

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Министерство образования и молодежной политики
Свердловской области
Администрация ГО Верхотурский
МКОУ "МЕРКУШИНСКАЯ ООШ"

РАССМОТРЕНО
на Педагогическом совете
Протокол № 6 от 22.08.2023г.

УТВЕРЖДЕНО _____
Директор ОУ Трапезникова Ю.Г.
Приказ № 104 от 22.08.2023г.



Рабочая программа
по учебному предмету
«Адаптивная физическая культура»
(для обучающихся с умственной отсталостью,
интеллектуальными нарушениями вариант 2)

с. Меркушино
2023

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ

В соответствии с требованиями ФГОС к АООП для обучающихся с умеренной, тяжелой, глубокой умственной отсталостью, с ТМНР (вариант 2) результативность обучения каждого обучающегося оценивается с учетом особенностей его психофизического развития и особых образовательных потребностей. В связи с этим требования к результатам освоения образовательных программ представляют собой описание **возможных** результатов образования данной категории обучающихся.

1 ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЙ КЛАСС

I. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

ВОЗМОЖНЫЕ ЛИЧНОСТНЫЕ ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ:

Обучающийся научится:

- понимать эмоциональные состояния других людей;
- понимать язык эмоций (мимика, жесты);
- устанавливать контакты;
- избегать конфликтных ситуаций;
- пользоваться жестовыми формами взаимодействия для установления контактов;
- принимать помощь.

Обучающийся получит возможность:

- участвовать в совместной деятельности (подвижных играх, играх на воздухе, в команде);
- сотрудничать с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;
- соблюдать безопасный, здоровый образ жизни.

ВОЗМОЖНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ФОРМИРОВАНИЯ БАЗОВЫХ УЧЕБНЫХ ДЕЙСТВИЙ

Обучающийся научится:

- переключать взгляд с одного предмета на другой;
- фиксировать взгляд на лице педагога;
- понимать жестовую инструкцию;
- понимать инструкцию по пиктограммам;
- использовать по назначению спортивный инвентарь;
- выполнять действие способом рука в руке;
- удерживать произвольное внимание на выполнении посильного задания 3-4 мин.

ВОЗМОЖНЫЕ ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБРАЗОВАНИЯ

1 группа (умеренная умственная отсталость)	2 группа (тяжёлая умственная отсталость и ТМНР)	3 группа (глубокая умственная отсталость и ТМНР)
Физическая подготовка		
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.	С помощью педагога научиться осваивать двигательные навыки, последовательность движений, развивать координационные способности.	Научится проявлять интерес к двигательным навыкам.
Велосипедная подготовка		
Научится садиться на трехколесный велосипед и по возможности ездить на нем. Проявлять интерес к определенным видам физкультурно-спортивной деятельности: езда на велосипеде.	С помощью педагога научиться Садиться на трехколесный велосипед.	Научится проводить несложные наблюдения за предметами под руководством учителя.
Коррекционные подвижные игры		
Научится вести совместные действия с партнером, ориентироваться в пространстве зала. Проявлять интерес к определенным видам физкультурно-спортивной деятельности: спортивные и подвижные игры.	С помощью педагога научиться вести совместные действия с партнером, ориентироваться в пространстве зала.	Использовать предметы, находящиеся в поле зрения в помещении, по назначению.

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Физическая подготовка.

Проходит в первой и четвертой четвертях, так как по данному разделу в АООП предполагается освоение наибольшего спектра движений, в первом дополнительном классе это такие основные движения как: *построения и перестроения, общеразвивающие и корригирующие упражнения, ходьба и бег, ползание, подлезание, передача предметов, прокатывание мяча.* Кроме того, 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.

Велосипедная подготовка.

Осваивается во второй четверти и основными задачами ставится правильная посадка и по возможности освоение велосипедной езды на трехколесном инвентаре.

Коррекционные подвижные игры.

Содержание раздела «Коррекционные подвижные игры» предусмотрено в третьей четверти и построено с учетом скорости освоения учащимися правил игры (одна подвижная игра осваивается два урока), а также сочетания подвижных и коррекционных игр.

Игры: «Принеси игрушку», «По ровненькой дорожке», «Поймай мяч», «Солнышко и дождик», «Поймай мяч», «Птичка и птенчики», «Зайка беленький», «Перебрось мяч».

Коррекционные игры: «Найди куклу», «Паровозик», «Узнай предмет», «Горячий мяч», «С кочки на кочку», «Карлики-великаны», «Запомни имя», «Пузырь», «Пастух и стадо», «Курочка-хохлатка».

Диагностика 3 часа.

Определение уровня эффективности применяемых методов и приёмов содержания коррекционно-развивающей работы у обучающихся на начало, середину и конец учебного года.

II. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ урока	Тема	Основное содержание	Виды деятельности	Предполагаемые результаты	
				1 группа	2 группа
Раздел программы физическая подготовка - 16 часов					
1.	Вводный урок.	Начальные сведения о физической культуре. Предварительный контроль.	Объяснение. Назначение спортивного инвентаря и оборудования. Правила поведения при занятиях физической культурой.	Переключают взгляд с одного предмета на другой; фиксируют взгляд на демонстрируемом предмете, инвентаре, используют по назначению оборудование.	Переключают взгляд с одного предмета на другой.

2-3.	Ходьба и бег	Построения, общеразвивающие и корригирующие упражнения, ходьба и бег. Развитие общей выносливости. Развитие сердечнососудистой и дыхательной систем.	Ознакомление. Начальное разучивание. Принятие исходного положения для построения и перестроения. Ходьба и бег стайкой за учителем. Корригирующие дыхательные упражнения: произвольный вдох (выдох) через рот (нос).	Правильное построение и знание своего места в строю. Фиксация взгляда на лице педагога с использованием голоса.	Выполнение простейших упражнений в определенном ритме. Фиксируют взгляд на яркой игрушке, ориентируются в пространстве.
4-5.	Ходьба и бег	Построения, общеразвивающие и корригирующие упражнения, ходьба и бег. Развитие общей выносливости. Развитие сердечнососудистой и дыхательной систем.	Стойка ноги врозь. ОРУ с предметами. Ходьба и бег в заданном направлении. Корригирующие дыхательные упражнения: произвольный вдох через нос (рот), выдох через рот (нос).	Правильное построение и знание своего места в строю.	Выполнение простейших упражнений в определенном ритме.
5-6	Ходьба и бег	Построения, общеразвивающие и корригирующие упражнения, ходьба и бег. Развитие общей выносливости. Развитие сердечнососудистой и дыхательной систем.	Ознакомление. Начальное разучивание. Построение в шеренгу по одному. ОРУ с предметами. Ходьба и бег в колонне по одному за учителем. Корригирующие упражнения: сюжетные	Правильное построение и знание своего места в строю	Выполнение простейших упражнений в определенном ритме.
7-8	Ползание	Построения, общеразвивающие и корригирующие упражнения, ползание. Развитие координационных способностей. Развитие мелкой моторики рук.	Ознакомление. Начальное разучивание. Построение колонну по одному. ОРУ с предметами. Ходьба и бег в колонне по одному за учителем с изменением темпа. Ползание на четвереньках.	Знать движения в различных пространственных направлениях. Используют в работе необходимый винвентарь.	Ориентируются в пространстве зала. Фиксируют взгляд от предмета к предмету.

9-10.	Ползание	Построения, общеразвивающие и корригирующие упражнения, ползание. Развитие координационных способностей. Развитие мелкой моторики рук.	Ознакомление. Начальное разучивание. Построение в круг. ОРУ с предметами. Ходьба и бег в колонне по одному за учителем с изменением направления движения. Подлезание под препятствия на четвереньках.	Знать движения в различных пространственных направлениях. Используют в работе необходимый инвентарь.	Ориентируются в пространстве зала. Фиксируют взгляд от предмета к предмету.
11-12.	Ползание	Построения и перестроения, общеразвивающие и корригирующие упражнения, ползание. Развитие координационных способностей. Развитие мелкой моторики рук.	Ознакомление. Начальное разучивание. Построение в шеренгу. Перестроение из шеренги в круг. ОРУ с предметами. Ходьба и бег с изменением темпа и направления движения.	Знать движения в различных пространственных направлениях. Используют в работе необходимый инвентарь.	Ориентируются в пространстве зала. Фиксируют взгляд от предмета к предмету.
13-14.	Ползание	Построения и перестроения, общеразвивающие и корригирующие упражнения, ползание. Развитие координационных способностей. Развитие мелкой моторики рук.	Ознакомление. Начальное разучивание. Построение в колонну. Ходьба и бег противоположно. Размыкание и смыкание в шеренге. ОРУ с предметами. Подлезание под препятствия на животе. Корригирующие упражнения: одновременное (поочередное) сгибание (разгибание) пальцев	Знать движения в различных пространственных направлениях. Используют в работе необходимый инвентарь.	Ориентируются в пространстве зала. Фиксируют взгляд от предмета к предмету.

15-16.	Сюжетный урок	Построения и перестроения, общеразвивающие и корригирующие упражнения, ходьба и бег, ползание. Развитие координационных и скоростных способностей.	Углубленное разучивание. Повторение. (Содержание предыдущего урока). Закрепление. Основное содержание предыдущих уроков четверти закрепляется с использованием игрового метода.	Повторение навыков	Повторение навыков.
Раздел программы велосипедная подготовка - 16 часов					
17-18	Ознакомление с трехколесным велосипедом	Меры безопасности при посадке на велосипед. Общеразвивающие и специальные упражнения.	Знакомство с инвентарем, объяснения правил поведения.	Принимает цели и произвольно включается в деятельность, используют в работе необходимый инвентарь	Фиксируют взгляд на яркой игрушке, выполняют элементарные действия при помощи учителя.
19-20.	Управление велосипедом без вращения педалей.	Посадка на 3 колесный велосипед. Катание по прямой.	Ознакомление. Начальное разучивание. Соблюдение последовательности действий при посадке на велосипед. Перекидывание правой ноги через раму, постановка правой ноги на педаль, посадка на седло, постановка левой ноги на педаль.	Принимает цели и произвольно включается в деятельность, используют в работе необходимый инвентарь	Фиксируют взгляд на яркой игрушке, ориентироваться в пространстве зала. Принимают предполагаемую помощь учителя.
21-22	Управление велосипедом без вращения педалей.	Посадка на 3 колесный велосипед. Катание по прямой. Специальные и общеукрепляющие упражнения для освоения данной темы	Ознакомление. Начальное разучивание. Соблюдение последовательности действий при посадке на велосипед. Произвольное катание, катание с помощью учителя.	Принимает цели и произвольно включается в деятельность, используют в работе необходимый инвентарь.	ориентироваться в пространстве зала. Принимают предполагаемую помощь, выполняют элементарные действия при помощи учителя.

23-24	Управление велосипедом без вращения педалей. фиксация ног на педалях.	Посадка на 3 колесный велосипед. Катание по прямой. Специальные и общеукрепляющие упражнения для освоения данной темы	Ознакомление. Начальное разучивание. Соблюдение последовательности действий при посадке на велосипед. Произвольное катание, катание с помощью учителя.	Принимает цели и произвольно включается в деятельность, используют в работе необходимый инвентарь	Принимают предполагаемую помощь, выполняют элементарные действия при помощи учителя.
25-26	Управление велосипедом без вращения педалей.	Посадка на 3 колесный велосипед. Катание по прямой. Уход за велосипедом. Специальные и общеукрепляющие упражнения для освоения данной темы	Соблюдение последовательности действий при посадке на велосипед. Перекидывание правой ноги через раму, постановка правой ноги на педаль, посадка на седло, постановка левой ноги на педаль. Произвольное катание, катание с помощью учителя.	Принимает цели и произвольно включается в деятельность, используют в работе необходимый инвентарь	Принимают предполагаемую помощь, выполняют элементарные действия при помощи учителя.
27-28	Управление велосипедом без вращения педалей. Вращение педалей с фиксацией ног.	Посадка на 3 колесный велосипед. Катание по прямой, с поворотом. Уход за велосипедом. Специальные и общеукрепляющие упражнения для освоения данной темы	Соблюдение последовательности действий при посадке на велосипед. Перекидывание правой ноги через раму, постановка правой ноги на педаль, посадка на седло, постановка левой ноги на педаль. Произвольное катание, катание с помощью учителя.	Принимает цели и произвольно включается в деятельность, используют в работе необходимый инвентарь	Ориентироваться в пространстве зала. Принимают предполагаемую помощь, выполняют элементарные действия при помощи учителя.

29-30	Управление велосипедом без вращения педалей.	Посадка на 3 колесный велосипед. Катание по прямой, с поворотом. Уход за велосипедом, правильное торможение. Специальные и общеукрепляющие упражнения для освоения данной темы.	Ознакомление. Начальное разучивание. Соблюдение последовательности действий при посадке на велосипед. Перекидывание правой ноги через раму, постановка правой ноги на педаль, посадка на седло, постановка левой ноги на педаль. Произвольное катание, катание с помощью учителя.	Принимает цели и произвольно включается в деятельность, используют в работе необходимый инвентарь	Фиксируют взгляд на яркой звучащей игрушке, ориентироваться в пространстве зала. Принимают предполагаемую помощь, выполняют элементарные действия при помощи учителя.
31-32	Управление велосипедом без вращения педалей. Вращение педалей с фиксацией ног. Торможение ручным тормозом.	Посадка на 3 колесный велосипед. Катание по прямой, с поворотом. Уход за велосипедом, правильное торможение. Специальные и общеукрепляющие упражнения для освоения данной темы	Соблюдение последовательности действий при посадке на велосипед. Перекидывание правой ноги через раму, постановка правой ноги на педаль, посадка на седло, постановка левой ноги на педаль. Произвольное катание, катание с помощью учителя.	Принимает цели и произвольно включается в деятельность, используют в работе необходимый инвентарь	Принимают предполагаемую помощь, выполняют элементарные действия при помощи учителя.
Раздел программы коррекционные подвижные игры - 18 часов					
33-34	Подвижные игры с бегом.	Начальные сведения об играх и поведении игроков. Общеразвивающие и корригирующие упражнения Развитие скоростных способностей. Коррекционная игра для формирования способности вести совместные действия с партнером, ориентирования в пространстве зала.	Ознакомление. Начальное разучивание. Сюжетные ОРУ. Игра «Принеси игрушку». Коррекционная игра «Найди куклу» Углубленное разучивание. Повторение. (Содержание предыдущего урока)	Переключают взгляд с одного предмета на другой, подражают действиям выполненным педагогом.	Переключают взгляд с одного предмета на другой.

35-36	Подвижные игры с прыжками	Общеразвивающие и корригирующие упражнения Развитие скоростносиловых способностей. Коррекционная игра для формирования способности вести совместные действия с партнером.	Ознакомление. Начальное разучивание. Сюжетные ОРУ. Игра «Поровненькой дорожке». Коррекционная игра «Паровозик» Углубленное разучивание. Повторение.	Переключают взгляд с одного предмета на другой, подражают действиям выполненным педагогом.	Переключают взгляд с одного предмета на другой.
37-38	Подвижные игры с мячом	Общеразвивающие и корригирующие упражнения. Развитие скоростных и координационных. Развитие тактильной чувствительности.	Ознакомление. Начальное разучивание. Сюжетные ОРУ. Игра «Поймай мяч». Коррекционная игра «Узнай предмет» Углубленное разучивание. Повторение.	Переключают взгляд с одного предмета на другой, подражают действиям выполненным педагогом.	Переключают взгляд с одного предмета на другой.
39-40 41-42	Подвижные игры с бегом	Общеразвивающие и корригирующие упражнения. Развитие скоростных способностей. Развитие тактильной чувствительности.	Ознакомление. Начальное разучивание. Сюжетные ОРУ. Игра «Солнышко и дождик». Коррекционная игра «Горячий мяч»	Переключают взгляд с одного предмета на другой, подражают действиям выполненным педагогом.	Переключают взгляд с одного предмета на другой.
	Подвижные игры с прыжками	Общеразвивающие и корригирующие упражнения Развитие скоростносиловых способностей. Коррекционная игра для активизации психических процессов: восприятия, внимания, памяти.	Ознакомление. Начальное разучивание. Сюжетные ОРУ. Игра «С кочки на кочку». Коррекционная игра «Карлики-великаны»	Переключают взгляд с одного предмета на другой, подражают действиям выполненным педагогом.	Переключают взгляд с одного предмета на другой.
43-44	Подвижные игры с мячом	Общеразвивающие и корригирующие упражнения. Коррекционная игра для активизации психических процессов: восприятия, внимания, памяти.	Сюжетные ОРУ. Игра «Поймай мяч» Коррекционная игра «Запомни имя»	Переключают взгляд с одного предмета на другой, подражают действиям выполненным педагогом.	Переключают взгляд с одного предмета на другой.

45-46	Подвижные игры с бегом	Общеразвивающие и коррегирующие упражнения. Развитие скоростных способностей. Коррекционная игра для развития речевой деятельности, способности к звукоподражанию	Ознакомление. Начальное разучивание. Сюжетные ОРУ. Игра «Птичка и птенчики» Коррекционная игра «Пузырь» Углубленное разучивание. Повторение. (Содержание предыдущего урока)	Переключают взгляд с одного предмета на другой, подражают действиям выполненным педагогом.	Переключают взгляд с одного предмета на другой.
47-48	Подвижные игры с прыжками	Общеразвивающие и коррегирующие упражнения. Развитие скоростно-силовых способностей. Коррекционная игра для развития речевой деятельности, способности к звукоподражанию	Ознакомление. Начальное разучивание. Сюжетные ОРУ. Игра «Зайка беленький» Коррекционная игра «Пастух и стадо» Углубленное разучивание. Повторение. (Содержание предыдущего урока)	Переключают взгляд с одного предмета на другой, подражают действиям выполненным педагогом.	Переключают взгляд с одного предмета на другой.
49-50	Подвижные игры с мячом	Общеразвивающие и коррегирующие упражнения. Развитие скоростных и координационных способностей. Коррекционная игра для развития речевой деятельности, способности к звукоподражанию	Ознакомление. Начальное разучивание. Сюжетные ОРУ. Игра «Перебрось мяч» Коррекционная игра «Курочка-хохлатка» Углубленное разучивание. Повторение. (Содержание предыдущего урока)	Переключают взгляд с одного предмета на другой, подражают действиям выполненным педагогом.	Переключают взгляд с одного предмета на другой.

Раздел программы физическая подготовка - 16 часов

51-52	Передача предметов	Построения и перестроения, общеразвивающие и коррегирующие упражнения, передача предметов. Развитие координационных способностей.	Ознакомление. Начальное разучивание. Размыкание в колонне. ОРУ с предметами. Передача предметов в шеренге. Корригирующие упражнения: движения головой: наклоны вперед (назад, в стороны), повороты, круговые движения.	Правильное построение и знание своего места в строю. Принимание цели и включение в деятельность.	Ориентироваться в пространстве зала. Выполнение простейших упражнений в определенном ритме с предметом в руках.
-------	--------------------	---	--	--	---

53-54 55-56	Передача предметов	Построения и перестроения, общеразвивающие и корригирующие упражнения, передача предметов. Развитие координационных способностей.	Ознакомление. Начальное разучивание. Размыкание в шеренге. ОРУ с предметами. Передача предметов в кругу. Корригирующие упражнения: поднимание головы в положении «лежа на животе».	Правильное построение и знание своего места в строю. Принимание цели и включение в деятельность.	Ориентироваться в пространстве зала. Выполнение простейших упражнений в определенном ритме с предметом в руках.
57-58	Передача предметов	Построения и перестроения, общеразвивающие и корригирующие упражнения, передача предметов. Развитие координационных способностей.	Повороты на месте. ОРУ с предметами. Передача предметов в парах. Корригирующие упражнения: наклоны туловища вперед. Повороты туловища вправо.	Правильное построение и знание своего места в строю. Принимание цели и включение в деятельность.	Ориентироваться в пространстве зала. Выполнение простейших упражнений в определенном ритме с предметом в руках.
57-58	Прокатывание мяча	Построения и перестроения, общеразвивающие и корригирующие упражнения, прокатывание мяча. Развитие координационных способностей.	Повороты на месте в разные стороны ОРУ с предметами. Прокатывание мяча по полу в заданном направлении. Ходьба и бег с движениями рук. Корригирующие упражнения: наклоны туловища в сочетании с поворотами.	Правильное построение и знание своего места в строю. Принимание цели и включение в деятельность.	Ориентироваться в пространстве зала. Выполнение простейших упражнений в определенном ритме с предметом в руках.
59-60	Ходьба и попеременный бег	Построения и перестроения, общеразвивающие и корригирующие упражнения, ходьба и бег. Развитие общей выносливости. Развитие сердечнососудистой и дыхательной систем.	Повороты на месте и в движении. ОРУ в движении. Ходьба и бег с высоким подниманием бедра. Корригирующие упражнения: стойка на коленях.	Правильное построение и знание своего места в строю. Принимание цели и включение в деятельность.	Ориентироваться в пространстве зала. Выполнение простейших упражнений в определенном ритме с предметом в руках.

61-62	Ходьба и попеременный бег	Построения и перестроения, общеразвивающие и корригирующие упражнения, ходьба и бег. Развитие общей выносливости. Развитие сердечнососудистой и дыхательной систем.	Повороты кругом на месте. ОРУ в кругу. Ходьба и бег с захлестом голени на заданное расстояние. Корригирующие упражнения: одновременные движения ногами.	Правильное построение и знание своего места в строю. Принимание цели и включение в деятельность.	Ориентироваться в пространстве зала. Выполнение простейших упражнений в определенном ритме с предметом в руках.
63-64	Ходьба и попеременный бег	Построения и перестроения, общеразвивающие и корригирующие упражнения, ходьба и бег. Развитие общей выносливости. Развитие сердечнососудистой и дыхательной систем.	Повороты кругом в ходьбе. ОРУ в парах. Ходьба и бег широким шагом на заданное расстояние. Корригирующие упражнения: поочередные движения ногами.	Правильное построение и знание своего места в строю. Принимание цели и включение в деятельность.	Выполнение простейших упражнений в определенном ритме с предметом в руках.
65-66	Контрольный урок	Итоговый контроль.	Тестирование.		
	Итого		66		

1 КЛАСС

I. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

ВОЗМОЖНЫЕ ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБРАЗОВАНИЯ

Обучающийся научится:

- понимать эмоциональные состояния других людей;
- понимать язык эмоций (позы, мимика, жесты);
- проявлять собственные чувства;
- устанавливать контакты;
- избегать конфликтных ситуаций;
- пользоваться речевыми и жестовыми формами взаимодействия для установления контактов;
- использовать элементарные формы речевого этикета;
- принимать помощь.

Обучающийся получит возможность:

- осознать, что он может, а что ему пока не удастся;
- участвовать в совместной деятельности;
- наблюдать за окружающими предметами и явлениями;
- принимать участие в коллективных играх.

ВОЗМОЖНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ФОРМИРОВАНИЯ БАЗОВЫХ УЧЕБНЫХ ДЕЙСТВИЙ

Обучающийся научится:

- входить и выходить из учебного помещения со звонком;
- ориентироваться в пространстве зала, пользоваться спортивным инвентарем;
- адекватно использовать ритуалы школьного поведения (с началом урока занимать своё место);

- передвигаясь по школе, находить свой класс;
- переключать взгляд с одного предмета на другой;
- фиксировать взгляд на лице педагога;
- фиксировать взгляд на лице педагога с использованием голоса;
- фиксировать взгляд на изображении;
- понимать инструкцию по пиктограммам;
- подражать действиям, выполняемым педагогом.

ВОЗМОЖНЫЕ ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБРАЗОВАНИЯ

1 группа (умеренная умственная отсталость)	2 группа (тяжёлая умственная отсталость и ТМНР)	3 группа (глубокая умственная отсталость и ТМНР)
Физическая подготовка		
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.	С помощью педагога научится осваивать двигательные навыки, последовательность движений, развивать координационные способности.	Научится проявлять интерес к двигательным навыкам.
Велосипедная подготовка		
Научится кататься на трехколесном велосипеде и садиться на 2-х колесный велосипед. Проявлять интерес к определенным видам физкультурно-спортивной деятельности: езда на велосипеде.	С помощью педагога научится ездить на трехколесном велосипеде.	Научится проводить несложные наблюдения за предметами под руководством учителя.
Коррекционные подвижные игры		
Научится вести совместные действия с партнером, ориентироваться в пространстве зала. Проявлять интерес к определенным видам физкультурно-спортивной деятельности: спортивные и подвижные игры.	С помощью педагога научится вести совместные действия с партнером, ориентироваться в пространстве зала.	Использовать предметы, находящиеся в поле зрения в помещении, по назначению.

II. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Физическая подготовка.

В первом классе основные движения: построения и перестроения, общеразвивающие и корригирующие упражнения, ходьба и бег, ползание, подлезание, передача предметов, прокатывание мяча. Кроме того, 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.

Велосипедная подготовка.

Основными задачами ставится правильная посадка и по возможности освоение велосипедной езды на двухколесном инвентаре.

Коррекционные подвижные игры.

Содержание игр построено с учетом скорости освоения учащимися правил игры (одна подвижная игра осваивается два урока), а также сочетания подвижных и коррекционных игр.

Игры: «Воробушки и автомобиль», «Мой веселый звонкий мяч», «Лошадки», «Солнышко и дождик», «Мыши и кот», «Птички в гнездышках», «Зайка беленький», «Перебрось мяч».

Коррекционные игры: «Найди мишку», «Пароход», «Узнай предмет», «Летит – не летит», «С кочки на кочку», «Карлики-великаны», «Запомни кто это», «Веревочка», «Ручеек», «Через реку».

Диагностика 3 часа.

Определение уровня эффективности применяемых методов и приёмов содержания коррекционно-развивающей работы у обучающихся на начало, середину и конец учебного года.

I. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ урока	Тема	Основное содержание	Виды деятельности	Предполагаемые результаты	
				1 группа	2 группа
Раздел программы физическая подготовка - 16 часов					
1.	Вводный урок.	Начальные сведения о физической культуре. Предварительный контроль.	Объяснение. Назначение спортивного инвентаря и оборудования. Правила поведения при занятиях физической культурой.	Переключают взгляд с одного предмета на другой; фиксируют взгляд на демонстрируемом предмете, инвентаре, используют по назначению оборудование.	Переключают взгляд с одного предмета на другой.
2-3.	Ходьба и бег	Построения, общеразвивающие и корригирующие упражнения, ходьба и бег. Развитие общей выносливости. Развитие сердечнососудистой и дыхательной систем.	Ознакомление. Начальное разучивание. Принятие исходного положения для построения и перестроения. Ходьба и бег стайкой за учителем. Корригирующие дыхательные упражнения: произвольный вдох (выдох) через рот (нос).	Правильное построение и знание своего места в строю. Фиксация взгляда на лице педагога с использованием голоса.	Выполнение простейших упражнений в определенном ритме. Фиксируют взгляд на яркой игрушке, ориентируются в пространстве.
4-5.	Ходьба и бег	Построения, общеразвивающие и корригирующие упражнения, ходьба и бег. Развитие общей выносливости. Развитие сердечнососудистой и дыхательной систем.	Стойка ноги врозь. ОРУ с предметами. Ходьба и бег в заданном направлении. Корригирующие дыхательные упражнения.	Правильное построение и знание своего места в строю.	Выполнение простейших упражнений в определенном ритме.
5-6	Ходьба и бег	Построения, общеразвивающие и корригирующие упражнения, ходьба и бег. Развитие общей выносливости. Развитие сердечнососудистой и дыхательной систем.	Построение в шеренгу по одному. ОРУ с предметами. Ходьба и бег в колонне по одному за учителем. Корригирующие упражнения: сюжетные дыхательные упражнения.	Правильное построение и знание своего места в строю	Выполнение простейших упражнений в определенном ритме.

7-8	Ползание	Построения, общеразвивающие и корригирующие упражнения, ползание. Развитие координационных способностей. Развитие мелкой моторики рук.	Ознакомление. Начальное разучивание. Построение колонну по одному. ОРУ с предметами. Ходьба и бег колонне по одному за учителем с изменением темпа. Ползание на четвереньках.	Знать движения в различных пространственных направлениях. Используют в работе необходимый инвентарь.	Ориентируются в пространстве зала. Фиксируют взгляд от предмета к предмету.
9-10.	Ползание	Построения, общеразвивающие и корригирующие упражнения, ползание. Развитие координационных способностей. Развитие мелкой моторики рук.	Построение в круг. ОРУ с предметами. Ходьба и бег колонне по одному за учителем с изменением направления движения. Подлезание под препятствия на четвереньках.	Знать движения в различных пространственных направлениях. Используют в работе необходимый инвентарь.	Ориентируются в пространстве зала. Фиксируют взгляд от предмета к предмету.
11-12.	Ползание	Построения и перестроения, общеразвивающие и корригирующие упражнения, ползание. Развитие координационных способностей. Развитие мелкой моторики рук.	Построение в шеренгу. Перестроение из шеренги в круг. ОРУ с предметами. Ходьба и бег с изменением темпа и направления движения. Ползание на животе.	Знать движения в различных пространственных направлениях. Используют в работе необходимый инвентарь.	Ориентируются в пространстве зала. Фиксируют взгляд от предмета к предмету.
13-14.	Ползание	Построения и перестроения, общеразвивающие и корригирующие упражнения, ползание. Развитие координационных способностей. Развитие мелкой моторики рук.	Построение в колонну. Ходьба и бег противоположно. Размыкание и смыкание в шеренге. ОРУ с предметами. Подлезание под препятствия на животе. Корригирующие упражнения: одновременное (поочередное) сгибание (разгибание) пальцев.	Знать движения в различных пространственных направлениях. Используют в работе необходимый инвентарь.	Ориентируются в пространстве зала. Фиксируют взгляд от предмета к предмету.

15-16.	Сюжетный урок	Построения и перестроения, общеразвивающие и корригирующие упражнения, ходьба и бег, ползание. Развитие координационных и скоростных способностей.	Углубленное разучивание. Повторение. (Содержание предыдущего урока). Закрепление. Основное содержание предыдущих уроков четверти закрепляется с использованием игрового метода.	Повторение навыков	Повторение навыков.
Раздел программы велосипедная подготовка - 16 часов					
17-18	Катание на трехколесном велосипеде. Ознакомление с трехколесным велосипедом.	Меры безопасности при посадке на велосипед. Общеразвивающие и специальные упражнения.	Знакомство с инвентарем, объяснения правил поведения.	Принимает цели и произвольно включается в деятельность, используют в работе необходимый инвентарь	Фиксируют взгляд на яркой игрушке, выполняют элементарные действия при помощи учителя.
19-20.	Управление велосипедом без вращения педалей.	Посадка на 2 колесный велосипед. Катание по прямой на трех колесном велосипеде.	Соблюдение последовательности действий при посадке на велосипед. Перекидывание правой ноги через раму, постановка правой ноги на педаль, посадка на седло, постановка левой ноги на педаль.	Принимает цели и произвольно включается в деятельность, используют в работе необходимый инвентарь	Фиксируют взгляд на яркой игрушке, ориентироваться в пространстве зала. Принимают предполагаемую помощь учителя.
21-22	Управление велосипедом без вращения педалей.	Посадка на 2 колесный велосипед. Катание по прямой на трехколесном велосипеде с поворотом. Специальные общеукрепляющие упражнения для освоения данной темы.	Соблюдение последовательности действий при посадке на велосипед. Произвольное катание, катание с помощью учителя.	Принимает цели и произвольно включается в деятельность, используют в работе необходимый инвентарь.	Ориентироваться в пространстве зала. Принимают предполагаемую помощь, выполняют элементарные действия при помощи учителя.

23-24	Управление велосипедом без вращения педалей. фиксация ног на педалях.	Посадка на 2 колесный велосипед. Катание по прямой с поворотом на 3 колесном. Специальные и общеукрепляющие упражнения для освоения данной темы.	Ознакомление. Начальное разучивание. Соблюдение последовательности действий при посадке на велосипед. Произвольное катание, катание с помощью учителя.	Принимает цели и произвольно включается в деятельность, используют в работе необходимый инвентарь	Принимают предполагаемую помощь, выполняют элементарные действия при помощи учителя.
25-26	Управление велосипедом без вращения педалей.	Посадка на 2, 3 колесный велосипед. Катание по прямой. Уход за велосипедом. Специальные и общеукрепляющие упражнения для освоения данной темы	Соблюдение последовательности действий при посадке на велосипед. Перекидывание правой ноги через раму, постановка правой ноги на педаль, посадка на седло, постановка левой ноги на педаль. Произвольное катание, катание с помощью учителя.	Принимает цели и произвольно включается в деятельность, используют в работе необходимый инвентарь	Принимают предполагаемую помощь, выполняют элементарные действия при помощи учителя.
27-28	Управление велосипедом без вращения педалей. Вращение педалей с фиксацией ног.	Посадка на 2, 3 колесный велосипед. Катание по прямой, с поворотом. Уход за велосипедом. Специальные и общеукрепляющие упражнения для освоения данной темы	Соблюдение последовательности действий при посадке на велосипед. Перекидывание правой ноги через раму, постановка правой ноги на педаль, посадка на седло, постановка левой ноги на педаль. Произвольное катание, катание с помощью учителя.	Принимает цели и произвольно включается в деятельность, используют в работе необходимый инвентарь	Ориентироваться в пространстве зала. Принимают предполагаемую помощь, выполняют элементарные действия при помощи учителя.

29-30	Управление велосипедом без вращения педалей.	Посадка на 2, 3 колесный велосипед. Катание по прямой, с поворотом. Уход за велосипедом, правильное торможение. Специальные и общеукрепляющие упражнения для освоения данной темы.	Ознакомление. Начальное разучивание. Соблюдение последовательности действий при посадке на велосипед. Перекидывание правой ноги через раму, постановка правой ноги на педаль, посадка на седло, постановка левой ноги на педаль. Произвольное катание, катание с помощью учителя.	Принимает цели и произвольно включается в деятельность, используют в работе необходимый инвентарь	Фиксируют взгляд на яркой звучащей игрушке, ориентироваться в пространстве зала. Принимают предполагаемую помощь, выполняют элементарные действия при помощи учителя.
31-32	Управление велосипедом без вращения педалей. Вращение педалей с фиксацией ног. Торможение ручным тормозом.	Посадка на 2, 3 колесный велосипед. Катание по прямой, с поворотом. Уход за велосипедом, правильное торможение. Специальные и общеукрепляющие упражнения для освоения данной темы	Соблюдение последовательности действий при посадке на велосипед. Перекидывание правой ноги через раму, постановка правой ноги на педаль, посадка на седло, постановка левой ноги на педаль. Произвольное катание, катание с помощью учителя.	Принимает цели и произвольно включается в деятельность, используют в работе необходимый инвентарь	Принимают предполагаемую помощь, выполняют элементарные действия при помощи учителя.
Раздел программы коррекционные подвижные игры - 18 часов					
33-34	Подвижные игры с бегом.	Начальные сведения об играх и поведении игроков. Общеразвивающие и корригирующие упражнения Развитие скоростных способностей. Коррекционная игра для формирования способности вести совместные действия с партнером, ориентирования в пространстве зала.	Ознакомление. Начальное разучивание. Сюжетные ОРУ. Игра «Птички в гнездышках». Коррекционная игра «Найди мишку» Углубленное разучивание. Повторение. (Содержание предыдущего урока)	Переключают взгляд с одного предмета на другой, подражают действиям выполненным педагогом.	Переключают взгляд с одного предмета на другой.

35-36	Подвижные игры с прыжками	Общеразвивающие и коррегирующие упражнения Развитие скоростносиловых способностей. Коррекционная игра для формирования способности вести совместные действия с партнером.	Ознакомление. Начальное разучивание. Сюжетные ОРУ. Игра «Воробушки и автомобиль». Коррекционная игра «Пароход»	Переключают взгляд с одного предмета на другой, подражают действиям выполненным педагогом.	Переключают взгляд с одного предмета на другой.
37-38	Подвижные игры с мячом	Общеразвивающие и коррегирующие упражнения. Развитие скоростных и координационных. Развитие тактильной чувствительности.	Ознакомление. Начальное разучивание. Сюжетные ОРУ. Игра «Поймай мяч». Коррекционная игра «Узнай кто это»	Переключают взгляд с одного предмета на другой, подражают действиям выполненным педагогом.	Переключают взгляд с одного предмета на другой.
39-40	Подвижные игры с бегом	Общеразвивающие и коррегирующие упражнения. Развитие скоростных способностей. Развитие тактильной чувствительности.	Ознакомление. Начальное разучивание. Сюжетные ОРУ. Игра «Солнышко и дождик». Коррекционная игра «Летит – не летит»	Переключают взгляд с одного предмета на другой, подражают действиям выполненным педагогом.	Переключают взгляд с одного предмета на другой.
41-42	Подвижные игры с прыжками	Общеразвивающие и коррегирующие упражнения Развитие скоростносиловых способностей. Коррекционная игра для активизации психических процессов: восприятия, внимания, памяти.	Ознакомление. Начальное разучивание. Сюжетные ОРУ. Игра «С кочки на кочку». Коррекционная игра «Карлики-великаны»	Переключают взгляд с одного предмета на другой, подражают действиям выполненным педагогом.	Переключают взгляд с одного предмета на другой.
43-44	Подвижные игры с мячом	Общеразвивающие и коррегирующие упражнения. Коррекционная игра для активизации психических процессов: восприятия, внимания, памяти.	Сюжетные ОРУ. Игра «Поймай мяч» Коррекционная игра «Веровочка»	Переключают взгляд с одного предмета на другой, подражают действиям выполненным педагогом.	Переключают взгляд с одного предмета на другой.

45-46	Подвижные игры с бегом	Общеразвивающие и корригирующие упражнения. Развитие скоростных способностей. Коррекционная игра для развития речевой деятельности, способности к звукоподражанию	Ознакомление. Начальное разучивание. Сюжетные ОРУ. Игра «Мой веселый, звонкий мяч» Коррекционная игра «Через реку» Углубленное разучивание. Повторение. (Содержание предыдущего урока)	Переключают взгляд с одного предмета на другой, подражают действиям выполненным педагогом.	Переключают взгляд с одного предмета на другой.
47-48	Подвижные игры с прыжками	Общеразвивающие и корригирующие упражнения. Развитие скоростно-силовых способностей. Коррекционная игра для развития речевой деятельности, способности к звукоподражанию	Ознакомление. Начальное разучивание. Сюжетные ОРУ. Игра «Попрыгунчики» Коррекционная игра «Пастух и стадо» Углубленное разучивание. Повторение. (Содержание предыдущего урока)	Переключают взгляд с одного предмета на другой, подражают действиям выполненным педагогом.	Переключают взгляд с одного предмета на другой.
49-50	Подвижные игры с мячом	Общеразвивающие и корригирующие упражнения. Развитие скоростных и координационных способностей. Коррекционная игра для развития речевой деятельности, способности к звукоподражанию	Ознакомление. Начальное разучивание. Сюжетные ОРУ. Игра «Мяч в стену» Коррекционная игра «Ручеек» Углубленное разучивание. Повторение. (Содержание предыдущего урока)	Переключают взгляд с одного предмета на другой, подражают действиям выполненным педагогом.	Переключают взгляд с одного предмета на другой.

Раздел программы физическая подготовка - 16 часов

51-52	Передача предметов	Построения и перестроения, общеразвивающие и корригирующие упражнения, передача предметов. Развитие координационных способностей.	Ознакомление. Начальное разучивание. Размыкание в колонне. ОРУ с предметами. Передача предметов в шеренге. Корригирующие упражнения: движения головой: наклоны вперед (назад, в стороны), повороты, круговые движения.	Правильное построение и знание своего места в строю. Принимание цели и включение в деятельность.	Ориентироваться в пространстве зала. Выполнение простейших упражнений в определенном ритме с предметом в руках.
-------	--------------------	---	--	--	---

53-54	Передача предметов	Построения и перестроения, общеразвивающие и корригирующие упражнения, передача предметов. Развитие координационных способностей.	Ознакомление. Начальное разучивание. Размыкание в шеренге. ОРУ с предметами. Передача предметов в кругу. Корригирующие упражнения: поднимание головы в положении «лежа на животе».	Правильное построение и знание своего места в строю. Принимание цели и включение в деятельность.	Ориентироваться в пространстве зала. Выполнение простейших упражнений в определенном ритме с предметом в руках.
55-56	Передача предметов	Построения и перестроения, общеразвивающие и корригирующие упражнения, передача предметов. Развитие координационных способностей.	Повороты на месте. ОРУ с предметами. Передача предметов в парах. Корригирующие упражнения: наклоны туловища вперед. Повороты туловища вправо.	Правильное построение и знание своего места в строю. Принимание цели и включение в деятельность.	Ориентироваться в пространстве зала. Выполнение простейших упражнений в определенном ритме с предметом в руках.
57-58	Прокатывание мяча	Построения и перестроения, общеразвивающие и корригирующие упражнения, прокатывание мяча. Развитие координационных способностей.	Повороты на месте в разные стороны ОРУ с предметами. Прокатывание мяча по полу в заданном направлении. Ходьба и бег с движениями рук. Корригирующие упражнения: наклоны туловища в сочетании с поворотами.	Правильное построение и знание своего места в строю. Принимание цели и включение в деятельность.	Ориентироваться в пространстве зала. Выполнение простейших упражнений в определенном ритме с предметом в руках.
59-60	Ходьба и попеременный бег	Построения и перестроения, общеразвивающие и корригирующие упражнения, ходьба и бег. Развитие общей выносливости. Развитие сердечнососудистой и дыхательной систем.	Повороты на месте и в движении. ОРУ в движении. Ходьба и бег с высоким подниманием бедра. Корригирующие упражнения: стойка на коленях.	Правильное построение и знание своего места в строю. Принимание цели и включение в деятельность.	Ориентироваться в пространстве зала. Выполнение простейших упражнений в определенном ритме с предметом в руках.

61-62	Ходьба и попеременный бег	Построения и перестроения, общеразвивающие и корригирующие упражнения, ходьба и бег. Развитие общей выносливости. Развитие сердечнососудистой и дыхательной систем.	Повороты кругом на месте. ОРУ в кругу. Ходьба и бег с захлестом голени на заданное расстояние. Корригирующие упражнения: одновременные движения ногами.	Правильное построение и знание своего места в строю. Принимание цели и включение в деятельность.	Ориентироваться в пространстве зала. Выполнение простейших упражнений в определенном ритме с предметом в руках.
63-64	Ходьба и попеременный бег	Построения и перестроения, общеразвивающие и корригирующие упражнения, ходьба и бег. Развитие общей выносливости. Развитие сердечнососудистой и дыхательной систем.	Повороты кругом в ходьбе. ОРУ в парах. Ходьба и бег широким шагом на заданное расстояние. Корригирующие упражнения: поочередные движения ногами.	Правильное построение и знание своего места в строю. Принимание цели и включение в деятельность.	Выполнение простейших упражнений в определенном ритме с предметом в руках.
65-66	Контрольный урок	Итоговый контроль.	Тестирование.		
	Итого		66		

2 КЛАСС

I. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

ВОЗМОЖНЫЕ ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБРАЗОВАНИЯ

Обучающийся научится:

- проявлять уважение к людям старшего возраста;
- понимать эмоциональные состояния других людей;
- проявлять собственные чувства;
- устанавливать и поддерживать контакты;
- пользоваться речевыми формами взаимодействия для контактов;
- использовать элементарные формы речевого этикета;
- принимать и оказывать помощь.

Обучающийся получит возможность:

- осознать, что он может, а что ему пока не удастся;
- участвовать в совместной деятельности;
- испытать потребность в новых знаниях;
- наблюдать за окружающими предметами и явлениями.

ВОЗМОЖНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ФОРМИРОВАНИЯ БАЗОВЫХ УЧЕБНЫХ ДЕЙСТВИЙ

Обучающийся научится:

- входить и выходить из учебного помещения со звонком;
- ориентироваться в знакомом пространстве школы, пользоваться спортивным инвентарем;
- передвигаться по школе, находить свой класс;
- переключать взгляд с одного предмета на другой;
- фиксировать взгляд на лице педагога с использованием голоса;
- фиксировать взгляд на изображении;
- понимать инструкцию по пиктограммам;
- выполнять стереотипную повторяющуюся инструкцию;
- последовательно выполнять отдельные операции, действия по образцу педагога;
- при организующей, направляющей помощи выполнять посильное задание от начала до конца.

ВОЗМОЖНЫЕ ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБРАЗОВАНИЯ

1 группа (умеренная умственная отсталость)	2 группа (тяжёлая умственная отсталость и ТМНР)	3 группа (глубокая умственная отсталость и ТМНР)
Физическая подготовка		
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.	С помощью педагога научиться осваивать двигательные навыки, последовательность движений, развивать координационные способности.	Научится проявлять интерес к двигательным навыкам.
Велосипедная подготовка		
Научится кататься на двух, трехколесном велосипеде. Проявлять интерес к определенным видам физкультурно-спортивной деятельности: езда на велосипеде.	С помощью педагога научиться ездить на трехколесном велосипеде, по возможности на двухколесном.	Научится проводить несложные наблюдения за предметами под руководством учителя.
Коррекционные подвижные игры		
Научится вести совместные действия с партнером, ориентироваться в пространстве зала. Проявлять интерес к определенным видам физкультурно-спортивной деятельности: спортивные и подвижные игры.	С помощью педагога научиться вести совместные действия с партнером, ориентироваться в пространстве зала.	Использовать предметы, находящиеся в поле зрения в помещении, по назначению.

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Физическая подготовка.

Во втором классе продолжается освоение основных движений: построения и перестроения, общеразвивающие и корригирующие упражнения, ходьба и бег, ползание, подлезание, передача предметов, прокатывание мяча. Кроме того, 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.

Велосипедная подготовка.

Основными задачами ставится правильная посадка и по возможности освоение велосипедной езды на двухколесном и трехколесном инвентаре.

Коррекционные подвижные игры.

Содержание игр построено с учетом скорости освоения учащимися правил игры (одна подвижная игра осваивается два урока), а также сочетания подвижных и коррекционных игр.

Игры: «Болото», «Догони меня», «Принеси игрушку», «Найди флажок», «Мыши и кот», «Кто тише?», «По камушкам», «Добеги и убеги».

Коррекционные игры: «Найди свой цвет», «Ворота», «Попади в обруч», «Ловишки», «Обезьянки», «Береги предмет», «Где звенит?», «Ручеек», «По мостику», «День, ночь».

Диагностика 3 часа.

Определение уровня эффективности применяемых методов и приёмов содержания коррекционно-развивающей работы у обучающихся на начало, середину и конец учебного года.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ урока	Тема	Основное содержание	Виды деятельности	Предполагаемые результаты	
				1 группа	2 группа
Раздел программы физическая подготовка - 16 часов					
1	Вводный урок	Начальные сведения о физической культуре. Предварительный контроль.	Объяснение. Назначение спортивного инвентаря и оборудования. Правила поведения при занятиях физической культурой.	Фиксирует взгляд на демонстрируемом предмете, инвентаре, используют по назначению оборудование	Переключают взгляд с одного предмета на другой
2-3	Ходьба и попеременный бег	Построения, общеразвивающие и корригирующие упражнения, ходьба и бег. Развитие общей выносливости. Развитие Сердечно-сосудистой и дыхательной систем.	Ознакомление. Начальное разучивание. Принятие исходного положения для построения и перестроения. Основная стойка. ОРУ без предметов. Ходьба и бег стайкой за учителем. Корригирующие дыхательные упражнения: произвольный вдох (выдох) через рот (нос). Углубленное разучивание. Повторение. (Содержание предыдущего урока)	Правильное построение и знание своего места в строю. Фиксация взгляда на лице педагога с использованием голоса.	Выполнение простейших упражнений в определенном ритме. Фиксируют взгляд на яркой игрушке, ориентируются в пространстве.
4-5	Ходьба и попеременный бег	Построения, общеразвивающие и корригирующие упражнения, ходьба и бег. Развитие общей выносливости. Развитие сердечнососудистой и дыхательной систем.	Ознакомление. Начальное разучивание. Стойка ноги врозь. ОРУ с предметами. Ходьба и бег в заданном направлении. Корригирующие дыхательные упражнения: произвольный вдох через нос (рот), выдох через рот (нос).	Правильное построение и знание своего места в строю	Выполнение простейших упражнений в определенном ритме

5-6	Ходьба и попеременный бег	Построения, общеразвивающие и корригирующие упражнения, ходьба и бег. Развитие общей выносливости. Развитие сердечнососудистой и дыхательной систем.	Ознакомление. Начальное разучивание. Построение в шеренгу по одному. ОРУ с предметами. Ходьба и бег в колонне по одному за учителем. Корригирующие упражнения: сюжетные дыхательные упражнения.	Правильное построение и знание своего места в строю	Выполнение простейших упражнений в определенном ритме
7-8	Ползание	Построения, общеразвивающие и корригирующие упражнения, ползание. Развитие координационных способностей. Развитие мелкой моторики рук.	Ознакомление. Начальное разучивание. Построение в колонну по одному. ОРУ с предметами. Ходьба и бег в колонне по одному за учителем с изменением темпа. Ползание на четвереньках. Корригирующие упражнения: круговые движения кистью. Углубленное разучивание. Повторение. (Содержание предыдущего урока)	Знать движения в различных пространственных направлениях. Используют в работе необходимый инвентарь.	Ориентируются в пространстве зала. Фиксируют взгляд от предмета к предмету.
9-10	Ползание	Построения, общеразвивающие и корригирующие упражнения, ползание. Развитие координационных способностей. Развитие мелкой моторики рук.	Ознакомление. Начальное разучивание. Построение в круг. ОРУ с предметами. Ходьба и бег в колонне по одному за учителем с изменением направления движения. Подлезание под препятствия на четвереньках. Корригирующие упражнения: противопоставление первого пальца остальным на одной руке	Знать движения в различных пространстве нных направлениях. Используют в работе необходимый инвентарь.	Ориентируются в пространстве зала. Фиксируют взгляд от предмета к предмету.

11-12	Ползание	Построения и перестроения, общеразвивающие и корригирующие упражнения, ползание. Развитие координационных способностей. Развитие мелкой моторики рук.	Ознакомление. Начальное разучивание. Построение в шеренгу. Перестроение из шеренги в круг. ОРУ с предметами. Ходьба и бег с изменением темпа и направления движения. Ползание на животе. Корригирующие упражнения: противопоставление первого пальца остальным на одной руке (одновременно двумя руками).	Знать движения в различных пространствах. Используют в работе необходимый инвентарь.	Ориентируются в пространстве зала. Фиксируют взгляд от предмета к предмету.
13-14	Ползание	Построения и перестроения, общеразвивающие и корригирующие упражнения, ползание. Развитие координационных способностей. Развитие мелкой моторики рук.	Построение в колонну. Ходьба и бег противоходом. Размыкание и смыкание в шеренге. ОРУ с предметами. Подлезание под препятствия на животе. Корригирующие	Знать движения в различных пространствах. Используют в работе необходимый инвентарь.	Ориентируются в пространстве зала. Фиксируют взгляд от предмета к предмету.
15-16	Сюжетный урок	Построения и перестроения, общеразвивающие и корригирующие упражнения, ходьба и бег, ползание. Развитие координационных и скоростных способностей.	Закрепление. Основное содержание предыдущих уроков четверти закрепляется с использованием игрового метода.	Повторение навыков	Повторение навыков.

Раздел программы коррекционные подвижные игры 18 часов

17-18	Подвижные игры с бегом	Общеразвивающие и корригирующие упражнения Развитие скоростных способностей. Коррекционная игра для формирования способности вести совместные действия с партнером, ориентирования в пространстве зала.	Сюжетные ОРУ. Игра «Болото». Коррекционная игра «Найди свой цвет»	Переключают взгляд с одного предмета на другой, подражают действиям выполненным педагогом.	Переключают взгляд с одного предмета на другой.
19-20	Подвижные игры с прыжками	Общеразвивающие и корригирующие упражнения Развитие скоростно-силовых способностей. Коррекционная игра для формирования способности вести совместные действия с партнером.	Сюжетные ОРУ. Игра «По камушкам». Коррекционная игра «Ворота»	Переключают взгляд с одного предмета на другой, подражают действиям выполненным педагогом.	Переключают взгляд с одного предмета на другой.

				педагогом.	
21-22	Подвижные игры с мячом	Общеразвивающие и коррегирующие упражнения. Развитие скоростных и координационных. Развитие тактильной чувствительности.	Сюжетные ОРУ. Игра «Доползи до мяча». Коррекционная игра «Обезьянки»	Переключаю т взгляд с одного предмета на другой, подражают действиям выполненным педагогом.	Переключаю т взгляд с одного предмета на другой.
23-24	Подвижные игры с бегом	Общеразвивающие и коррегирующие упражнения. Развитие скоростных способностей. Развитие тактильной чувствительности.	Сюжетные ОРУ. Игра «Догони меня». Коррекционная игра «Ловишки»	Переключаю т взгляд с одного предмета на другой, подражают действиям выполненным педагогом.	Переключают взгляд с одного предмета на другой.
25-26	Подвижные игры с прыжками	Общеразвивающие и коррегирующие упражнения Развитие скоростносиловых способностей. Коррекционная игра для активизации психических процессов: восприятия, внимания, памяти.	Сюжетные ОРУ. Игра «По камушкам». Коррекционная игра «Прокати обруч»	Переключаю т взгляд с одного предмета на другой, подражают действиям выполненным педагогом.	Переключают взгляд с одного предмета на другой.
27-28	Подвижные игры с мячом	Общеразвивающие и коррегирующие упражнения. Развитие скоростных и координационных. Коррекционная игра для активизации психических процессов: восприятия, внимания, памяти.	Сюжетные ОРУ. Игра «Поймай мяч» Коррекционная игра «Береги предмет»	Переключаю т взгляд с одного предмета на другой, подражают действиям выполненным педагогом.	Переключают взгляд с одного предмета на другой.
29-30	Подвижные игры с бегом	Общеразвивающие и коррегирующие упражнения. Развитие скоростных способностей. Коррекционная игра для развития речевой деятельности, способности к звукоподражанию	Сюжетные ОРУ. Игра «Птичка и птенчики» Коррекционная игра «Пузырь» Углубленное разучивание. Повторение. (Содержание предыдущего урока)	Переключаю т взгляд с одного предмета на другой, подражают действиям выполненным педагогом.	Переключают взгляд с одного предмета на другой.

31	Подвижные игры с прыжками	Общеразвивающие и корректирующие упражнения. Развитие скоростно-силовых способностей. Коррекционная игра для развития речевой деятельности, способности к звукоподражанию	Ознакомление. Начальное разучивание. Сюжетные ОРУ. Игра «Зайка беленький» Коррекционная игра «Пастух и стадо» Углубленное разучивание. Повторение. (Содержание предыдущего урока)	Переключаю т взгляд с одного предмета на другой, подражают действиям выполненным педагогом.	Переключают взгляд с одного предмета на другой.
32	Подвижные игры с мячом	Общеразвивающие и корректирующие упражнения. Развитие скоростных и координационных способностей. Коррекционная игра для развития речевой деятельности, способности к звукоподражанию	Ознакомление. Начальное разучивание. Сюжетные ОРУ. Игра «Перебрось мяч» Коррекционная игра «Курочка-хохлатка» Углубленное разучивание. Повторение. (Содержание предыдущего урока)	Переключаю т взгляд с одного предмета на другой, подражают действиям выполненным педагогом.	Переключают взгляд с одного предмета на другой.

Раздел программы физическая подготовка - 16 часов

33-34	Лыжный инвентарь	Лыжный инвентарь (лыжи, палки, ботинки). Прогулка на улице	Ознакомление. Начальное разучивание. Узнавание (различение) лыжного инвентаря (лыжи, палки, ботинки).	Переключаю т взгляд с одного предмета на другой, подражают действиям выполненным педагогом.	Переключают взгляд с одного предмета на другой.
35-36	Лыжный инвентарь	Лыжный инвентарь (лыжи, палки, ботинки). Транспортировка лыжного инвентаря. Последовательность действий при креплении ботинок к лыжам Прогулка на улице	Узнавание (различение) лыжного инвентаря (лыжи, палки, ботинки). Умение переносить лыжный инвентарь. Соблюдение последовательности действий при креплении ботинок к лыжам.	Правильное построение и знание своего места в строю. Принимание цели и включение в деятельность.	Выполнение простейших упражнений в определенном ритме.
37-38	Передача предметов	Построения и перестроения, общеразвивающие и корректирующие упражнения, передача предметов. Развитие координационных способностей.	Размыкание и смыкание в колонне. ОРУ с предметами. Передача предметов в шеренге. Корректирующие упражнения: движения головой: наклоны вперед (назад, в стороны), повороты, круговые движения	Правильное построение и знание своего места в строю. Принимание цели и включение в деятельность.	Выполнение простейших упражнений в определенном ритме с предметом в руках.
39-40	Передача	Построения и	Размыкание и смыкание	Правильное	Выполнение

	предметов	перестроения, общеразвивающие и корригирующие упражнения, передача предметов. Развитие координационных способностей.	в шеренге. ОРУ с предметами. Передача предметов в кругу. Корригирующие упражнения: поднимание головы в положении «лежа на животе».	построение и знание своего места в строю. Принимание цели и включение в деятельность.	простейших упражнений в определенном ритме с предметов в руках.
41-42	Передача предметов	Построения и перестроения, общеразвивающие и корригирующие упражнения, передача предметов. Развитие координационных способностей.	Повороты на месте. ОРУ с предметами. Передача предметов в парах. Корригирующие упражнения: наклоны туловища вперед (в стороны, назад). Повороты туловища вправо (влево).	Правильное построение и знание своего места в строю. Принимание цели и включение в деятельность.	Ориентироваться в пространстве зала. Выполнение простейших упражнений.
43-44	Прокатывание мяча	Построения и перестроения, общеразвивающие и корригирующие упражнения, прокатывание мяча. Развитие координационных способностей.	Повороты на месте в разные стороны ОРУ с предметами. Прокатывание мяча по полу в заданном направлении. Ходьба и бег с движениями рук. Корригирующие упражнения: наклоны туловища в сочетании с поворотами.	Правильное построение и знание своего места в строю. Принимание цели и включение в деятельность.	Выполнение простейших упражнений в определенном ритме с предметов в руках.
45-46	Ходьба и попеременный бег	Построения и перестроения, общеразвивающие и корригирующие упражнения, ходьба и бег. Развитие общей выносливости. Развитие сердечнососудистой и дыхательной систем.	Повороты на месте и в движении. ОРУ в движении. Ходьба и бег с высоким подниманием бедра. Корригирующие упражнения: стойка на коленях.	Правильное построение и знание своего места в строю. Принимание цели и включение в деятельность.	Ориентироваться в пространстве зала. Выполнение простейших упражнений в определенном ритме с предметов в руках.
47-48	Ходьба и попеременный бег	Построения и перестроения, общеразвивающие и корригирующие упражнения, ходьба и бег. Развитие общей выносливости. Развитие сердечнососудистой и дыхательной систем.	Повороты кругом на месте. ОРУ в кругу. Ходьба и бег с захлестом голени на заданное расстояние. Корригирующие упражнения: одновременные движения ногами.	Правильное построение и знание своего места в строю. Принимание цели и включение в деятельность.	Ориентироваться в пространстве зала.
49-50	Ходьба и попеременный бег	Построения и перестроения, общеразвивающие и корригирующие упражнения, ходьба и бег. Развитие общей выносливости. Развитие сердечнососудистой и дыхательной систем.	Повороты кругом в ходьбе. ОРУ в парах. Ходьба и бег широким шагом на заданное расстояние. Корригирующие упражнения: поочередные движения ногами.	Правильное построение и знание своего места в строю. Принимание цели и включение в деятельность.	Выполнение простейших упражнений в определенном ритме с предметов в руках.

				Б.	
Раздел программы велосипедная подготовка - 14 часов					
51	Ознакомление составными частями велосипеда	Меры безопасности в процессе движения. Общеразвивающие и специальные упражнения.	Знакомство с инвентарем, объяснения правил поведения и уход за ним. Принцип передвижения велосипеда.	Принимает цели и произвольно включается в деятельность	Принимают предполагаемую помощь, выполняют элементарные действия при помощи учителя.
52	Управление велосипедом без вращения педалей. Вращение педалей с фиксацией ног.	Посадка на 2,3 колесный велосипед. Катание по прямой, с поворотом. Уход за велосипедом, правильное торможение. Разворот, начало движения на 2 колесном велосипеде.	Ознакомление. Начальное разучивание. Соблюдение последовательности действий при посадке на велосипед. Перекидывание правой ноги через раму, постановка правой ноги на педаль, посадка на седло, постановка левой ноги на педаль.	Принимает цели и произвольно включается в деятельность, используют в работе необходимый инвентарь	Фиксируют взгляд на яркой звучащей игрушке, ориентируются в пространстве зала. Принимают предполагаемую помощь.
53	Управление велосипедом без вращения педалей. Вращение педалей с фиксацией ног.	Посадка на 2,3 колесный велосипед. Катание по прямой, с поворотом. Уход за велосипедом, правильное торможение. Разворот, начало движения на 2 колесном велосипеде. Специальные и общеукрепляющие упражнения для освоения данной темы	Ознакомление. Начальное разучивание. Соблюдение последовательности действий при посадке на велосипед. Перекидывание правой ноги через раму, постановка правой ноги на педаль, посадка на седло, постановка левой ноги на педаль. Произвольное катание, катание с помощью учителя.	Принимает цели и произвольно включается в деятельность, используют в работе необходимый инвентарь	Фиксируют взгляд на яркой звучащей игрушке, ориентируются в пространстве зала. Принимают предполагаемую помощь, выполняют элементарные действия при помощи учителя.
54-55	Управление велосипедом с вращением педалей с фиксацией ног.	Посадка на 2,3 колесный велосипед. Катание по прямой, с поворотом. Уход за велосипедом, правильное торможение. Разворот, начало движения на 2 колесном велосипеде. Специальные и общеукрепляющие упражнения для освоения данной темы	Соблюдение последовательности действий при посадке на велосипед. Перекидывание правой ноги через раму, постановка правой ноги на педаль, посадка на седло, постановка левой ноги на педаль. Произвольное катание, катание с помощью учителя.	Принимает цели и произвольно включается в деятельность, используют в работе необходимый инвентарь	Ориентируются в пространстве зала. Выполняют элементарные действия при помощи учителя.
56-57	Управление велосипедом с вращением педалей с фиксацией	Посадка на 2,3 колесный велосипед. Катание по прямой, с поворотом. Уход за велосипедом, правильное торможение. Разворот, начало движения на 2 колесном велосипеде.	Соблюдение последовательности действий при посадке на велосипед. Перекидывание правой ноги через раму, постановка правой ноги на педаль, посадка на седло,	Принимает цели и произвольно включается в деятельность, используют в работе	Ориентируются в пространстве зала. Выполняют элементарные действия при помощи учителя.

	ног.	Специальные и общеукрепляющие упражнения для освоения данной темы	постановка левойноги на педаль. Произвольное катание,катание с помощью учителя.	необходимый инвентарь	
58-59	Управление велосипедом без вращения педалей. Вращение педалей с фиксацией ног.	Посадка на 2,3 колесный велосипед. Катание по прямой, с поворотом. Уход за велосипедом, правильное торможение. Разворот, начало движения на 2 колесном велосипеде. Специальные и общеукрепляющие упражнения для освоения данной темы	Ознакомление. Начальное разучивание. Соблюдение последовательности действий при посадке на велосипед. Перекидывание правой ноги через раму, постановка правойноги на педаль, посадка на седло, постановка левой ноги на педаль. Произвольное катание,катание с помощью учителя. Углубленное разучивание. Повторение. (Содержание предыдущего урока)	Принимает цели и произвольно включается в деятельность, используют в работе необходимый инвентарь	Фиксируют взгляд на яркой звучащей игрушке, ориентируются в пространстве зала. Принимают предполагаемую помощь, выполняют элементарные действия при помощи учителя.
60-61	Управление велосипедом без вращения педалей. Вращение педалей с фиксацией ног.	Посадка на 2,3 колесный велосипед. Катание по прямой, с поворотом. Уход за велосипедом, правильное торможение. Разворот, начало движения на 2 колесном велосипеде. Специальные и общеукрепляющие упражнения для освоения данной темы	Ознакомление. Начальное разучивание. Соблюдение последовательности действий при посадке на велосипед. Перекидывание правой ноги через раму, постановка правойноги на педаль, посадка на седло, постановка левой ноги на педаль. Произвольное катание,катание с помощью учителя.	Принимает цели и произвольн о включается в деятельность, используют в работе необходим ый инвентарь	Фиксируют взгляд на яркой звучащей игрушке, ориентируются в пространств е зала. выполняют элементарны е действия при помощи учителя.
62-63	Управление велосипедом без вращения педалей с фиксацией ног.	Посадка на 2,3 колесный велосипед. Катание по прямой, с поворотом. Уход за велосипедом, правильное торможение.	Соблюдение последовательности действий при посадке на велосипед. Произвольноекатание, катание с помощью учителя.	Принимает цели и произвольно включается в деятельность,	Выполняют элементарные действия при помощи учителя.
64	Управление велосипедом без вращения педалей.	Посадка на 2,3 колесный велосипед. Катание по прямой, с поворотом. Уход за велосипедом, правильное	Ознакомление. Начальное разучивание. Соблюдение последовательности действий при посадке на	Принимает цели и произвольн о включается в деятельнос	Фиксируют взгляд на яркой звучащей игрушке, ориентирова

	Вращение педалей с фиксацией ног.	торможение. Разворот, начало движения на 2 колесном велосипеде. Специальные и общеукрепляющие упражнения для освоения данной темы	велосипед. Перекидывание правой ноги через раму, постановка правой ноги на педаль, посадка на седло, постановка левой ноги на педаль. Произвольное катание, катание с помощью учителя.	ть, используют в работе необходимый инвентарь	ться в пространстве зала. выполняют элементарные действия при помощи учителя.
65	Сюжетный урок. Игры	Построения и перестроения, общеразвивающие и корригирующие упражнения, ходьба и бег, ползание. Развитие координационных и скоростных способностей.	Закрепление. Основное содержание предыдущих уроков четверти закрепляется с использованием игрового метода.	Повторение навыков	Повторение навыков.
66	Контрольный урок	Итоговый контроль.	Тестирование.		
	Итого		66		

3 КЛАСС

I. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

ВОЗМОЖНЫЕ ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБРАЗОВАНИЯ

Обучающийся научится:

- проявлять уважение к людям старшего возраста;
- понимать эмоциональные состояния других людей;
- проявлять собственные чувства;
- устанавливать и поддерживать контакты;
- пользоваться речевыми формами взаимодействия для установления контактов, разрешения конфликтов;
- использовать элементарные формы речевого этикета;
- принимать и оказывать помощь.

Обучающийся получит возможность:

- испытать потребность в новых знаниях;
- наблюдать за окружающими предметами и явлениями;
- принимать участие в коллективных делах и играх.

ВОЗМОЖНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ФОРМИРОВАНИЯ БАЗОВЫХ УЧЕБНЫХ ДЕЙСТВИЙ

Обучающийся научится:

- ориентироваться в пространстве школы;
- передвигаться по школе, находить свой класс, другие необходимые помещения;
- работать в общем темпе;

- фиксировать взгляд на лице педагога;
- фиксировать взгляд на изображении;
- выполнять стереотипную инструкцию (отрабатываемая с конкретным учеником на данном этапе обучения);
- последовательно выполнять отдельные операции действия по образцу педагога;
- при организующей, направляющей помощи выполнять посильное задание от начала до конца.

ВОЗМОЖНЫЕ ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБРАЗОВАНИЯ

1 группа (умеренная умственная отсталость)	2 группа (тяжёлая умственная отсталость и ТМНР)	3 группа (глубокая умственная отсталость и ТМНР)
Физическая подготовка		
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.	С помощью педагога научиться осваивать двигательные навыки, последовательность движений, развивать координационные способности.	Научится проявлять интерес к двигательным навыкам.
Велосипедная подготовка		
Научится кататься на двухколесном велосипеде. Проявлять интерес к определенным видам физкультурно-спортивной деятельности: езда на велосипеде.	С помощью педагога научиться ездить на трехколесном велосипеде, по возможности на двухколесном.	Научится проводить несложные наблюдения за предметами под руководством учителя.
Коррекционные подвижные игры		
Научится вести совместные действия с партнером, ориентироваться в пространстве зала. Проявлять интерес к определенным видам физкультурно-спортивной деятельности: спортивные и подвижные игры.	С помощью педагога научиться вести совместные действия с партнером, ориентироваться в пространстве зала.	Использовать предметы, находящиеся в поле зрения в помещении, по назначению.
Туризм		
Узнавание (различение) предметов туристического инвентаря (рюкзак, спальный мешок, туристический коврик, палатка, котелок, тренога). Соблюдение правил поведения в походе.	С помощью педагога различение предметов туристического инвентаря (рюкзак, спальный мешок). Соблюдение правил поведения в походе.	Использовать предметы, находящиеся в поле зрения в помещении, по назначению.
Лыжная подготовка		
Узнавание (различение) лыжного инвентаря (лыжи, палки, ботинки).	С помощью педагога различение лыжного инвентаря (лыжи, палки, ботинки).	Использовать предметы, находящиеся в поле зрения по назначению.

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Физическая подготовка.

Во третьем классе продолжается освоение основных движений: построения и перестроения, общеразвивающие и корригирующие упражнения, ходьба и бег, ползание, подлезание, передача предметов, прокатывание мяча. Кроме того, 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.

Велосипедная подготовка.

Основными задачами ставится правильная посадка и по возможности освоение велосипедной езды на двухколесном инвентаре.

Коррекционные подвижные игры.

Содержание игр построено с учетом скорости освоения учащимися правил игры (одна подвижная игра осваивается два урока), а также сочетания подвижных и коррекционных игр.

Игры: «Змейка», «У медведя во бору», «Выбей шар», «Найди кубик», «Воробушки и кот», «Лохматый пес», «По кочкам», «Поезд».

Коррекционные игры: «Найди свой мяч», «Перешагни», «Попади в корзину», «Ловишки», «Обезьянки», «Береги предмет», «Где звенит?», «Ручеек», «По мостику», «День, ночь».

Туризм.

Узнавание (различение) предметов туристического инвентаря (рюкзак, спальный мешок, туристический коврик, палатка, котелок, тренога). Соблюдение правил поведения в походе: нельзя отставать, убежать вперед, нельзя никуда уходить без разрешения учителя, нельзя есть найденные в лесу грибы и ягоды без разрешения учителя, нельзя бросать мусор в лесу, нельзя трогать лесных животных.

Лыжная подготовка.

Узнавание (различение) лыжного инвентаря (лыжи, палки, ботинки). Транспортировка лыжного инвентаря.

Диагностика 3 часа.

Определение уровня эффективности применяемых методов и приёмов содержания коррекционно-развивающей работы у обучающихся на начало, середину и конец учебного года.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ урока	Тема	Основное содержание	Виды деятельности	Предполагаемые результаты	
				1 группа	2 группа
Раздел программы физическая подготовка - 16 часов					
1	Вводный урок	Начальные сведения о физической культуре. Предварительный контроль.	Объяснение. Назначение спортивного инвентаря и оборудования. Правила поведения при занятиях физической культурой.	Фиксирует взгляд на демонстрируемом предмете, инвентаре, используют по назначению оборудование	Переключают взгляд с одного предмета на другой

2-3	Ходьба и попеременный бег	Построения, общеразвивающие и корригирующие упражнения, ходьба и бег. Развитие общей выносливости. Развитие сердечнососудистой и дыхательной систем.	Ознакомление. Начальное разучивание. Принятие исходного положения для построения и перестроения. Основная стойка. ОРУ без предметов. Ходьба и бег стайкой за учителем. Корригирующие дыхательные упражнения: произвольный вдох (выдох) через рот (нос). Углубленное разучивание. Повторение. (Содержание предыдущего урока)	Правильное построение и знание своего места в строю. Фиксация взгляда на лице педагога с использованием голоса.	Выполнение простейших упражнений в определенном ритме. Фиксируют взгляд на яркой игрушке, ориентируются в пространстве.
4-5	Ходьба и попеременный бег	Построения, общеразвивающие и корригирующие упражнения, ходьба и бег. Развитие общей выносливости. Развитие сердечнососудистой и дыхательной систем.	Ознакомление. Начальное разучивание. Стойка ноги врозь. ОРУ с предметами. Ходьба и бег в заданном направлении. Корригирующие дыхательные упражнения: произвольный вдох через нос (рот), выдох через рот (нос).	Правильное построение и знание своего места в строю	Выполнение простейших упражнений в определенном ритме
5-6	Ходьба и попеременный бег	Построения, общеразвивающие и корригирующие упражнения, ходьба и бег. Развитие общей выносливости. Развитие сердечнососудистой и дыхательной систем.	Ознакомление. Начальное разучивание. Построение в шеренгу по одному. ОРУ с предметами. Ходьба и бег в колонне по одному за учителем. Корригирующие упражнения: сюжетные дыхательные упражнения.	Правильное построение и знание своего места в строю	Выполнение простейших упражнений в определенном ритме
7-8	Ползание	Построения, общеразвивающие и корригирующие упражнения, ползание. Развитие координационных способностей. Развитие мелкой моторики рук.	Построение в колонну по одному. ОРУ с предметами. Ходьба и бег в колонне по одному за учителем с изменением темпа. Ползание на четвереньках. Корригирующие упражнения: круговые движения кистью.	Выполнять движения в различных пространственных направлениях. Используют в работе необходимый инвентарь.	Ориентируются в пространстве зала. Фиксируют взгляд от предмета к предмету.

9-10	Ползание	<p>Построения, общеразвивающие и корригирующие упражнения, ползание. Развитие координационных способностей. Развитие мелкой моторики рук.</p>	<p>Ознакомление. Начальное разучивание. Построение в круг. ОРУ с предметами. Ходьба и бег в колонне по одному за учителем с изменением направления движения. Подлезание под препятствия на четвереньках. Корригирующие упражнения: противопоставление первого пальца остальным на одной руке</p>	<p>Знать движения в различных пространствах в различных направлениях. Используют в работе необходимый инвентарь.</p>	<p>Ориентируются в пространстве зала. Фиксируют взгляд от предмета к предмету.</p>
11-12	Ползание	<p>Построения и перестроения, общеразвивающие и корригирующие упражнения, ползание. Развитие координационных способностей. Развитие мелкой моторики рук.</p>	<p>Ознакомление. Начальное разучивание. Построение в шеренгу. Перестроение из шеренги в круг. ОРУ с предметами. Ходьба и бег с изменением темпа и направления движения. Ползание на животе. Корригирующие упражнения: противопоставление первого пальца остальным на одной руке (одновременно двумя руками).</p>	<p>Знать движения в различных пространствах в различных направлениях. Используют в работе необходимый инвентарь.</p>	<p>Ориентируются в пространстве зала. Фиксируют взгляд от предмета к предмету.</p>
13-14	Ползание	<p>Построения и перестроения, общеразвивающие и корригирующие упражнения, ползание. Развитие координационных способностей. Развитие мелкой моторики рук.</p>	<p>Построение в колонну. Ходьба и бег противоходом. Размыкание и смыкание в шеренге. ОРУ с предметами. Подлезание под препятствия на животе. Корригирующие</p>	<p>Знать движения в различных пространствах в различных направлениях.</p>	<p>Ориентируются в пространстве зала. Фиксируют взгляд от предмета к предмету.</p>
15-16	Сюжетный урок	<p>Построения и перестроения, общеразвивающие и корригирующие упражнения, ходьба и бег, ползание. Развитие координационных и скоростных способностей.</p>	<p>Закрепление. Основное содержание предыдущих уроков четверти закрепляется с использованием игрового метода.</p>	<p>Повторение навыков</p>	<p>Повторение навыков.</p>

Раздел программы велосипедная подготовка - 10 часов

17-18	Ознакомление составными частями велосипеда	Меры безопасности в процессе движения. Общеразвивающие и специальные упражнения.	Знакомство с инвентарем, объяснения правил поведения и уход за ним. Принцип передвижения велосипеда.	Принимает цели и произвольно включается в деятельность	Принимают предполагаемую помощь, выполняют элементарные действия при помощи учителя.
19-20	Управление велосипедом без вращения педалей. Вращение педалей с фиксацией ног.	Посадка на 2,3 колесный велосипед. Катание по прямой, с поворотом. Уход за велосипедом, правильное торможение. Разворот, начало движения на 2 колесном велосипеде.	Ознакомление. Начальное разучивание. Соблюдение последовательности действий при посадке на велосипед. Перекидывание правой ноги через раму, постановка правой ноги на педаль, посадка на седло, постановка левой ноги на педаль.	Принимает цели и произвольно включается в деятельность, используют в работе необходимый инвентарь	Фиксируют взгляд на яркой звучащей игрушке, ориентируются в пространстве зала. Принимают предполагаемую помощь.
21-22	Управление велосипедом без вращения педалей. Вращение педалей с фиксацией ног.	Посадка на 2,3 колесный велосипед. Катание по прямой, с поворотом. Уход за велосипедом, правильное торможение. Разворот, начало движения на 2 колесном велосипеде. Специальные и общеукрепляющие упражнения для освоения данной темы	Соблюдение последовательности действий при посадке на велосипед. Перекидывание правой ноги через раму, постановка правой ноги на педаль, посадка на седло, постановка левой ноги на педаль. Произвольное катание, катание с помощью учителя.	Принимает цели и произвольно включается в деятельность, используют в работе необходимый инвентарь	Принимают предполагаемую помощь, выполняют элементарные действия при помощи учителя.
23-24	Управление велосипедом с вращением педалей с фиксацией ног.	Посадка на 2,3 колесный велосипед. Катание по прямой, с поворотом. Уход за велосипедом, правильное торможение. Разворот, начало движения на 2 колесном велосипеде. Специальные и общеукрепляющие упражнения для освоения данной темы	Соблюдение последовательности действий при посадке на велосипед. Перекидывание правой ноги через раму, постановка правой ноги на педаль, посадка на седло, постановка левой ноги на педаль. Произвольное катание, катание с помощью учителя.	Принимает цели и произвольно включается в деятельность, используют в работе необходимый инвентарь	Оrientируются в пространстве зала. Выполняют элементарные действия при помощи учителя.

25-26	Управление велосипедом без вращения педалей. Вращение педалей с фиксацией ног.	Посадка на 2,3 колесный велосипед. Катание по прямой, с поворотом. Уход за велосипедом, правильное торможение. Разворот, начало движения на 2 колесном велосипеде. Специальные и общеукрепляющие упражнения для освоения данной темы	Соблюдение последовательности действий при посадке на велосипед. Перекидывание правой ноги через раму, постановка правой ноги на педаль, посадка на седло, постановка левой ноги на педаль. Произвольное катание, катание с помощью учителя.	Принимает цели и произвольное включается в деятельность, используют в работе необходимый инвентарь	Ориентироваться в пространстве зала. Принимают предполагаемую помощь, выполняют элементарные действия при помощи учителя.
Туризм – 6 часов					
27-28	Туристический инвентарь для похода.	Предметы туристического инвентаря (рюкзак, спальный мешок, туристический коврик, палатка, котелок, тренога). Специальные и общеукрепляющие упражнения.	Ознакомление. Начальное разучивание. Узнавание (различение) предметов туристического инвентаря (рюкзак, спальный мешок, туристический коврик, палатка, котелок, тренога).	Принимает цели и произвольное включается в деятельность, используют в работе необходимый инвентарь	Выполняют элементарные действия при помощи учителя.
29-30	Туристический инвентарь для похода.	Предметы туристического инвентаря (рюкзак, спальный мешок, туристический коврик, палатка, котелок, тренога). Специальные и общеукрепляющие упражнения.	Узнавание (различение) предметов туристического инвентаря (рюкзак, спальный мешок, туристический коврик, палатка, котелок, тренога).	Принимает цели и произвольно включается в деятельность.	Выполняют элементарные действия при помощи учителя.
31-32	Туристический инвентарь для похода.	Предметы туристического инвентаря (рюкзак, спальный мешок, туристический коврик, палатка, котелок, тренога). Поход в лес.	Соблюдение правил поведения в походе: нельзя отставать, убежать вперед, нельзя никуда уходить без разрешения учителя, нельзя есть найденные в лесу грибы и ягоды без разрешения учителя, нельзя бросать мусор в лесу, нельзя трогать лесных животных.	Принимает цели и произвольное включается в деятельность, используют в работе необходимый инвентарь	выполняют элементарные действия при помощи учителя.
Раздел программы коррекционные подвижные игры - 14 часов					
33-34	Подвижные игры с бегом	Развитие скоростных способностей. Коррекционная игра для формирования способности вести совместные действия с партнером.	Сюжетные ОРУ. Игра «Змейка». Коррекционная игра «Найди свой мяч»	подражают действиям выполненным педагогом.	Переключают взгляд с одного предмета на другой.

35-36	Подвижные игры с прыжками	Общеразвивающие и коррегирующие упражнения Развитие скоростносиловых способностей. Коррекционная игра для формирования способности вести совместные действия с партнером.	Сюжетные ОРУ. Игра «Воробушки и кот». Коррекционная игра «Попади в корзину»	Переключают взгляд с одного предмета на другой, подражают действиям выполненным педагогом.	Переключают взгляд с одного предмета на другой.
37-38	Подвижные игры с мячом	Общеразвивающие и коррегирующие упражнения. Развитие скоростных и координационных. Развитие тактильной чувствительности.	Сюжетные ОРУ. Игра «Выбей мяч». Коррекционная игра «Перешагни»	Переключают взгляд с одного предмета на другой, подражают действиям выполненным педагогом.	Переключают взгляд с одного предмета на другой.
39-40	Подвижные игры с бегом	Общеразвивающие и коррегирующие упражнения. Развитие скоростных способностей. Развитие тактильной чувствительности.	Сюжетные ОРУ. Игра «У медведя во бору». Коррекционная игра «Ловишки»	Переключают взгляд с одного предмета на другой, подражают действиям выполненным педагогом.	Переключают взгляд с одного предмета на другой.
41-42	Подвижные игры с прыжками	Общеразвивающие и коррегирующие упражнения Развитие скоростносиловых способностей. Коррекционная игра для активизации психических процессов: восприятия, внимания, памяти.	Сюжетные ОРУ. Игра «Поезд». Коррекционная игра «Целься вернее»	Переключают взгляд с одного предмета на другой, подражают действиям выполненным педагогом.	Переключают взгляд с одного предмета на другой.
43-44	Подвижные игры с мячом	Общеразвивающие и коррегирующие упражнения. Развитие скоростных и координационных. Коррекционная игра для активизации психических процессов: восприятия, внимания, памяти.	Сюжетные ОРУ. Игра «Попади в ворота» Коррекционная игра «Береги предмет»	Переключают взгляд с одного предмета на другой, подражают действиям выполненным педагогом.	Переключают взгляд с одного предмета на другой.

45-46	Подвижные игры с бегом	Общеразвивающие и коррегирующие упражнения. Развитие скоростных способностей. Коррекционная игра для развития речевой деятельности, способности к звукоподражанию	Сюжетные ОРУ. Игра «Лохматый пес» Коррекционная игра «Пузырь» Повторение. (Содержание предыдущего урока)	Переключают взгляд с одного предмета на другой, подражают действиям выполненным педагогом.	Переключают взгляд с одного предмета на другой.
Лыжная подготовка – 6 часов					
47-48	Лыжный инвентарь	Лыжный инвентарь (лыжи, палки, ботинки).	Ознакомление. Начальное разучивание. Узнавание (различение) лыжного инвентаря (лыжи, палки, ботинки).	Переключают взгляд с одного предмета на другой, подражают действиям выполненным педагогом.	Переключают взгляд с одного предмета на другой.
49-50	Лыжный инвентарь	Лыжный инвентарь (лыжи, палки, ботинки). Транспортировка лыжного инвентаря.	Узнавание (различение) лыжного инвентаря (лыжи, палки, ботинки). Умение переносить лыжный инвентарь.	Подражают действиям выполненным педагогом.	Переключают взгляд с одного предмета на другой.
51-52	Лыжный инвентарь	Лыжный инвентарь (лыжи, палки, ботинки). Транспортировка лыжного инвентаря. Последовательность действий при креплении ботинок к лыжам	Узнавание (различение) лыжного инвентаря (лыжи, палки, ботинки). Умение переносить лыжный инвентарь. Соблюдение последовательности действий при креплении ботинок к лыжам.	Правильное построение и знание своего места в строю. Принимание цели и включение в деятельность.	Выполнение простейших упражнений в определенном ритме.
Раздел программы физическая подготовка - 14 часов					
53-54	Передача предметов	Построения и перестроения, общеразвивающие и коррегирующие упражнения, передача предметов. Развитие координационных способностей.	Размыкание и смыкание в шеренге. ОРУ с предметами. Передача предметов в кругу. Корректирующие упражнения: поднимание головы в положении «лежа на животе».	Правильное построение и знание своего места в строю. Принимание цели и включение в деятельность.	Выполнение простейших упражнений в определенном ритме с предметов в руках.

55-56	Передача предметов	Построения и перестроения, общеразвивающие и корригирующие упражнения, передача предметов. Развитие координационных способностей.	Повороты на месте. ОРУ с предметами. Передача предметов в парах. Корригирующие упражнения: наклоны туловища вперед (в стороны, назад). Повороты туловища вправо (влево).	Правильное построение и знание своего места в строю. Принимание цели и включение в деятельность.	Ориентироваться в пространстве зала. Выполнение простейших упражнений.
57-58	Прокатывание мяча	Построения и перестроения, общеразвивающие и корригирующие упражнения, прокатывание мяча. Развитие координационных способностей.	Повороты на месте в разные стороны ОРУ с предметами. Прокатывание мяча по полу в заданном направлении. Ходьба и бег с движениями рук. Корригирующие упражнения: наклоны туловища в сочетании с поворотами.	Правильное построение и знание своего места в строю. Принимание цели и включение в деятельность.	Выполнение простейших упражнений в определенном ритме с предметом в руках.
59-60	Ходьба и попеременный бег	Построения и перестроения, общеразвивающие и корригирующие упражнения, ходьба и бег. Развитие общей выносливости. Развитие сердечнососудистой и дыхательной систем.	Повороты на месте и в движении. ОРУ в движении. Ходьба и бег с высоким подниманием бедра. Корригирующие упражнения: стойка на коленях.	Правильное построение и знание своего места в строю. Принимание цели и включение в деятельность.	Выполнение простейших упражнений в определенном ритме с предметом в руках.
61-62	Ходьба и попеременный бег	Построения и перестроения, общеразвивающие и корригирующие упражнения, ходьба и бег. Развитие общей выносливости. Развитие сердечнососудистой и дыхательной систем.	Повороты кругом на месте. ОРУ в кругу. Ходьба и бег с захлестом голени на заданное расстояние. Корригирующие упражнения: одновременные движения ногами.	Правильное построение и знание своего места в строю. Принимание цели и включение в деятельность.	Ориентироваться в пространстве зала.
63-64	Ходьба и попеременный бег	Построения и перестроения, общеразвивающие и корригирующие упражнения, ходьба и бег. Развитие общей выносливости. Развитие сердечнососудистой и дыхательной систем.	Повороты кругом в ходьбе. ОРУ в парах. Ходьба и бег широким шагом на заданное расстояние. Корригирующие упражнения: поочередные движения ногами.	Правильное построение и знание своего места в строю. Принимание цели и включение в деятельность.	Выполнение простейших упражнений в определенном ритме с предметом в руках.
65-66	Контрольный урок	Итоговый контроль.	Тестирование.		
	Итого		66		

I. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

ВОЗМОЖНЫЕ ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБРАЗОВАНИЯ

Обучающийся научится:

- проявлять уважение к людям старшего возраста;
- избегать конфликтных ситуаций;
- использовать элементарные формы речевого этикета;
- помогать окружающим;
- принимать и оказывать помощь.

Обучающийся получит возможность:

- участвовать в совместной деятельности;
- испытать потребность в новых знаниях.

ВОЗМОЖНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ФОРМИРОВАНИЯ БАЗОВЫХ УЧЕБНЫХ ДЕЙСТВИЙ

Обучающийся научится:

- ориентироваться в пространстве зала;
- адекватно использовать ритуалы школьного поведения;
- включаться в деятельность;
- передвигаться по школе, находить свой класс;
- работать в общем темпе;
- фиксировать взгляд на лице педагога;
- фиксировать взгляд на изображении;
- выполнять одноступенчатую инструкцию
- последовательно выполняет отдельные операции действия по образцу педагога;
- выстраивает картинный алгоритм предстоящей деятельности с помощью педагога.

ВОЗМОЖНЫЕ ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБРАЗОВАНИЯ

1 группа (умеренная умственная отсталость)	2 группа (тяжёлая умственная отсталость и ТМНР)	3 группа (глубокая умственная отсталость и ТМНР)
Физическая подготовка		
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.	С помощью педагога научится осваивать двигательные навыки, последовательность движений, развивать координационные способности.	Научится проявлять интерес к двигательным навыкам.
Велосипедная подготовка		
Научится кататься на двухколесном велосипеде. Проявлять интерес к определенным видам физкультурно-спортивной деятельности: езда на велосипеде.	С помощью педагога научится ездить на трехколесном велосипеде, по возможности на двухколесном.	Научится проводить несложные наблюдения за предметами под руководством учителя.

Коррекционные подвижные игры		
Научится вести совместные действия с партнером, ориентироваться в пространстве зала. Проявлять интерес к определенным видам физкультурно-спортивной деятельности: спортивные и подвижные игры.	С помощью педагога научится вести совместные действия с партнером, ориентироваться в пространстве зала.	Использовать предметы, находящиеся в поле зрения в помещении, по назначению.
Туризм		
Узнавание (различение) предметов туристического инвентаря (рюкзак, спальный мешок, туристический коврик, палатка, котелок, тренога). Соблюдение правил поведения в походе.	С помощью педагога различение предметов туристического инвентаря (рюкзак, спальный мешок). Соблюдение правил поведения в походе.	Использовать предметы, находящиеся в поле зрения в помещении, по назначению.
Лыжная подготовка		
Узнавание (различение) лыжного инвентаря (лыжи, палки, ботинки).	С помощью педагога различение лыжного инвентаря (лыжи, палки, ботинки).	Использовать предметы, находящиеся в поле зрения по назначению.

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Физическая подготовка.

Во третьем классе продолжается освоение основных движений: построения и перестроения, общеразвивающие и корригирующие упражнения, ходьба и бег, ползание, подлезание, передача предметов, прокатывание мяча. Кроме того, 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.

Велосипедная подготовка.

Основными задачами ставится правильная посадка и по возможности освоение велосипедной езды на двухколесном инвентаре.

Коррекционные подвижные игры.

Содержание игр построено с учетом скорости освоения учащимися правил игры (одна подвижная игра осваивается два урока), а также сочетания подвижных и коррекционных игр.

Игры: «Сбей кеглю», «Жмурки», «Классы», «Найди скакалку», «Охотник», «День и ночь», «По следам», «Путешествие по станциям».

Коррекционные игры: «Найди свое место», «Краски», «Попади в корзину», «Ловишки», «Обезьянки», «Береги предмет», «Где звенит?», «Ручеек», «По мостику».

Туризм.

Узнавание (различение) предметов туристического инвентаря (рюкзак, спальный мешок, туристический коврик, палатка, котелок, тренога). Соблюдение правил поведения в походе: нельзя отставать, убежать вперед, нельзя никуда уходить без разрешения учителя, нельзя есть найденные в лесу грибы и ягоды без разрешения учителя, нельзя бросать мусор в лесу, нельзя трогать лесных животных. Соблюдение последовательности действий при складывании вещей в рюкзак (например): банка тушенки, обувь, одежда, набор походной посуды, средства личной гигиены

Лыжная подготовка.

Узнавание (различение) лыжного инвентаря (лыжи, палки, ботинки). Транспортировка лыжного инвентаря. Соблюдение последовательности действий при креплении ботинок к лыжам (удержание лыжи, поднесение носка лыжного ботинка к краю крепления, вставление носка лыжного ботинка в крепление, подъем пятки).

Диагностика 3 часа.

Определение уровня эффективности применяемых методов и приёмов содержания коррекционно-развивающей работы у обучающихся на начало, середину и конец учебного года.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ урок а	Тема	Основное содержание	Виды деятельности	Предполагаемые результаты	
				1 группа	2 группа
Раздел программы физическая подготовка - 16 часов					
1	Вводны й урок	Начальные сведения о физической культуре. Предварительный контроль.	Объяснение. Назначение спортивного инвентаря и оборудования. Правила поведения при занятиях физической культурой.	Фиксирует взгляд на демонстрируе мом предмете, инвентаре, используют по назначению оборудование	Переключаю т взгляд с одного предмета на другой
2-3	Ходьба и поперемен ный бег	Построения, общеразвивающие и корригирующие упражнения, ходьба и бег. Развитие общей выносливости. Развитие сердечнососудистой и дыхательной систем.	Ознакомление. Начальное разучивание. Принятие исходного положения для построения и перестроения. Основная стойка. ОРУ без предметов. Ходьба и бег стайкой за учителем. Корригирующие дыхательные упражнения: произвольный вдох (выдох) через рот (нос). Углубленное разучивание. Повторение. (Содержание предыдущего урока)	Правильное построение и знание своего места в строю. Фиксация взгляда на лице педагога с использова нием голоса.	Выполнение простейших упражнений в определенно м ритме. Фиксируют взгляд на яркой игрушке, ориентирую тся в пространств е.
4-5	Ходьба и поперемен ный бег	Построения, общеразвивающие и корригирующие упражнения, ходьба и бег. Развитие общей выносливости. Развитие сердечнососудистой и дыхательной систем.	Ознакомление. Начальное разучивание. Стойка ноги врозь. ОРУ с предметами. Ходьба и бег в заданном направлении. Корригирующие дыхательные упражнения: произвольный вдох через нос (рот), выдох через рот (нос).	Правильное построение и знание своего места в строю	Выполнение простейших упражнений в определенном ритме
5-6	Ходьба и поперемен ный бег	Построения, общеразвивающие и корригирующие упражнения, ходьба и бег. Развитие общей выносливости. Развитие сердечнососудистой и дыхательной систем.	Ознакомление. Начальное разучивание. Построение в шеренгу по одному. ОРУ с предметами. Ходьба и бег в колонне по одному за учителем. Корригирующие упражнения: сюжетные дыхательные упражнения.	Правильное построение и знание своего места в строю	Выполнение простейших упражнений в определенном ритме

7-8	Ползание	Построения, общеразвивающие и корригирующие упражнения, ползание. Развитие координационных способностей. Развитие мелкой моторики рук.	Построение в колонну по одному. ОРУ с предметами. Ходьба и бег в колонне по одному за учителем с изменением темпа. Ползание на четвереньках. Корригирующие упражнения: круговые движения кистью.	Выполнять движения в различных пространственных направлениях. Используют в работе необходимый инвентарь.	Ориентируются в пространстве зала. Фиксируют взгляд от предмета к предмету.
9-10	Ползание	Построения, общеразвивающие и корригирующие упражнения, ползание. Развитие координационных способностей. Развитие мелкой моторики рук.	Построение в круг. ОРУ с предметами. Ходьба и бег в колонне по одному за учителем с изменением направления движения. Подлезание под препятствия на четвереньках. Корригирующие упражнения: противопоставление первого пальца остальным на одной руке	Знать движения в различных пространственных направлениях. Используют в работе необходимый инвентарь.	Ориентируются в пространстве зала. Фиксируют взгляд от предмета к предмету.
11-12	Ползание	Построения и перестроения, общеразвивающие и корригирующие упражнения, ползание. Развитие координационных способностей. Развитие мелкой моторики рук.	Ознакомление. Начальное разучивание. Построение в шеренгу. Перестроение из шеренги в круг. ОРУ с предметами. Ходьба и бег с изменением темпа и направления движения. Ползание на животе. Корригирующие упражнения: противопоставление первого пальца остальным на одной руке (одновременно двумя руками).	Знать движения в различных пространственных направлениях. Используют в работе необходимый инвентарь.	Ориентируются в пространстве зала. Фиксируют взгляд от предмета к предмету.
13-14	Ползание	Построения и перестроения, общеразвивающие и корригирующие упражнения, ползание. Развитие координационных способностей. Развитие мелкой моторики рук.	Построение в колонну. Ходьба и бег противоходом. Размыкание и смыкание в шеренге. ОРУ с предметами. Подлезание под препятствия на животе. Корригирующие	Знать движения в различных пространственных направлениях.	Ориентируются в пространстве зала. Фиксируют взгляд от предмета к предмету.

15-16	Сюжетный урок	Построения и перестроения, общеразвивающие и корригирующие упражнения, ходьба и бег, ползание. Развитие координационных и скоростных способностей.	Закрепление. Основное содержание предыдущих уроков четверти закрепляется с использованием игрового метода.	Повторение навыков	Повторение навыков.
Раздел программы велосипедная подготовка - 10 часов					
17-18	Ознакомление составными частями велосипеда	Меры безопасности в процессе движения. Общеразвивающие и специальные упражнения.	Знакомство с инвентарем, объяснения правил поведения и уход за ним. Принцип передвижения велосипеда.	Принимает цели и произвольно включается в деятельность	Принимают предполагаемую помощь, выполняют элементарные действия при помощи учителя.
19-20	Управление велосипедом без вращения педалей. Вращение педалей с фиксацией ног.	Посадка на 2,3 колесный велосипед. Катание по прямой, с поворотом. Уход за велосипедом, правильное торможение. Разворот, начало движения на 2 колесном велосипеде.	Соблюдение последовательности действий при посадке на велосипед. Перекидывание правой ноги через раму, постановка правой ноги на педаль, посадка на седло, постановка левой ноги на педаль.	Принимает цели и произвольно включается в деятельность, используют в работе необходимый инвентарь	Фиксируют взгляд на яркой звучащей игрушке, ориентироваться в пространстве зала. Принимают предполагаемую помощь.
21-22	Управление велосипедом без вращения педалей. Вращение педалей с фиксацией ног.	Посадка на 2,3 колесный велосипед. Катание по прямой, с поворотом. Уход за велосипедом, правильное торможение. Разворот, начало движения на 2 колесном велосипеде. Специальные и общеукрепляющие упражнения для освоения данной темы	Соблюдение последовательности действий при посадке на велосипед. Перекидывание правой ноги через раму, постановка правой ноги на педаль, посадка на седло, постановка левой ноги на педаль. Произвольное катание, катание с помощью учителя.	Принимает цели и произвольно включается в деятельность, используют в работе необходимый инвентарь	Принимают предполагаемую помощь, выполняют элементарные действия при помощи учителя.

23-24	Управление велосипедом с вращением педалей с фиксацией ног.	Посадка на 2,3 колесный велосипед. Катание по прямой, с поворотом. Уход за велосипедом, правильное торможение. Разворот, начало движения на 2 колесном велосипеде. Специальные и общеукрепляющие упражнения для освоения данной темы	Соблюдение последовательности действий при посадке на велосипед. Перекидывание правой ноги через раму, постановка правой ноги на педаль, посадка на седло, постановка левой ноги на педаль. Произвольное катание, катание с помощью учителя.	Принимает цели и произвольное включается в деятельность, используют в работе необходимый инвентарь	Ориентироваться в пространстве зала. Выполняют элементарные действия при помощи учителя.
25-26	Управление велосипедом без вращения педалей. Вращение педалей с фиксацией ног.	Посадка на 2,3 колесный велосипед. Катание по прямой, с поворотом. Уход за велосипедом, правильное торможение. Разворот, начало движения на 2 колесном велосипеде. Специальные и общеукрепляющие упражнения для освоения данной темы	Соблюдение последовательности действий при посадке на велосипед. Перекидывание правой ноги через раму, постановка правой ноги на педаль, посадка на седло, постановка левой ноги на педаль. Произвольное катание, катание с помощью учителя.	Принимает цели и произвольное включается в деятельность, используют в работе необходимый инвентарь	Ориентироваться в пространстве зала. Принимают предпологаемую помощь, выполняют элементарные действия при помощи учителя.
Туризм – 6 часов					
27-28	Туристический инвентарь для похода.	Предметы туристического инвентаря (рюкзак, спальный мешок, туристический коврик, палатка, котелок, тренога). Специальные и общеукрепляющие упражнения.	Узнавание (различение) предметов туристического инвентаря (рюкзак, спальный мешок, туристический коврик, палатка, котелок, тренога).	Принимает цели и произвольное включается в деятельность.	Выполняют элементарные действия при помощи учителя.
29-30	Туристический инвентарь для похода.	Предметы туристического инвентаря (рюкзак, спальный мешок, туристический коврик, палатка, котелок, тренога). Специальные и общеукрепляющие упражнения.	Узнавание (различение) предметов туристического инвентаря (рюкзак, спальный мешок, туристический коврик, палатка, котелок, тренога).	Принимает цели и произвольно включается в деятельность.	Выполняют элементарные действия при помощи учителя.

31-32	Туристический инвентарь для похода.	Предметы туристического инвентаря (рюкзак, спальный мешок, туристический коврик, палатка, котелок, тренога). Поход в лес.	Соблюдение правил поведения в походе: нельзя отставать, убежать вперед, нельзя никуда уходить без разрешения учителя, нельзя есть найденные в лесу грибы и ягоды без разрешения учителя, нельзя бросать мусор в лесу, нельзя трогать лесных животных.	Принимает цели и произвольн о включается в деятельность, используют в работе необходим ый инвентарь	выполняют элементарн ые действия при помощи учителя.
Раздел программы коррекционные подвижные игры - 14 часов					
33-34	Подвижные игры с бегом	Развитие скоростных способностей. Коррекционная игра для формирования способности вести совместные действия с партнером.	Сюжетные ОРУ. Игра «Охотник». Коррекционная игра «Найди свое место»	подражают действиям выполненным педагогом.	Переключают взгляд с одного предмета на другой.
35-36	Подвижные игры с прыжками	Общеразвивающие и корригирующие упражнения Развитие скоростносиловых способностей. Коррекционная игра для формирования способности вести совместные действия с партнером.	Сюжетные ОРУ. Игра «Классы». Коррекционная игра «Попади в кольцо»	Переключают взгляд с одного предмета на другой, подражают действиям выполненным педагогом.	Переключают взгляд с одного предмета на другой.
37-38	Подвижные игры с мячом	Общеразвивающие и корригирующие упражнения. Развитие скоростных и координационных. Развитие тактильной чувствительности.	Сюжетные ОРУ. Игра «Сбей кеглю». Коррекционная игра «Чей мяч?»	Переключают взгляд с одного предмета на другой, подражают действиям выполненным педагогом.	Переключают взгляд с одного предмета на другой.
39-40	Подвижные игры с бегом	Общеразвивающие и корригирующие упражнения. Развитие скоростных способностей. Развитие тактильной чувствительности.	Сюжетные ОРУ. Игра «Жмурки». Коррекционная игра «Колечко»	Переключают взгляд с одного предмета на другой, подражают действиям выполненным	Переключают взгляд с одного предмета на другой.

41-42	Подвижные игры с прыжками	Общеразвивающие и корригирующие упражнения Развитие скоростносиловых способностей. Коррекционная игра для активизации психических процессов: восприятия, внимания, памяти.	Сюжетные ОРУ. Игра «Путешествие по станциям». Коррекционная игра «Целься вернее»	Переключают взгляд с одного предмета на другой, подражают действиям выполненным педагогом.	Переключают взгляд с одного предмета на другой.
43-44	Подвижные игры с мячом	Общеразвивающие и корригирующие упражнения. Развитие скоростных и координационных. Коррекционная игра для активизации психических процессов: восприятия, внимания, памяти.	Сюжетные ОРУ. Игра «Попади в обруч» Коррекционная игра «Береги предмет»	Переключают взгляд с одного предмета на другой, подражают действиям выполненным педагогом.	Переключают взгляд с одного предмета на другой.
45-46	Подвижные игры с бегом	Общеразвивающие и корригирующие упражнения. Развитие скоростных способностей. Коррекционная игра для развития речевой деятельности, способности к звукоподражанию	Сюжетные ОРУ. Игра «День и ночь» Коррекционная игра «Пузырь» Повторение. (Содержание предыдущего урока)	Переключают взгляд с одного предмета на другой, подражают действиям выполненным педагогом.	Переключают взгляд с одного предмета на другой.
Лыжная подготовка – 6 часов					
47-48	Лыжный инвентарь	Лыжный инвентарь (лыжи, палки, ботинки).	Ознакомление. Начальное разучивание. Узнавание (различение) лыжного инвентаря (лыжи, палки, ботинки).	Переключают взгляд с одного предмета на другой, подражают действиям выполненным педагогом.	Переключают взгляд с одного предмета на другой.
49-50	Лыжный инвентарь	Лыжный инвентарь (лыжи, палки, ботинки). Транспортировка лыжного инвентаря.	Узнавание (различение) лыжного инвентаря (лыжи, палки, ботинки). Умение переносить лыжный инвентарь.	Подражают действиям выполненным педагогом.	Переключают взгляд с одного предмета на другой.

51-52	Лыжный инвентарь	Лыжный инвентарь (лыжи, палки, ботинки). Транспортировка лыжного инвентаря. Последовательность действий при креплении ботинок к лыжам	Узнавание (различение) лыжного инвентаря (лыжи, палки, ботинки). Умение переносить лыжный инвентарь. Соблюдение последовательности действий при креплении ботинок к лыжам.	Правильное построение и знание своего места в строю. Принимание цели и включение в деятельность.	Выполнение простейших упражнений в определенном ритме.
Раздел программы физическая подготовка - 14 часов					
53-54	Передача предметов	Построения и перестроения, общеразвивающие и корригирующие упражнения, передача предметов. Развитие координационных способностей.	Размыкание и смыкание в шеренге. ОРУ с предметами. Передача предметов в кругу. Корригирующие упражнения: поднимание головы в положении «лежа на животе».	Правильное построение и знание своего места в строю. Принимание цели и включение в деятельность.	Выполнение простейших упражнений в определенном ритме с предметами в руках.
55-56	Передача предметов	Построения и перестроения, общеразвивающие и корригирующие упражнения, передача предметов. Развитие координационных способностей.	Повороты на месте. ОРУ с предметами. Передача предметов в парах. Корригирующие упражнения: наклоны туловища вперед (в стороны, назад). Повороты туловища вправо (влево).	Правильное построение и знание своего места в строю. Принимание цели и включение в деятельность.	Ориентироваться в пространстве зала. Выполнение простейших упражнений.
57-58	Прокатывание мяча	Построения и перестроения, общеразвивающие и корригирующие упражнения, прокатывание мяча. Развитие координационных способностей.	Повороты на месте в разные стороны ОРУ с предметами. Прокатывание мяча по полу в заданном направлении. Ходьба и бег с движениями рук. Корригирующие упражнения: наклоны туловища в сочетании с поворотами.	Правильное построение и знание своего места в строю. Принимание цели и включение в деятельность.	Выполнение простейших упражнений в определенном ритме с предметами в руках.
59-60	Ходьба и попеременный бег	Построения и перестроения, общеразвивающие и корригирующие упражнения, ходьба и бег. Развитие общей выносливости. Развитие сердечнососудистой и дыхательной систем.	Повороты на месте и в движении. ОРУ в движении. Ходьба и бег с высоким подниманием бедра. Корригирующие упражнения: стойка на коленях.	Правильное построение и знание своего места в строю. Принимание цели и включение в деятельность.	Выполнение простейших упражнений в определенном ритме с предметами в руках.

61-62	Ходьба и попеременный бег	Построения и перестроения, общеразвивающие и корригирующие упражнения, ходьба и бег. Развитие общей выносливости. Развитие сердечнососудистой и дыхательной систем.	Повороты кругом на месте. ОРУ в кругу. Ходьба и бег с захлестом голени на заданное расстояние. Корригирующие упражнения: одновременные движения ногами.	Правильное построение и знание своего места в строю. Принимание цели и включение в деятельность.	Ориентироваться в пространстве зала.
63-64	Ходьба и попеременный бег	Построения и перестроения, общеразвивающие и корригирующие упражнения, ходьба и бег. Развитие общей выносливости. Развитие сердечнососудистой и дыхательной систем.	Повороты кругом в ходьбе. ОРУ в парах. Ходьба и бег широким шагом на заданное расстояние. Корригирующие упражнения: поочередные движения ногами.	Правильное построение и знание своего места в строю. Принимание цели и включение в деятельность.	Выполнение простейших упражнений в определенном ритме с предметом в руках.
65-66	Контрольный урок	Итоговый контроль.	Тестирование.		
Итого			66		

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат	603332450510203670830559428146817986133868575797
Владелец	Трапезникова Юлия Геннадьевна
Действителен	С 25.02.2021 по 25.02.2022

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 504707717602515670935380417862998762092077159050

Владелец Трапезникова Юлия Геннадьевна

Действителен с 06.03.2023 по 05.03.2024