазанья и перелезания.	2ч	4,6.05	Умеют участвовать в эстафетах, соблюдать правила	Мячи, кегли, скакалки, маты, обручи	Слушают и выполняют команды, делают зарядку, выполняют эстафеты	Развитие силы, равновесия, пространственных отношений, координации движений
90-91.	Прыжки в длину с места	2ч	8,13.05	Умеют выполнять прыжки.		Слушают и выполняют команды, делают зарядку, прыгают в длину с места.	Развитие координации движений
92-94.	Эстафеты с предметами.	3ч	15,18, 20.05	Умеют выполнять эстафеты, соблюдать правила.	Мячи, кегли, скакалки, маты, обручи	Слушают и выполняют команды, делают зарядку, участвуют в эстафетах	Развитие двигательной активности, умения работать в команде
95.	Метание м/мяча с места правой и левой рукой .	1ч	22.05	Умеют метать мяч.	Малые мячи	Слушают и выполняют команды, делают зарядку, метают мяч правой и	Развитие волевой сферы

						левой рукой.	
96	Подвижные игры на свежем воздухе	1ч	25.05	Умеют играть в подвижные игры	Кегли, мячи, обручи	Слушают инструкции, участвуют в играх	Развитие двигательной активности, умения работать в команде

- В планируемых результатах отражен только достаточный уровень усвоения учебного предмета.

VII. Материально-техническое обеспечение образовательного процесса

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.

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