

Приложение к АООП образования обучающихся с умеренной, тяжёлой и глубокой умственной отсталостью  
(интеллектуальными нарушениями), тяжёлыми и множественными нарушениями развития  
(Вариант 2)

Государственное бюджетное учреждение Калининградской области общеобразовательная организация  
для обучающихся, воспитанников с ограниченными возможностями здоровья  
«Школа-интернат №7 п. Большое Исаково»

Рассмотрена и принята на заседании  
Педагогического совета Организации  
Протокол № 06 от 25.05.2023 года.

«УТВЕРЖДАЮ»  
Директор  
ГБУ КО «Школа-интернат №7»  
А.Ю. Быстрова  
Приказ № 73 от 09.06.2023 года

## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «АДАПТИВНАЯ ФИЗКУЛЬТУРА»

ПРЕДМЕТНАЯ ОБЛАСТЬ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

АДАПТИРОВАННАЯ ОСНОВНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА ОБРАЗОВАНИЯ  
ОБУЧАЮЩИХСЯ С УМЕРЕННОЙ ТЯЖЁЛОЙ И ГЛУБОКОЙ УМСТВЕННОЙ ОТСТАЛОСТЬЮ  
(ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНЫМИ НАРУШЕНИЯМИ), ТЯЖЁЛЫМИ И МНОЖЕСТВЕННЫМИ НАРУШЕНИЯМИ РАЗВИТИЯ  
(ВАРИАНТ 2)

1 класс

Срок освоения рабочей программы -1 учебный год

2023 год

## 1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа учебного предмета «Адаптивная физкультура» (предметная область «Физическая культура») для обучающихся 1 класса составлена в соответствии с адаптированной основной общеобразовательной программой образования обучающихся с умеренной, тяжёлой и глубокой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), тяжёлыми и множественными нарушениями развития (вариант 2) и является учебно-методической документацией, определяющей рекомендуемые ФГОС образования обучающихся с умственной отсталостью объем и содержание образования, планируемые результаты освоения образовательной программы, примерные условия образовательной деятельности.

Нормативно-правовую базу рабочей программы предмета «Адаптивная физкультура» для 1 класса составляют:

- Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ;
- Федеральный государственный образовательный стандарт образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), утвержденный приказом МО РФ от 19.12.2014 г. №1599);
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации «Об утверждении федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)» от 24 ноября 2022 г. №1026;
- Федеральная адаптированная основная общеобразовательная программа обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями);
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования» от 22.03.2021 № 115;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации «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» от 11.02.2022 № 69;
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Устав ГБУ КО «Школа–интернат №7»;
- Календарный учебный график ГБУ КО «Школа-интернат №7» и др.

Рабочая программа предмета «Адаптивная физкультура» для обучающихся 1 класса составлена для обучающихся с умеренной, тяжёлой и глубокой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), тяжёлыми и множественными нарушениями развития (вариант 2), и является учебно-методической документацией, определяющей рекомендуемые федеральным государственным образовательным стандартом объем и содержание образования, планируемые результаты освоения образовательной программы, примерные условия образовательной деятельности.

Одним из важнейших направлений работы с ребенком, имеющим умственную отсталость, ТМНР, является физическое развитие, которое происходит на занятиях по адаптивной физической культуре. Целью занятий по адаптивной физической культуре является повышение двигательной активности детей и обучение использованию полученных навыков в повседневной жизни. Основные задачи: формирование и совершенствование основных и прикладных двигательных навыков; формирование туристических навыков, умения играть в спортивные игры; укрепление и сохранение здоровья детей, профилактика болезней и возникновения вторичных заболеваний.

## **2. ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ОБУЧАЮЩИХСЯ С УМЕРЕННОЙ, ТЯЖЁЛОЙ И ГЛУБОКОЙ УМСТВЕННОЙ ОТСТАЛОСТЬЮ (ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНЫМИ НАРУШЕНИЯМИ), ТЯЖЁЛЫМИ И МНОЖЕСТВЕННЫМИ НАРУШЕНИЯМИ РАЗВИТИЯ.**

Для обучающихся, получающих образование по АООП (вариант2) характерно интеллектуальное и психофизическое недоразвитие в умеренной, тяжелой или глубокой степени, которое может сочетаться с локальными или системными нарушениями зрения, слуха, опорно-двигательного аппарата, расстройствами аутистического спектра, эмоционально-волевой сферы, выраженными в различной степени тяжести. У некоторых детей выявляются текущие психические и соматические заболевания, которые значительно осложняют их индивидуальное развитие и обучение.

*Обучающиеся с умеренной и тяжелой умственной отсталостью отличаются* выраженным недоразвитием мыслительной деятельности, препятствующим освоению предметных учебных знаний. Дети одного возраста характеризуются разной степенью выраженности интеллектуального снижения и психофизического развития, уровень сформированности той или иной психической функции, практического навыка может быть существенно различен.

Наряду с нарушением базовых психических функций, памяти и мышления отмечается системное недоразвитие речи, которое проявляется в своеобразном нарушении всех структурных компонентов речи: фонетико-фонематического, лексического и грамматического. Специфика речевых нарушений у детей с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) обусловлена комплексом причин органического, функционального и социального характера. У детей с умеренной и тяжелой степенью умственной отсталости затруднено или невозможно формирование устной и письменной речи. Для них характерно ограниченное восприятие обращенной к ним речи и ее ситуативное понимание. Из-за плохого понимания обращенной к ним речи с трудом формируется соотношение слова и предмета, слова и действия. По уровню сформированности речи выделяются дети с отсутствием речи, со звукокомплексами, с высказыванием на уровне отдельных слов, с наличием фраз. При этом речь невнятная, косноязычная, малораспространенная, с аграмматизмами. Ввиду этого при обучении большей части данной категории детей используют разнообразные средства невербальной коммуникации.

Учитывая разную сложность нарушений, можно выделить три степени выраженности системного недоразвития речи (СНР) при умственной отсталости:

*СНР тяжелой степени:* полиморфное нарушение звукопроизношения; грубое недоразвитие фонематического восприятия, фонематического анализа и синтеза; ограниченный словарный запас; выраженные аграмматизмы, проявляющиеся в нарушении простых и сложных форм словоизменения и словообразования: употреблении падежных форм существительных и прилагательных; нарушении предложно-падежных конструкций, согласовании прилагательного и существительного, глагола и существительного; несформированности словообразования; отсутствии связной речи.

*СНР средней степени:* полиморфное или мономорфное нарушение звукопроизношения; недоразвитие фонематического восприятия и фонематического анализа и синтеза; аграмматизмы, проявляющиеся в сложных формах словоизменения (предложно-падежных конструкциях, согласовании существительного и прилагательного в среднем роде именительного падежа, а также косвенных падежах); нарушение сложных форм словообразования; недостаточная сформированность связной речи (в пересказах пропуски и искажения, пропуски смысловых звеньев, нарушение последовательности событий); выраженная дислексия, дисграфия.

*СНР легкой степени:* нарушение звукопроизношения отсутствует или носит мономорфный характер; фонематическое восприятие и фонематический анализ, в основном, сформированы; имеются трудности определения последовательности и количества звуков на сложном речевом материале; словарный словарь ограничен; в спонтанной речи отмечаются лишь единичные аграмматизмы, при специальном обследовании выявляются ошибки в употреблении сложных предлогов, нарушения согласования существительного и прилагательного в косвенных падежах множественного числа; нарушения сложных форм словообразования; в пересказах отмечаются лишь незначительные пропуски второстепенных смысловых звеньев, не отражены лишь некоторые смысловые отношения; нерезко выраженные дисграфии, дислексии.

*Внимание* обучающихся с умеренной и тяжелой умственной отсталостью крайне неустойчивое, отличается низким уровнем продуктивности из-за быстрой истощаемости, отвлекаемости. Слабость активного внимания препятствует решению сложных задач познавательного содержания, формированию устойчивых учебных действий.

*Процесс запоминания* является механическим, зрительно-моторная координация грубо нарушена. Детям трудно понять ситуацию, выделить в ней главное и установить *причинно-следственные связи*, перенести знакомое сформированное действие в новые условия. При продолжительном и направленном использовании методов и приемов коррекционной работы становится заметной положительная динамика общего психического развития детей, особенно при умеренном недоразвитии мыслительной деятельности.

Психофизическое недоразвитие характеризуется также нарушениями координации, точности, темпа движений, что осложняет формирование физических действий: бег, прыжки и др., а также навыков несложных трудовых действий. У части детей с умеренной умственной отсталостью отмечается замедленный темп, вялость, пассивность, заторможенность движений. У других – повышенная возбудимость, подвижность, беспокойство сочетаются с хаотичной нецеленаправленной деятельностью. У большинства детей с интеллектуальными нарушениями наблюдаются трудности, связанные со статикой и динамикой тела.

Наиболее типичными для данной категории обучающихся являются трудности в овладении навыками, требующими тонких точных дифференцированных движений: удержание позы, захват карандаша, ручки, кисти, шнурование ботинок, застегивание пуговиц, завязывание ленточек, шнурков и др. Степень сформированности навыков самообслуживания может быть различна. Некоторые обучающиеся полностью зависят от помощи окружающих при одевании, раздевании, при приеме пищи, совершении гигиенических процедур и др.

Запас знаний и представлений о внешнем мире мал и часто ограничен лишь знанием предметов окружающего быта.

Обучающиеся с глубокой умственной отсталостью часто не владеют речью, они постоянно нуждаются в уходе и присмотре. Значительная часть детей с тяжелой и глубокой умственной отсталостью имеют и другие нарушения, что дает основание говорить *о тяжелых и множественных нарушениях развития* (ТМНР), которые представляют собой не сумму различных ограничений, а сложное качественно новое явление с иной структурой, отличной от структуры каждой из составляющих. Различные нарушения влияют на развитие человека не по отдельности, а в совокупности, образуя сложные сочетания. В связи с этим человек требует значительной помощи, объем которой существенно превышает содержание и качество поддержки, оказываемой при каком-то одном нарушении: интеллектуальном или физическом.

Уровень психофизического развития детей с тяжелыми множественными нарушениями невозможно соотнести с какими-либо возрастными параметрами. Органическое поражение центральной нервной системы чаще всего является причиной сочетанных нарушений и выраженного недоразвития интеллекта, а также сенсорных функций, движения, поведения, коммуникации. Все эти проявления совокупно препятствуют развитию самостоятельной жизнедеятельности ребенка, как в семье, так и в обществе. Динамика развития детей данной группы

определяется рядом факторов: этиологией, патогенезом нарушений, временем возникновения и сроками выявления отклонений, характером и степенью выраженности каждого из первичных расстройств, спецификой их сочетания, а также сроками начала, объемом и качеством оказываемой коррекционной помощи.

В связи с выраженными нарушениями и (или) искажениями процессов познавательной деятельности, прежде всего: восприятия, мышления, внимания, памяти и др. у обучающихся с глубокой умственной отсталостью, ТМНР возникают непреодолимые препятствия в усвоении «академического» компонента различных программ дошкольного, а тем более школьного образования. Специфика эмоциональной сферы определяется не только ее недоразвитием, но и специфическими проявлениями гипо- и гиперсензитивности. В связи с неразвитостью волевых процессов, дети не способны произвольно регулировать свое эмоциональное состояние в ходе любой организованной деятельности, что не редко проявляется в негативных поведенческих реакциях. Интерес к какой-либо деятельности не имеет мотивационно-потребностных оснований и, как правило, носит кратковременный, неустойчивый характер.

### **3. ОСОБЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ПОТРЕБНОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ С УМЕРЕННОЙ, ТЯЖЕЛОЙ, ГЛУБОКОЙ УМСТВЕННОЙ ОТСТАЛОСТЬЮ (ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНЫМИ НАРУШЕНИЯМИ), ТЯЖЕЛЫМИ И МНОЖЕСТВЕННЫМИ НАРУШЕНИЯМИ РАЗВИТИЯ (ТМНР).**

Особенности и своеобразие психофизического развития детей с умеренной, тяжелой, глубокой умственной отсталостью, с ТМНР определяют специфику их образовательных потребностей. Умственная отсталость обучающихся данной категории, как правило, в той или иной форме осложнена нарушениями опорно-двигательных функций, сенсорными, соматическими нарушениями, расстройствами аутистического спектра и эмоционально-волевой сферы или другими нарушениями, различное сочетание которых определяет особые образовательные потребности детей. Наиболее характерные особенности обучающихся позволяют выделить, с точки зрения их потребности в специальных условиях, три условные группы, каждая из которых включает детей с умеренной, тяжелой, глубокой умственной отсталостью, с ТМНР.

Первая группа – дети с ДЦП, интеллектуальное развитие которых может быть различно по степени умственной отсталости и колеблется (от умеренной до глубокой). Дети с умеренной формой интеллектуального недоразвития проявляют элементарные способности к развитию представлений, умений и навыков, значимых для их социальной адаптации. Так, у этой группы обучающихся проявляется интерес к общению и взаимодействию с детьми и взрослыми, что является позитивной предпосылкой для обучения детей вербальным и невербальным средствам коммуникации. Способность ребенка к выполнению некоторых двигательных действий: захват, удержание предмета, контролируемые движения шеи, головы и др. создает предпосылки для обучения некоторым приемам и способам по самообслуживанию и развитию предметно-практической и трудовой деятельности.

Особенности развития другой группы обучающихся обусловлены выраженными нарушениями поведения (чаще как следствие аутистических расстройств). Они проявляются в расторможенности, «полевом», нередко агрессивном поведении, стереотипиях, трудностях коммуникации и социального взаимодействия. Аутистические проявления затрудняют установление подлинной тяжести интеллектуального недоразвития, так как контакт с окружающими отсутствует или возникает как форма физического обращения к взрослым в ситуациях, когда ребёнку требуется помощь в удовлетворении потребности. Особенности физического и эмоционально-волевого развития детей с аутистиче-

скими проявлениями затрудняют их обучение в условиях группы, поэтому на начальном этапе обучения они нуждаются в индивидуальной программе и индивидуальном сопровождении специалистов.

У третьей группы детей отсутствуют выраженные нарушения движений и моторики, они могут передвигаться самостоятельно. Моторная дефицитарность проявляется в замедленности темпа, недостаточной согласованности и координации движений. У части детей также наблюдаются деструктивные формы поведения, стереотипии, избегание контактов с окружающими и другие черты, сходные с детьми, описанными выше. Интеллектуальное недоразвитие проявляется, преимущественно, в форме умеренной степени умственной отсталости. Большая часть детей данной группы владеет элементарной речью: могут выразить простыми словами и предложениями свои потребности, сообщить о выполненном действии, ответить на вопрос взрослого отдельными словами, словосочетаниями или фразой. Обучающиеся могут выполнять отдельные операции, входящие в состав предметных действий, но недостаточно осознанные мотивы деятельности, а также неустойчивость внимания и нарушение последовательности выполняемых операций, препятствуют выполнению действия как целого.

Под особыми образовательными потребностями детей с умеренной, тяжелой, глубокой умственной отсталостью, с ТМНР следует понимать комплекс специфических потребностей, возникающих вследствие выраженных нарушений интеллектуального развития, часто в сочетанных формах с другими психофизическими нарушениями. Учет таких потребностей определяет необходимость создания адекватных условий, способствующих развитию личности обучающихся для решения их насущных жизненных задач.

Особенности и своеобразие психофизического развития детей с умеренной, тяжелой, глубокой умственной отсталостью, с ТМНР определяют специфику их образовательных потребностей. Учет таких потребностей определяет необходимость создания адекватных условий, способствующих развитию личности обучающихся для решения их насущных жизненных задач.

Умственная отсталость обучающихся 1 класса, в той или иной форме, осложнена нарушениями сенсорными, соматическими, речевыми, расстройствами аутистического спектра и эмоционально-волевой сферы.

При разработке АООП учебного предмета «Адаптивная физкультура» (1 класс) учитывались особые образовательные потребности:

- *Содержание образования.* Учитывается потребность во введении специальных учебных предметов и коррекционных курсов, которых нет в содержании образования обычно развивающегося ребенка.

- *Создание специальных методов и средств обучения.* Обеспечивается потребность в построении "обходных путей", использовании специфических методов и средств обучения, в более дифференцированном, "пошаговом" обучении, чем этого требует обучение обычно развивающегося ребенка. (Например, использование печатных изображений, предметных и графических алгоритмов, электронных средств коммуникации, внешних стимулов и т. п.)

- *Особая организация обучения.* Учитывается потребность в качественной индивидуализации обучения, в особой пространственной и временной и смысловой организации образовательной среды. Например, дети с умственной отсталостью в сочетании с расстройствами аутистического спектра изначально нуждаются в индивидуальной подготовке до реализации групповых форм образования, в особом структурировании образовательного пространства и времени, дающим им возможность поэтапно («пошагово») понимать последовательность и взаимосвязь явлений и событий окружающей среды.

- *Определение границ образовательного пространства* предполагает учет потребности в максимальном расширении образовательного пространства за пределами образовательного учреждения.

– *Определение круга лиц, участвующих в образовании и их взаимодействие.* Необходимо учитывать потребность в согласованных требованиях, предъявляемых к ребенку со стороны всех окружающих его людей; потребность в совместной работе специалистов разных профессий: специальных психологов и педагогов, социальных работников, специалистов здравоохранения, а также родителей ребенка с ТМНР в процессе его образования. Кроме того, при организации образования необходимо учитывать круг контактов особого ребенка, который может включать обслуживающий персонал организации, волонтеров, родственников, друзей семьи и д. Для реализации особых образовательных потребностей обучающегося с умственной отсталостью, с ТМНР обязательной является специальная организация всей его жизни, обеспечивающая развитие его жизненной компетенции в условиях образовательной организации и в семье.

В основу разработки АООП обучающихся с умеренной, тяжелой, глубокой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), тяжелыми и множественными нарушениями развития (ТМНР), учебного предмета «Адаптивная физкультура» (образовательной области) заложены дифференцированный и деятельностный подходы.

Дифференцированный подход предполагает учет их особых образовательных потребностей, которые проявляются в неоднородности возможностей освоения содержания образования. Это обуславливает необходимость создания разных вариантов образовательной программы, в том числе и на основе индивидуального учебного плана. Варианты АООП создаются в соответствии с дифференцированно сформулированными требованиями в ФГОС образования обучающихся с умственной отсталостью к:

- структуре образовательной программы;
- условиям реализации образовательной программы;
- результатам образования.

Применение дифференцированного подхода обеспечивает разнообразие содержания, предоставляя обучающимся с умственной отсталостью возможность реализовать индивидуальный потенциал развития.

**Деятельностный** подход основывается на теоретических положениях отечественной психологической науки, раскрывающих основные закономерности и структуру образования с учетом специфики развития личности обучающегося с умственной отсталостью.

Деятельностный подход в образовании строится на признании того, что развитие личности обучающихся с умственной отсталостью школьного возраста определяется характером организации доступной им деятельности (предметно-практической и учебной).

Основным средством реализации деятельностного подхода в образовании является обучение как процесс организации познавательной и предметно-практической деятельности обучающихся, обеспечивающий овладение ими содержанием образования.

В контексте разработки АООП для обучающихся с умеренной умственной отсталостью, тяжелой, глубокой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), тяжелыми и множественными нарушениями развития (ТМНР), учебного предмета «Адаптивная физкультура» реализация деятельностного подхода обеспечивает:

- придание результатам образования социально и личностно значимого характера;
- индивидуальное усвоение обучающимися знаний и опыта разнообразной деятельности и поведения, возможность их самостоятельного продвижения в изучаемых образовательных областях;
- повышение мотивации и интереса к учению, приобретению нового опыта деятельности и поведения;



- обеспечение условий для общекультурного и личностного развития на основе формирования практических представлений, умений и навыков, позволяющих достичь обучающемуся максимально возможной самостоятельности и независимости в повседневной жизни.

#### **4. ПРИНЦИПЫ И ПОДХОДЫ К ФОРМИРОВАНИЮ АДАПТИРОВАННОЙ ОСНОВНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ И СПЕЦИАЛЬНОЙ ИНДИВИДУАЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ РАЗВИТИЯ.**

В основу создания рабочей программы учебного предмета «Адаптивная физкультура» АООП обучающихся с умеренной умственной отсталостью, тяжелой, глубокой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), тяжелыми и множественными нарушениями развития (ТМНР) положены **следующие принципы:**

- принципы государственной политики РФ в области образования (гуманистический характер образования, единство образовательного пространства на территории Российской Федерации, светский характер образования, общедоступность образования, адаптивность системы образования к уровням и особенностям развития и подготовки обучающихся и воспитанников и др.);
- принцип учета типологических и индивидуальных образовательных потребностей обучающихся;
- принцип коррекционной направленности образовательного процесса;
- принцип развивающей направленности образовательного процесса, ориентирующий его на развитие личности обучающегося и расширение его «зоны ближайшего развития» с учетом особых образовательных потребностей;
- онтогенетический принцип;
- принцип преемственности, предполагающий взаимосвязь и непрерывность образования обучающихся с умственной отсталостью на всех ступенях (начальные и старшие классы);
- принцип целостности содержания образования, поскольку в основу структуры содержания образования положено не понятие предмета, а — «образовательной области».
- принцип направленности на формирование деятельности, обеспечивает возможность овладения обучающимися с умственной отсталостью всеми видами доступной им предметно-практической деятельности, способами и приемами познавательной и учебной деятельности, коммуникативной деятельности и нормативным поведением;
- принцип переноса усвоенных знаний и умений и навыков и отношений, сформированных в условиях учебной ситуации, в различные жизненные ситуации, что обеспечит готовность обучающегося к самостоятельной ориентировке и активной деятельности в реальном мире;
- принцип сотрудничества с семьёй.

Из-за системных нарушений развития обучающихся с умеренной, тяжелой, глубокой умственной отсталостью и с ТМНР для данной категории детей показан *индивидуальный уровень итогового результата общего образования*. Благодаря обозначенному в ФГОС варианту образования все обучающиеся, вне зависимости от тяжести состояния, включаются в образовательное пространство, где принципы организации предметно-развивающей среды, оборудование, технические средства, программы учебных предметов, коррекционных технологий, а также содержание и методы обучения и воспитания определяются индивидуальными возможностями и особыми образовательными потребностями ребенка.

Итоговые достижения обучающихся с умеренной, тяжелой, глубокой умственной отсталостью, с ТМНР (вариант 2) принципиально отличаются от требований к итоговым достижениям детей с легкой умственной отсталостью (вариант 1). Они определяются индивидуальными возможностями ребенка и тем, что его образование нацелено на максимальное развитие жизненной компетенции. Владение знаниями, умениями и навыками в различных образовательных областях («академический» компонент) регламентируется рамками полезных и необходимых *инструментов* для решения задач повседневной жизни. Накопление доступных навыков коммуникации, самообслуживания, бытовой и доступной трудовой деятельности, а также перенос сформированных представлений и умений в собственную деятельность (компонент «жизненной компетенции») готовит обучающегося к использованию приобретенных в процессе образования умений для активной жизни в семье и обществе.

Итогом образования человека с умственной отсталостью, с ТМНР является нормализация его жизни. Под нормализацией понимается такой образ жизни, который является привычным и необходимым для подавляющего большинства людей: жить в семье, решать вопросы повседневной жизнедеятельности, выполнять полезную трудовую деятельность, определять содержание своих увлечений и интересов, иметь возможность самостоятельно принимать решения и нести за них ответственность. Общим результатом образования такого обучающегося может стать набор компетенций, позволяющих соразмерно психическим и физическим возможностям максимально самостоятельно решать задачи, направленные на нормализацию его жизни.

## 5. ОРГАНИЗАЦИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

Одним из важнейших направлений работы с ребенком, имеющим умственную отсталость, ТМНР, является физическое развитие, которое происходит на занятиях по адаптивной физической культуре. Целью занятий по адаптивной физической культуре является повышение двигательной активности детей и обучение использованию полученных навыков в повседневной жизни. Основные задачи: формирование и совершенствование основных и прикладных двигательных навыков; формирование туристических навыков, умения играть в спортивные игры; укрепление и сохранение здоровья детей, профилактика болезней и возникновения вторичных заболеваний.

Программа учебного предмета по адаптивной физической культуре включает 2 раздела: «Коррекционные подвижные игры», «Физическая подготовка».

Раздел «Коррекционные подвижные игры» включает элементы спортивных игр и спортивных упражнений, подвижные игры. Основными задачами являются формирование умения взаимодействовать в процессе игры, соблюдать правила игры.

Раздел «Физическая подготовка» включает построения и перестроения, общеразвивающие и корригирующие упражнения. Рабочая программа учебного предмета ««Адаптивная физкультура»» (1 класс) организуется в форме уроков, исходя из особенностей развития обучающихся с умственной отсталостью и на основании рекомендаций психолого-медико-педагогической комиссии / консилиума и индивидуальной программы реабилитации инвалида.

Урок проводится для состава всего класса или для группы обучающихся.

## 6. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ОБУЧАЮЩИМИСЯ АООП (ВАРИАНТ 2).

Основным ожидаемым результатом освоения обучающимися учебного предмета «Адаптивная физкультура» могут стать:

1) *Восприятие собственного тела, осознание своих физических возможностей и ограничений.*

- Освоение доступных способов контроля над функциями собственного тела: сидеть, стоять, передвигаться (в т.ч. с использованием технических средств).

- Освоение двигательных навыков, последовательности движений, развитие координационных способностей.

- Совершенствование физических качеств: ловкости, силы, быстроты, выносливости.

- Умение радоваться успехам: выше прыгнул, быстрее пробежал и др.

2) *Соотнесение самочувствия с настроением, собственной активностью, самостоятельностью и независимостью.*

- Умение определять свое самочувствие в связи с физической нагрузкой: усталость, болевые ощущения, др.

3) *Освоение доступных видов физкультурно-спортивной деятельности: спортивные игры.*

- Интерес к определенным видам физкультурно-спортивной деятельности: спортивные и подвижные игры, физическая подготовка.

- Умение кататься на санках, играть в подвижные игры и др.

## 7. ПРОГРАММА СОТРУДНИЧЕСТВА С СЕМЬЕЙ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ.

Программа сотрудничества с семьей обучающегося отражает направленность на обеспечение конструктивного взаимодействия специалистов организации и родителей (законных представителей) обучающегося в интересах особого ребенка и его семьи.

Программа учебного предмета «Адаптивная физкультура» (1 класс) включает следующие формы сотрудничества:

- еженедельные индивидуальные консультации;
- тематические консультации по разделам и темам занятий (1 раз в учебную четверть);
- открытые занятия (1 раз в четверть);
- письменные рекомендации.

Программа направлена на :

- 1) психологическую поддержку семьи, воспитывающей ребенка-инвалида;
- 2) повышение осведомленности родителей об особенностях развития и специфических образовательных потребностях ребенка;
- 3) обеспечение участия семьи в разработке и реализации содержания программы;
- 4) обеспечение единства требований к обучающемуся в семье и в организации;
- 5) организацию регулярного обмена информацией о ребенке, о ходе реализации программы курса и результатах его освоения;
- 6) организацию участия родителей во внеурочных мероприятиях.

## **8. СИСТЕМА ОЦЕНКИ ДОСТИЖЕНИЯ ОБУЧАЮЩИМИСЯ С УМСТВЕННОЙ ОТСТАЛОСТЬЮ ПЛАНИРУЕМЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА.**

Система оценки достижения планируемых результатов освоения АООП образования обучающимися с умеренной, тяжелой, глубокой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), тяжелыми и множественными нарушениями развития ориентирует образовательный процесс на введение в культуру ребенка, по разным причинам выпадающего из образовательного пространства, достижение возможных результатов освоения содержания СИПР и АООП.

Система оценки результатов включает целостную характеристику освоения обучающимися АООП и СИПР, отражающую взаимодействие следующих компонентов: что обучающийся знает и умеет на конец учебного периода, что из полученных знаний и умений он применяет на практике, насколько активно, адекватно и самостоятельно он их применяет. При оценке результативности обучения учитывается, что у обучающихся могут быть вполне закономерные затруднения в освоении предмета, но это не должно рассматриваться как показатель неуспешности их обучения и развития в целом.

Учитываются следующие факторы и проявления:

- особенности психического, неврологического и соматического состояния каждого обучающегося;
- выявление результативности обучения происходит вариативно с учетом психофизического развития обучающегося в процессе выполнения перцептивных, речевых, предметных действий, графических работ;
- в процессе предъявления и выполнения всех видов заданий обучающимся должна оказываться помощь: разъяснение, показ, дополнительные словесные, графические и жестовые инструкции; задания по подражанию, совместно распределенным действиям и др.;
- при оценке результативности достижений учитывается степень самостоятельности ребенка.

Формы и способы обозначения выявленных результатов обучения детей осуществляются в качественных критериях по итогам практических действий:

- «выполняет действие самостоятельно»,
- «выполняет действие по инструкции» (вербальной или невербальной),
- «выполняет действие по образцу»,
- «выполняет действие с частичной физической помощью»,
- «выполняет действие со значительной физической помощью»,
- «действие не выполняет»;
- «узнает объект», «не всегда узнает объект», «не узнает объект».

Система оценки достижения предметных результатов АООП (вариант 2) исключает наличие шкалы балльного (отметочного) оценивания. Промежуточная (годовая) аттестация представляет собой оценку результатов освоения СИПР и развития жизненных компетенций ребёнка по итогам учебного года. На её основе составляется характеристика каждого обучающегося, делаются выводы и ставятся задачи для СИПР на следующий учебный год. Перевод обучающегося на следующую ступень образования осуществляется максимально приближённо к возрасту ребёнка.

## 9. ФОРМИРОВАНИЕ БАЗОВЫХ УЧЕБНЫХ ДЕЙСТВИЙ (БУД)

### *Функции, состав и характеристика базовых учебных действий обучающихся с умственной отсталостью*

Основой для разработки рабочей программы учебного предмета «Адаптивная физкультура» (1 класс) является Программа формирования базовых учебных действий обучающихся с умственной отсталостью (далее программа формирования БУД), которая конкретизирует требования Стандарта к личностным и предметным результатам освоения АООП (вариант 2).

В основе формирования БУД лежит деятельностный подход к обучению, который позволяет реализовывать коррекционно-развивающий потенциал образования школьников с умственной отсталостью.

Основная **цель** реализации программы формирования БУД в 1 классе состоит в формировании школьника с умственной отсталостью как субъекта учебной деятельности, которая обеспечивает одно из направлений его подготовки к самостоятельной жизни в обществе.

**Задачами** реализации программы в 1 классе являются

#### 1. Формирование учебного поведения:

- направленность взгляда (на говорящего взрослого, задание);
- выполнение инструкции учителя;
- использование по назначению учебных материалов;
- выполнять действия по образцу и по подражанию.

#### 2. Формирование умения выполнять задание:

- в течение определенного периода времени
- от начала до конца,
- с заданными качественными параметрами.

#### 3. Формирование умения самостоятельно переходить от одного задания (операции, действия) к другому в соответствии с расписанием занятий, алгоритму деятельности.

### **Мониторинг базовых учебных действий**

В процессе обучения осуществляется **мониторинг всех групп БУД**, который отражает индивидуальные достижения обучающихся и позволит делать выводы об эффективности проводимой в этом направлении работы.

*Для оценки сформированности каждого действия используется система* реально присутствующего опыта деятельности и его уровня.

- деятельность осуществляется на уровне совместных действий с педагогом;
- деятельность осуществляется по подражанию;
- деятельность осуществляется по образцу;
- деятельность осуществляется по последовательной инструкции;
- деятельность осуществляется с привлечением внимания ребенка взрослым к предмету деятельности;
- самостоятельная деятельность;

- умение исправить допущенные ошибки.

*Для оценки степени дифференцированности отдельных действий и операций внутри целостной деятельности используются условные обозначения:*

- действие (операция) сформировано – «ДА»;
- действие осуществляется при сотрудничестве взрослого – «ПОМОЩЬ»
- действие выполняется частично, даже с помощью взрослого – «ЧАСТИЧНО»
- действие (операция) пока недоступно для выполнения – «НЕТ».

Выявление уровня сформированности и доступности тех или иных видов деятельности, позволяет судить об уровне развития психических процессов, их обеспечивающих, т. е. критерии доступности и сформированности тех или иных видов деятельности позволяют оценить зону актуального развития ребенка и выбрать содержание индивидуальной программы курса.

.

### 10.УЧЕБНЫЙ ПЛАН

№ п/п	Наименование разделов и тем	Всего часов	Примечание
<b>1</b>	<b>«Физическая подготовка»</b>	<b>80</b>	
	1 четверть	24	
	2 четверть	24	
	3 четверть	18	
	4 четверть	14	
<b>2</b>	<b>«Коррекционные подвижные игры»</b>	<b>19</b>	
	3 четверть	9	
	4 четверть	10	
<b>Всего часов</b>		<b>99</b>	

**Программный материал рассчитан на 99 учебных часов (3 часа в неделю).**

## 11. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА, КУРСА.

Программа по адаптивной физической культуре включает разделы: «Коррекционные и подвижные игры», «Физическая подготовка».

Раздел «Коррекционные подвижные игры» включает элементы спортивных игр и игровых упражнений, подвижные игры. Основными задачами, являются формирование умения взаимодействовать в процессе игры, соблюдать правила игры). В этом разделе используются и коррекционные игры подвижные игры с бегом, прыжками и мячом, следующей направленности:

- формирование способности вести совместные действия с партнером;
- развитие тактильной чувствительности;
- активизация психических процессов: восприятия, внимания, памяти;
- развитие речевой деятельности, способности к звукоподражанию.

Раздел «Физическая подготовка» включает строевые упражнения, общеразвивающие и корригирующие упражнения.

Освоение физической подготовки предусмотрено в первой четверти и предполагается освоение: построений и перестроений, общеразвивающих и корригирующих упражнений, ходьбы и бега, прыжков, ползаний, подлезаний, передача предметов. Занятия по этому разделу могут проводиться не только в спортивном зале, но, и на открытой спортивной площадке, это обеспечивает решение задач по расширению образовательного пространства за пределами образовательного учреждения.

Содержание раздела «Коррекционные подвижные игры» предусмотрено во второй четверти и построено с учетом скорости освоения учащимися правил игры. Предложены подвижные игры с бегом, прыжками и мячом. В этом разделе используются и коррекционные игры следующей направленности:

- формирование способности вести совместные действия с партнером;
- развитие тактильной чувствительности;
- активизация психических процессов: восприятия, внимания, памяти;
- развитие речевой деятельности, способности к звукоподражанию.

### «Физическая подготовка»

#### Построения и перестроения

1. Основная стойка, стойка «ноги на ширине плеч».
2. Построение в колонну по одному (равнение на затылок).
3. Построение в одну шеренгу (равнение по черте, по носкам).
4. Перестраивание из шеренги в круг, взявшись за руки.
5. Размыкание на вытянутые руки в стороны.
6. Размыкание на вытянутые руки вперед.
7. Повороты по ориентирам.



## Общеразвивающие и корригирующие упражнения

### Дыхательные упражнения

1. Дыхательные упражнения в образном оформлении. «Х-х-хо» — согреть руки — выдох; «ф-ф-фу» — остудить воду — выдох; «понюхать цветок» — вдох.
2. Дыхательные упражнения по подражанию, под хлопки, под счет.
3. То же — по инструкции.
4. Грудное, брюшное и полное дыхание сначала в исходном положении «лежа на спине», затем «сидя» и «стоя».
5. Дыхание через нос и через рот:
  - а) вдох и выдох через рот;
  - б) вдох и выдох через нос;
  - в) вдох через нос, выдох через рот;
  - г) вдох через рот выдох через нос.

### Изменение длительности вдоха и выдоха:

1. вдох короче выдоха: 1-2-3 — вдох, 1-2-3-4 — выдох;
2. вдох длиннее выдоха (выдох при этом энергичный): 1-2-3-4 — вдох, 1-2-3 — выдох.
3. Правильное дыхание в ходьбе с имитацией,: паровоз — выдох «чу-чу-чу»; вагон — выдох — «ш-чи-ш»; самолет — выдох — «у-у-у»; жук — выдох — «ж-ж-ж».

### Общеразвивающие упражнения

1. Движения руками (одновременно и поочередно) в исходных положениях «стоя», «сидя», «лежа» (на боку, на спине, на животе): вперед, назад, в стороны, вверх, вниз, круговые движения — с учетом «правильности выполнения движения и введения необходимых коррекций».
2. Движение предплечий и кистей рук в различных направлениях.
3. Поочередное и одновременное сгибание пальцев в кулак и разгибание с изменением темпа.
4. Противопоставление первого пальца остальным на одной руке одновременно двумя руками с контролем зрения, а также без него.
5. Отведение и приведение пальцев одной руки и обеих.
6. Выделение пальцев рук.
7. Наклоны и повороты головы в исходных положениях «лежа» и «стоя».
8. Наклоны туловища вперед, назад, в стороны.
9. Тыльное и подошвенное сгибание стопы в различных исходных положениях.
10. Из исходного положения «стоя» поднимание на носках, перекаты с носков на пятки.
11. В исходном положении «лежа на спине», на «животе» поочередное и одновременное поднимание прямых, согнутых ног, отведение и круговые движения.

12. Из основной стойки, стойки «ноги врозь» поднимание прямой и согнутой ноги.
13. Приседание на всей ступне в стойке «ноги врозь».
14. Переход из положения «лежа» в положение «сидя».
15. Выполнение по памяти комбинации движений из 2—3 элементов.
16. Отстукивание или отхлопывание заданного темпа.
17. Отхлопывание или отстукивание простого ритмического рисунка.
18. Выполнение какого-либо упражнения в разном темпе.

Общеразвивающие упражнения желательнее проводить в ровном оформлении: отведение рук в стороны и сведение можно дать в игровых упражнениях: «Петушок хлопает крылышками», «Самолет летит», поднимание рук вверх и опускание: «Дровосек дрова колет» и т. п.

#### **Упражнения для формирования правильной осанки**

1. Правильная осанка в положении «стоя» и «сидя».
2. Стойка у вертикальной плоскости в правильной осанке до 5-7 сек.
3. Из исходного положения «стоя у вертикальной плоскости» в положении «правильной осанки» отводить руки в стороны, поднимать вверх и возвращать в исходное положение, а также поочередно поднимать ноги вперед, отводить в стороны.
4. Из положения «стоя у вертикальной плоскости» отойти от стены на 1-2-3 шага, сохраняя правильную осанку.
5. Посаженный в правильной осанке — сохранять это положение 5-10 сек.
6. Ходьба по залу, руки за спину или на поясе с сохранением правильной осанки.

#### **Прикладные упражнения. Ходьба и бег**

1. Ходьба ровным шагом (следить за осанкой и правильным синергизмом движений).
2. Ходьба в колонне.
3. Ходьба по кругу, взявшись за руки.
4. Ходьба в положении «руки за спину».
5. Ходьба на носках.
6. Ходьба с остановками по сигналу учителя (слуховому, зрительному).
7. Ходьба в медленном и быстром темпе.
8. Спокойный бег с правильной координацией движений.
9. Бег на носках.
10. Чередование бега с ходьбой (переход от быстрого темпа к медленному).
11. Ходьба с высоким подниманием колен.
12. Хлопки в ладони под поднятой согнутой прямой ногой.

#### **Прыжки**

1. Подпрыгивание на двух ногах на месте, с небольшим продвижением вперед, в сторону (лучше в играх: «Попрыгунчики», «По кочкам», «Лягушка и аист», «Зайчата»).

2. Прыжки в разных построениях: стоя лицом в круг (можно взяться за руки); 1) прыжки на месте; 2) прыжки с продвижением к центру вперед; 3) прыжки с продвижением от центра назад; 4) прыжки с продвижением вправо и влево; 5) прыжки с одного начерченного круга в другой.
3. Подпрыгивание в парах по очереди, вместе.
4. Перепрыгивание через шнур, через мячи (15—20 см) с правильным приземлением.
5. Прыжки на одной ноге.
6. Прыжки в длину с места.
7. Подпрыгивание вверх за предметом (следить за правильным приземлением).

#### **Равновесие**

1. Ходьба по начерченному коридору шириной 20 см.
2. Стойка на носках (3-4 сек).
3. Ходьба по доске, положенной на пол.
4. Ходьба по гимнастической скамейке (с различным положением рук).
5. Расхождение двоих на гимнастической скамейке.

#### **Лазание и перелезание**

1. Ползание на четвереньках по гимнастической скамейке.
2. Подлезание под веревку, перекладину (высота — 40-50 см).
3. Лазание вверх и вниз по гимнастической стенке.
4. Ползание через один гимнастический обруч, через 3-4 обруча на расстоянии 50 см один от другого.
5. Лазание через препятствия (высота до 50 см).

#### **Броски, ловля, метание, передача предметов и перенос груза.**

1. Правильный захват различных по величине и форме предметов одной и двумя руками.
2. Передача мячей, флажков, палок в шеренге, по кругу, в колонне, меняя направление.
3. Перекаты мяча по полу, передача мяча ударом об пол.
4. Броски мячей вверх, об пол, об стенку и ловля одной, двумя руками.
5. Метание в цель правой и левой рукой (на расстояние 2-4 м, щит 1х1 м).
6. Метание на дальность.
7. Упражнения с гимнастическими палками (подбрасывание и ловля, передача, перехваты).
8. Перенос гимнастической скамейки вчетвером.

#### **Элементы спортивных игр и спортивных упражнений.**

1. Баскетбол. Узнавание баскетбольного мяча. Передача баскетбольного мяча без отскока от пола (с отскоком от пола).
2. Волейбол. Узнавание волейбольного мяча. Ловля волейбольного мяча без отскока от пола (с отскоком от пола).

3. Футбол. Узнавание футбольного мяча. Ведение мяча.

**Подвижные игры.**

1. Соблюдение правил игры «Стоп, хоп, раз».
2. Соблюдение правил игры «Болото».
3. Соблюдение последовательности действий в игре-эстафете «Полоса препятствий»: бег по скамейке, прыжки через кирпичики, пролезание по туннелю, бег, передача эстафеты.
4. Соблюдение последовательности действий в игре-эстафете «Собери пирамидку»: бег к пирамидке, надевание кольца, бег в обратную сторону, передача эстафеты.

**«Коррекционные и подвижные игры»**

«Быстро по местам», «Попрыгунчики», «По кочкам», «Лягушка и аист», «Зайчата», «Гуси-лебеди», «Перепрыгни через ров», «Ловишки», «Волк во рву», «Охотники и зайцы», «Перестрелка», «Найди предмет в зале». «Паук», «Рука все помнит», «На ощупь», «Море, берег», «Раз, два, три – говори!», «Ровным кругом», «Пустое место», «Стрелки», «Колокольчик», «Угадай предмет», «Перебежки в парах», «Части тела», «Что пропало?», «Мышка и огурчики», «Бездомный заяц», «Медведь и пчелы», «Совушка», «Стоп, хоп, раз», «Болото», «Полоса препятствий», «Собери пирамидку».

## 12. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№	Наименование раздела программы и тем урока	Количество часов	Цель и элементы содержания занятия	Возможные результаты освоения обучающимися учебного предмета, курса	Оборудование, дидактический материал, ТСО и ИТ
<b>Физическая подготовка.</b>					
1	Правила поведения в спортивном зале и на уроках АФК	1	Беседа о технике безопасности на уроках АФК. Построение и перестроение. Упражнения для формирования правильной осанки.	Выполнение правил техники безопасности, Повтор упражнений по показу и словесной инструкции.	Презентация
2	Упражнения для формирования правильной осанки	1	Построение перестроение. Построение в колонну по одному, равнение в затылок. Упражнения для формирования правильной осанки. П/И.	Подражательные действия по построению и перестроению в колонне.	Коврики, бубен
3	Дыхательные упражнения	1	Построение перестроение. Построение в колонну по одному парами, равнение в затылок.	Выполнение подражательных действий, повторение дыхательных упражнений по показу.	Карточки
4	Дыхательные упражнения	1	Ходьба и бег. Дыхательные упражнения. Игра малой подвижности	Выполнение подражательных действий, повторение дыхательных упражнений по показу.	Карточки
5	Основные положения и движения (по подражанию)	1	Построение в колонну по одному, парами, равнение в затылок. Ходьба и бег.	Подражательные действия по построению и перестроению в колонне, сгибание разгибание кисти	Спортивный мягкий инвентарь
6	Основные положения и движения (по подражанию)	1	Основные положения и движения головы, Наклоны головы с произнесением звуков «да, да, да»; «ай-ай-ай»; «нет, нет» движения кисти рук.(сгибание пальцев в	Подражательные действия по построению и перестроению в колонне, сгибание разгибание кисти	Спортивный мягкий инвентарь

			кулак и разгибание.		
7	Основные положения и движения (по подражанию)	1	Построение в колонну по одному, парами, равнение в затылок. Ходьба и бег. Основные движения руками, ногами. Сведение и разведение пальцев ног. Сгибание и разгибание кисти руки.	Подражательные действия по построению и перестроению в колонне, сгибание разгибание кисти	Спортивный мягкий инвентарь
8	Основные положения	1	Основные положения и движения рук: вперед, в стороны, вверх, вниз, на пояс, к плечам, хлопки вверху, внизу, сгибание и разгибание в локтевых суставах. Подвижная игра «У медведя во бору»	Подражательные действия по построению и перестроению в колонне.	Бубен
9	Упражнения для формирования правильной осанки	1	Построение перестроение. Упражнения для формирования правильной осанки	Подражательные действия по построению и перестроению в колонне.	Коврики, карточки
10	Упражнения для формирования правильной осанки	1	Построение в колонну по одному, равнение в затылок. Упражнения для формирования правильной осанки	Подражательные действия по построению и перестроению в колонне.	Коврики, карточки
11	Дыхательные упражнения	1	Построение перестроение. Построение в колонну по одному, парами, равнение в затылок. Ходьба и бег.	Выполнение подражательных действий, повторение дыхательных упражнений по показу.	Спортивный мягкий инвентарь.
12	Дыхательные упражнения	1	Дыхательные упражнения. Глубокий вдох через нос и выдох через рот. Правильное дыхание в ходьбе имитацией. «Паровоз» -«чу, чу, чу»-выдох	Выполнение подражательных действий, повторение дыхательных упражнений по показу.	Спортивный мягкий инвентарь.
13	Дыхательные упражнения	1	Дыхательные упражнения. Глубокий вдох через нос и выдох через рот. «Самолёт» «у-у-у». Игра малой подвижности. «На праздник»	Выполнение подражательных действий, повторение дыхательных упражнений по показу.	Спортивный мягкий инвентарь.
14	Общеразвивающие и корригирующие упражнения	1	Построение в шеренгу. Разновидности ходьбы. Медленный бег. Выполнение вместе с учащимися <i>Общеразвивающие и корригирующие упражнения</i> Игра «С	Подражательные действия по построению, ходьба на носках и пятках, обычный бег, прыжки.	Кубики

			кочки на кочку»		
15	Броски, ловля, передача предметов	1	Построение в шеренгу. Разновидности ходьбы. Медленный бег. Выполнение вместе с учащимися <i>Броски, ловля, передача предметов</i> (кегли, мячи). Игра «С кочки на кочку»	Подражательные действия по построению, ходьба на носках и пятках, обычный бег, прыжки.	Кегли, мячи
16	Броски, ловля, передача мяча	1	Построение в шеренгу. Разновидности ходьбы. Медленный бег. Выполнение вместе с учащимися. <i>Броски, ловля, передача мяча</i> Игра «С кочки на кочку»	Подражательные действия по построению, ходьба на носках и пятках, обычный бег, прыжки.	Мячи разного размера
17	Развитие координационных способностей	1	Ходьба по начерченному коридору шириной 20-30см. Ходьба по «коридору» между двумя скамейками или булавами.	Выполнение подражательных действий ходьбы под счет, в колонну парами, по одному, по кругу.	Карточки
18	Ходьба и бег	1	Ходьба под счет. ходьба в колонну парами, по одному, по кругу. Ходьба в медленном и быстром темпе. ОРУ без предметом построение в колонну по одному с помощью учителя	Выполнение ходьбы под счет, в колонну парами, по одному, по кругу.	Бубен
19	Ходьба и бег.	1	Построение и перестроения, построение в колонну по одному с помощью учителя. Обычный бег. П/и «Пойдем на прогулку»	Выполнение подражательных действий, повторение дыхательных упражнений по показу.	Спортивный мягкий инвентарь.
20	Дыхательные упражнения	1	Построение и перестроения, построение в колонну по одному с помощью учителя, построение в одну шеренгу в нарисованных кружках, ходьба по линии на носках и пятках, ходьба с различными положениями рук	Выполнение подражательных действий, повторение дыхательных упражнений по показу.	Спортивный мягкий инвентарь.
21	Ходьба и бег	1	Построение и перестроения, построение в колонну по одному с помощью учителя, построение в одну шеренгу в	Выполнение подражательных действий ходьбы под счет, в колонну парами, по одному,	Карточки

			нарисованных кружках, ходьба по линии на носках и пятках, ходьба с различными положениями рук, Обычный бег. П/и «Пойдем на прогулку»	по кругу.	
22	Прыжки	1	Построение в шеренгу. Разновидности ходьбы. Медленный бег. Выполнение вместе с учащимися подскоков на месте на двух ногах; прыжки слегка продвигаясь в перед. Игра «С кочки на кочку»	Выполнение подражательных действий ходьбы под счет, в колонну парами, по одному, по кругу.	Кочки, кубики
23	Развитие координационных способностей	1	Ходьба по начерченному коридору шириной 20-30см. Ходьба по «коридору» между двумя скамейками или булавами.	Выполнение подражательных действий ходьбы под счет, в колонну парами, по одному, по кругу.	Бубен, булавы
24	Развитие координационных способностей	1	Ходьба по начерченному коридору шириной 30-40см. Ходьба по «коридору» между двумя скамейками или булавами.	Выполнение подражательных действий ходьбы под счет, в колонну парами, по одному, по кругу.	Бубен, булавы
<b>Физическая подготовка</b>					
25	Построение и перестроение	1	Построение в одну шеренгу, взявшись за руки, равнение по начерченной линии, размыкание на вытянутые руки по показу учителя. П/И» У ребят порядок строгий»	Выполнение подражательных действий ходьбы под счет, в колонну парами, по одному, по кругу.	Бубен
26	Общеразвивающие и корригирующие упражнения	1	Ходьба. Бег ОРУ с предметами. Основные положения и движения головы, рук, туловища, ног.	Выполнение подражательных действий ходьбы под счет, в колонну парами, по одному, по кругу.	Карточки
27	Общеразвивающие упражнения	1	Основные положения и движения головы, рук, туловища, ног, общеукрепляющие упражнения с предметами.	Выполнение подражательных действий ходьбы под счет, в колонну парами, по одному, по кругу.	Карточки
28	Корригирующие упражнения	1	Ходьба. Бег ОРУ с предметами. Упражнения с обручами.	Выполнение подражательных действий ходьбы под счет, в	Карточки



				колонну парами, по одному, по кругу.	
29	Лазание по наклонной гимнастической скамейке	1	ОРУ в движении. Лазание по наклонной скамейке в упоре присев, в упоре стоя на коленях. Игра «Иголочка и ниточка». Развитие координационных способностей	Выполнение подражательных действий лазание, переползание, пролезание	Гимнастические скамейки
30	Лазание и перелазание	1	Ходьба. Бег ОРУ с предметами. Лазание вверх и вниз по гимнастической стенке с помощью учителя приставными шагами под контролем учителя. Переползание на четвереньках в медленном темпе по коридору 15-25см. Перелазание через препятствие высотой до 70см. пролезание через обруч стоявший вертикально. Перешагивание через гимнастическую палку. П/И	Выполнение подражательных действий лазание, переползание, пролезание	Обручи, гимнастические скамейки, гимнастическая стенка
31	Лазание и перелазание	1	Ходьба. Бег ОРУ с предметами. Лазание вверх и вниз по гимнастической стенке с помощью учителя приставными шагами под контролем учителя.	Выполнение подражательных действий лазание, переползание, пролезание	Обручи, гимнастические скамейки, гимнастическая стенка
32	Лазание и перелазание	1	Ходьба. Бег ОРУ с предметами. Переползание на четвереньках в медленном темпе по коридору 15-25см. Перелазание через препятствие высотой до 70см.	Выполнение подражательных действий лазание, переползание, пролезание	Обручи, гимнастические скамейки, гимнастическая стенка
33	Лазание и перелазание	1	Ходьба. Бег ОРУ с предметами. Пролезание через обруч стоявший вертикально. Перешагивание через гимнастическую палку. П/И	Выполнение подражательных действий лазание, переползание, пролезание	Обручи, гимнастические скамейки, гимнастическая стенка
34	Равновесие	1	Ходьба. Бег. Перестроение по звеньям, по заранее установленным местам. ОРУ с предметами. Ходьба по линии	Выполнение подражательных действий ходьбы по линии.	Карточки

			нарисованной на полу. Ходьба по гимнастической скамейке.		
35	Лазание по наклонной гимнастической скамейке	1	ОРУ в движении. Лазание по наклонной скамейке в упоре присев, в упоре стоя на коленях. Игра «Иголочка и ниточка». Развитие координационных способностей	Выполнение подражательных действий лазание по наклонной скамейке.	Скамейка гимнастическая, бубен
36	Равновесие	1	Ходьба. Бег. Перестроение по звеньям, по заранее установленным местам. ОРУ с предметами. Ходьба по линии нарисованной на полу. Ходьба по гимнастической скамейке.	Выполнение подражательных действий ходьбы по линии.	Скамейка гимнастическая, бубен
37	Лазание и перелазание	1	Ходьба. Бег ОРУ с предметами. Лазание вверх и вниз по гимнастической стенке с помощью учителя приставными шагами под контролем учителя	Выполнение подражательных действий лазание, переползание, пролезание	Обручи, гимнастические стенка гимнастическая палка,
38	Лазание и перелазание	1	Ходьба. Бег ОРУ с предметами. Переползание на четвереньках в медленном темпе по коридору 15-25см. Перелезание через препятствие высотой до 70см.	Выполнение подражательных действий лазание, переползание, пролезание	Обручи, гимнастические стенка гимнастическая палка,
39	Лазание и перелазание	1	Ходьба. Бег ОРУ с предметами. Пролезание через обруч стоявший вертикально. Перешагивание через гимнастическую палку. П/И	Выполнение подражательных действий лазание, переползание, пролезание	Обручи, гимнастические стенка гимнастическая палка,
40	Общеразвивающие и корригирующие упражнения	1	Ходьба. Бег ОРУ с предметами. Основные положения и движения головы, рук, туловища, ног, общеукрепляющие упражнения с предметами. Упражнения с обручами.	Выполнение подражательных действий лазание, переползание, пролезание	Кубики, обручи
41	Лазание по наклонной гимнастической	1	ОРУ в движении. Лазание по наклонной скамейке в упоре присев, в упоре стоя на коленях. Игра «Иголочка и ниточка».	Выполнение подражательных действий лазание, переползание, пролезание	Бубен, скамейка гимнастическая

	скамейке		Развитие координационных способностей		
42	Общеразвивающие и корригирующие упражнения	1	Ходьба. Бег ОРУ с предметами. Основные положения и движения головы, рук, туловища, ног, общеукрепляющие упражнения с предметами. Упражнения с обручами.	Подражательные действия по построению, ходьба на носках и пятках, обычный бег.	Обручи
43	Упражнение на формирование правильной осанки	1	Упражнение на развитие мышц спины, брюшного пресса: в положении лежа, сидя, стоя.	Подражательные действия по построению и перестроению в колонне.	Коврики
44	Равновесие	1	Ходьба. Бег. Перестроение по звеньям, по заранее установленным местам. ОРУ с предметами. Ходьба по линии нарисованной на полу. Ходьба по гимнастической скамейке.	Выполнение подражательных действий ходьбы по линии.	Карточки
45	Лазание и перелазание	1	Ходьба. Бег ОРУ с предметами. Лазание вверх и вниз по гимнастической стенке с помощью учителя приставными шагами под контролем учителя. Переползание на четвереньках в медленном темпе по коридору 15-25см. Перелазание через препятствие высотой до 70см. пролезание через обруч стоявший вертикально. Перешагивание через гимнастическую палку. П/И	Выполнение подражательных действий лазание, переползание, пролезание	Гимнастические стенка, палка
46	Профилактика плоскостопия	1	Построение в шеренгу. Разновидности ходьбы. Медленный бег. Упражнения на полу	Выполнение подражательных действий ходьбы под счет, в колонну парами, по одному, по кругу.	Карточки. коврики, массажные
47	Профилактика плоскостопия	1	Построение в шеренгу. Разновидности ходьбы. Медленный бег. Упражнения на полу	Выполнение подражательных действий ходьбы под счет, в колонну парами, по одному, по кругу.	Карточки. коврики, массажные
48	Общеразвивающие и	1	Ходьба. Бег ОРУ с предметами.	Подражательные действия по	Бубен, кубик

	корректирующие упражнения		Основные положения и движения головы, рук, туловища, ног, общеукрепляющие упражнения с предметами. Упражнения с обручами.	построению, ходьба на носках и пятках, обычный бег.	
<b>Физическая подготовка</b>					
49	Лазание и перелазание	1	Ходьба. Бег ОРУ с предметами. Лазание вверх и вниз по гимнастической стенке с помощью учителя приставными шагами под контролем учителя.	Выполнение подражательных действий лазание, переползание, пролезание	Гимнастические: палки, лестница
50	Лазание и перелазание	1	Ходьба. Бег ОРУ с предметами. Переползание на четвереньках в медленном темпе по коридору 15-25см. Перелезание через препятствие высотой до 70см.	Выполнение подражательных действий лазание, переползание, пролезание	Гимнастические: палки, лестница
51	Лазание и перелазание	1	Ходьба. Бег ОРУ с предметами. Пролезание через обруч стоящий вертикально. Перешагивание через гимнастическую палку. П/И	Выполнение подражательных действий лазание, переползание, пролезание	Гимнастические: палки, лестница
52	Общеразвивающие и корректирующие упражнения	1	Ходьба. Бег ОРУ с предметами. Основные положения и движения головы, рук, туловища, ног, общеукрепляющие упражнения с предметами. Упражнения с обручами.	Подражательные действия по построению, ходьба на носках и пятках, обычный бег.	Мячи
53	Комплексное развитие физических качеств	1	Разновидности ходьбы. Бег с ускорением. Общеразвивающие упражнения (ОРУ). Ходьба с высоким подниманием бедра. Подвижная игра «Вызов номера». Развитие физических качеств	Подражательные действия по построению, ходьба на носках и пятках, обычный бег.	Бубен
54	Развитие координации движений	1	Прыжки на одной ноге, на двух на месте. Прыжки с продвижением в перед. ОРУ.	Выполнение подражательных действий ходьбы под счет, в колонну парами, по одному, по кругу.	Бубен, маракас
55	Развитие	1	. Прыжки с продвижением в перед. ОРУ.	Выполнение подражательных	Бубен, маракас

	координации движений		Подвижная игра «Два мороза». Развитие координации движений	действий ходьбы под счет, в колонну парами, по одному, по кругу.	
<b>Коррекционные подвижные игры</b>					
56	Игры с метанием, передачей и ловлей мяча	1	Бросок мяча снизу на месте в щит. Ловля мяча на месте. Передача мяча снизу на месте. ОРУ. Эстафеты с мячами. Игры с метанием, передачей и ловлей мяча: Метко в цель, Мяч соседу Развитие координационных способностей	Подражательные действия по построению, ходьба на носках и пятках, обычный бег.	Мячи: волейбольные, баскетбольные
57	Игры на развитие внимания	1	Ходьба на носках, на пятках. Обычный бег, бег с ускорением. Подвижная игра «Два мороза», «У ребят порядок строгий». «Стань правильно»	Подражательные действия по построению, ходьба на носках и пятках, обычный бег.	Бубен
<b>Физическая подготовка</b>					
58	Лазание и перелазание	1	Ходьба. Бег ОРУ с предметами. Лазание вверх и вниз по гимнастической стенке с помощью учителя приставными шагами под контролем учителя. Переползание на четвереньках в медленном темпе по коридору 15-25см. Перелазание через препятствие высотой до 70см. пролезание через обруч стоявший вертикально. Перешагивание через гимнастическую палку. П/И	Выполнение подражательных действий лазание, переползание, пролезание	Обручи, гимнастическая стенка, палки
59	Упражнение на формирование правильной осанки	1	Ходьба. Бег ОРУ с предметами. Упражнение на развитие мышц спины, брюшного пресса: в положении лежа, сидя, стоя.	Подражательные действия по построению и перестроению в колонне.	Коврики, кубики
<b>Коррекционные подвижные игры</b>					
60	Игры с метанием, передачей и ловлей мяча	1	Бросок мяча снизу на месте в щит. Ловля мяча на месте. Передача мяча снизу на месте. ОРУ. Эстафеты с мячами. Игры с	Подражательные действия по построению, ходьба на носках и пятках, обычный	Мячи бволейбольные, баскетбольные

			метанием, передачей и ловлей мяча: Метко в цель, Мяч соседу Развитие координационных способностей	бег.	
61	Игры на развитие внимания	1	Ходьба на носках, на пятках. Обычный бег, бег с ускорением.	Подражательные действия по построению, ходьба на носках и пятках, обычный бег.	Карточки, бубен
62	Игры на развитие внимания	1	. Подвижная игра «Два мороза», «У ребят порядок строгий». «Стань правильно»	Подражательные действия по построению, ходьба на носках и пятках, обычный бег.	Карточки, бубен
63	Игры на развитие внимания	1	Ходьба на носках, на пятках. Обычный бег, бег с ускорением. Подвижная игра «Два мороза», «У ребят порядок строгий». «Стань правильно»	Подражательные действия по построению, ходьба на носках и пятках, обычный бег.	Карточки, бубен
<b>Физическая подготовка</b>					
64	Общеразвивающие и корректирующие упражнения	1	Ходьба. Бег ОРУ с предметами. Основные положения и движения головы, рук, туловища, ног, общеукрепляющие упражнения с предметами. Упражнения с обручами.	Подражательные действия по построению, ходьба на носках и пятках, обычный бег.	Гимнастические палки, бубен
65	Упражнение на формирование правильной осанки	1	Ходьба. Бег ОРУ с предметами. Упражнение на развитие мышц спины, брюшного пресса: в положении лежа, сидя, стоя.	Подражательные действия по построению и перестроению в колонне.	Коврики, бубен
66	Лазание и перелезание	1	Ходьба. Бег. Перелезание через препятствие высотой до 1м. Игры лазанием и перелезанием: «Поезд», «Альпинисты».	Выполнение подражательных действий лазание, переползание, пролезание	карточки
67	Дыхательные упражнения.	1	Ходьба. Бег ОРУ с предметами. Лазание вверх и вниз по гимнастической стенке с помощью учителя приставными шагами под контролем учителя. Переползание на	Выполнение подражательных действий лазание, переползание, пролезание	Гимнастические: стенка, палки

			четвереньках в медленном темпе по коридору 15-25см. Перелезание через препятствие высотой до 70см. пролезание через обруч стоявший вертикально. Перешагивание через гимнастическую палку. П/И		
68	Дыхательные упражнения.	1	Пролезание через обруч стоявший вертикально. Перешагивание через гимнастическую палку. П/И	Выполнение подражательных действий лазание, переползание, пролезание	Гимнастические: стенка, палки
69	Комплексное развитие физических качеств	1	Разновидности ходьбы. Бег с ускорением. Общеразвивающие упражнения (ОРУ). Ходьба с высоким подниманием бедра. Подвижная игра «Вызов номера». Развитие физических качеств	Подражательные действия по построению, ходьба на носках и пятках, обычный бег.	Бубен
70	Комплексное развитие физических качеств	1	Ходьба с высоким подниманием бедра. Подвижная игра «Передай соседу». Развитие физических качеств	Подражательные действия по построению, ходьба на носках и пятках, обычный бег.	Бубен, обруч
71	Развитие координации движений	1	Ходьба. Бег ОРУ с предметами. Прыжки на одной ноге, на двух на месте. Прыжки с продвижением в перед. ОРУ. Подвижная игра «Два мороза». Развитие координации движений	Подражательные действия по построению, ходьба на носках и пятках, обычный бег.	Карточки, бубен
<b>Коррекционные подвижные игры</b>					
72	Игры с метанием, передачей и ловлей мяча	1	Ходьба. Бег ОРУ с предметами. Бросок мяча снизу на месте в щит. Ловля мяча на месте.	Подражательные действия по построению, ходьба на носках и пятках, обычный бег.	Мячи, бубен
73	Игры с метанием, передачей и ловлей мяча	1	Ходьба. Бег ОРУ с предметами. Передача мяча снизу на месте. ОРУ. Эстафеты с мячами.	Подражательные действия по построению, ходьба на носках и пятках, обычный бег.	Мячи, бубен

74	Игры с метанием, передачей и ловлей мяча	1	Ходьба. Бег ОРУ с предметами Игры с метанием, передачей и ловлей мяча: Метко в цель, Мяч соседу Развитие координационных способностей	Подражательные действия по построению, ходьба на носках и пятках, обычный бег.	Мячи, бубен
75	Игры на развитие внимания	1	Ходьба на носках, на пятках. Обычный бег, бег с ускорением. Подвижная игра «Два мороза», «У ребят порядок строгий». «Стань правильно»	Подражательные действия по построению, ходьба на носках и пятках, обычный бег.	Бубен,карточки
<b>Физическая подготовка</b>					
76	Развитие скоростно-силовых способностей	1	Упражнения на дыхание. ОРУ. «К своим флажкам» «Два мороза» Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	Подражательные действия по построению, ходьба на носках и пятках, обычный бег.	Бубен, кубики
77	Общеразвивающие и корригирующие упражнения	1	Ходьба. Бег ОРУ с предметами. Основные положения и движения головы, рук, туловища, ног, общеукрепляющие упражнения с предметами. Упражнения с обручами.	Подражательные действия по построению, ходьба на носках и пятках, обычный бег.	Обручи, бубен
78	Прыжки в длину	1	Разновидности ходьбы. Обычный бег. Прыжки в длину с места (прыгнуть на гимнастический мат), в глубину прыжок с гимнастической скамейки).	Выполнение подражательных действий прыжки с места в высоту.	Гимнастическая скамейка,бубен
79	Прыжки в высоту	1	Разновидности ходьбы. Обычный бег. Прыжки в высоту (прыгнуть на гимнастический мат), в глубину прыжок с гимнастической скамейки).	Выполнение подражательных действий прыжки с места в высоту.	Гимнастическая скамейка,бубен
80	Упражнение на формирование правильной осанки	1	Ходьба. Бег ОРУ с предметами Упражнение на развитие мышц спины, брюшного пресса: в положении лежа, сидя, стоя.	Подражательные действия по построению и перестроению в колонне.	Коврики
81	Развитие скоростно-силовых способностей	1	Ходьба. Бег ОРУ с предметами Упражнения на дыхание. ОРУ. «К своим флажкам» «Два мороза» Эстафеты.	Подражательные действия по построению, ходьба на носках и пятках, обычный	Флажки, гимнастические палки



			Развитие скоростно-силовых способностей	бег.	
82	Развитие координации движений	1	Ходьба. Бег ОРУ с предметами. Ходьба. Прыжки на одной ноге, на двух на месте. Прыжки с продвижением в перед. ОРУ. Подвижная игра «Два мороза». Развитие координации движений	Подражательные действия по построению, ходьба на носках и пятках, обычный бег.	Кубики
83	Метание теннисного мяча	1	Ходьба. Бег ОРУ с предметами Метание малого мяча в цель 3-4 метров. Броски малого мяча в стену. Подвижная игра «Два мороза». Развитие скоростно-силовых качеств.	Подражательные действия броски малого мяча в стену.	Теннисный мяч, бубен
84	Ходьба и бег	1	Ходьба. Бег ОРУ с предметами Построение и перестроения, построение в колонну по одному с помощью учителя.	Подражательные действия по построению, ходьба на носках и пятках, обычный бег.	Бубен, кубики
85	Ходьба и бег	1	Построение в одну шеренгу в нарисованных кружках, ходьба по линии на носках и пятках, ходьба с различными положениями рук,	Подражательные действия по построению, ходьба на носках и пятках, обычный бег.	Бубен, кубики
86	Ходьба и бег	1	Обычный бег. П/и «Пойдем на прогулку»	Подражательные действия по построению, ходьба на носках и пятках, обычный бег.	Бубен, кубики
87	Метание теннисного мяча	1	Ходьба. Бег ОРУ с предметами Метание малого мяча в цель 3-4 метров. Броски малого мяча в стену. Подвижная игра «Два мороза». Развитие скоростно-силовых качеств.	Выполнение подражательных действий ходьбы под счет, броски малого мяча в стену..	Теннисный мяч, кубики
88	Ходьба и бег	1	Сочетание различных видов ходьбы. Бег с изменением направления, ритма и темпа. Бег в заданном коридоре. Бег 30м. ОРУ. П/И «Воробы и вороны»	Подражательные действия по построению, ходьба на носках и пятках, обычный бег.	Бубен

89	Упражнение на формирование правильной осанки	1	Ходьба. Бег ОРУ с предметами. Упражнение на развитие мышц спины, брюшного пресса: в положении лежа, сидя, стоя.	Подражательные действия по построению и перестроению в колонне.	Коврики, карточки
<b>Коррекционные подвижные игры</b>					
90	Игры с метанием, передачей и ловлей мяча	1	Бросок мяча снизу на месте в щит. Ловля мяча на месте. Передача мяча снизу на месте. ОРУ.	Подражательные действия по передаче, ловле мяча.	Мячи
91	Игры с метанием, передачей и ловлей мяча	1	. Эстафеты с мячами. Игры с метанием, передачей и ловлей мяча: Метко в цель, Мяч соседу Развитие координационных способностей	Подражательные действия по передаче, ловле мяча.	Мячи
92	Игры на развитие внимания	1	Ходьба на носках, на пятках. Обычный бег, бег с ускорением.	Выполнение подражательных действий ходьбы под счет, в колонну парами, по одному, по кругу.	карточки
93	Игры на развитие внимания	1	Подвижная игра «Два мороза», «У ребят порядок строгий». «Стань правильно»	Выполнение подражательных действий ходьбы под счет, в колонну парами, по одному, по кругу.	карточки
<b>Физическая подготовка</b>					
94	Развитие координации движений	1	Ходьба. Бег ОРУ с предметами. Прыжки на одной ноге, на двух на месте.	Подражательные действия по построению, ходьба на носках и пятках, обычный бег.	Кубики, бубен
95	Развитие координации движений	1	. Прыжки с продвижением в перед. ОРУ. Подвижная игра «Два мороза». Развитие координации движений	Подражательные действия по построению, ходьба на носках и пятках, обычный бег.	Кубики, бубен
96	Упражнение на формирование правильной осанки	1	Ходьба. Бег ОРУ с предметами. Упражнение на развитие мышц спины, брюшного пресса: в положении лежа, сидя, стоя.	Подражательные действия по построению и перестроению в колонне.	Коврики, карточки

<b>Коррекционные подвижные игры</b>					
97	Игры на развитие внимания	1	Ходьба на носках, на пятках. Обычный бег, бег с ускорением. Подвижная игра «Два мороза», «У ребят порядок строгий». «Стань правильно»	Выполнение подражательных действий ходьбы под счет, в колонну парами, по одному, по кругу.	Бубен, обруч, маракас
98	Игры с метанием, передачей и ловлей мяча	1	Бросок мяча снизу на месте в щит. Ловля мяча на месте. Передача мяча снизу на месте. ОРУ Эстафеты с мячами. Игры с метанием, передачей и ловлей мяча: Метко в цель, Мяч соседу Развитие координационных способностей	Подражательные действия по передаче, ловле мяча.	Мячи, кубики
99	Игры на развитие внимания	1	Ходьба на носках, на пятках. Обычный бег, бег с ускорением. Подвижная игра «Два мороза», «У ребят порядок строгий». «Стань правильно»	Подражательные действия по построению, ходьба на носках и пятках, обычный бег.	Бубен
<b>За год 99 занятий</b>					

### 13. ПЕРЕЧЕНЬ УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ

**Учебник:** Матвеев А.П., «Физическая культура. Учебник, АО «Издательство «Просвещение», 2023, <https://catalog.prosv.ru/item/39124>

Материально-техническое оснащение учебного предмета «Адаптивная физкультура» включает: дидактический материал: изображения (карточки, фото, плакаты, пиктограммы) спортивного инвентаря; альбомы с демонстрационным материалом в соответствии с темами занятий; спортивный инвентарь: маты, гимнастические мячи разного диаметра, гимнастические скамейки, гимнастические лестницы, обручи, кегли, мягкие модули различных форм, гимнастические коврики, корзины, футбольные, пионербольные, баскетбольные мячи, бадминтон, рюкзаки, туристические коврики, палатки, спальные мешки, кольца; мебель: шкафы для хранения спортивного инвентаря, для переодевания, стулья, стол.

*Цифровые образовательные ресурсы:*

- [educont.ru](https://educont.ru) цифровой образовательный контент
- <https://uchi.ru> Платформа «Учи.ру»
- <http://all.edu.ru> - Все образование Интернета

– <http://lobraz.ru> – Образование.

#### 14. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Баряева Л.Б., Бойков Д.И., Липакова В.И. и др. Программа обучения учащихся с умеренной и тяжелой умственной отсталостью: СПб: ЦДК проф.Л.Б. Баряевой.- 2019г.
2. Баряева Л.Б., Гаврилушкина О.П. Игры-занятия с природным и рукотворным материалом: Методическое пособие. – СПб.: НОУ «СВЕМА», 2018. – 103с. [Сер. «Игры для детей с проблемами в развитии»]
3. Здоровьесберегающие технологии в образовательном процессе / авт.-сост. С.А. Цабыбин.-Волгоград: Учитель. 2017.
4. Катаева А.А., Стребелева Е.А. Дидактические игры и упражнения в обучении умственно отсталых дошкольников: Кн.для учителя – М.: Просвещение, 2018, - 191 с
5. Программы обучения детей с умеренной и тяжелой умственной отсталостью, под редакцией Л.Б. Баряевой, Н.Н. Яковлевой 2019г.
6. Программа образования учащихся с умеренной и тяжелой умственной отсталостью, коллектив авторов: Л.Б. Баряева, и.м. Бгажнокова, Д.И. Бойков, Е.Т. Логинова.2020г.
7. Современные технологии сохранения и укрепления здоровья детей: Учеб. Пособие / Под общ. ред. Н.В. Сократова.-М.: ТЦ Сфера, 2015.
8. Шипицина Л.М. «Необучаемый» ребенок в семье и обществе. Социализация детей с нарушением интеллекта. – 2-е изд., переработано и дополн. – СПб.: Речь, 2015. – 477с.

